

保健体育科学習指導案

令和6年10月25日（金）第5校時 体育館一階
第3学年1・3組 男子19名 女子23名 計41名
熊谷市立富士見中学校 教諭 齋藤 淳平

1 単元名 「球技」(ネット型：卓球)

2 運動の特性

(1) 一般的特性

- 卓球台を挟んで相対するプレーヤーが、シングルスやダブルスで、ラケットを使ってプラスチックのボールを打ち合い、互いに得点を競い合うスポーツである。
- ボールスピードと回転を与えて積極的に攻撃したり、じっくり守って相手のミスを誘ったりするなど、いろいろな相手と勝敗を争うところに楽しさがある。
- 巧緻性や俊敏性、筋持久力、スピードなど多くの体力要素を高めることのできる運動であり、体力や基礎的な運動技能を維持・向上することも期待できる。また、健康増進のための生涯スポーツとしても適切な運動である。

(2) 生徒から見た特性

卓球の楽しさや喜びを感じる要因	卓球を遠ざける要因
・ラリーが長く続いたとき。 ・技術を身につけて試合に勝てたとき。 ・仲間と協力して攻撃や守備ができたとき。	・うまく球をコントロールして打てないとき。 ・技能があまり身に付かないとき。 ・仲間とうまく連携できないとき。

3 生徒の実態

(1) 知識及び技能

中学1年生時にネット型のバドミントンをを行い、2年生ではネット型を行っていないので、今回が初めての卓球の学習となる。ルールや基本的な用語、基本技能などを理解出来ている生徒は少ない。ただ、男女ともに卓球部があるので経験者は男女ともに複数名いる。ゴール型のタグラグビーとの選択で卓球を選んでいる生徒である。

(2) 思考力、判断力、表現力等

見本の動きと自分の動きや他者の動きを比較して、自分や仲間の課題を発見することや、学習カードに自他の課題を記入し、次時の活動に生かそうとする生徒は多い。課題解決へ向け、話し合う場面も多く見られたが、自分の思いや考えを伝えることが難しい生徒も見られた。また、課題と解決方法が適切ではない生徒も見られる。

(3) 学びに向かう力、人間性等

意識調査の結果から体育の授業が好きな生徒が多く、また、卓球が好きな生徒も多い。明るく素直で活発であり、仲間と協力して授業に自主的に取り組むことのできる生徒がほとんどである。しかし、互いに助け合い、教え合おうとする生徒は少ないのが課題である。パリオリンピックも開催され、話題性もあることや、中学体育で初めての卓球のため、楽しみにしている生徒が多い。

【意識調査の結果】(卓球選択者 卓球選択者41名)

質問1 体育の授業は好きですか。

回答	好き	どちらかという好き	どちらかといえば嫌い	嫌い
	47%	41%	9%	3%

質問2 卓球は好きですか。

回答	好き	どちらかという好き	どちらかといえば嫌い	嫌い
	51%	45%	4%	0%

質問3 卓球の授業を身に付けたいですか。

・基本的な技能(球の打ち方)	・ダブルスでの仲間との連携	・回転のかけ方	・ラリーの続け方	・サーブの打ち方
・スマッシュの打ち方	・ルールや歴史	・得点のとり方	・フットワーク	

4 教師の指導観

(1) 知識及び技能

多くの生徒が初心者のため、卓球の技術や名称、ルールの確認をしながら、ラケットの扱いや基本的な動作を身に付けていく。感覚づくりの運動に卓球の要素を多く取り入れ、動画資料や学習資料等を用いて基本的な技能の定着を図る。また、ダブルスでの連携にも重点を置いた授業を展開する。

(2) 思考力、判断力、表現力等

自己の課題に気付くことや、仲間とともに解決への取り組み方を工夫できるよう、ICT端末での動画撮影や教材・教具の効果的な掲示等を行い、話し合い活動の充実を図る。生徒一人一人にめあてを設定することで、学習内容を明確にし、自己や仲間の考えたことを他者に伝えられるようにする。

(3) 学びに向かう力、人間性等

準備や片付け等をはじめ、活動に率先して動けるような役割分担やルールの工夫を行う。責任感と参加意識をもって、健康・安全に留意し、生徒が楽しく活動できるようにする。自己の伸びを実感できるように、技能を確認する時間、運動量やゲームの時間の確保を行い、繰り返し自分の課題に粘り強く取り組めるようにする。仲間との肯定的な言葉がけを意識できるような授業を展開する。

5 単元の目標

- (1) 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、運動観察の方法を理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開できるようにする。
(知識及び技能)
- (2) 攻防などの自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて運動の取り組み方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えることができるようにする。
(思考力、判断力、表現力等)
- (3) 卓球に自主的に取り組むとともに、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、互いに助け合い教え合おうとすることができるようにする。
(学びに向かう力、人間性等)

6 単元の評価規準

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
【知識】 ① 卓球において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 ② 戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて学習した具体例を挙げている。 ③ 練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて学習した具体例を挙げている。 【技能】 ④ サービスでは、ボールをねらった場所に打つことができる。 ⑤ ボールを相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 ⑥ 腕やラケットを強く振って、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。 ⑦ ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすることができる。	① 選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 ② 自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。 ③ 体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに卓球を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。 ④ 球技の学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。	① 卓球の学習に自主的に取り組もうとしている。 ② 一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。 ③ 互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。

7 単元の計画

(1) 領域の取り上げ方

	ゴール型				ネット型				ベースボール型
学年／運動	サッカー	バスケットボール	タグラグビー	ハンドボール	卓球	バドミントン	バレーボール	ソフトテニス	ソフトボール
第1学年	8時間					8時間			8時間
第2学年		12時間		12時間					
第3学年	16時間	16時間	15時間		15時間	13時間			13時間

※第3学年は、「卓球」「タグラグビー」から選択。「バドミントン」「ソフトボール」「柔道」から選択。

「サッカー」「バスケットボール」から選択

(2) 領域の内容（運動種目）と目指す動き

学年	教材	目指す動き
第1学年	バドミントン	・ボールを返す方向にラケット面を向けて打つこと。 ・相手の打球に備えた準備姿勢をとること。
第3学年	卓球	・ボールを相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すこと。 ・ラリーの中で、味方の動きに合わせてコート上の空いている場所をカバーすること。

(3) 指導と評価の計画 (15時間扱い) 本時は○印 8 / 15時

時間	1	2	3	4	5	6	7	⑧	9	10	11	12	13	14	15
ねらい	卓球の基本用語やポイントを理解しよう。	ねらったところをボールを打とう。	サーブをねらった場所に打とう。	ゲームを分析して仲間へ改善ポイントを伝えよう。①	強く振ってスマッシュを打ち込もう。	一人一人の違いに応じて課題や挑戦戦及び修正などを認めよう。	仲間と助け合い、教え合おう。	ゲームを分析して仲間へ改善ポイントを伝えよう。②	戦術や作戦に応じて技術をゲーム中に適切に発揮しよう。	卓球をもっと楽しむために、何が必要か考えよう。	仲間に合わせてラリーをしよう。	作戦・戦術についての話し合い、練習をしよう。	戦術や作戦に応じて技術的に適切に発揮しよう。	体力や技能、性別等の違いに配慮して卓球を楽しもう。	卓球の授業に自主的に取り組みよう。
指導内容	・技術の名称 ・学習の進め方 ・練習の取り組み方 ・ゲームの行い方 ・役割分担	・ねらった場所への打ち方 ・ゲームの仕方	・ねらった場所へのサーブの打ち方	・自他の成果や課題の付け方	・スマッシュの打ちこみ方	・仲間との関わり方 ・共生の視点 ・仲間への配慮	仲間との関わり方	・自他の成果や課題の付け方	・戦術、技能のポイント	・卓球との関わり方	・ダブルスでの仲間との連携方法	・自他の成果や課題の見付け方 ・戦術、技能のポイント	・自他の成果や課題の付け方 ・戦術、技能のポイント	・仲間への配慮 ・共生の視点 ・楽しむための活動方法と修正の仕方	・卓球のまとめ
学習過程	1 集合、挨拶、出席確認、健康観察	1 用具の準備 2 集合、挨拶、出席確認、健康観察 3 感覚つくりの運動 4 本時のねらい、内容の確認													
	2 本時のねらいと内容の確認	5 ねらった方向へボールを打つ練習 (多球練習)	5 ねらった場所へサーブを打つ練習 (範囲限定)	5 シングルのゲーム① ・2分間 ・サーブ2本交代 ・動画を撮影	5 スマッシュの練習 スマッシュゲーム ・7点先取 ・サーブは2本交代 ・デュースはなし	5 シングルのゲーム① ・2分間 ・サーブ2本交代 ・動画を撮影	5 エレベーターゲーム ・7点先取 ・サーブは2本交代 ・デュースはなし	5 シングルのゲーム① ・2分間 ・サーブ2本交代 ・動画を撮影	5 前時の課題別での練習 ・サーブ ・フォア、バック ・6.3 球目攻撃、4球目攻撃の練習 ・7 簡易ゲーム エレベーターゲーム ・7点先取 ・サーブは2本交代 ・デュースはなし	5 いろんな関わり方をすればもっと楽しめるようになるか考える。 ・技術が身につけば ・試合観戦をすれば ・知識が増えれば 等	5 ダブルスのラリーの練習 ・立ち位置 ・サーブ ・レシーブ	5 前時の課題別の練習 ・サーブ ・フォア、バック ・戦術 ・6 仲間との連携話し合い ・立ち位置 ・サーブ ・レシーブ	5 ダブルスのゲーム① ・11点先取 ・サーブ2本交代 ・10点以降は1本交代 ・動画を撮影	5 シングルのゲーム① ・11点先取 ・サーブ ・フォア、バック ・戦術 ・6 仲間との連携話し合い ・立ち位置 ・サーブ ・レシーブ ・7 ダブルスのゲーム ・11点先取 ・サーブ2本交代 ・10点以降は1本交代	5 シングルのゲーム① ・11点先取 ・サーブ ・フォア、バック ・戦術 ・6 仲間との連携話し合い ・立ち位置 ・サーブ ・レシーブ ・7 ダブルスのゲーム ・11点先取 ・サーブ2本交代 ・10点以降は1本交代
	7 集合、健康観察 8 整理運動 9 学習の振り返り、学習カードの記入 10 まとめ 11 次時の予告 12 挨拶、片付け	8 集合、健康観察 9 整理運動 10 学習の振り返り、学習カードの記入 11 まとめ 12 次時の予告 13 挨拶、片付け													
評価計画	知・技	⑤	④	③	⑥			(4)(5)	②		⑦		②	(4)(5)	
	思・判・表			(1)				①		④		②		③	
	態						③								①
方法	観察・ノート	観察	観察	観察・ノート	観察	観察・ノート	観察・ノート	観察・ノート	観察・ノート	観察・ノート	観察	観察・ノート	観察・ノート	観察・ノート	観察・ノート
場面	3,6,9,10	5,6,7	5,6,7	6,7	5,6	5,6,7	5,6,7	5,6,7	5,6,7	5,6,7	5,6,7	5,6,7	5,6,7	5,6,7	3,5,8,9

8 本時の学習と指導（8／15時）

(1) ねらい

- ・選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えることができるようにする。〈思考力、判断力、表現力等〉

(2) 準備

- ・ラケット・ボール・卓球台・ネット・学習カード・ICT 端末・ホワイトボード・掲示物・スピーカー

(3) 展開

	学習内容・活動	指導上の留意点（○指導，◆評価規準）
導入 10分	1 用具等の準備 2 集合・挨拶・出席確認・健康観察 3 感覚づくりの運動 ①素振りフットワークダンス ②ボールつき ③コロコロラリー ④バウンドクロスラリー ⑤1 分間ラリー	○仲間と協力し、素早く準備できるようにする。 ○体育委員の号令で元気よく挨拶できるよう声かけを行う。 ○健康観察を行い、健康状態を確認する。 ○ポイントを理解させ正しく活動ができるようにアドバイスを する。 ① 素振り・フットワークダンス ・音楽に合わせて足を動かし、ラケットの角度を意識して行う。 ③コロコロラリー④バウンドクロスラリー ・ラケットの向き、打ち方を意識して行う。
展開 30分	4 本時のねらい、内容の確認 ゲームを分析して仲間へ改善ポイントを伝えよう。 5 シングルのゲーム① ・4 人組 2 分交代 ・プレイヤー2 人 審判 1 人 撮影者 1 人 ・サービス 2 本交代 ・動画を撮影 6 動画分析（自己観察・他者観察） ・学習カードに分析結果を記入，課題を考察。 7 シングルのゲーム② ・5 と同じルールで行う。時間は 3 分。	○本時のねらいをわかりやすく説明する。 ○本時の活動の流れを提示し確認する。 ○ICT 端末を使用し自分達の試合を撮影する。 ○積極的に取り組んでいる生徒を称賛し励ます。 ○審判方法についても触れ、正しい方法でゲームを行う。 ○話合いが活発になるよう助言を行う。 ○観察，分析で得た成果や改善点を試合で意識できるよう促す。 ◆選択した運動について、合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。 （観察・ノート）【思考・判断・表現】 △「努力を要すると判断される状況（C）」の生徒への指導の手立て ・分析カードを用いて自分のゲームを振り返り、成果と改善点を確認できるよう助言する。 ◎「十分満足できると判断される状況（A）」の生徒の具体的な姿 ・自己観察，他者分析による自他の成果、改善点を見付け，解決方法まで具体的に挙げるができる。
整理 10分	8 集合，健康観察 9 整理運動 10 学習の振り返り，学習カードの記入 11 まとめ 12 次時の予告 13 挨拶，片付け	○素早く集合し，健康観察を行う ○呼吸を整えながら，整理運動を行う。 ○記入した分析カードを参考に本時を振り返り，具体的な表現で記入できるようにする。 ○ねらいを達成できた生徒を称賛する。 ○次時の連絡をし，見通しをもてるようにする。 ○元気に挨拶をし，片付けを速やかに行う。