

# 保健体育科学習指導案

大阪府立〇〇高等学校

授業者 〇〇 〇〇

1. 実施日 平成 29 年〇月〇日 (〇)
2. 実施場所 大阪府立〇〇高等学校 体育館
3. 対 象 2 学年 〇組 女子 (〇名)
4. 単 元 バスケットボール

## 5. 単元の目標

- ・バスケットボールの楽しさ、喜びを仲間と感じながらフェアなプレイを大切にし、健康・安全を確保して、意欲的に学習に取り組もうとしている。【関心・意欲・態度】
- ・バスケットボールの基本技術を習得し、ゲームを展開するための作戦に応じた技能や仲間と連携した動きを身に付ける。【運動の技能】
- ・チームで目標設定し、自他の課題に応じた運動の取り組み方を工夫したり、ゲームで実践したりすることができる。【思考・判断】
- ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法、試合の行い方を理解している。【知識・理解】

## 6. 教材観

バスケットボールは相対する 2 チームがコート内でボールを奪い合い、ドリブル、パスなどを使ってボールを進め、一定時間内にゴールにシュートして得点を競い合うところに楽しさがある。また、練習やゲームの場面で様々な運動技能が求められるだけでなく、チームの課題に向かって取り組むために、自らの役割を遂行したり、相互に協力し合ったりする等、多くの価値を見出せる競技である。

本単元では、バスケットに主体的に取り組む、楽しさやできる喜びを味わわせたいと考えている。また、フェアプレイを大切にし、仲間のプレイや努力を認め合う意識を高めるとともに、チームで互いに評価し合える雰囲気づくりにも努めたい。

## 7. 生徒観 (略)

## 8. 単元計画 (全 10 時間) (本時 7/10 時間目)

1	ハンドリング・ドリブル・ドリブルリレー	6	2 メン・半面 2 対 1・半面 3 対 2
2	ハンドリング・パス・ゴール下シュート	7	基本技術を使ったゲーム・全面 4 対 4 【本時】
3	ハンドリングテスト・ドリブルレイアップ	8	チーム練習・試合 (リーグ戦)
4	ゴール下シュート・ドリブルレイアップ	9	チーム練習・試合 (リーグ戦)
5	スキルテスト・ランニングシュート	10	チーム練習・試合リーグ戦)

## 9. 単元の評価規準

【関心・意欲・態度】	【思考・判断】	【運動の技能】	【知識・理解】
・球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ・フェアなプレイを大切にしようとしている。	・提供された作戦や戦術から自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。	・ゴール型では、ゴール前への侵入などから攻防を展開するための安定したボール操作と空間を作り	・技術の名称や行い方について、学習した具体例を挙げている。 ・球技に関連した体力の高

<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の責任を果たそうとしている。</li> <li>・作戦などについての話し合いに貢献しようとしている。</li> <li>・互いに助け合い教え合おうとしている。</li> <li>・健康・安全を確保している。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・仲間に対して、技術的な課題や有効な練習方法の選択について指摘している。</li> <li>・作戦などの話し合いの場面で、合意を形成するための適切な関わり方を見付けている。</li> <li>・健康や安全を確保するために、体調に応じて適切な練習方法を選んでいる。</li> <li>・球技を継続して楽しむための自己に適した関わり方を見付けている。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・だすなどの動きができる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・め方について、学習した具体例を挙げている。</li> <li>・運動観察の方法について、理解したことを言ったり書き出したりしている。</li> <li>・試合の行い方について、学習した具体例を挙げている。</li> </ul>
--	---	---	---

## 10. 本時の展開

### (1) 本時の目標

- ・コート内で声をかけあったり、作戦タイムなどで意見を出したりするなど、意欲的に学習活動に取り組もうとしている。  
【関心・意欲・態度】
- ・チームでの目標を達成させるために、基本技術を実践し自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦や戦術を選んでいる。  
【思考・判断】
- ・ボールを持った動きと、ボールを持たずに空間に侵入する動きなどを連携させて、攻防を展開できる。  
【運動の技能】

### (2) 本時の準備物

ボール4個、ストップウォッチ2個、ビブス4枚×6色（8枚×3色でも可）、筆記用具、くじ引き、ホワイトボード、ボード用マジック、ボード用クリーナー、バスケットコートが描かれてある用紙

### (3) 本時の学習過程（7時間目/10時間中）

段階	時間	学習内容・学習活動	指導上の留意点	評価の観点（●）
導入	10分	<ul style="list-style-type: none"> <li>・整列、挨拶 4列横隊に整列させ、大きな声で挨拶をしてその場に座る。</li> <li>・本時の説明</li> <li>・チーム分け</li> <li>・W-UP</li> <li>・体育館フロアをランニング2周</li> <li>・ラジオ体操第1</li> <li>・二人組で馬跳び10回</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・4列横隊に素早く整列するよう指示を出す。</li> <li>・本時の内容をわかりやすく説明する。</li> <li>・基礎技術を使って簡易ゲームをすることを説明する</li> <li>・チーム分けの際、先にバスケットボール経験者を均等に分ける。</li> <li>・くじ引きで4チームに分ける。</li> <li>・チームごとにW-upをさせる。</li> <li>・チームで協力しながら大きな声を出し、けがのないようにしっかりW-UPするよう指示する。</li> </ul>	

展開

30分  
〜  
35分

・ボール渡しゲーム  
チームごとに1列になり頭の上か、股の下から後ろの人へボールを渡していく。  
1番後ろまでいったら、反対向きになり、同じようにボールを渡していく。

・2つのゴールにシュートが入るまでのタイムをチームで競う

①エンドラインの外からスタートし、反対側のリングにシュートを決める。  
(往路)

②そのボールを取り、同じようにエンドラインの外からスタートし、返ってきたところのリングにシュートが決まるまで(復路)のタイムをチームごとに競う。

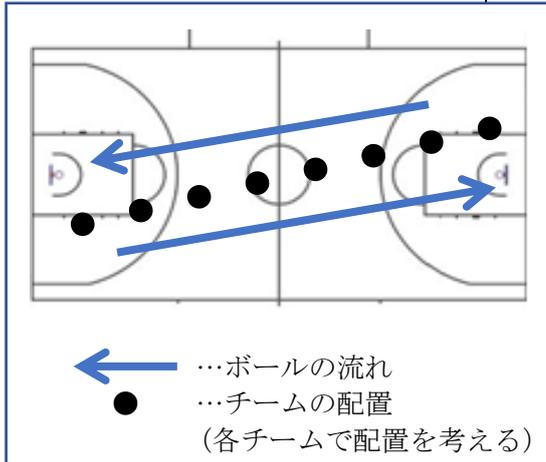
○ルール

- ・スタートからゴールまでの間に必ず1人1回はボールを触ること。
- ・バスケットボールにおける反則(トラベリングやダブルドリブル等)はしないこと。

・往路は頭の上、股の下どちらから渡してもよい。復路は往路と違う渡し方で渡すように指示する。

・先頭にボールが返るまでをチームで競わせる。

・バスケットコート全面を使い2つのリングにシュートが入るまでのタイムを競わせる。



・4チームを前半2チーム、後半2チームに分ける。

・初めに全チーム2分間の作戦タイムをとる。

・バスケットコートが描かれてある用紙を渡し、配置等を決めるよう指示を出す。

・その後、前半のチームと後半のチームが2分ずつ交互に練習させる。これを二回繰り返す(待っている間は作戦を練り直す)

・本番(タイム計測)

⇒優勝チーム発表

・タイムを縮めるためにはどうすべきか、チームで考え、話し合うように指示をする。

・タイムを早くするためのポイントを説明する。

◎ドリブルや普通に走るよりもパスで繋ぐ方法が最も早いということに気付かせる。

◎シュートの確率はリングに近ければ近いほど上がることに気付かせる。

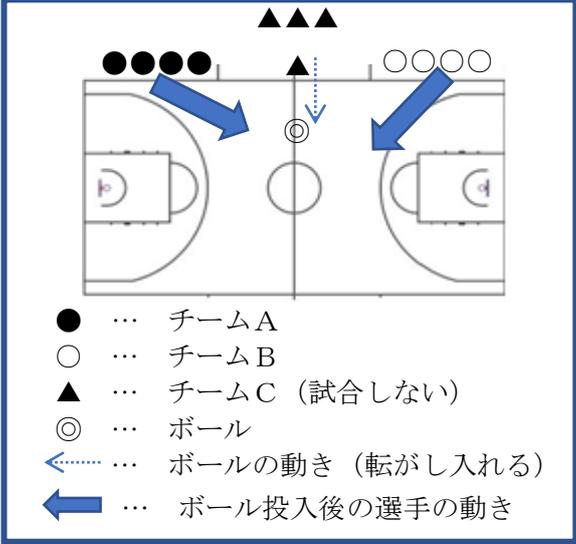
●コート内で声をかけあったり、作戦タイムなどで意見を出したりするなど、意欲的に学習活動に取り組もうとしている。

【関心・意欲・態度】

●チームでの目標を達成させるために、基本技術を実践し、自己のチームの特徴を踏まえて作戦を選んでいる。

【思考・判断】

		<p>・4対4簡易ゲーム</p> <p>①試合をするチームはサイドラインの外側のハーフラインから5M離れたところに並ぶ。</p> <p>②試合をしないチームの生徒がサイドラインとハーフラインの交点からコート内にボールを転がす。</p> <p>③ボールを奪い合うところから試合がスタートさせる。</p>	<p>・チームの中でさらに2チームに分け、4人○チームを作らせる。</p> <p>・1コートに○チームずつ入るように指示する。</p> <div data-bbox="673 259 1465 573" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>○ルール</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・バスケット経験者がシュートを決めた場合は1点、経験者以外がシュートを決めた場合は2点とし、2点を先取した方が勝ち。</li> <li>・勝ちチームがコートに残り、負けたチームが交代し、ゲームをどんどん回していきけるよう準備する。</li> </ul> </div>	
整理	5分	<p>・後片付け 使ったビブスとボール、ゴールを元の位置に戻す。</p> <p>・整理運動</p> <p>・集合 最初の隊形に整列し、静かに着席する。</p> <p>・本時のまとめ</p> <p>・挨拶、解散</p>	<p>・オフenseは、できるだけドリブルをつかずに短いパスを中心とした早い展開で攻めるように指示する。</p> <p>・シュートはできるだけリング下で打てるよう指示をする。</p>	<p>●コート内で声をかけあったり、作戦タイムなどで意見を出したりするなど、意欲的に学習活動に取り組もうとしている。 【関心・意欲・態度】</p> <p>●チームでの目標を達成させるために、基本技術を実践し、自己のチームや相手チームの特徴を踏まえて作戦や戦術を選んでいる。 【思考・判断】</p> <p>●ボールを持った動きと、ボールを持たずに空間に侵入する動きなどを連携させて、攻防を展開できる。 【運動の技能】</p>



・オフenseは、できるだけドリブルをつかずに短いパスを中心とした早い展開で攻めるように指示する。

・シュートはできるだけリング下で打てるよう指示をする。

●コート内で声をかけあったり、作戦タイムなどで意見を出したりするなど、意欲的に学習活動に取り組もうとしている。

【関心・意欲・態度】

●チームでの目標を達成させるために、基本技術を実践し、自己のチームや相手チームの特徴を踏まえて作戦や戦術を選んでいる。

【思考・判断】

●ボールを持った動きと、ボールを持たずに空間に侵入する動きなどを連携させて、攻防を展開できる。

【運動の技能】

・後片付け  
使ったビブスとボール、ゴールを元の位置に戻す。

・整理運動

・集合  
最初の隊形に整列し、静かに着席する。

・本時のまとめ

・挨拶、解散

・協力して素早く片付けるよう指示する

・各チームで整理運動させる。

・本時で使用した部位を意識するよう指示する。

・けがの有無を確認。

・本時の内容のまとめと次回に向けての課題を確認する。

・大きな声で挨拶させ、解散させる。