

手順 6 単元の指導と評価の計画（13時間）を作成する。

指導と評価の計画【高等学校 体育】

領域 球技（ゴール型 サッカー） 年次〔その次の年次〕

単元の目標	知識及び技能	次の運動について、勝敗を競ったりチームや自己の課題を解決したりするなどの多様な楽しさや喜びを味わい、(技術などの名称や行い方)、体力の高め方、(課題解決の方法)、競技会の仕方などを理解するとともに、作戦や状況に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。 ア ゴール型では、状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防をすることができるようにする。													
	思考力、判断力、表現力等	生涯にわたって運動を豊かに継続するための(チームや自己の課題を発見し)、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、(自己やチームの考えたことを他者に伝えること)ができるようにする。													
	学びに向かう力、人間性等	球技に(主体的に取り組む)とともに、フェアなプレイを大切にしようとする、合意形成に貢献しようとする、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする、(互いに助け合い高め合おうとする)ことや、(健康・安全を確保すること)ができるようにする。													
時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	授業づくりのポイント	
学習の流れ	0	健康観察・準備運動・用具の点検、本時の学習内容の確認													<ul style="list-style-type: none"> ・班別活動の実施。課題解決(自己・グループ)に主体的に取り組めるようにする。 ・スキル練習の見本動画を作成する。 ・スライドを作成する。 ・場の設定を工夫する。 ・ルール設定を工夫する。(タッチの制限など)
	5	オリエンテーション・特性の理解方						スキル練習						スキル練習または対人練習	
	10	ボールを運ぶ・ボールを蹴る・ボールを止めるドリル(2人組、3人組ドリブル・パス・ボールコントロールなど)						ボールを運ぶ・ボールを蹴る・ボールを止めるドリル(4~5人組ドリブル・パス・ボールコントロール・1VS1、2VS1)							
	15	基本技能練習		攻撃の優先順位とは?		守備の優先順位とは?		攻撃のコンビネーションについて		数的優位の攻撃での攻防		複数の人の守備の仕方について		ボールの保持	
	20	ボックスドリブルゲーム		ボールを運ぶボールを奪う1VS1の攻防(ライン突破)		数的優位の攻撃での攻防		数的優位の攻撃での攻防		数的同数または数的優位での攻防		ボールを保持してスペースをつくる、スペースに侵入する		5VS5ゲーム(ミニゴール)	
	25	ボックスドリブルゲーム		ボールを運ぶボールを奪う1VS1の攻防(ライン突破)		数的優位の攻撃での攻防		数的優位の攻撃での攻防		数的同数または数的優位での攻防		ボールを保持してスペースをつくる、スペースに侵入する		5VS5ゲーム(ミニゴール)	
	30	ボックスドリブルゲーム		ボールを運ぶボールを奪う1VS1の攻防(ライン突破)		数的優位の攻撃での攻防		数的優位の攻撃での攻防		数的同数または数的優位での攻防		ボールを保持してスペースをつくる、スペースに侵入する		5VS5ゲーム(ミニゴール)	
	35	ボックスドリブルゲーム		ボールを運ぶボールを奪う1VS1の攻防(ライン突破)		数的優位の攻撃での攻防		数的優位の攻撃での攻防		数的同数または数的優位での攻防		ボールを保持してスペースをつくる、スペースに侵入する		5VS5ゲーム(ミニゴール)	
	40	ボールキープレゲーム		ゴールを奪うゴールを守る1VS1の攻防(ミニゴール付)		数的優位の攻撃での攻防		数的優位の攻撃での攻防		数的同数または数的優位での攻防		ボールを保持してスペースをつくる、スペースに侵入する		5VS5ゲーム(ミニゴール)	
	45	学習カード記入、健康観察、整理運動、用具の片づけ、本時の振り返り、次時の確認													
50	学習カード記入、健康観察、整理運動、用具の片づけ、本時の振り返り、次時の確認														
評価機会	時	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	評価方法
	知識	(①)	(①)	①								(②)	(②)	総合的な評価	観察・ICT機器
	技能				①	②			(④)	④		③			観察・ICT機器
	思・判・表					①					②	③			観察・ICT機器
態度		(③)					③				①		(②)		観察・ICT機器
単元の評価規準	知識	①技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習方法があることについて言ったり、書き出したりしている。 ②チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があることについて言ったり、書き出したりしている。													
	技能	①防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶことができる。 ②味方が作り出した空間にパスを送ることができる。 ③シュートしたり、パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動することができる。 ④味方が抜かれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをすることができる。													
	思・判・表	①選択した運動について、チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘している。 ②課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の課題を発見し、練習の計画を立てている。 ③班別活動で、状況に応じたチームや自己の役割を提案し、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けている。													
	態度	①球技の学習に主体的に取り組もうとしている。 ②仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとしている。 ③危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保しようとしている。													

具体的な指導内容

1 関連して高まる体力とその体力向上の手立て

ゴール型（サッカー）では、主として巧緻性、敏捷性、スピード、全身持久力などが関連している。持久力、瞬発力（スピード）、俊敏性（アジリティ）、筋力、バランス能力などを高めることができる。

※効果的に体力を高める運動例

○体力向上の効果が高まるように、タスクゲームや簡易ゲームではコート of 広さや人数を工夫したゲームを準備する。また、スキル練習や対人練習やゲーム形式に、技術とそれに「関連して高まる体力」を理解させるための資料を提示することにより、ポイント（技術・体力向上）を意識したボール操作や持たないときの動きが高まるように指導する。

【スキル練習・ドリル練習の指導を通して高まる体力】

○ドリブル練習では、距離等を調整することで瞬発力、俊敏性の高まりが期待できる。

○パス&コントロール&サポートを繰り返すときに距離や人数、活動時間を工夫することで、持久力、瞬発力、俊敏性の高まりを期待できる。

○対人練習（1VS1、2VS2等）では、コート of 広さや人数、活動時間を工夫することで俊敏性、筋力、バランス能力の高まりを期待できる。

○ゲーム形式では、コート of 広さや人数、活動時間を工夫することで持久力を高めることができる。

2 知識及び技能の確実な習得のために（技能向上のための手立て）

※スキルアップトレーニング

○スキル練習では、ボールを運ぶ、ボールを蹴る、ボールを止めるというサッカーの基本的なスキルをより効果的に定着させるために、単元を通して毎時間、取り組む。

3 ICT活用 教師の準備・評価 生徒の授業での活用、記録等の効果的活用等

○特性を理解させるために動画を活用する。

○スキル練習で行う動画を作成したり活用したりするものを考える。

○スキル練習では、互いにICT機器等で動画を撮影し、お互いの動きを確認しながら課題発見及び解決につなげる。

○ゲームを動画で撮影し、チームで目標に適した作戦や戦術を設定する。

4 障がいのある生徒への配慮

○視覚障がい

場所の説明をするときは、「そこ」「あそこ」といった代名詞は使わず、「あなたの右側に」等と具体的に伝えるようにする。できるだけ本人の向きを中心に説明する。場面ごとや全体の状況について説明を加えるようにすると良い。色の識別が難しい場合は、ビブスの色分け等、見分けやすいよう組み合わせる。

○聴覚障がい

一般的に、聴覚障がいのある人は視覚から多くの情報を得ることができるので、言葉だけで活動を進行させるのではなく、ルール等がわかりやすいようにホワイトボード等も積極的に活用する。

・口が見えるように ・口をはっきり大きく動かす ・見えやすい向きに留意する

・怒鳴らない ・はっきり話す ・共通の合図を決めておくのも良い

・身振り、手振り等ジェスチャーで伝えることも有効

○肢体不自由

会場設営の際、杖や車椅子を使っている人がいることを意識して十分なスペースを確保する。通路に通行の妨げになるものを置かない、手すりに物をかけたりしない。困っている様子があれば、声をかけ、本人の意思を確認してから手助けをする。ゆっくりした動作しか取れない人もいるので、大変そうだからといって先回りせず、見守ることも大切。

- ・手足の麻痺や変形、拘縮等の障がいの程度は人それぞれ
- ・不随運動や筋緊張等で思い通りに身体を動かせないこともある
- ・車椅子や歩行器、杖等は個別にカスタマイズしている人が多い
- ・使用する道具等も障がいに応じて工夫することにより参加できることが増える
- ・体温調整が苦手な人が多いので、配慮が必要

○知的障がい

一人ひとりの特性を理解しながら、ルール等の説明に際して、伝え方を工夫する必要がある。

- ・言語だけでなく、絵や写真等、実物のイメージがわかるものを見せて伝える
- ・ゆっくりと短く具体的に話す
- ・答えやすいような聞き方をする
- ・実際の年齢に応じた接し方をする
- ・同伴者がいる場合でも、必ず本人の意思を確認するようにする
- ・話し合いのときには、他の人の意見をわかりやすい言葉に直して伝えたり、その人が発言しやすいようにする

○発達障がい

説明をする際、言葉はできるだけ具体的に、絵や写真等を使ってわかりやすくする工夫が有効な場合がある。短く具体的に、肯定的な言葉で話す。

例：もう少し→あと5分 あそこ→黄色い柱のところ ～してはダメ→～するようにしましょう。

参考文献

「ひろげよう！サッカーファミリー一次の100年へ 誰一人取り残さない世界を 障がいのある仲間とともに」を参照する。参考文献：障がい者についてのハンドブック（益財団法人日本サッカー協会）
https://www.jfa.jp/grass_roots/pdf/disability_handbook_2020.pdf

5 体力や技能の程度、性別や障がいの有無を超えて運動やスポーツを楽しむために、運動やスポーツの多様な楽しみ方を共有することができるような学習活動・学習形態・練習の取り組み方、ルールやゲームの工夫、男女共習の工夫など

○勝敗を競ったりすることを通して得られる楽しさや喜びに加えて、活動場面に自己の特性に応じた「する、みる、支える、知る」の多様な関わりを設定することで、スポーツの多様な楽しさや喜びを味わうことができるようにする。

【学習内容】

- サッカーでは、局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。(知)
- 危険の予測をしながら回避行動をとるなど、健康・安全を確保すること。(学)

1 オリエンテーション

- (1) サッカーの特性について理解する。(映像・資料を通して確認する)

<https://www.jfa.jp/japansway/>

(日本サッカー協会 「する・観る・関わる誰もが大切なサッカー仲間」)

<https://youtu.be/Ap7-DivIrvC> (映像)

・「みんなのサッカー」=多様性をいただきこむ (参考資料)

- (2) 健康面・安全面を理解し、学習の進め方を確認する。また、スキルテストの確認と学習方法を確認する。(スライドや学習カードで単元の流れをイメージさせ、スキルの動画等で練習法及びテストをイメージさせる。)

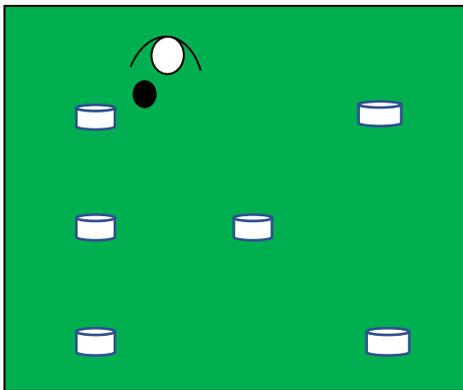
2 スキル練習

○ボックストレーニング

- (1) ボールを使う→技術の向上
- (2) ボールを使わない→体力の向上、体の使い方

<具体的な方法>

- ・ マーカーの距離を変える (1m~)
- ・ 往復する
- ・ マーカーをコーンにする



<ICT機器の活用>

ボックストレーニング (ドリブル)
を動画で撮影し、振り返りを行う。

マーカーの距離で空間が変わるのでタッチを考え、緩急をつけたドリブルができるようになろう!



ドリブルトレーニング

動画再生▶



体力向上トレーニング

※参考資料 ボックストレーニングを利用して**体力の向上**にも取り組むことができます。

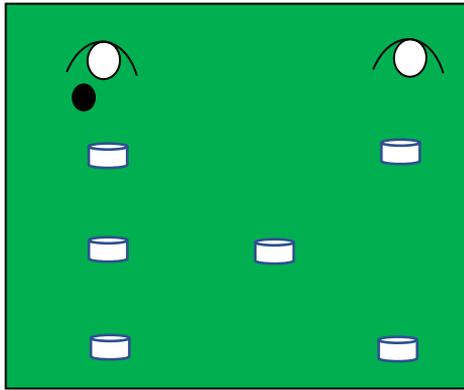
動画再生▶



3 ドリブルゲーム

(1) ボックスドリブルゲーム

上記のボックスを使いリレー形式でゲームをする。



<応用>

大きさやスタート位置や交代位置を工夫することでゲームの難易度を変更することができる。

ボールを運びながら味方との距離や交代するタイミングを図ろう。

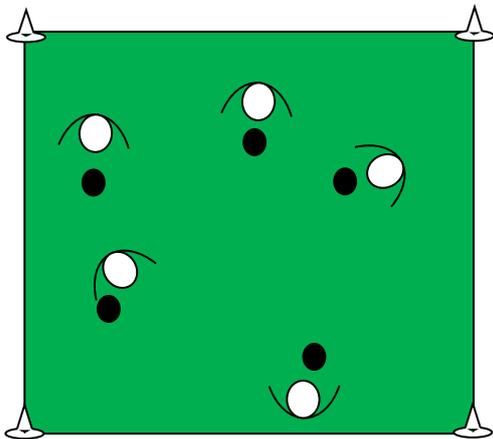


4 ボールキープゲーム (複数人で行う)

コート的大小さ (タテ12m×ヨコ12m)

<ルール等>

- 人数は5人～8人程度。
- 1分～2分
- 一人一個ボールを持つ。
- コートからボールが出ない (出されない) ようにする。



どこにボールを置けば相手に触られないかな？
どこにボールを運べば安全かな。



<ポイント>

空間を見つけてボールを運ぶこと、ボールを触られないようにするための工夫をすることができるようにアドバイスする。

【学習内容】

- サッカーでは、局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。(知)
- 防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶこと。(技)

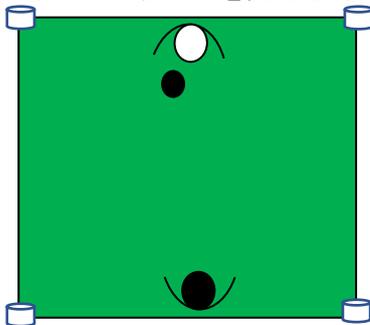
1 スキル練習 (ボールを運ぶ) ※ICT機器の活用 (動画撮影)
ボックストレーニング：ボールを運ぶ技術を高める。

2 攻撃の優先順位について学ぶ。

- (1) ゴール型における攻撃の優先順位について考えさせる。
※ゴール型の特徴を理解させ、ゴールを決めることが魅力であることを考えさせる。

3 ボールを運ぶ1VS1 (ライン突破) の攻防

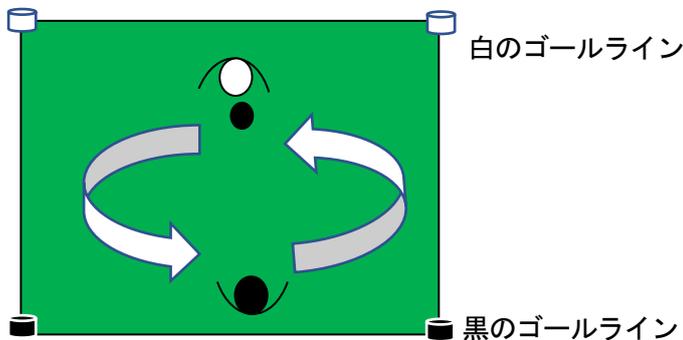
- (1) コートの大きさ (タテ7m×ヨコ7m)
○対面からパス交換を3本行いスタートする。
○ゴールラインを突破したら得点になる。



2



- (2) コートの大きさ (タテ7m×ヨコ10m)
○円を描きながら対面パスを行い、合図で攻防のスタート。
○相手のゴールラインを突破したら得点。



<ポイント>
相手から出されたボールをどの方向に1stタッチをするとよいかアドバイスをする。



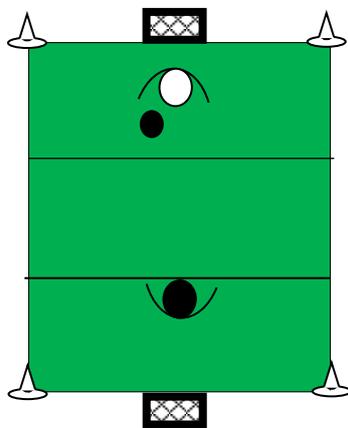
4 ゴールを奪う、ゴールを守る1VS1の攻防

コートの大きさ (タテ30m×ヨコ24m)

※マーカーはコーンから6～8m

※ミニゴール代用 (コーン、マーカー等 間隔は1.5～2m)

○ライン上でパス交換を行いながら、合図で攻防開始。



優先順位を考えたプレイができていたかな。攻撃の優先順位はなんだったかな。

<ポイント>

- ①空間ができればシュート
- ②シュートのために空間をつくるボールコントロール
- ③空間を見つけボールを運ぶ

動画再生▷



【学習内容】

○サッカーでは、局面ごとに技術や戦術、作戦の名称があり、それぞれの技術、戦術、作戦には、攻防の向上につながる重要な動きのポイントや安全で合理的、計画的な練習の方法があること。(知)

○相手のボールを奪うための動きをすること。(技)

1 スキル練習 (ボールを運ぶ) ※ICT機器の活用
ボックストレーニング: ボールを運ぶ技術を高める。

2 守備の優先順位について

(1) ゴール型における守備の優先順位について考えさせる。

3 ボールを運ぶ1VS1 (ライン突破) の攻防

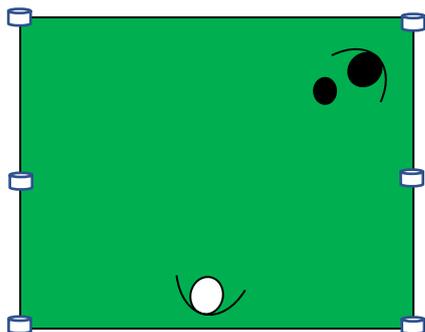
コートの大きさ (タテ7m×ヨコ10m)

○守備側はゴールラインの角 (マーカー) からスタートする。

○パス交換を3本行いスタートする。

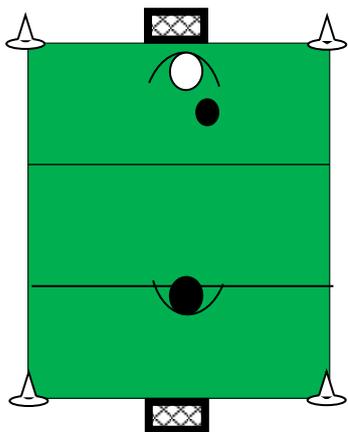
○攻撃は相手のゴールラインを突破すれば得点。

○守備側は相手陣地の両サイドライン、相手側のゴールラインを突破すれば得点。



空間を与えないようにできるだけ相手に近づくこと、左右どちらかに相手を追い込むこと、ボールを奪って相手ゴールを目指そう!!

- 4 ゴールを守る、ゴールを奪う1VS1の攻防
 コートの大きさ (タテ30m×ヨコ24m)
 ※マーカ―はコーンから6~8m状況に応じて変更
 ※ミニゴール代用 (コーン、マーカ―等 間隔は1.5~2m)



優先順位

- ①ゴールのコースに立つ。
- ②相手との距離を詰めシュートされる空間をなくす。
- ③ボールを奪って、空間を認知し相手のゴールを奪う。

【学習内容】

- 味方が作り出した空間へパスを送ること。(技)
- 防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶこと。(技)
- チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘すること。(思)

1 スキル練習 (ボールを蹴る、止める)

ボックスパストレーニング (左右) ボックスの大きさは課題によって変える

- ボールを止める。(インサイドコントロール)
- ボールを蹴る。(インサイドキック)
 - ・マーカ―の距離を変えながら行う。
 - ・パスをしたらマーカ―に移動する。
 - ・パスが来た方向から遠いインサイドでコントロールする。
 - ・コントロールした足と逆の足でパスを出す。

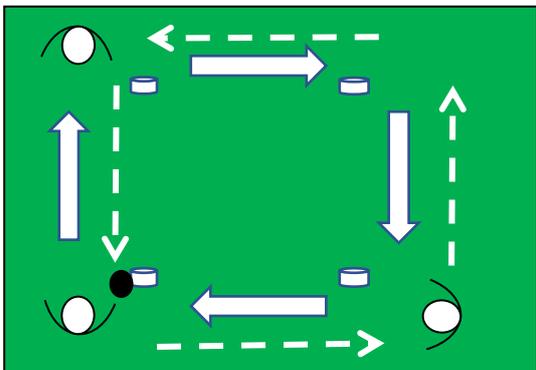
動画再生▶



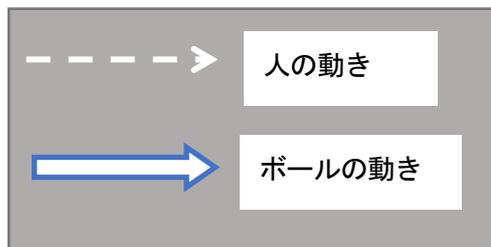
4
・
5

<ICT機器の活用>

ボックストレーニング (パス・コントロール) を動画で撮影し、振り返りを行う。



空間を見つけるために、移動中に周囲を見ること、方向を変えるためのコントロールをすること、空間を考えたパス (方向・強弱) を出すことを意識しよう。



2 攻撃のコンビネーション

空間を作り出す、空間を使う動きを理解し、身に付ける。

- (1) スペースへのパス
- (2) ワンツーパー
- (3) クロスオーバー

動画再生▶



3 数的優位の攻撃での攻防①

(1) 2 VS 1、3 VS 1でのライン突破

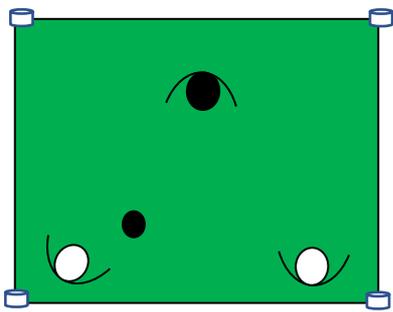
コート的大小さ (タテ12m×ヨコ16m)

○守備は中央からスタートする。

○攻撃側が守備側へパスをし、リターンパスまたは攻撃側同士のパスからスタートする。

○攻撃は反対側のゴールライン突破を目指す。

○守備が奪ったらサイドラインまたは相手のゴールラインを突破する。



相手を見てスペースを確認して、ドリブルで突破するのか、コンビネーションを使って突破するのか判断してプレイしよう。

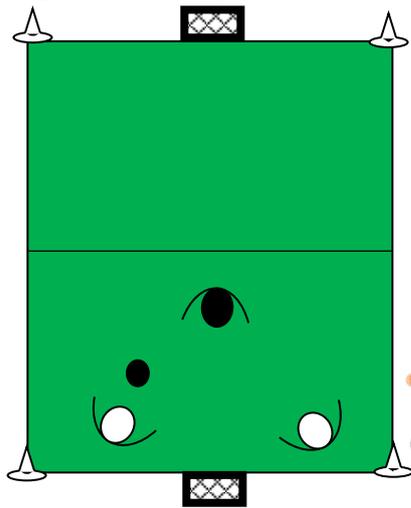
動画再生▶



(2) 数的優位の攻撃での攻防② (2 VS 1 3 VS 1 ゴール付)

コート的大小さ (タテ30m×ヨコ24m)

○攻撃側が守備側へパスしリターンパスまたは攻撃側のからスタート。



攻撃の優先順位を考えてプレイしよう！！
シュートが打てない時は、空間を意識したプレイを選択していこう！！

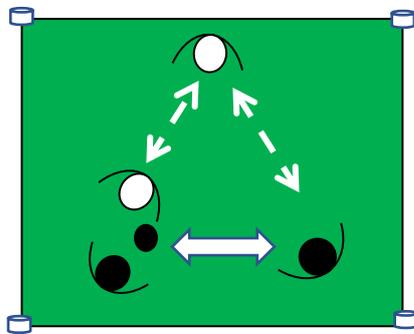
動画再生▶



【学習内容】

- 味方が抜かれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをすること。(技)
- 相手のボールを奪うための動きをすること。(技)

- 1 スキル練習 (ボールを蹴る、止める) ※ICT機器の活用
ボックスパストレーニング: ボールを蹴る (インサイドキック)
ボールを止める (インサイドコントロール)
- 2 複数での守備の仕方について (ハンドパス)
コート大きさ (タテ7m×ヨコ7m)
○守備はチャレンジ&カバーを行う。
①ボールの移動中にできるだけ寄せる。
②ボールとマークを同一視野で見ることが出来るポジションを取る。
○攻撃は2~3m距離を取りハンドパスでパス交換をする。

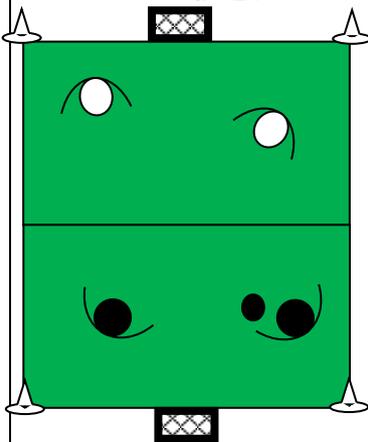


動画再生>



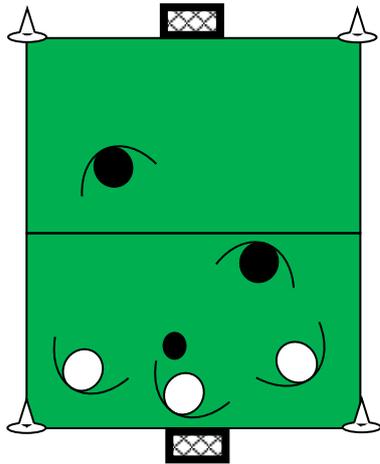
カバーポジションに入る時はボールとマークする相手を同一視 (1st ディフェンスの背中が見れるポジション) できるポジションを意識しよう。

- 3 数的同数または数的優位での攻防 (ミニゴール付き)
コート大きさ (タテ30m×ヨコ25m)
(1) 2VS2 (3VS3)
○パス交換を行いながら、合図で攻防をスタートする。



守備の優先順位を考える。
○1st ディフェンスはシュートされないようにゴールを守りながらボールを保持する人との距離を詰める。
○2nd ディフェンスは1st ディフェンスのカバーと自分がマークしている相手を同時に見ることが出来るポジションを意識しよう。

(2) 3 VS 2 (タテ30m×ヨコ25m)
○攻撃の中央から仲間にパスをしてスタートする。



守備は、空間を消して数的不利の状況から、数的同数、数的優位にするためにどのように対応すればよいか、工夫していこう。
攻撃は、空間をどのように使うか見て、考えてプレイしよう。

動画再生▶



【学習内容】

- 課題解決の過程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見し、課題を解決するための練習計画を立てること。(思) ※重点目標の2、3を1文にまとめて書いています。
- チームや自己の動きを分析して、良い点や修正点を指摘すること。(思)
- 学習に主体的に取り組もうとすること。(学)

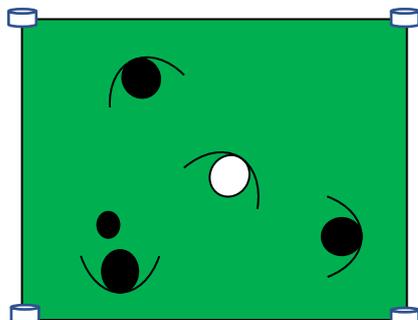
1 スキル練習または対人練習

ボールを運ぶ・ボールを蹴る・ボールを止めるドリブル
(4～5人組ドリブル・パス・ボールコントロール・1 VS 1、2 VS 1)
※これまで行ってきたボックストレーニングや対人練習を状況に応じて取り入れる。

2 ボールを保持 (ボールポゼッション)

(1) 3 VS 1

- コート的大小 (タテ12m×ヨコ12m)
- タッチ数を制限する。(フリータッチ、2タッチ、2タッチ後は1タッチ)
- パスの本数で得点とする。(例：15本で1点)
- ボールを奪われた場合は攻守入れ替わる。



ボールを保持するために相手を見て3人で協力しよう!! ボックスパスをイメージしよう!!

動画再生▶



(2) 3VS3+ターゲット+2ゴール

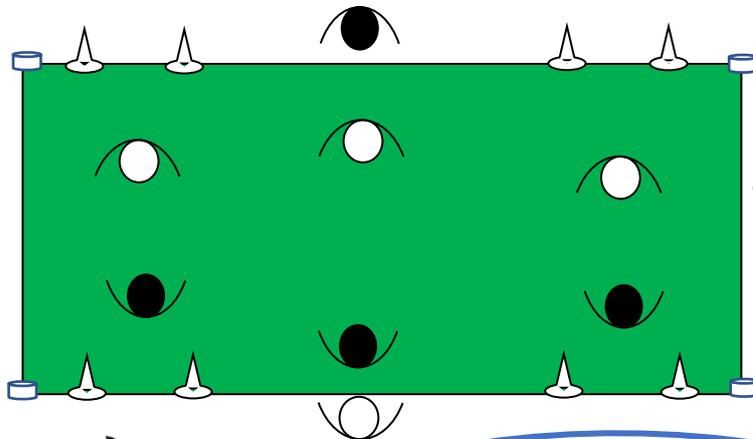
コート大きさ (タテ25m×ヨコ30m)

○T (ボール配給者)からボールを配給してスタートする。

○ゴールはコーンで設置する (ゴールの幅2m~3m)

○ゴールへのパスまたはドリブルで通過したときに得点となる。

動画再生▶



T (ボール配給者)



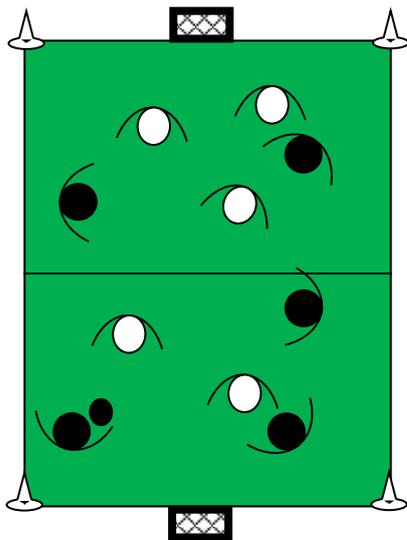
ボールを保持しながら、ターゲットを含めたパス交換やドリブルを使い、空間を作り出そう!!そして空間ができた時は、声を掛けゴールを目指そう!!

<ICT機器の活用>

コート全体を見下ろすように撮影することが望ましいが、背後から動画撮影することで、空間がどこに、どのようにしてできたか確認することができる。

3 5VS5ゲーム (ミニゴール付き)

コート大きさ (タテ30m×ヨコ25m)



ゴールを奪う、ゴールを守るために必要なプレイ (動き) をしよう。
攻守ともに優先順位を意識しよう。



【学習内容】

○チームや自己に応じた目標の設定、目標を達成するための課題の設定、課題解決のための練習法などの選択と実践、ゲームなどを通じた学習成果の確認、新たな目標の設定といった過程があること。(知)

○シュートしたり、パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動すること。(技)

○状況に応じてチームや自己の役割を提案し、体力や技能の程度、性別等の違いを超えて、仲間とともに球技を楽しむための調整の仕方を見付けること。(思)

※重点目標の6、8を1文にまとめて書いています。

○仲間の課題を指摘するなど、互いに助け合い高め合おうとすること。(学)

1 スキル練習または対人練習

ボールを運ぶ・ボールを蹴る・ボールを止める。

(4~5人組ドリブル・パス・ボールコントロール・1VS1、2VS1)

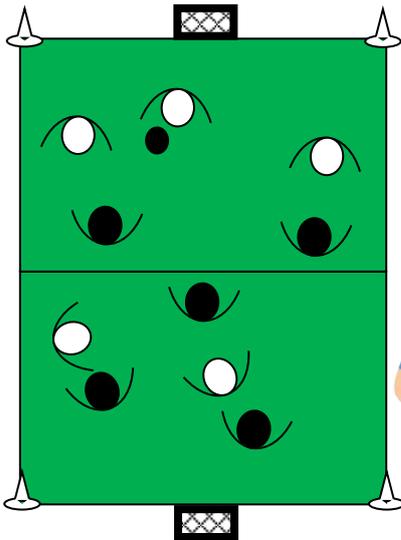
※これまで行ってきたボックストレーニングや対人練習を状況に応じて取り入れる。

2 5VS5ゲーム(ミニゴール)

※ゲームと並行してスキルテスト(ボールを運ぶ、蹴る、止める)を実施する。

○スキルテストはボックストレーニングを実施。

10
.
11
.
12
.
13



<ICT機器の活用>

空間がどこに、どのようにしてできたか、空間を消すことができるかを確認することができる。

攻守共に優先順位を意識しよう!!

<ポイント>ルールを工夫することで難易度や強度を求めよう。例：タッチ数を制限する：全員が必ず相手陣地に侵入してからシュートが打てる 等

3 スキルテストについて

ボックストレーニングを利用してのスキルテストを行う。

