

## 第 6 学年 体育科学習指導案

期日 : 令和 6 年 7 月 9 日 火曜日  
時間 : 第 6 校時  
対象 : 第 6 学年 3 組 33 名  
学校名 : 富士吉田市立吉田小学校  
場所 : 体育館  
指導者 : 奥脇 大介

### 1 単元名

ボール運動（ネット型：ソフトバレーボール）

### 2 単元について

本単元は、学習指導要領第 2 章第 9 節体育の第 5 学年及び第 6 学年の以下の内容から設定したものである。

小学校学習指導要領 第 5 学年及び第 6 学年

〔知識及び技能〕

（イ）ネット型のボール運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに個人とチームによる攻撃と守備によって、簡易化されたゲームをすること。

〔思考力、判断力、表現力等〕

（ア）ルールを工夫すること、（イ）自己やチームの特徴に応じた作戦を選ぶこと、（ウ）課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えること。

〔学びに向かう力、人間性等〕

運動に積極的に取り組み、ルールを守り助け合って運動したり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりすること。

ソフトバレーボールは昭和 52 年に高齢者の生きがいづくりと健康増進を目的として福井県小浜市で生まれたとされる、バレーボールから派生したスポーツである。使用するボールが柔らかく大きいため、操作しやすく、ラリーも続きやすい球技である。現在では初心者でも安心して楽しめる生涯スポーツとして、若者から高齢者まで幅広い層の人々に親しまれている。小学校体育においては、現行（平成 14 年 4 月施行）の学習指導要領に初めて取り上げられ、高学年を中心に取り組まれている。（新）学習指導要領においてもネット型ボール運動の中心として位置付けられ、今後、ますます盛んに取り組まれていくことが予想されるスポーツである。バレーボールから派生したスポーツであり、その技能のほとんどが中学校で学習するバレーボールにつながっていくため、学習内容の系統性や小中連携の面での効果も期待できる。

ソフトバレーボールはネットを挟んだ対人型のゲームである。ネット越しに柔らかいボールをつなぎ、打ち合って得点を競い合う運動であり、以下のような特性が挙げられる。

### 3 運動の特性について

#### (1) 一般的特性

- ・ ネット型のゲームであるため、相手と接触することもなく安全性が高い。
- ・ 柔らかいボールを使用するため、けがの心配も少なく、誰もが気軽にゲームに参加することができる。
- ・ 常に空中を移動するボールを扱い、ボールを静止することができない。
- ・ 一定回数内で相手コートに返球しなければならないため、自分のチームにボールを保持し続けることができない。
- ・ レシーブ、トス、アタックといったプレーは一人ではできないため、防御から攻撃への連携が必要で、個人技能以上に集団技能が重要である。

#### (2) 児童から見た特性

- ・ 相手チームとの接触プレーがないので、侵入型のボール運動が苦手な児童も積極的に運動に参加できる。
- ・ ボールが柔らかく軽量であるため、ボールに対する恐怖感が少ない。また、ボールをはじいたり、打ったりすることが主たる動作のため、ボールをつかむ（キャッチする）といった操作が苦手な児童でも、簡単に操作できる。
- ・ 1チームの人数が少なく、一人一人に存在感があり、チームで協力し集団技能を高めることができる。
- ・ レシーブ、トス、アタックといった仲間との連携プレーが得点につながるため、連帯感や達成感を味わうことができる。
- ・ 得点后、サーブまでの時間に簡単に作戦を確認したり、アドバイスの声かけをしたりできるため、チームづくりに効果的である。

### 4 児童について

#### (1) 児童の実態

男子 18 名、女子 15 名、計 33 名のクラスである。(特別支援学級児童 2 名を含む)

どの教科においても、課題に真面目に取り組むことができる。また、自分でしっかり考えることができる児童は、発表やつぶやき・ノートへの記述が見られる。しかし、自分の考えや思いをまとめたり、言葉にしたりすることは、児童によって大きな差がある。そのため、自分から考える児童とそうでない児童がいたり、考えてはいるが、自分から伝えよう・聞いてもらおうという気持ちあまり感じられなかったりする児童もいる。学習においては、二極化傾向が見られる。

体育科の授業においては、体育を好きな児童が多く、準備体操・準備運動(資料①参照)では、しっかりと大きな声を出して行うことができ、意欲的に活動する児童が多い。しかし、学習面と同様、大きく二極化している。6年生になり、鉄棒運動と走り高跳び、新体力テストの授業を行ってきたが、運動が日常化している児童とそうでない児童の差が大きいと感じている。また、最近の小学生の傾向でもあるが、自分に取り組んでいる競技は得意だが、他の種目の競技や運動(特に鉄棒運動や器械運動)は苦手な児童もいる。

休み時間にはサッカーなどのボールを使って元気に遊ぶ児童が多くいる。また、野球、サッ

カー、バスケットボール、ドッジボール、陸上など、スポーツの習い事に一生懸命取り組んでいる児童もいる。

5年時のバスケットボールの授業では、ボールへの恐怖心を抱いて消極的になってしまった児童もいたようである。運動が得意な児童、苦手な児童も楽しむことができるようなソフトバレーボールの授業を行えるようにしていきたい。

## 5 指導の工夫

### (1) 小・中学校での連携

#### ① 身に付けたい能力の明確化

本学校の児童が卒業後に入学する富士吉田市立吉田中学校と連携をとり、「中学校でのバレーボールの授業を実施するうえで身に付けてほしいと感じていること」について質問を行った。その結果、以下の2点が挙げられた。

1. ボールを処理する能力が乏しいため、安定したボール操作ができるとよい。
2. 自分の体の動き方、腕や足にどのように力を入れれば、どう動くのかななどを把握できるとよい。

このことをふまえ、ボール運動において本校でも身に付けさせるべき・身に付けさせた力を明確にした。

低学年 (ドッジボールなど)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 転がす。(両手で下・上・横から、片手で投げる)</li> <li>● ボールが来るところに動く。</li> <li>● 体の真ん中でボールをキャッチできる。</li> </ul>
中学年 (プレルボール、ボール、キャッチバレーボール)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 確実にキャッチすることができる。</li> <li>● ボールをパスしたい方向に体を向けることができる。</li> <li>● 落下地点がわかり、そこへ移動できる。</li> </ul>
高学年 (バレーボール)	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ボールを片手や両手で操作できる。</li> <li>● ボールの落下地点や軌道上など、ボールを操作できる位置まで動いている。</li> <li>● ボールを操作するときの動きを理解している。</li> <li>● ボールを恐れず体の正面でとることができる。</li> </ul>

上記に加え、オリエンテーションを行い、事前に児童が身に付ける技能を知る活動を設定していく。技能の解説動画や学習カードでポイントを押さえることで、意識して練習することができると思う。

#### ② 中学校教員の出張授業

上記と同様に富士吉田市立吉田中学校の教員と連携し、中学校に向けて、児童たち自身が身に付けるべきことを把握できるようにするため、本単元の2時間目に中学校教員による指導の機会を設けた。

(2) 基本的技能を向上させる工夫

① 準備体操・準備運動

円滑な体の動きと体力向上，けがの予防のため準備体操に加え，毎時間以下の運動を行っている。（資料①参照）

1. チョップ投げ
2. 回転ジャンプ
3. だるま回り（選択）
4. ねことネズミ（選択）

② スキルアップタイム（個別最適な学びをめざして）

- 児童自身が見つけた課題に対して，児童自身が内容を選び練習する時間をスキルアップタイムとし，基本的技能の定着を図る。
- 基本的なボール操作技能を身に付けるために，単元を通してスキルアップタイムを設ける。児童が持っている力から，楽しめる運動感覚の基礎作りを行わせる。
- チームでも同様にスキルアップタイムを行い，動きやボール操作のポイントを言語化して技能の向上を図る。
- 教師からの一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを助言・支援を行い，個人が適切な課題に向き合えるよう指導していく。
- 一定の技能を習得させることで，バレーの重要な要素である，ゲーム中のラリーや3段攻撃の可能性を高める。
- スキルアップタイムの練習内容は以下の通り。

1. サーブ練習
2. レシーブ練習
3. トス練習
4. バケツレシーブ
5. 円陣パス

③ ICT 機器の活用

1 / 8 時間目に「NHK for school はりきり体育ノ介 ソフトバレーボールに挑戦だ」を見て，レシーブやトスのポイントを確認する。

[https://www2.nhk.or.jp/school/watch/bangumi/?das\\_id=D0005220027\\_00000](https://www2.nhk.or.jp/school/watch/bangumi/?das_id=D0005220027_00000)



第20回（放送日：10月2日）  
**ソフトバレーボールに挑戦だ！**  
ソフトバレーボールに挑戦だ！

### (3) 用具，ルールなどの工夫

#### ① ボールについて

モルテン ソフトバレーボール SOFT-50 を使用する。ボール自体が軽いため，落下スピードが遅く，ラリーが続きやすい。児童はレシーブからのトスの流れでボールをつないで得点をするバレーボールの楽しさに触れることができる。当たっても痛くないので，ボールに対して恐怖心を抱かず，体の正面でボール操作ができる児童が増えると考えた。



#### ② ルールの工夫について

ルールを以下のように設定した。(必要に応じて児童がルールを選択できるようにする)

1. 4対4 得点でポジションを時計回りにローテーション。(セッター以外)
2. セッターを固定する。
3. 1度までならキャッチをしてよい。
4. 3回までボールをつなぐことができる。
5. 1人が連続でボールに触ることはできない。
6. 得点については、以下のようにした。  
3段攻撃 3点  
2段攻撃 2点  
サービスエースやダイレクト 1点

このようなルールにしたねらいは以下である。

- アタック・トス・レシーブする役割をチーム内で決めることで，1つのことに集中でき，ラリーを続けやすくなる。(1・2)
- ボールをはじく技能が十分でない児童に対してキャッチを認めることで，自陣でのパス，またはラリーを続けやすくする。(3)
- チームでボールをつなぎ，ラリーを続けたり，攻撃の形を作り得点したりする楽しさにつながる。(2, 3, 5, 6)
- 審判をセルフジャッジで行うため，もめごとが多くなることが予想される。しかし，このことを仲間同士の関わり合いを多く経験させるよい機会と捉え，友好的な話し合いで解決したりノーカウントとしてやり直しをしたりして，協力しながらゲームを楽しもうとする態度を賞賛し，学習のきまりとして学級全体に広めていく。

## 6 学習活動に即した評価規準と評価方法

知識・技能 (1)	思考・判断・表現 (2)	主体的に学習に取り組む態度 (3)
① ボールを片手や両手で操作し、相手コートに打ち返すことができる。 ② 連係プレーが成り立つように素早く場所を移動してゲームができる。 ③ 作戦を意識しながら、チームの連携プレーによる攻撃を使ってゲームができる。	① 自分のチームの特徴に応じた作戦を立てている。 ② 課題解決のための練習や、動きの工夫を行っている。 ③ 自分が考えたことを友だちに伝えている。	① ルールやマナーを守って、安全にゲームをしようとする。 ② 励ましの声を掛け合うなど、友だちと助け合って練習やゲームをしようとする。 ③ 場や用具の安全に気を配って練習やゲームをしている。

### (1) 指導と評価計画 (全 8 時間)

時	主な学習内容	評価項目		
		(1)	(2)	(3)
1	ソフトバレーボールにふれてみよう。 〈オリエンテーション〉 ① 学習の進め方を知る。 ② ルール・マナー・学習カードの使い方を知る。 ③ 身に付ける技能とそのポイントを知る。 ④ 準備・片づけの方法を知る。			①
2 3	レシーブ・トス・サーブを身につけよう。 ① 身に付ける技能のポイントを確認する。 【できるポイント】 (資料③参照) ② スキルアップタイムの練習内容を知る。 ③ スキルアップタイムを行う。	①		③
4	試しのゲームをしてみよう。 ① ルールの確認を行う。※アタックについてふれる。 ② 試しのゲームを行う。 ③ チームでの課題を共有する。			② ③
5 6	作戦を立ててゲームをしよう。 ① チームでの課題をもとに作戦タイムを行う。 ② チームでスキルアップタイムを行う。 ③ ゲーム 6分×2セット (前後半 3分) ④ チームで課題を共有する。	②	① ②	

7 本 時 8	<b>3段攻撃で点を取るために必要なことを考えよう。</b> ① チームでの課題をもとに作戦タイムを行う。 ② チームでスキルアップタイムを行う。 ③ ゲーム 6分×2セット (前後半3分) ④ チームで課題を共有する。	③	② ③	
------------------	--	---	--------	--

## 7 本時の学習 (7/8 時間)

(1) 日時 令和6年7月9日(火) 6校時 (14:30~15:15)

(2) 場所 吉田小学校 体育館

(3) 目標

- 3段攻撃をするために自分のチームの特徴に応じた作戦を立てることができる。
- 作戦を意識しながら、チームの連携プレーによる攻撃を使ってゲームができる。

(4) 授業の展開

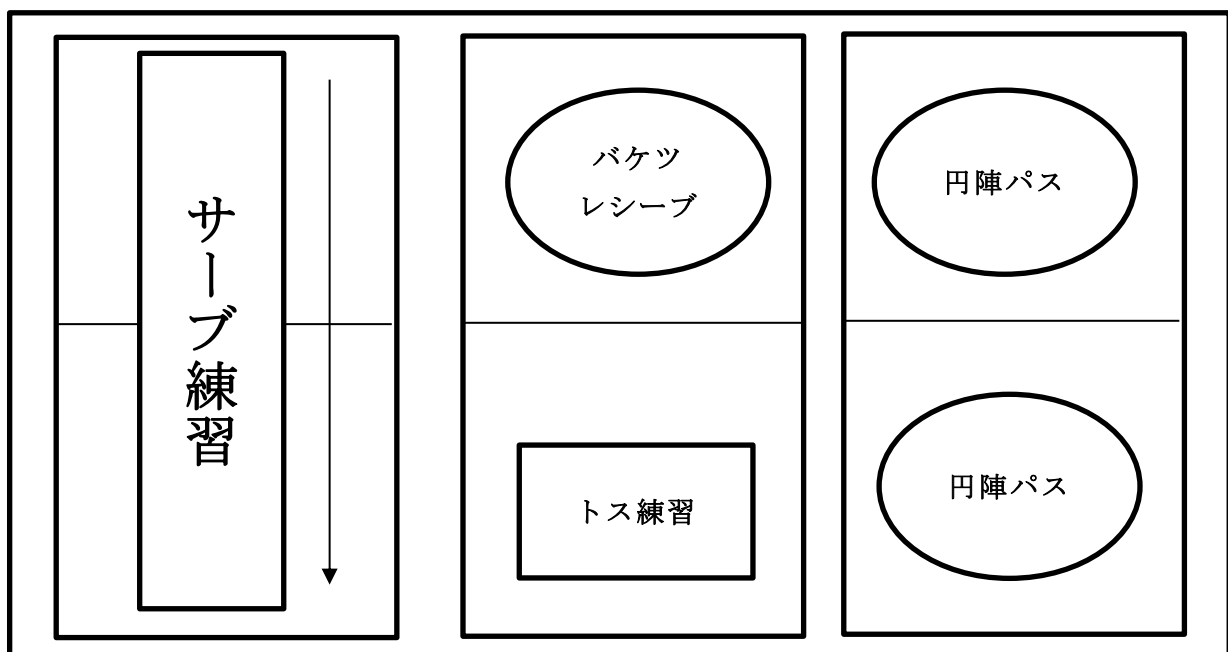
過程	学習内容・学習活動	教師の支援	評価・方法
7 分	1. 場の準備・挨拶・健康観察・準備運動  2. 授業の流れを確認する。 3. 本時のめあてを確認する。  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>3段攻撃で点を取るために必要なことを考えよう。</b> </div>	・協力して素早く行わせる。  ・授業の流れ・内容・めあてを理解させる。	
展開 ① 12 分	4. 作戦タイムを行う。 【Jamboard】(資料②参照)  5. スキルアップタイム ○ サーブ練習 ○ レシーブ練習 ○ トス練習 ○ バケツレシーブ ○ 円陣パス	・前時までの学習から、3段攻撃を成功させるためにチームでの課題を考えさせる。(レシーブ, トス, サーブ, ポジションなど) ・課題から、チームに必要な練習と作戦を考えさせる。  ・それぞれのチームの状況を確認し、単元の初めで確認したポイントを押さえて個別支援していく。	思② 課題解決のための練習や、動きの工夫を行っている。【観察】

展開 ② 18分	6. ソフトバレーボールのゲームを行う。6分×2試合（前後半3分） ・ルールを工夫しながらゲームを進める。	・ゲーム中もボールをつないで3段攻撃を目指すよう声をかける。 ・良いプレーは褒め、児童に認め合うよう促す。 ・チームでの作戦やスキルアップタイムでの練習の成果を発揮させるよう支援していく。	知③ 作戦を意識しながら、チームの連携プレーによる攻撃を使ってゲームができる。【観察】
まとめ 8分	7. 本時の振り返りをチームごとに行う。 ・チームの課題を話し合いワークシートへ記入する。(資料④参照) ・次時のスキルアップタイムの内容を考える。 8. 次時の予告・健康観察・挨拶	・レシーブやトスでボールをつなぎゲームができたかを確認する。 ・どのようなパス、ポジショニングを行うと3段攻撃が成功するか確認し、次時の学習課題につながるようにする。	

(5) 本時の評価規準

「おおむね満足できる」状況 (B)	(B) に達していない児童への手立て
・3段攻撃をするために自分のチームの特徴に応じた作戦を立て、作戦を意識しながら、チームの連携プレーによる攻撃を使ってゲームができる。	・Jamboardを活用し、動きを確認させる。 ・掲示物（レシーブ・トスのポイント）を確認させる。

(6) スキルアップタイムの場の設定（児童の選択により変更あり）





## 8 資料（ワークシート等）

### 資料①

#### 吉田小学校

#### 準備体操・準備運動

準備体操を「正しく」おこなうと、けがを防ぐことができます。  
途中でポイントも説明しているので、よく動画を観てくださいね。  
動画を見ている皆さんも、先生や体育係の合図に合わせて、大きな声で元気よく「正しく」おこなえるようになりましょう。

##### ①肩伸

- 両手をしっかりと両膝にのせましょう。
- 膝とつま先をそろえて前に向けましょう。

##### ②伸脚

- 手を膝にのせて、左足→右足の順で伸ばしましょう。

##### ③深く（伸脚）

- 曲げている方のかかとを、地面や床にしっかりとつけましょう。
- 伸ばした足のつま先は、上を向けましょう。

##### ④手首・足首

- 最初の1 2 3 4 5 6 7 8は、グリグリ。
- 最後の1 2 3 4 5 6 7 8は、ゆらゆら。

##### ⑤首回し

- 最初の1 2 3 4 5 6 7 8で、左方向に2周回しましょう。
- 最後の1 2 3 4 5 6 7 8で、右方向に2周回しましょう。

##### ⑥アキレスけん

- 左足→右足の順で伸ばしましょう。
- 右と左のつま先を同じ方向にまっすぐ向けましょう。
- 後ろ足のかかたが少し痛くなった人？ 正解です。その人は、上手にできています。

##### ⑦前こうつ

- 足は肩幅くらいに開きます。
- 前に3回、勢いよく体を倒して、手を地面に3回つけましょう。
- 腰に手をあてて大きく体をそらします。

##### ⑧体回し

- 最初の1 2 3 4 5 6 7 8で、左方向に2周回しましょう。
- 最後の1 2 3 4 5 6 7 8で、右方向に2周回しましょう。

##### ⑨腕回し

- 肘を伸ばし、体全体で大きく回します。
- 最初の1 2 3 4 5 6 7 8で、前方向に2周回しましょう。
- 最後の1 2 3 4 5 6 7 8で、後ろ方向に2周回しましょう。

##### ⑩チョップ投げ

- 体を横に向けた状態で始めます。
- 1で投げ方向を指さします。
- 2でボールを持っている手を耳の後ろにします。
- 3で勢いよく前に腕を振ります。（肘が出てから手首を出すというイメージで）

##### ⑪回転ジャンプ

- 1 2 3 2 2 3では、左方向と右方向に半周回しましょう。（180度回転）そうすると、最初の位置にもどります。
- 3 2 3 4 2 3では、左方向と右方向に一回転しましょう。（360度回転）

##### ⑫深呼吸

- 4回おこない、呼吸を整えましょう。
- 手は優しく、音が立たないように下ろしましょう。

##### ⑬だるま回し（選択）

- 両手で両足のつま先をしっかりと持ちましょう。
- 足一前中一足の順番で、床に体をつけていく感じです。
- まずは、左方向。次に、右方向。
- 最初の位置に戻ることはできましたか。

##### ⑭ネコとネズミ（選択）

- 「ネコ」といったらネコがネズミを追いかけます。
- ネコは追いついたらタッチしてください。タッチできたらネコの勝ちです。
- ネズミはタッチされずに逃げ切ったら、勝ちです。

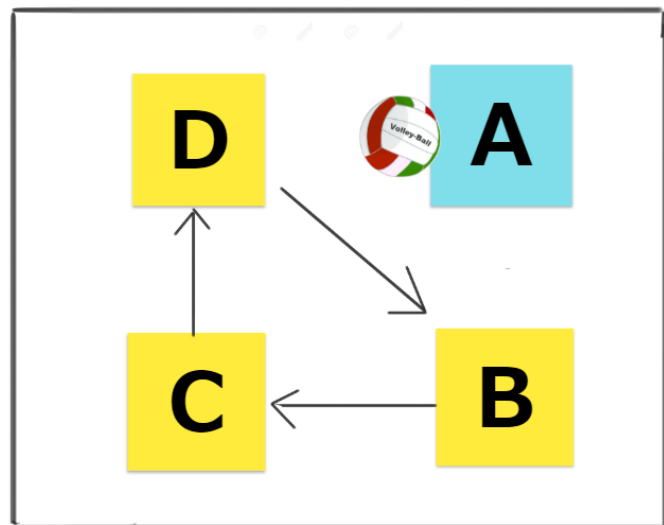
### 資料②

#### 6年 組 チーム（前半）

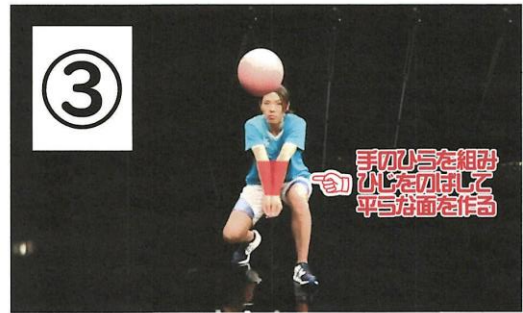
アドバイスする・得点めくる



ネット 



得点をとったら、Aのセッター以外がローテーションする

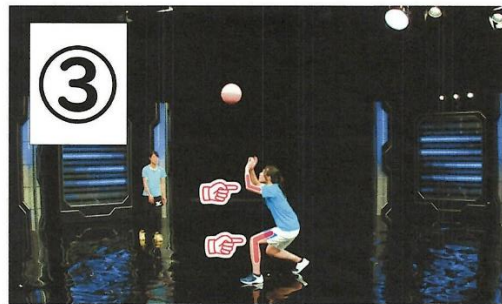




Copyright NIK (Japan Broadcasting Corporation) All rights reserved.



Copyright NIK (Japan Broadcasting Corporation) All rights reserved.



Copyright NIK (Japan Broadcasting Corporation) All rights reserved.



Copyright NIK (Japan Broadcasting Corporation) All rights reserved.



Copyright NIK (Japan Broadcasting Corporation) All rights reserved.



