

# 中学校 保健体育科学習指導案

日 時 平成 23 年 ○ 月 ○ 日  
対 象 ○○立○○中学校第 1 学年

## 1 単 元 球技 ベースボール型「ソフトボール」

### 2 単元目標

- 基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位置での守備などによって攻防を展開することができる。 (技能)
- 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、分担した役割を果たしたり仲間の学習を援助したりするなどして自主的に取り組むことができる。 (態度)
- チームの課題解決にあたっては、積極的に話合いに参加するなど、それぞれの考えを伝え合うことができる。 (態度)
- バットの扱い方やネットの設置場所など練習場所の安全を確認しながら練習やゲームを行うことができる。 (態度)
- 攻防時のルールや技術などを理解し、状況に応じた活用方法を見い出したり、自己やチームの課題に応じた運動の取り組み方を工夫したりできるようにする。 (知識、思考・判断)

### 3 単元の評価規準

| 観 点      | 単元の評価規準   |
|----------|---|
| 関心・意欲・態度 | <ul style="list-style-type: none"><li>・勝敗を競う楽しさや喜びが味わえるように自主的に取り組もうとしている。</li><li>・チームなどの課題解決や作戦についての話合いに貢献しようとしている。</li><li>・練習場や用具の安全を確かめ、健康・安全に留意して練習やゲームをしようとする。</li></ul>      |
| 思考・判断    | <ul style="list-style-type: none"><li>・基礎的な知識や技能を活用して、仲間に対して技術的な課題や有効な練習方法を選択している。</li><li>・作戦などの話合いの場面で、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></ul>  |
| 技能       | <ul style="list-style-type: none"><li>・基本的なバット操作で、タイミングを合わせてボールを打ち返すことができる。</li><li>・全力で駆け抜けたたり、打球の状況によって止まったり進んだりすることができる。</li><li>・安定したボール操作や定位置での守備、ベースカバーやバックアップができる。</li></ul> |
| 知識・理解    | <ul style="list-style-type: none"><li>・ソフトボールの特性や学び方、技術の構造、合理的な練習の仕方を理解している。</li><li>・競技や審判の方法を理解し、知識を身に付けている。</li></ul>  |

### 4 単元の特性

#### (1) 機能的特性

- ・ ワンプレイ毎の「アウト」「セーフ」がベースボール型の醍醐味である。
- ・ 技能が向上するにつれ攻守ともに作戦が多くあり、状況に応じて作戦を立て、より高度なゲームを楽しむことも可能になる。

#### (2) 構造的特性

- ・ 攻守が分かれ、一つの塁やアウトをとるための状況判断やチームプレイが要求される。

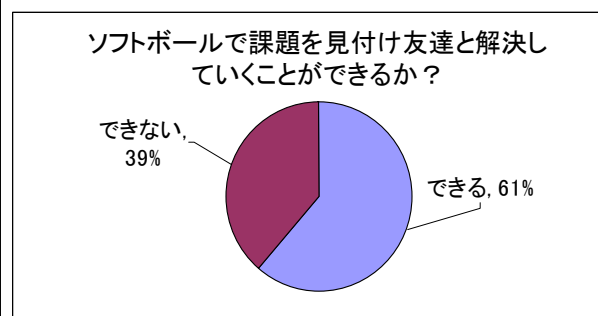
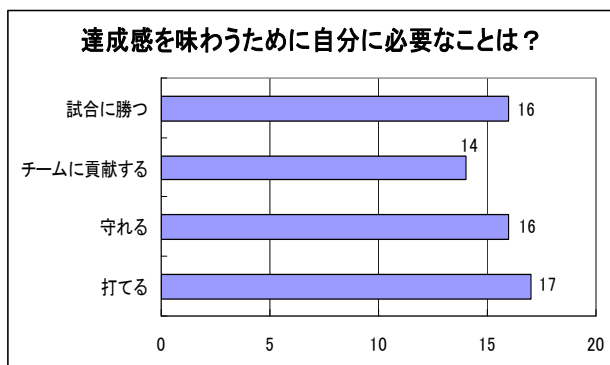
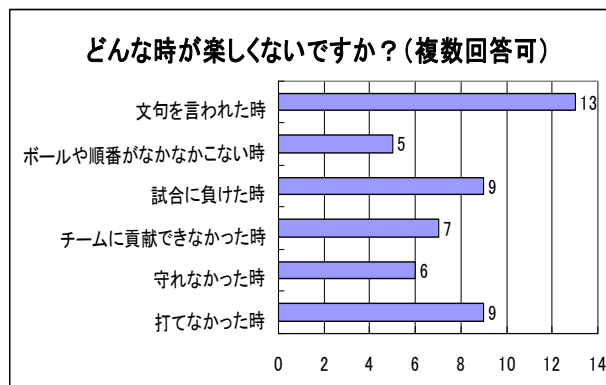
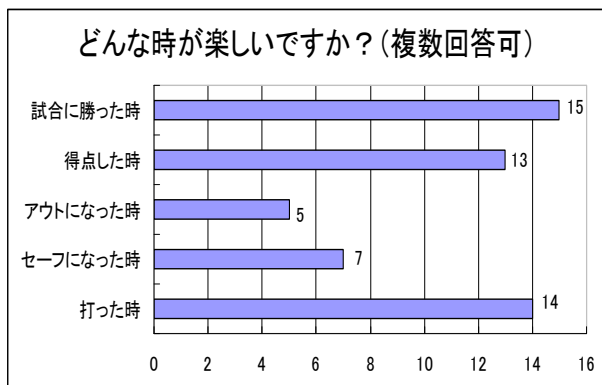
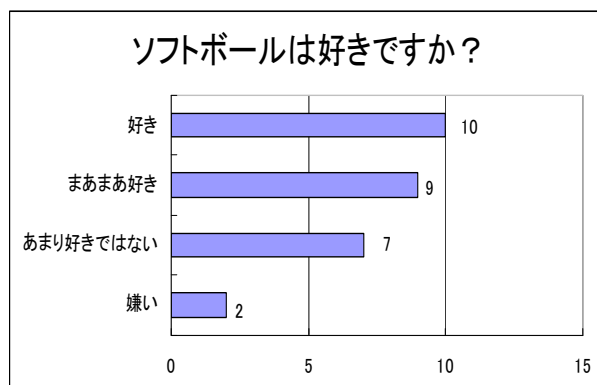
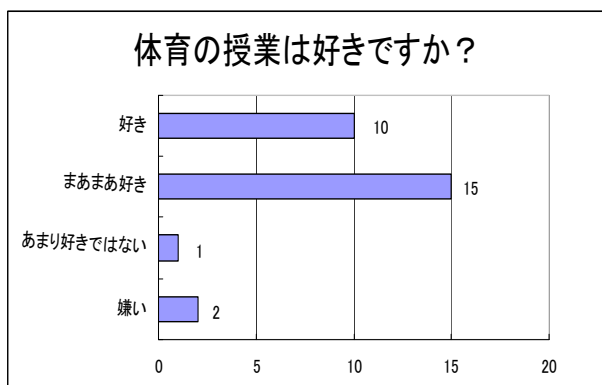
- ランナーを進めて点を取り合うスポーツである。
- バットやグローブなど他のスポーツにはない用具操作が必要であり、それらを用いて「打つ」「投げる」「捕る」「走る」といった多くの技能が要求される。

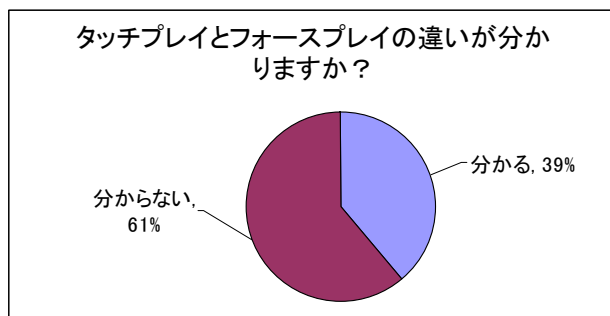
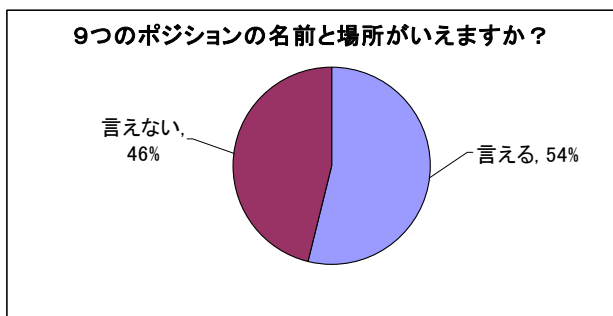
### (3) 効果的特性

- ボールの転がり方やスピードの差により、その変化に対応できる身体的能力（筋力・敏捷性・瞬発力・巧緻性など）や空間感覚の向上を図ることができる。
- ゲームではよりの確な状況判断や作戦の工夫など、一球ごとにプレイの確認ができ、コミュニケーション力などの協調性を育成することができる。

## 5 生徒の実態（対象生徒数 計28名）

### (1) アンケート調査及び技能の事前調査





**【技能の事前調査】**

| 分類     | 内容  | できる | ある程度できる | できない |
|--------|---|-----|---------|------|
| バット操作  | 握りを肩の高さにして、バットヘッド（先）を背中方向に向けること                               | 6   | 18      | 4    |
|        | バットのヘッドが手首と同じ高さとなるように円運動で振りぬくこと                               | 7   | 18      | 3    |
|        | 1でテイクバックさせ、2でミートするリズムでバットを振り、ボールに当てること                        | 7   | 18      | 3    |
| ボール操作  | 後ろ足から前足へ体重を移動し、フォロースルーを大きくして狙ったところに投げること                      | 6   | 18      | 4    |
|        | サイドステップで回りこみ、送球の軸足に体重を乗せること                                   | 7   | 17      | 4    |
|        | 片足をベースのへりにつけ、送球方向に合わせ、反対の足を踏み出すこと                             | 6   | 18      | 4    |
| 走塁     | 全力で走りながら、タイミングを合わせて塁を駆け抜けること                                  | 7   | 18      | 3    |
| 準備姿勢   | 内外野にバランスよく守備隊形をとり、素早く打球に反応できるように打者に向かって構えること                  | 5   | 19      | 4    |
| 連携した動き | 捕球のために空いた塁やランナーが進塁する塁に近い野手が入ったり、エラーや悪送球に備えて味方の守備のカバーに入ったりすること | 5   | 19      | 4    |

(2) 考察と指導計画への配慮事項

① ベースボール型の経験と知識について

- ・ 遊びの中で7割以上の生徒が野球に似ている遊びを経験している。小学校でも「キックベースボール」や「ティーボール」など、多くの生徒がベースボール型の経験をしている。
- ・ ルール等に関する質問では半数以上の生徒がルールを理解していないため、それが状況判断等の難しさにもつながっていると思われる。したがって、オリエンテーションの工夫や段階的な指導によりルールや戦術を理解させていく必要がある。
- ・ 生徒は打って試合に勝った時が楽しいと感じている。また、授業の中では守れるようになりたいと考えている生徒も多いことから、守備に課題をかかえている生徒が多いと考える。

② 班テーマとの関わりから

- ・ 体育の授業が「好き」「まあまあ好き」の数に比べて、ソフトボールが「あまり好きではない」「嫌い」と感じている生徒は全体の1/3を占めており、「試合に負けた時」や「打てなかった時」を理由として挙げている。逆にソフトボールの楽しさを見ると、「打った時」「得点した時」「試合に勝った時」を楽しんでいる生徒が多いため、「打てるようにする」指導を重点化する必要がある。投球においても、真ん中に投げて打たせる指導や、味方のトスから打たせるなどの配慮が大切であるとする。
- ・ 教え合いを活発化させるにあたって、肯定的な言葉かけを奨励し、探究的な活動を取り入れていく。また、ヒットが打てなくても進塁打やベースカバーでチームへ貢献した場合は、それを全体で認めていくことで、達成感を味わわせる。

③ 技能の事前調査から

- ・ 野球経験のある生徒を中心に3チームを編成し、アドバイス・支援に当たらせる。
- ・ 経験者がいることや技能の高い生徒が多いことから外野へ打球が多く飛ぶことが予想されるため、ポジションを早期に固定し、チームノックを早めに取り入れ、3年時の学習内容である中継プレイやねらったところへの打ち返しなども学習内容に加えていく。

6 具体的な手だて

|                      | 目指すべき生徒の学びの姿   | 具体的な手だて   |
|----------------------|--|---|
| 主体的に<br>考え行動<br>行動する | <ul style="list-style-type: none"> <li>・わかる・できる・楽しいで主体的な活動が促されている</li> <li>・言語活動が活発に行われている</li> <li>・見合い・教え合い学習が活発に行われている</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>①リーダーの育成と役割の意識化</li> <li>②毎時の目標の焦点化と振り返り</li> <li>③教え合いや課題を見付ける場面・指導計画の工夫</li> <li>④生徒の「発見」を促す適切な課題</li> </ul>   |
| 達成感を<br>味わえる         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・攻守が一つの塁を奪い合う特性に触れ、教え合いで分かる・できるようになる</li> <li>・豊かな人間関係の下で活動できる</li> <li>・個人・チームの課題改善が図られる</li> <li>・チームの勝利を味わうことができる</li> <li>・チームへ貢献できる</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>⑤教え合いによる効果的・効率的・段階的な技術指導</li> <li>⑥技能の向上を目的とした易しい投球</li> <li>⑦ケースゲーム前のゲームノックによる守備の動きの確認</li> <li>⑧上達を実感させるためのゲーム時における記録</li> <li>⑨「～するととってもいいよ」「ハイタッチ」など、肯定的な認め合いや人間関係の奨励</li> </ul> |

## 7 指導内容の系統性

| 校種        | 小学校  | 中学校   |   | 高等学校  |  |  |
|-----------|--|---|---|---|--|--|
| 学年        | 第5学年及び第6学年   | 第1学年及び第2学年  | 第3学年  | 入学年次  | その他の年次以降   |  |
| 領域        | E ボール運動  | E 球技  |   | E 球技  |  |  |
| 内容        | ウ ベースボール型  | (3)ベースボール型  |   | ウ ベースボール型   |  |  |
| 学習指導要領の内容 | (1) 次の運動の楽しさや喜びに触れ、その技能を身に付けることができるようにする。              | (1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、基本的な技能や仲間と連携した動きでゲームが展開できるようにする。       | (1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームが展開できるようにする。                                       | (1) 次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、作戦や状況に応じた技能や仲間と連携した動きを高めてゲームが展開できるようにする。   |  |  |
|           | ウ ベースボール型では、簡易化されたゲームで、ボールを打ち返す攻撃や隊形をとった守備によって攻防をすること。 | ウ ベースボール型では、基本的なバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と定位位置での守備などによって攻防を展開すること。         | ウ ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作、連携した守備などによって攻防を展開すること。   | ウ ベースボール型<br>状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防を展開すること。  |  |  |
| 学習(指導)内容  | ソフトボール ティーボール  | ソフトボール  |   | ソフトボール  |  |  |
|           | バット操作<br>打球  | 【止まったボール、易しいボールを打つ】<br>・止まったボールや易しく投げられたボールをバットでフェアグラウンド内に打つことができる。 | 【肩越しでのバットの構え】<br>・投球の方向と平行に立ち肩越しにバットを構えることができる。<br>【水平になるようなスイング】<br>・地面と水平になるようにバットを振りぬくことができる。  | 【身体の軸を安定させたスイング】<br>・身体の軸を安定させてバットを振りぬくことができる。  | 【身体全体を使ったスイング】<br>・身体全体を使って振りぬくことができる。   |  |
|           |  |   | 【タイミングを合わせた打撃】<br>・タイミングを合わせてボールを打ち返すことができる。  | 【高さやコースへのタイミング】<br>・ボールの高さやコースなどにタイミングを合わせてボールをとらえることができる。  | 【スピードの変化へのタイミング】<br>・スピードの変化にタイミングを合わせてボールをとらえることができる。   |  |
|           |  |   |   | 【ねらった方向への打ち返し】<br>・ねらった方向にボールを打ち返すことができる。   | 【広い方向への打撃】<br>・走者を置いて作り出された空いた守備スペースの広い方向をねらってボールを打ち返すことができる。  |  |
|           |  |   |   |   | 【勢いを押さえたバント】<br>・バントの構えから勢いを弱めたボールをねらった方向へ打つことができる。  |  |
|           | ボール操作<br>送球  | 【オーバーハンドスロー】<br>・捕球する相手に向かって、オーバーハンドで投げるができる。                       | 【大きな動作での送球】<br>・投げる腕を後ろに引きながら足を踏み出して大きな動作でボールをねらった方向に投げることができる。                                   | 【一連の動きでの送球】<br>・ねらった方向へステップを踏みながら無駄のない一連の動きでボールを投げることができる。  | 【味方の動きに合わせた送球】<br>・塁に入ろうとする味方の動きに合わせて、捕球しやすいボールを投げるができる。<br>【走者の状況に応じた中継】<br>・塁上の走者の状況に応じて、投げる方向や投げ方を変えて中継することができる。<br>【コースや高さをコントロールした投球】<br>・打球は、コースや高さをコントロールして投げるができる。 |  |
|           |  | 【移動を伴う捕球】<br>・打球方向に移動し、捕球することができる。                                  | 【ゆるい打球に対応した捕球】<br>・ボールの正面に回り込んで、ゆるい打球を捕ることができる。<br>【正面の送球を受ける】<br>・守備位置から塁上へ移動して、正面の送球を受けることができる。 | 【最短距離で移動した捕球】<br>・捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ることができる。<br>【タイミングよく送球を受けたり中継したりする】<br>・仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり、中継したりすることができる。                                    | 【タイミングを合わせた捕球】<br>・打球のバウンドやコースに応じて、タイミングを合わせてボールを捕ることができる。<br>【次の送球をしやすいうボールの捕球】<br>・仲間の送球に対して次の送球をしやすいうようにボールを受けることができる。  |  |
|           | ボールを持たないときの動き<br>走塁                                    | 【状況に応じた走塁】<br>・塁間を打球の状況に応じて走塁することができる。                              | 【全力疾走での塁への駆け抜け】<br>・全力で走りながら、タイミングを合わせて塁を駆け抜けることができる。   | 【円を描く走塁】<br>・スピードを落とさずに円を描くように塁間を走ることができる。  | 【タッチアップの動き】<br>・タッチアップで、タイミングよく進塁の動きをすることができる。   |  |
|           |  |   | 【減速、反転による塁上での停止】<br>・減速したり反転したりして塁上に止まることができる。  | 【打球に応じた進塁】<br>・打球の状況に応じた塁の回り方で、塁を進んだり戻ったりすることができる。  | 【仲間の走者の動きに合わせた進塁や帰塁】<br>・仲間の走者の動きに合わせて、塁を進んだり戻ったりすることができる。   |  |
|           | 準備姿勢   |   | 【守備位置での準備姿勢】<br>・捕球しやすい守備位置に繰り返し立ち準備姿勢をとることができる。  | 【進塁先のベースカバー】<br>・味方からの送球を受けるために、走者の進む先の塁に動くことができる。<br>【中継プレイに備える動き】<br>・打球や走者の位置に応じて、中継プレイに備える動きをすることができる。<br>【ダブルプレーに備える動き】<br>・ポジションに応じて、ダブルプレイに備える動きをすることができる。 | 【状況に応じた守備位置に立つ】<br>・打者の特徴や走者の位置に応じた守備位置に立つことができる。  |  |
|           |  | 連携した動き  | 【ポジションごとの基本的な動き】<br>・ポジションの役割に応じてベースカバーやバックアップの基本的な動きをすることができる。                                   |   | 【中継位置への最短距離の動き】<br>・得点や進塁を防ぐために、走者の進塁の状況に応じて、最短距離での中継ができる位置に立つことができる。<br>【仲間の後方に回り込む動き】<br>・仲間の後方に回り込むバックアップの動きをすることができる。  |  |

## 8 単元の指導と評価の計画

| 時数                  | 1                                     | 2   | 3  | ④本時   | 5   | 6   | 7   | 8                                      | 9                            | 10                                | 11                                |                                   |  |
|---------------------|---------------------------------------|---|--|---|---|---|---|--|------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|--|
| ねらい                 | 【知る】<br>基本技能・ルールを知る<br>チームの課題を知る      |   | 【習得】<br>個人技能を高め、チームプレイを身に付ける   |   |   | 【活用】<br>学んだ技能を活用し<br>チームの得点パターンを作る                  |   |  | 【探究】<br>高まった技能で、作戦を立ててゲームを行う |                                   |                                   |                                   |  |
| 主な学習内容              | 準備運動・ベースランニング・整列・あいさつ・健康観察・今日の学習内容の確認 |   |  |   |   |   |   |  |                              |                                   |                                   |                                   |  |
|                     | 10                                    | チーム分け<br>ポジション決め<br>チーム役割分担<br>(事前に決めさせる)<br>刈エンテーション<br>学習の進め方<br>バッティング<br>捕球・送球<br>走塁の基本<br>(ドリルの紹介)   | 時間内キャッチボール(ゴロ・フライ捕球含む)   |   |   |   |   |  |                              |                                   | チームアップ                            |                                   |  |
|                     |                                       |   | 走者なしの<br>ゲーム<br>攻撃・守備・<br>ティーバッティングを<br>ローテーション<br>アウト0点<br>1塁1点<br>2塁2点<br>3塁3点<br>ホーム4点<br>カットプレイ・バ<br>ースカバーの動<br>き方 | ドリルA<br>(ゴロ捕球三角<br>形・カットプレイ)<br>ドリルB<br>(ティーバッティング) | バント練習<br>走者1塁の<br>ケースゲーム<br>攻撃・守備・<br>ティーバッティングを<br>ローテーション<br>進塁1~3点<br>打者0~4点 | ドリルA<br>(ゴロ捕球三角<br>形・カットプレイ)<br>ドリルB<br>(ティーバッティング) | 走者2塁の<br>ケースゲーム<br>攻撃・守備・<br>ティーバッティングを<br>ローテーション<br>進塁1~2点<br>打者0~4点  | 打者一巡<br>ゲーム<br>ホームで<br>1点<br>チーム<br>練習 | 3アウト制<br>ゲーム<br>チーム<br>練習    | リーグ戦<br>ゲーム<br>AB/BC<br>審判<br>C/A | リーグ戦<br>ゲーム<br>CA/AB<br>審判<br>B/C | リーグ戦<br>ゲーム<br>BC/CA<br>審判<br>A/B |  |
|                     | 20                                    | 走者1塁の<br>ゲームノック<br>走塁A<br>守備B・C<br>をローテーション   | 走者2塁の<br>ゲームノック<br>走塁B<br>守備C・A<br>をローテーション  | 整理運動・個人・チームの反省(練習計画)・本時のまとめ・あいさつ                    |   |   |   |  |                              |                                   |                                   |                                   |  |
| 40                  |                                       |   |  |   |   |   |   |  |                              |                                   |                                   |                                   |  |
|                     | 1                                     | 2   | 3  | ④本時   | 5   | 6   | 7   | 8                                      | 9                            | 10                                | 11                                |                                   |  |
| 学習活動における<br>具体の評価規準 | ア 関心・意欲・態度                            | 基本技能を身に付けようと積極的に取り組もうとしている。<br>①練習やゲームの際に分担した役割を果たそうとしている。<br>②相手や仲間のプレイを認め、お互いを尊重しながら練習やゲームに取り組もうとしている。<br>③チームなどの課題の解決に向けて、自らの考えを述べるなど積極的に話し合いに参加しようとしている。<br>④ボールやバットの扱い方、練習場所など自己や仲間の安全を確保している。 |  |   |   |   |   |  |                              |                                   |                                   |                                   |  |
|                     | イ 思考・判断                               | ①自らが出塁したり、仲間を進塁させたりするためのバット操作のポイントを見付けている。<br>②基本的なボール操作や走塁のポイントを見付けている。<br>③学習した安全上の留意点を他の練習場所や試合場面に当てはめることができる。<br>④個人・チームの学習課題を見付けている。   |  |   |   |   | ⑤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。<br>⑥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。<br>⑦個人・チームの学習課題を見付け、課題に応じた練習方法を選んでいる。 |  |                              |                                   |                                   |                                   |  |
|                     | ウ 技能                                  | ①基本的なバット操作ができる。<br>②ゴロやフライを捕ったり、ねらったところに投げたりするためのボール操作やポジションに応じた守備隊形、準備姿勢をとることができる。<br>③ポジションの役割に応じてベースカバーやバックアップの基本的な動きをすることができる。<br>④次の塁をねらって、全力で塁を駆け抜けたり、打球の状況によって止まったりできる。                      |  |   |   |   |   |  |                              |                                   |                                   |                                   |  |
|                     | エ 知識・理解                               | ①学習の進め方やルール、審判・記録の方法を理解できている。<br>②ポジションの名称や役割、集団的な技術や戦術、作戦の名称その具体的な行い方や活用方法を挙げている。<br>③ベースボール型では、巧緻性、敏捷性、瞬発力、筋力などが高められることを理解できている。  |  |   |   |   |   |  |                              |                                   |                                   |                                   |  |

## 9 本時の学習（4／11）

### (1) 本時のねらい

- ・ポジションの役割に応じた基本的な守備ができる。
- ・相手や仲間のプレイを認め、互いに協力して安全に練習やゲームができる。
- ・ランナーを進めるための攻撃や走塁の仕方、1塁ランナーを進塁させるためのバット操作のポイント及び作戦を見付けることができる。

### (2) 本時の展開

|            | 学習内容・活動   | 教師の指導・留意点   | 評価（方法）  |
|------------|---|---|---|
| はじめ<br>10分 | 1. 集合・整列・挨拶<br>2. 本時の目標の確認をする。<br>・前時の振り返り<br>・本時のねらいの確認<br>3. 準備運動・ベースランニング<br>・時間内キャッチボール               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・見学者への指示をする。</li> <li>・前時の走者1塁のゲームノックの守備・走塁について簡単に振り返り、個人の目標も発表させる。</li> <li>・教師から「0死1塁での有効な攻撃方法は？」という課題設定する。</li> <li>・課題に応じてゴロ・フライの捕球を行わせる。</li> </ul>   |   |
| なか①<br>10分 | 4. バントの種類ややり方、練習方法を聞く。  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・バントの練習方法を提示し、取り組ませる。</li> <li>・チーム練習の場所の割り当てと注意事項を確認させる。</li> </ul>   | ア－①、④<br>(観察)                                     |
| なか②<br>25分 | 5. 走者1塁のケースゲーム<br>(1) 攻撃C 守備B ティーA<br>(2) 攻撃B 守備A ティーC<br>(3) 攻撃A 守備C ティーB<br>※ティー打撃場所を3カ所設け、攻撃はコーチャーもつく。 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・走者1塁の時の攻撃は自分が進塁させられる手段を自由に選択させる。</li> <li>・攻撃、守備、ティー打撃の順番や記録の仕方について説明する。</li> <li>・アドバイスしながらゲームを行わせる。</li> <li>・投手は真ん中へ投げ、味方からのトスも可とする。</li> <li>・ティー打撃はリーダー等に技術的なアドバイスや支援をさせ、教師は全体を把握する。</li> <li>・攻撃が一巡した後、キャプテンを中心に反省と次の内容の確認を行わせる。</li> <li>・ミスを受け入れ励まし、ナイスプレーや好判断は、声とアクションで盛り上げさせる。</li> </ul> | イ－④<br>(話し合い・学習カード)<br>ア－②<br>(観察)<br>ウ－①<br>(観察) |
| まとめ<br>5分  | 6. 整理運動をする。<br>7. チーム回答・発表<br>8. まとめ・次時の確認・挨拶   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・所定の場所で大きな動作・声で整理運動を行わせる。</li> <li>・課題の回答を話し合わせ、記録表にまとめさせる。</li> <li>・整列させ、チーム回答を聞きながら、課題の答えを教師がまとめる。</li> <li>・本時のねらいが達成され、達成感を味わうことができたかを確認し、個人の課題も発表させる。</li> <li>・良かった点にふれ、次時の予告をする。</li> </ul>  | ア－③ (観察)  |

### (3) 授業観察の視点

- ① 教師の課題の回答を導き出す活動により思考活動が活性化され、主体的な学習となっていたか。
- ② 見合い・教え合い活動が活発で「打てる」「守れる」などの達成感を味わうことができていたか。
- ③ ソフトボールとしての運動量の確保はできていたか。

## 10 引用・参考文献

- ・「健やかな体を育む教育の在り方に関する専門部会：体育分野のワーキンググループにおける審議検討について」（文部科学省）
- ・「平成 21 年度神奈川県立体育センター研究報告書 体育学習における技能の系統に関する研究－運動の技能の基となる知識を手がかりとして－学習（指導）内容の整理表」（神奈川県立体育センター 指導研究部 研修指導室）