**保健体育科学習指導案**

日　時　令和３年６月２４日（木）３校時

場　所 　　　　 　沖縄県立読谷高等学校

学　級 　　　 ２年２５組　男子２２名

指導者　　　　　　　教諭　　宮城　耕治

１　単　元　名　　　ソフトボール

２　単元の目標

（１）技術の名称や運動の行い方、関連して高まる体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

（２）自主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こと、自己の責任を果たそうとすること、健康・安全に留意することができるようにする。

（３）「わかる」「できる」ことを広げて仲間と連携しゲームを楽しむことができるようにする。

３　単元観

　ソフトボールは、攻撃と守備を交互に交代しながら、得点を取ったり、相手の得点を防いだりして勝敗を競い合うことが楽しい運動である。基本的なルールや名称を覚え、攻防を展開するための基本的なバット操作と安全な走塁、ボール操作と定位置での守備などの動きが上達することで、ヒットを打つ、ランナーをアウトにする楽しさを味わうことができる。グラウンドレベルでのキャッチボールする楽しさ、打つ爽快感を体験し、「する・見る・支える・知る」スポーツの魅力の発見につながれば幸いである。

４　生徒の実態

　生徒は明るく、素直である。運動場面を知的に理解でき、自己表現できる生徒も多い。

競技としてのソフトボールが盛んな地域であり、技能が高い生徒も在籍している。しかし、大多数は未経験者および初心者であり、技能レベルの開きが非常に大きい。これから用具の名称やルールなどを覚えながら上手くなる生徒を対象に授業を構成する。ソフトボール経験者は、リトルティーチャーとして、ポイントの説明や示範として授業の向上に貢献する。

５　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 |
| ・使用する用具の名称や守備位置、一般的なルールについての知識を身に付けている。  ・技能や見通しに関する知識や運動観察できる知識を身に付けている。 | ・運動に関する知識をもとに、身体の動かし方を考え、運動課題に取り組んでいる。  ・コツや言葉によるイメージをつかみ、プレーに反映させようとしている。 | ・主体的に知識・技能を身に付けたり、練習やゲームに取り組もうとしている。  ・チームで協力して、学び合い活動に取り組んでいる。 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時 | 学習内容・活動 | 指導上の留意点及び（評価）  「フィードバック行動」 | 「概念知」「方法知」「具体知」 |
| 10 | ・挨拶  ・健康観察  ・準備運動  ・本時のねらいの確認  「ベースカバードリル」  「ローテーショントスバッティング」を知ろう  ※雨天時は、体育館で「トスバッティング」を「バットリフティング」「ペッパー」に変更。テニスボール使用。 | ・集合場所と学習の流れを確認する。  ・用具と安全な活動場所を確認する。  「肯定的フィードバック」  ・過程を大切にする熟達志向的な動機づけ雰囲気を心がける。  「前の試行を踏まえたフィードバック」  ・前時の振り返りと本時とのつながりを確認する。（知（態） | 「概念知」  ・ウォーミングアップでの主運動の先取りがゲーム場面につながることを確認する。  「方法知」  ・準備がプレーの質を上げることを確認する  「具体知」  ・準備運動のなかで、体重移動と軸回転の動きづくりを確認する。 |
| 35 | ・目と手の協応性の応用のキャッチボールドリル  ・ランニングキャッチボー  　ル（２人組）  ・クイックスローカウント（投手～捕手間継30秒）  「ベースカバードリル」  ※全体２グループに編成。それぞれセカンドとショートの位置に配置する。  ①キャッチャーから手投げでセカンドへゴロを転がす。  ②セカンドは捕球後、キャッチャーへ送球する。その後、自ら１塁ベースカバーへ走る。  ③キャッチャーは、送球を受けたら１塁へ送球。セカンドは、自分で１塁へ入り送球を受ける。  「ローテーショントスバッティング」  （４人組：正面トスを左右への打分け）  ・１人７球交替。野手は、ゴロ捕球後、近くの野手へトスしボールを経由する。 | ・次の展開につながる集合の形を作る。  ・バットを振る際、まわりに誰もいないか確認する。  ・キャッチボールする際、隣との安全な間隔や、方向が重ならないか確認する。  ・ソフトボール経験者に、リトルティーチャーとして、よい動きのモデルを示してもらう。指導者はつまづきを例示する。  「肯定的フィードバック」  ・よい動きを具体的に褒める。  ・プラスのストロークを返す。  ・過程を大切にする熟達志向的な動機づけ雰囲気を心がける。  「矯正的フィードバック」  ・基本的な技能を習得できるよう、動きを観察し、反応を見ながら、個別最適化で伝わる表現方法を探す。  「前の試行を踏まえたフィードバック」  ・動きのつながりと運動局面の理解を促す示範と説明を行う。  ・動作の局面の理解を促す説明とオノマトペを探す。  ・上手くいっている。進歩しているポイントを褒める。  ・技能やパフォーマンスについての質問にアドバイスする。  　　　　　（知）（思）（態） | 「概念知」  ・ボールを身体の近くで捕る。  ・バックハンドで捕ったほうが投げやすい。  ・ギャロップステップ（右足⇒左足で着地）２回で捕って投げる。右足を浮かせて捕ると、クイックスローになる。  ・左肘を投げる方向へ向ける。  「方法知」  ・近くから遠く、易しいから難しい達成が学習の順序。  ・２ボールパスの応用でベースを探しながら送球を受ける  ・投げると打つは、体重移動と軸回転が共通の動き。  ・バントとヒッティングのインパクトの形は一緒。  ・バント、プッシュバントの延長がヒッティング。  「具体知」  ・両手で包み込むように捕る。  ・投げると打つ動作で両肩を入れ替えてみる。  ・後ろの脚（右脚）にタメて、前の脚（左脚）に乗り込む。  「具体知」  ・インパクトで両腕を伸ばすことと、頭を残しステイバック。  ・ボールの軌道に対してラインに乗せるイメージを持つ。 |
| ５ | ・集合  ・用具整理  ・振り返り  ・まとめ  ・振り返りシート記入  ・挨拶  ・片付け | 「肯定的フィードバック」  ・練習の成果や出来たポイントを評価する。  ・状況判断のある動きを褒める。  （知）（思）（態） | 「概念知」  ・グラウンドレベルでの「する・見る・支える・知る」スポーツにつながる活動。 |

６　本時案

**保健体育科学習指導案**

日　時　 令和３年７月８日（木）３校時

場　所 　　　　 　沖縄県立読谷高等学校

学　級 　　　 ２年２５組　男子２２名

指導者　　　　　　　教諭　　宮城　耕治

１　単　元　名　　　ソフトボール

２　単元の目標

（１）技術の名称や運動の行い方、関連して高まる体力の高め方、運動観察の方法などを理解し、自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫できるようにする。

（２）自主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こと、自己の責任を果たそうとすること、健康・安全に留意することができるようにする。

（３）「わかる」「できる」ことを広げて仲間と連携しゲームを楽しむことができるようにする。

３　単元観

　ソフトボールは、攻撃と守備を交互に交代しながら、得点を取ったり、相手の得点を防いだりして勝敗を競い合うことが楽しい運動である。基本的なルールや名称を覚え、攻防を展開するための基本的なバット操作と安全な走塁、ボール操作と定位置での守備などの動きが上達することで、ヒットを打つ、ランナーをアウトにする楽しさを味わうことができる。グラウンドレベルでのキャッチボールする楽しさ、打つ爽快感を体験し、「する・見る・支える・知る」スポーツの魅力の発見につながれば幸いである。

４　生徒の実態

　生徒は明るく、素直である。運動場面を知的に理解でき、自己表現できる生徒も多い。

競技としてのソフトボールが盛んな地域であり、技能が高い生徒も在籍している。しかし、大多数は未経験者および初心者であり、技能レベルの開きが非常に大きい。これから用具の名称やルールなどを覚えながら上手くなる生徒を対象に授業を構成する。ソフトボール経験者は、リトルティーチャーとして、ポイントの説明や示範として授業の向上に貢献する。

５　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 |
| ・使用する用具の名称や守備位置、一般的なルールについての知識を身に付けている。  ・技能や見通しに関する知識や運動観察できる知識を身に付けている。 | ・運動に関する知識をもとに、身体の動かし方を考え、運動課題に取り組んでいる。  ・コツや言葉によるイメージをつかみ、プレーに反映させようとしている。 | ・主体的に知識・技能を身に付けたり、練習やゲームに取り組もうとしている。  ・チームで協力して、学び合い活動に取り組んでいる。 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時 | 学習内容・活動 | 指導上の留意点及び（評価）  「フィードバック行動」 | 「概念知」「方法知」「具体知」 |
| ５ | ・挨拶  ・健康観察  ・準備運動  ・本時のねらいの確認  「みんなで声かけして、アウトを取りやすいところでアウトを取ろう」  ①フォースプレー  ②タッチプレー  ③タッチアップ  実際の場面で覚えよう | ・集合場所と学習の流れを確認する。  ・用具と安全な活動場所を確認する。  「肯定的フィードバック」  ・過程を大切にする熟達志向的な動機づけ雰囲気を心がける。  「前の試行を踏まえたフィードバック」  ・前時の振り返りと本時とのつながりを確認する。（知）（態） | 「概念知」  ・ウォーミングアップでの主運動の先取りがゲーム場面につながることを確認する。  「方法知」  ・準備がプレーの質を上げることを確認する  「具体知」  ・準備運動のなかで、体重移動と軸回転の動きづくりを確認する。 |
| 35 | ・ランニングキャッチボール  ・キャッチボールドリル  ・クイックスローカウント（塁間30秒）  ・ペッパーゲーム  （４人組：正面トスを左右への打分け）  ※時間がなければカット  ・ゲーム  （打者1巡で攻守交替。３アウトでランナーなしから再スタート）  ※ファーボール、デッドボールはなし。キャッチャーは、安全のためにバッターボックスより後方で構え、ワンバウンド以降のボールを捕球する。  ジャッジは、授業者が行う。安全確保のため、プレーボールの前に、守備がバッターを見ているか、注意を促す。 | ・次の展開につながる集合の形をつくる。  ・バットを振る際、まわりに誰もいないか確認する。  ・キャッチボールする際、隣との安全な間隔や、方向が重ならないか確認する。  ・攻守交替を機敏に行うこと。  「肯定的フィードバック」  ・よい動きを具体的に褒める。  ・プラスのストロークを返す。  「矯正的フィードバック」  ・どこの塁で、どのランナーをアウトにできるか、プレーの前に声かけする。  ・ルールの適用について、ケースに則した説明を適宜行う。  「前の試行を踏まえたフィードバック」  ・プレーの後に、状況の理解を促すポイントを説明する。  ・プレーを予測するポイントを説明する。  ・上手くいっている。進歩しているポイントを褒める。  ・技能やパフォーマンスについての質問にアドバイスする。  　　　　　（知）（思）（態） | 「概念知」  ・バッターランナーと近い塁でもアウトがとりやすい方を選択する。  ・よく飛んで来る打球コースにポジショニングする。  「方法知」  ・タッチプレーとフォースプレーを選択する。  ・体重移動でボールを遠くへ飛ばす。  ・ポジショニングを見て、出塁出来る方法を選択する。  「具体知」  ・体重移動と軸回転。  ・インパクトで両腕を伸ばすことと、頭を残しステイバック。  ・右手で押し込む。  ・バッティングでは、ボールの軌道に対してラインに乗せるイメージを持つ。  ・打った後のフォーロースルーを大きくとる。  ・正面の打球は距離感を掴むため、目線を移動する。  ・野手や走者がお互い近づくときは、交錯しないよう、無理せず十分な間隔をとる。 |
| ５ | ・集合  ・用具整理  ・振り返り  ・まとめ  ・振り返りシート記入  ・挨拶  ・片付け | 「肯定的フィードバック」  ・練習の成果や出来たポイントを評価する。  ・状況判断のある動きを褒める。  （知）（思）（態） | 「概念知」  ・グラウンドレベルでの「する・見る・支える・知る」スポーツにつながる活動。 |

６　本時案

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 時 | 学習内容・活動 | 指導上の留意点及び（評価）  「フィードバック行動」 | 「概念知」「方法知」「具体知」 |
| 10 | ・挨拶  ・健康観察  ・本時のねらいの確認  「バットコントロール」  「並進運動と回転運動」  を知ろう  テニスボール、バドミントンのシャトルを使用する。 | ・集合場所と学習の流れを確認する。  ・用具と安全な活動場所を確認。  「肯定的フィードバック」  ・過程を大切にする熟達志向的な動機づけ雰囲気を心がける。  「前の試行を踏まえたフィードバック」  ・前時の振り返りと本時とのつながりを確認する。（知（態） | 「概念知」  ・ウォーミングアップでの主運動の先取りがゲーム場面につながることを確認する。  「方法知」  ・準備がプレーの質を上げることを確認する  「具体知」  ・準備運動で、体重移動と軸回転の動きづくりを確認する。 |
| 35 | ・T字バランスづくり体操  ・キャッチボールドリル  （体重移動）  ・ランニングキャッチボー  　ル（２人組）  ・クイックスロー  「バットリフティング」  テニスボールとソフトボールを使用。  「バドミントンの羽打ち」  バッターの正面からバドミントンのシャトルを投げ、打ち返す。  ※周囲の安全をお互いで確認する。バットスィングと生徒、生徒と生徒の間隔を十分確保するよう配慮する。  ①グリップ  ②インパクト  ③バットの軌道  ④体重移動など  ポイントを説明する。 | ・次の展開につながる集合の形を作る。  ・バットを振る際、まわりに誰もいないか確認する。  ・キャッチボールする際、隣との安全な間隔や、方向が重ならないか確認する。  ・ソフトボール経験者に、リトルティーチャーとして、よい動きのモデルを示してもらう。指導者はつまづきを例示する。  「肯定的フィードバック」  ・よい動きを具体的に褒める。  ・プラスのストロークを返す。  ・過程を大切にする熟達志向的な動機づけ雰囲気を心がける。  「矯正的フィードバック」  ・基本的な技能を習得できるよう、動きを観察し、反応を見ながら、個別最適化で伝わる表現方法を探す。  「前の試行を踏まえたフィードバック」  ・動きのつながりと運動局面の理解を促す示範と説明を行う。  ・動作の局面の理解を促す説明とオノマトペを探す。  ・上手くいっている。進歩しているポイントを褒める。  ・技能やパフォーマンスについての質問にアドバイスする。  　　　　　（知）（思）（態） | 「概念知」  ・ランニングキャッチボールでは、相手の少し前にボールを投げる。  ・バックハンドで捕ったほうが投げる形にはいりやすい。  ・左肘を投げる方向へ向ける。  「方法知」  ・近くから遠く、易しいから難しい達成が学習の順序。  ・投げると打つは、体重移動と軸回転が共通の動き。  ・バントとヒッティングのインパクトの形は一緒。  ・バント、プッシュバントの延長がヒッティング。  「具体知」  ・ショートバウンドとバウンド  　の落ち際が捕球位置。  ・投げる時、腕を縦に振ると左右に散らない。  ・正面の打球は距離感を掴むため、目線を移動する。  ・後ろの脚（右脚）にタメて、前の脚（左脚）に乗り込む。  ・インパクトで両腕を伸ばすことと、頭を残しステイバック。  ・ボールの軌道に対してラインに乗せるイメージを持つ。 |
| ５ | ・集合  ・用具整理  ・振り返り  ・まとめ  ・振り返りシート記入  ・挨拶  ・片付け | 「肯定的フィードバック」  ・練習の成果や出来たポイントを評価する。  ・状況判断のある動きを褒める。  （知）（思）（態） | 「概念知」  ・グラウンドレベルでの「する・見る・支える・知る」スポーツにつながる活動。 |

７　雨天時案