



E 球技（バレーボール）【その次の年次】

手順 3 内容のまとまりにおける指導事項をバランスよく配置（指導事項の重点化）し、単元の目標を設定する。

（1）内容のまとまりにおける指導事項をバランスよく配置

●…重点指導事項 ○…複数回での指導機会 *…評価対象とせず指導する機会		その次の年次 3領域選択Ⅳ 球技（バレーボール選択）													その以降の年次 全領域選択（マイ・スポーツ）Ⅳ 球技（バレーボール選択）														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
指導事項																													
知識	1 運動などの名称や行い方	●			○					*																			
	2 体力の高め方																			●									
	3 課題解決の方法									●																			
	4 競技会の仕方																						●						
技能 ネット型	1 サーブではボールに変化をつけて打つ				●	○	○																						
	2 守備のない空間に緩急や高低などの変化をつけて打ち返す																		●										
	3 ボールの回転に合わせて返球したりする																		●										
	4 サーブに対して、面を合わせてレシーブする				●	○																							
	5 次のブレイをしやすい高さや位置にトスを上げる																			●									
	6 ネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりする										●	○																	
	7 ネットより高い位置から相手コートに打ち込む									●	○																		
	8 チームの作戦に応じて、拾ったりつないだり打ち返したりする																					●							
	9 空間をカバーして、守備のバランスを維持する動きをする																						●						
	10 仲間とタイミングを合わせて守備位置を移動する											●	○											●					
	11 ポジションに応じて相手を引き付ける動きをする																								●				
思考力、 判断力、 表現力等	1 動きを分析して、良い点や修正点を指摘する			●	○																								
	2 課題の発見をする																												
	3 課題を解決するための練習の計画を立てる																												
	4 危険を回避するための活動の仕方を提案する										●	○																*	
	5 活動を振り返り、よりよいマナーや行為について提案する																						●						
	6 状況に応じて役割を提案する																							●					
	7 合意を形成するための調整の仕方を見付ける																								●				
	8 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																									●			
	9 生涯にわたって楽しむための関わり方を見付ける																										●		
学びに向 かう力、 人間性	1 主体的に取り組もうとする																											*	
	2 フェアなプレイを大切にしようとする																											*	
	3 試合に貢献しようとする																											*	
	4 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																											*	
	5 お互いに助け合い高め合おうとする																											*	
	6 健康・安全を確保する																											*	

（2）単元の目標の設定をします。

「その次の年次」における球技の指導事項の重点化を踏まえ、単元の目標を設定する。

単元の目標

（1） 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。

イ ネット型では、（状況に応じたボール操作）や（安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出す）などの攻防をすることができるようにする。

（2） 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。

（3） 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）などや、（健康・安全を確保すること）ができるようにする。

* 本事例では、学習指導要領「2内容」を踏まえ、その次の年次以降の目標を全て記載した上で、その次の年次で指導し評価する部分については、（ ）をつけて単元の目標を示している。

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（ネット型：バレーボール） 年次〔その次の年〕

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、(課題の解決の方法)、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発展させることができるようにする。 イ ネット型では、(状況に応じたボール操作)や(安定した用具の操作と連携した動きによって空間を作り出す)などの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	準備運動・補強運動・運動用具等の安全確認・健康観察・本時の学習の見通しの確認など													<ul style="list-style-type: none"> ・3つの資質・能力の内容をバランスよく配置する。 ・ペアやチームでの活動場において、課題発見・課題解決・改善等、学びの深まりに役立てるようICT機器を有効に活用する。 ・授業での学習内容や練習した技能を最大限にゲームの場で発揮できるように、ねらいに応じた特別ルールを設定する。
	10	オリエンテーション	【スキルアップトレーニング】 ○基本的技能習得 ・パス ・レシーブ ・サービス ・スパイク	個人・ペア・グループ学習 (パス・レシーブ・サービス・スパイク練習など)	○試合の行い方や課題解決の方法を理解する。	○課題解決に向けて計画を立てる。 ○チームでの作戦会議・練習 ○安全上の留意点	○ゲームに必要な技能と関連させた反復練習 ○スマールティーチャーに模範 ICT活用：動画撮影・視聴	○チームや自己の危険を回避するための活動について	【簡易ゲーム】 ○3対3または4対4 ○レシーブ練習(確実にセッターポジションにボールを上げる) ○三段攻撃につなげるためのレーブをするためのサービス ○投げ入れゲーム	チーム練習 (三段攻撃、フォーメーション練習) ICT活用 動画撮影・視聴	○ゲーム(6対6) 三段攻撃、コンビネーションを活用 映像を確認・チームの課題確認	○リーグ戦(6対6) ⇒試合後次戦に向けたチームミーティング	全員で大会運営 審判、記録、タイムキーパー		
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)					②					総合的な評価
	技能			②			①		③		④		⑤		
	思・判・表		①	(①)					③	(③)			②	(②)	
態度					(①)		②		③		①				
単元の評価規準	知識	①球技では、各型の各種目の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、計画的な練習方法があることについて、学習した具体例を挙げている。 ②課題解決の方法には、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方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課程があることについて、学習した具体例を挙げている。													
	技能	①サービスでは、ボールに変化をつけて打つことができる。 ②変化のあるサーブに対して、面を合わせてレシーブをすることができる。 ③仲間と連動してネット付近でボールの侵入をふさいだり、打ち返したりすることができる。 ④ボールをコントロールして、ネットより高い位置から相手側のコートに打ち込むことができる。 ⑤相手の攻撃の変化に応じて、仲間とタイミングを合わせて守備位置を移動すること。													
	思・判・表	①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。 ②課題解決の課程を踏まえて、チームや自己の新たな課題を発見し、練習の計画を立てている。 ③練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案している。													
	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

ネット型では、巧緻性、敏捷性、スピード、筋持久力などが、型に求められる動きに関連して高められる。

【導入】本単元で高まる体力については、筋持久力であることを確認し、体力向上のために必要な運動を毎時間確認できるように前面に掲示する。

【時間】学習の流れを掲示する。準備運動やスキルアップトレーニング、練習や試合等を通じて、関連して高まる体力や新体力テストの課題項目などに取り組む時間を十分確保する。

【音楽】生徒の意欲向上に向け、活動に適したBGMを活用する。準備運動やトレーニング、試合中に活用することで、生徒の主体性を促し、運動量を確保できる。

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）

【基本技能】パス、サービス、スパイク等については、手本動画を活用したり、スモールティーチャーが模範を示したりすることによって、確実な技能の習得を目指す。

【スキルアップトレーニング】学習の前半に、個人で行う基本技能スキルアップトレーニングの時間を確保する。仲間と競争しながら上達を確認する。内容としては、アンダーハンドパス、オーバーハンドパスでラリーを継続させ、三段攻撃につなげ技能向上を目指すゲームを取り入れる。

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

【導入】ICT機器によりゲーム、ラリーの映像視聴⇒（効果）単元のゴールのイメージを持たせる。

【展開】参考にしたいプレイをICT機器で撮影

良かったプレイを発見させ、合理的な運動の取り組み方を共有する。

4 障がいのある生徒への配慮

【身体の動きに制限がある場合等】

○サービスを前から打つなど、個別もしくは全体でのルールの弾力化を話し合いで決定する。



○生徒の実態に応じて挑戦することを認め合う声かけや雰囲気（声のかけ合い）づくりに配慮する。

○学習を通して、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの関わり方に気づかせ、生涯を通じて運動を継続して楽しむために積極的に体験させ評価する。

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

【課題設定】「ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動き」など課題として考えることで、チームプレイは技能面だけでなく、チームの雰囲気も重要な要素であることに気付かせる。

【ルールの工夫】ラリーが続くゲームにするためには、プレーヤーの人数制限、コートの高さ、ネットの高さ、軽量ボール等の使用、ラリー中にキャッチを取り入れるなど学習のねらいに合わせて弾力的に特別ルールを採用する。

時間	学習内容・活動 及び 指導のポイント
1	<p>【学習内容】 ○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） ○球技の学習に主体的に取り組もうとすること。（学）</p> <p>(オリエンテーション)</p> <ol style="list-style-type: none"> バレーボールの特性、技術や身につけるためのポイント、ルールについて理解する。 バレーボールの歴史、技術や身につけるためのポイント、安全の留意点、学習のねらい、学習の流れ、評価規準、班編成、記録カードの記入などについて理解する。 グルーピング ラリーの映像を動画で視聴し、学習のゴールをイメージさせる。 試しのゲーム（3対3：ソフトミニバレーボール） ○ソフトミニバレーボールを使用しバドミントンコートで試しのゲームを行う。 ○技能習得の状況を確認する。 整理運動、学習のまとめ、振り返り（OPP）  <p>オリンピックなどの動画などいいですね。</p>
2 ・ 3	<p>【学習内容】 ○変化のあるサービスに対して、面を合わせてレシーブをすること。（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）</p> <p>※生徒の意欲向上に向け、活動に適したBGMを活用する。（主体性、運動量を確保）</p> <ol style="list-style-type: none"> スキルアップトレーニング【基本的な技能の習得】 <ol style="list-style-type: none"> 一人で①直上オーバーハンドパス1分間 ②直上アンダーハンドパス1分間 ③直上オーバーハンド、アンダーハンド交互に1分間 二人で④サービス10本（アンダー、フローター） ⑤スパイク10本（ペアが投げ上げる） ⑥ブロック5本（ペアが投げ上げる）  <p>苦手な生徒は、キャッチOK、ワンバウンドありなど生徒の実態を考慮してみよう。</p> <p>障がいのある生徒などへの配慮 ①雰囲気をよくする声かけ ②ラリーを続ける声かけ ③技術を高める声かけなど</p> 簡易ゲーム（ボールキャッチ、バウンドゲーム）※特別ルールを設定する。 ※ゲームになると周囲とのコミュニケーションを取りながらプレイするので、ボールに触れる前に「オーライ、OK、ハイ」などのプレイ前の声だしなどがあると雰囲気が高まる。 ○3対3または4対4、（バドミントンコート、ソフトバレーボールネット） <ul style="list-style-type: none"> 段階的な工夫したゲーム（試合の途中作戦タイムを入れる） 使用するボールを工夫する。（ビーチバレーボール、レクリエーションボール軽量など） ルールを工夫する。※ラリーが続くようにワンバウンドキャッチを認めるなど、楽しさを味わえるように工夫する。ラリーを継続させるなどの技術向上を目指すゲームを取り入れる。 ICT機器を活用し、チームや自己の課題を見付け、どのようにすればラリーが続くかを考え、次回のメニューを工夫する。 ミーティングタイム 整理運動、学習のまとめ、振り返り（OPP） <p>コートでの準備や後片付けについても積極的に評価しましょう。</p>

【学習内容】

- 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）
- サービスでは、ボールに変化をつけて打つこと。（技）
- チームや自己の課題を解決するための練習の計画を立てること。（思）
- 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 個人技能の名称や行い方などを確認する。
※第1時で理解していない生徒には、個別の手立てを講じるなどの工夫を行う。

- 2 個人技能の練習
オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービス、スパイク、ブロックなどの各個人の能力の向上を目指した練習をする。

〔練習動画〕

(オーバーハンド)



(アンダーハンド)



(オーバー&アンダー)



(壁パス)



(フローターサービス)



(アンダーハンドサービス)



(スパイク)



(ブロック)



- 3 ペアやグループで、ラリーが継続し作戦やねらいが実践できるようになるための基本的な練習メニューを考える。

※ICT機器を活用し、ゲームの映像を見て、課題分析、評価、改善につなげる。

○スパイク練習はトスの投げ上げ（一定のトスを打つ練習）から始める。

○オーバーハンドパス、アンダーハンドパスの練習メニューは、手本動画や実技資料集を参考にしたり、スモールティーチャーに模範を示してもらったりすることによって確実な技能の習得につなげる。

○一人一人の違いに応じて話し合い、認め合えるように話す。（声のかけ合い）

○オーバーハンド・アンダーハンドともに膝の屈伸、柔らかさ、押し出す。（上げる）

- 4 チーム独自のルールを設定したゲームを実践する。対戦して負けた方がルールを追加する（勝てるように）というゲームを展開する。

- 5 整理運動、学習のまとめ、振り返り（OPP）

【学習内容】

- ボールをコントロールして、ネットより高い位置からねらった場所に打ち込むことができる。(技)
- 練習やゲームの場面で、チームや自己の危険を回避するための活動の仕方を提案すること。(思)
- 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 安全に活動するために必要なことを考え、共通理解を図る。

※ICT機器を活用し、個人から全体へ共有するなど指導の工夫を行う。

2 三段攻撃を意識した練習を行い、簡易ゲームにつなげる

簡易ゲーム①

3対3で行う。(ハーフコート) 1試合3分。

- ・必ず3回のパスをつないで返そう。
- ・ボールを両手で投げ入れてゲームを開始する。
- ・場合によっては、同じ生徒が1本目と3本目の二度触っても良いものとする。
- ・空いているスペースを見つけて返球する。

※一人1回必ず触るなど生徒の実態に応じてルールを変更してやってみる。

- ・トス、スパイク、三段攻撃練習。できるだけ3本目はスパイクで返す。

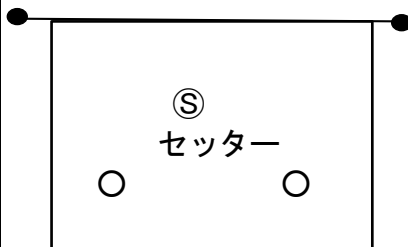
簡易ゲーム②

4対4で行う。1試合3分。3回のパスでつないで返そう。

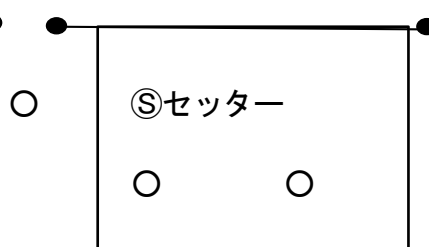
三段攻撃を意識する。(バレーボールのフルコートを使用)

7
.
8

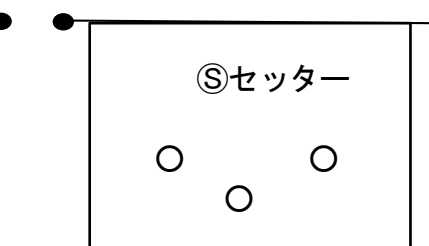
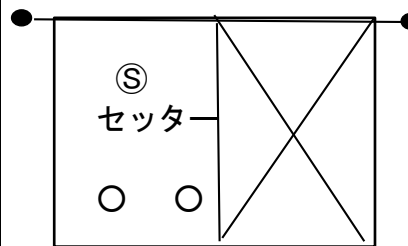
3対3 (例)



4対4 (例)



ルールは生徒の実態によって工夫しましょう。



- ・アンダーハンドサービスでゲームを開始する。
- ・3本目はできればスパイクで返す。
- ・空いているスペースを見つけて返球する。

※ミーティングタイム

3 整理運動、学習のまとめ、振り返り (OPP)



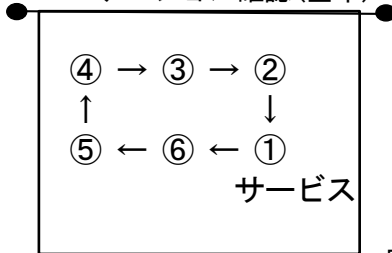
ICT機器で撮影したゲームをもとに守備、攻撃、技術を分析しよう

【学習内容】

- 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）
- 課題解決の方法には、チームや自己に応じた目標設定、目標を達成するための課題設定、課題解決のための練習方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）
- 仲間と連動してネット付近でボールの侵入を防いだり、打ち返したりすること。（技）

1 6人制ローテーションの方法や審判・ルール・反則を理解する。

ローテーション確認(基本)



①からサーブを打つ、相手に得点が入ったら、時計回りでローテーションを繰り返す。

中の数字はサーブ順

- ・ホワイトボードや黒板で視覚的に説明したり、コート上で動きを確認したりしてローテーションの仕方について理解をする。

9
.
10

2 課題解決学習の方法について理解する。

目標設定、課題設定、振り返りの方法、新たな目標の設定などの過程について考える。

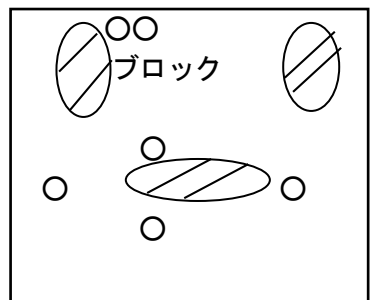
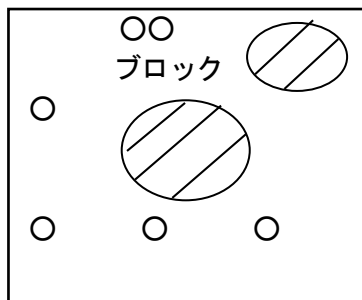
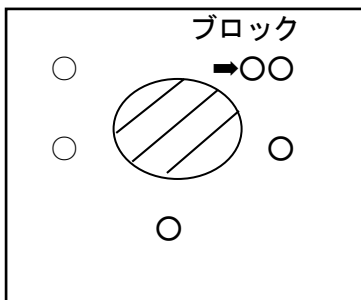
3 チーム練習（三段攻撃、フォーメーション練習）

どんな攻撃が有効だったか、
どのような場所にボールが落ちたか

4 ゲーム 6対6で行う。（1試合5分）

「仲間と連携した攻撃の際に、ポジションに応じて相手を引き付ける動きをする」

- ・学習課題について、作戦や練習方法を話し合う。
- ・チームの課題に応じて、その課題につながる練習を選択し、各チームで練習する。
- ・ローテーションを意識してゲームを組み立てる。
- ・相手の返球を予測した準備姿勢をとる。
- ・ブロックなどを取り入れて空いたスペースに返球練習



- ・空いているスペースを見つけて返球する。
- ・スパイクコンビネーション練習

- 空きチームで主審(イン、アウト、ワンタッチ、ネットタッチ)、副審(ワンタッチ、ネットタッチ、パッシング)、ラインズマン(イン、アウト、ワンタッチ)、スコア(点示)を行う。

5 整理運動、学習のまとめ、振り返り(OPP)

作戦を立てたり、チームで声かけ合ったりすることで、ラリーが続くようになるなど、教師側の声かけも重要なポイントです。

【学習内容】

- 相手の攻撃の変化に応じて、仲間とタイミングを合わせて守備位置を移動すること。(技)
- 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、練習の計画をたてること。(思) ※指導事項の2、3を併せた内容
- 球技の学習に主体的に取り組もうとすること。(学)

【学習活動】

1 チーム練習(フォーメーション練習)

- 前回の課題解決の方法について理解したことを活用し、課題の発見、改題解決の練習計画を立てるように確認する。
- 「ラリーの中で、相手の攻撃や味方の移動で生じる空間をカバーして、守備のバランスを維持する動き」を課題として考えることで、チームの雰囲気も重要な要素であることに気付かせる。

2 リーグ戦(15点マッチゲーム)

(1) メインゲーム(3時間)

※15点マッチにすることで、1チームの試合数をできるだけ増やすことを目的とする。

(2) 競技の運営を全て生徒全員で協力・役割分担して円滑に進める。

(3) チームの作戦が実践できたか、作戦タイムで振り返る。

(4) 個人での振り返り(学習シート、ポートフォリオ)

チームでの振り返り(学習シート、OPP) → 発表、自己評価
表彰式、まとめ、振り返り
教師の評価(単元の中で、生徒の成長の様子を伝える)

【障がいのある生徒などへの配慮】

- ① 雰囲気をよくする声かけ
- ② ラリーを続ける声かけ
- ③ 技術を高める声かけ など

1 1
.
1 2
.
1 3



学習カードについては、参考例を紹介しています。
生徒の実態に合わせて工夫してみましょう。



課題解決のために ～課題を解決するためのヒント～

① ボールが痛いと言いが出し出す場合

- ・手袋、軍手を着けてみると痛みが軽減し、ボールをつかむ感覚が分かりやすくなり、恐怖感も軽減できます。
- ・ボールの種類を変えて段階的にレベルアップし、正式なボールにしてみてもうかがいましょうか。
- ・アンダーハンドレシーブは橈骨（とうこつ）にボール当たると痛みが出たり、内出血になることが多いです。ボールを当てる場所は腕の内側で、平らな部分を意識しましょう。
- ・楽しみながら基本練習を盛り込んでみてはどうでしょうか。

② ラリーが続かないから面白くない、コントロールがつかない場合

- ・ボールの種類を工夫して、サイズの大きいボール、軽量球などコントロールしやすいボールから始めてはどうでしょうか。
- ・ワンバウンド有りのレシーブやゲームを取り入れる。(ワンバウンドさせることで恐怖感が軽減でき、ボールの落下点が見つけやすい、リズムが取りやすい。)
- ・ネットを挟んだランニングパスの成功回数を班ごとに競わせるとゲーム性が高くなり、集中力や高揚感を増すことができる。

③ 身長の高い生徒の意欲が低い場合

- ・身長の高い生徒が多いチームが勝つためには、レシーブ力が重要なポイントになります。レシーブ練習を多くし、失点を減らす。自チームのコートにボールを落とさない。粘り強く相手のミスを待つという戦略になります。

【レシーブ練習はボールを放つ生徒の役割が大事です】

- ・必ずレシーブできるボールを放つ ⇒ 基本のレシーブの姿勢の確立とボールコントロールを身に付ける。トスにつながる意識を持つこと。
- ・ゆるいボール（軟打、チャンスボール）は前後左右を狙い、その落下点地点に素早く移動すれば簡単に取れる、という感覚を養うこと。
- ・正面の強打レシーブ → 相手からのスパイクに対して、ブロックがノーマークになってもレシーブは逃げないこと。ボールにスピードがあるのでレシーブフォームを崩さなければあたるだけで簡単にレシーブできるという感覚を養う。
- ・選手のレシーブ意欲をかき立てるような声かけや動き（レフト、センター、ライトに移動する）を取り入れる。

【実技内容】令和4年度体育・保健体育指導力向上研修会で取り扱った内容を紹介しています。

ネット型（実技動画）

バレーボール

プレルボール

バドミントン

ハンドテニス



①アタックプレルボール (3対3)

- ・打ち続けて、ラリーを続ける
- ・3回で返球。1・2回は相手ポイントワンバウンドでつないで相手コートに返す
- ・①たたきワンバンパス ②キャッチワンバンパス ③アタック（返球）、サーブは山なり



②連携プレイゲーム (自分の役割を判断する)

- OF3人、DF2人。攻守交代5分間、ポジションチェンジあり
- ・サーブから3段攻撃：①レシーブ ②セッターキャッチトス ③アタック（狙う）
 - ・(DF側) OF側の攻撃をワンバン、ノーバウンドでキャッチできたら防御成功で得点。DFが取れなかったらOFの得点
 - ・①がレシーブしたら③レフトからアタック
 - ・③がレシーブしたら①ライトからアタック
 - ・②がレシーブしたら①③キャッチトスしてアタック（返球）



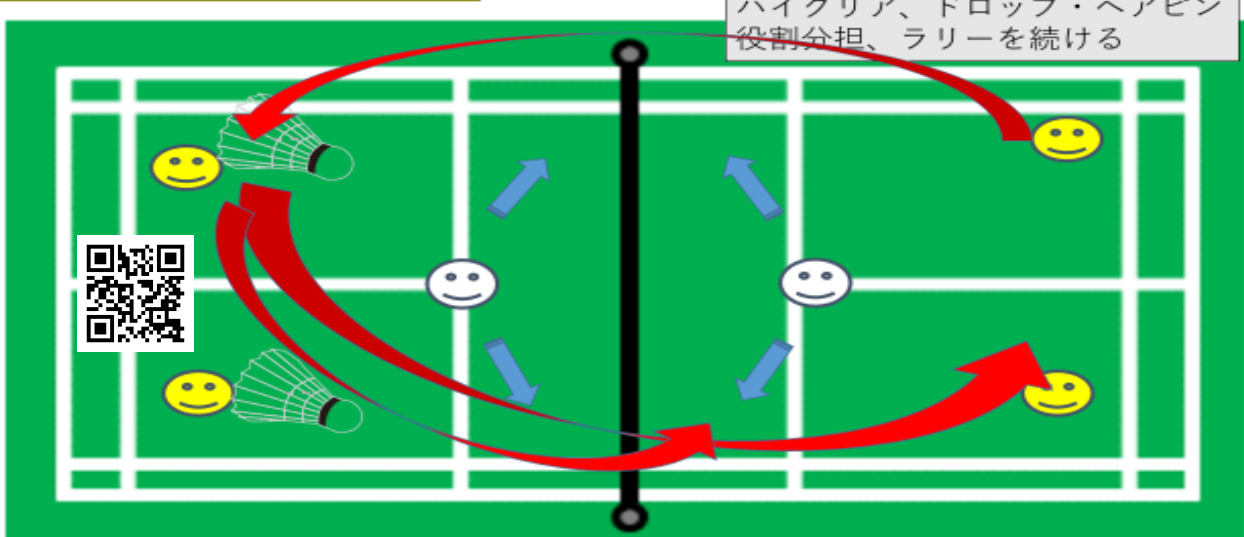
③ センターキャッチ、ファウストボール



① ドライブ

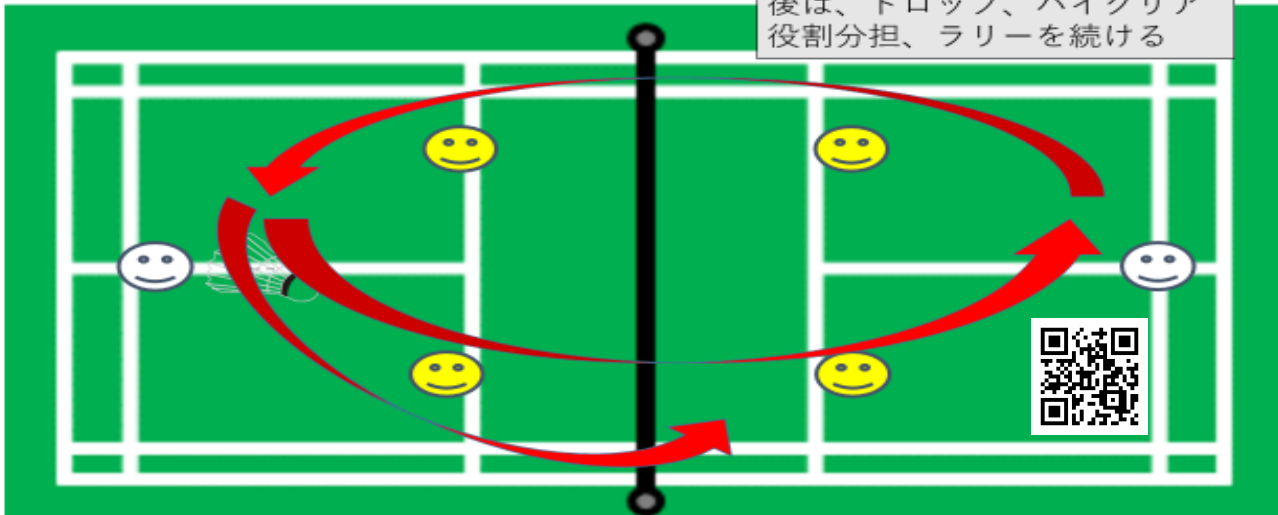


② バドミントン 3対3



③ バドミントン 3対3

前2人、後1名のフォーメーション
後は、ドロップ、ハイクリア
役割分担、ラリーを続ける



ハンドテニス



テニス、卓球の組み合わせた優しいゲーム
ラリーは交互に繰り返す。バドミントンコート
ワンバウンドでサーブ（ポイント側サーブ）
2バウンドまで可、原則ノーバウンドなし
ポジション設定大切
前半3分、後半3分 ※ホレーホレー練習



ワンペーパーポートフォリオ (One Paper Portfolio. 以下OPP) の活用について

【主な生徒の感想】

- ・課題が明らかになって次につながる、目標も立てやすい。
- ・成長が分かって自信につながった。
- ・先生からのコメントがモチベーションになった。
- ・見やすく使いやすく、反省点を意識しながら授業に臨めた。
- ・書く内容が難しく、毎回同じようなことしか書けなかった。

OPPは学習内容や自身の成長過程を把握する手段として有効であると考えます。またOPPを作成する際、単元計画や評価規準をふまえたものにしておくことで生徒たちは「何を学習してどう評価されるのか」が把握でき、授業に取り組みやすくなるといえる。また、教師からのコメント返しについても参考になったという生徒が多かった。手間はありますが振り返りに対する教師のコメントは、生徒の次の授業へのモチベーションを高めさせる材料の一つにもなる。認め、励ますことはもちろん、学習内容の定着を図るためにも生徒にとって新たな気づきとなるような効果的なコメントを今後も返していきたい。

【参考資料】

令和4年度体育授業【球技・ネット型】ポートフォリオ（12時間） <生徒用> 年 組 号（ ）

<p><球技・バレーボール授業の目標>..</p> <ul style="list-style-type: none"> ・（ ）機会を多くし、サーブ・レシーブ、トス、アタック、ブロックなどの正しい技術を身につけよう。（ ）.. ・自己やチームの（ ）を発見し、解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、考えたことを（ ）に伝えよう。.. ・授業に（ ）に取り組むとともに、（ ）なプレーを大切にし、（ ）を確保しよう。.. 		
<p>1 バドミントン 月 日..</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション、ウォーミングアップ.. ・直上パス（ ）回、サーブ（ ）回.. ・3対3簡易化ゲーム.. 〈バドミントンにおける注意・ルール〉.. 〈本時の自己評価とその理由〉（ ）.. .. 	<p>2 バレーボール 月 日..</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション、ウォーミングアップ.. ・直上パス（ ）回、サーブ（ ）回.. ・ブレルボール（ワンバウンド、キャッチ）.. 〈バレーボールにおける注意・ルール〉.. 〈本時の自己評価とその理由〉（ ）.. .. 	<p>3 卓球・ハンドテニス 月 日..</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オリエンテーション、ウォーミングアップ.. ・壁打ち（ ）回.. ・簡易化ゲーム.. 〈卓球・ハンドテニスにおける注意・ルール〉.. 〈本時の自己評価とその理由〉（ ）.. ..
<p>6 <ペアや連携を高める 月 日..</p> <ul style="list-style-type: none"> ・簡易化ゲームで攻防やミーティングをしながら連携やペア力を高める。.. 〈ペアに伝えた内容と伝え方で工夫したこと〉.. 〈アドバイスをもとに考えた自分の課題〉（ ）.. 	<p>5 <ペアでの作戦・連携 月 日..</p> <ul style="list-style-type: none"> ・直上パス：（ ）回、壁打ち（ ）回.. ・簡易化ゲーム、ラリー・攻防.. 〈学習の振り返り〉.. 〈意識したこと・一番良かったシーン〉（ ）.. 	<p>4 バドミントン、卓球の選択分け 月 日..</p> <ul style="list-style-type: none"> ・〈現時点でのペアでの目標・課題設定〉.. ・〈本時の自己評価とその理由〉（ ）..