

単元名 ネット型「ソフトバレーボール」

1 運動の特性

〔一般的特性〕
操作しやすいボールを使い，ラリーしたり得点を競い合ったりすることが楽しい運動である。

〔児童から見た特性〕
ボール操作の制限を緩和することで，ラリーをしたり得点したりして楽しめる運動である。

2 単元の目標

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をしたり，勝敗を受け入れたり，仲間の考えや取り組みを認めたり，場や用具の安全に気を配ったりすることができるようにする。

知識及び技能

ソフトバレーボールの行い方について理解しているとともに，個人やチームによる攻撃と守備とによって，簡易化されたゲームをすることができるようにする。

思考力、判断力、表現力等

ルールを工夫したり，自己やチームの特徴に応じた作戦を選んだりするとともに，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。

3 評価規準

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
学習活動における 具体的評価規準	① ソフトバレーボールのルールやボール操作の仕方を理解している。 ② ボールの方向に体を向けて素早く移動する仕方を理解しているとともに行うことができる。 ③ ボールを片手や両手で操作して味方が受けやすいボールを返したり，相手コートに返したりすることができる。	① 自分のチームに合った練習や作戦を選んだり，考えたりしている。 ② 自己や仲間が行っていた動き方の工夫を動作や言葉などを使って相手に伝えている。	① 安全に気を付け，友達と協力しながら用具の準備や片付けをしている。 ② ルールやマナーを守りながら進んでゲームを楽しもうとしている。

4 指導と評価の計画の例

		1	2	3	4	5	6
		場の準備・準備運動・ねらいの確認					
10 20 30 40	オリエンテーション	ねらい① ・自分たちに合ったルールや場を考えてゲームをする。 ・ボール操作の仕方を理解する。	ねらい② ・自分のチームに合った作戦を工夫してゲームをする。				ソフトバレーボール大会 ----- まとめ
	・学習の見通しをもつ。						
	・グルーピング等						
	・試しのゲームをして課題をつかむ。						
		整理運動・学習のまとめ・次時の確認・用具の片付け					
評価	知	①		②		③	
	思		②		①		②
	主	①					②

5 指導の工夫

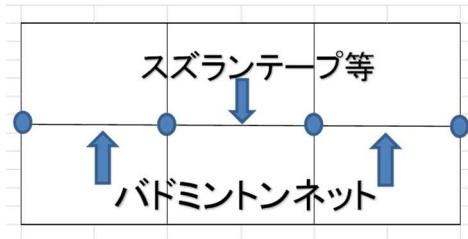
[場の工夫]

○コート

- ・バドミントンのものを使用する。(縦12～16m, 横5～8m程度)

○練習用のコート

- ・真ん中にもスズランテープ等でもう一つ作成する。



[用具の工夫]

○支柱

- ・バドミントンの支柱がない場合は高跳びの支柱で代用する。

○ボール

- ・ビーチボール30g, 50g, 100g
- ・柔らかい素材のバレーボールなど

○ネットの高さは

- ・140cm～180cmまでの間がよい。

【ルールの例】

サービス

- ・点数を入れたチームが行う。

場所

- ①どこからでもよい。
- ②場所を決める。

入れ方

- ①下から山なりに投げ入れる。
- ②上から投げ入れる。
- ③手で弾いて打つなど。

回数

- ①3～5回程度。
- ②一人で続けて触れてよいのは○回まで。
- ③サービスを直接返すのは無し。(もしくは良い。)
- ④全員が触れてから。

レシーブ

- ①キャッチあり(キャッチする人はビブスを着用する。)
 - ・何人目がキャッチするか。
- ②キャッチなし

アタック

あり or なし

※ジャンプしてのアタックはあり or なし

ローテーション

する or しない

6 技能のポイント

【サービス】

- (1) ボールを利き手ではない方で持つ。
- (2) 利き手の腕を後ろに引く。
- (3) ボールから目を離さずに利き手で打つ。

その時にボールを上にも上げたり、動かしたりしない方がしっかりと当たりやすい。

ボールは
おへその高さ



打つ手は
高く上げない

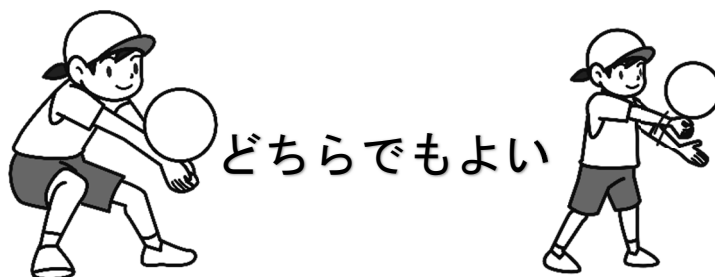


手首の付け根
あたりで打つ



【レシーブ】

- ・ボールが落ちてくる真下に移動して打ったりキャッチしたりする。
- ※片手でも両手でもよい。



【トス・アタック】

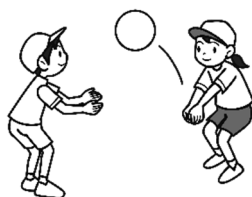
- (1) ボールを上にも上げるときは手の平か手首付近で打つ。
※ボールが当たるところが一枚の板になるようにするとよい。
- (2) アタックは、自分の顔の斜め前でボールを打つようにする。
※顔より低いとネットを越えにくい。

【ボールを持たないときの動き】

- ・ボールの方にへそを向けて、いつボールが来てもいいように準備する。

慣れの運動の例

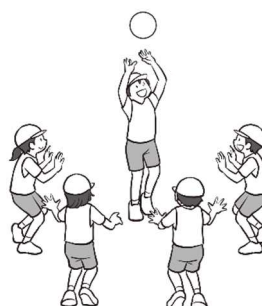
○対面パス (2分)



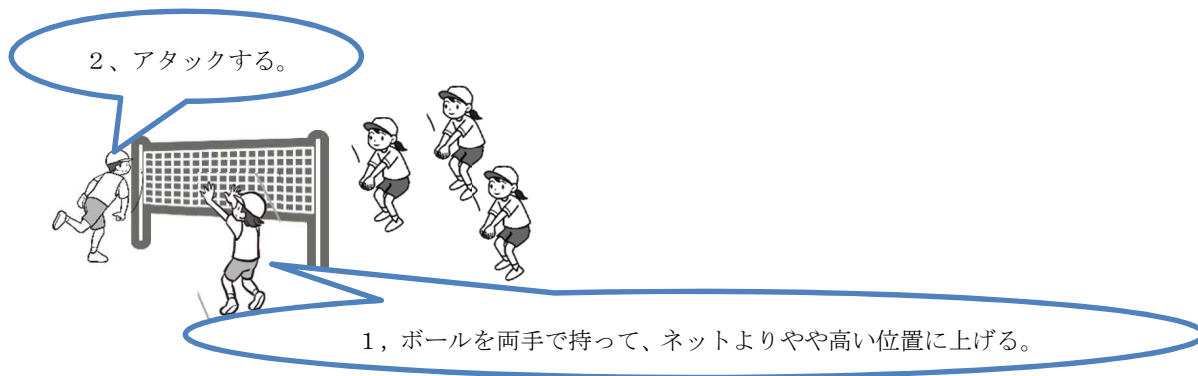
- ・相手コートから入ってきたボールを返して、ラリーを続ける。
- ・何回連続で落とさずにラリーが続いたのかを数える。
- 同じ人が連続で2回触ってはいけない。

○円陣パス (1分)

- ・何回連続で落とさずにラリーが続いたのかを数える。
- ・同じ人が連続で2回触ってはいけない。



○アタック練習



タスクゲームの例

①パスラリーゲーム



- アタックはしないで、山なりのパスラリーを続ける。
- 3回以内に相手コートに返せるようにする。
- サービスは下から投げ入れるようにする。

②サービスレシーブ



〔運動の苦手な児童・配慮の必要な児童への手立て〕

【相手コートにボールを打ち返すことが苦手な児童】

飛んできたボールを短時間保持することを認めたり，うまくはじくことができる児童を比較してどこが違うか考えたりする場を設定したりするとよい。

【サービスを入れることが苦手な児童】

一歩前からサービスをすることやネットの高さを低くしたりするとよい。

【味方が受けやすいようにボールをつなぐことが苦手な児童】

飛んできたボールをキャッチしてパスしたりすることができるようにするとよい。

高 学 年
ボ ー ル 運 動

単 元 名 : ネット型「ソフトバレーボール」

目 標 : 学習の流れやルールを理解し、楽しくゲームをすることができるようにする。

道 す じ	1	2	3	4	5	6
-------	----------	----------	----------	----------	----------	----------

時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	1 オリエンテーションをする。 ・学習の進め方を知る。 ・学習カードの使い方を知る。 ・安全面で気をつけることを知る。 ・チーム編成をする。 ・ゲームのルールを知る。	○学習の流れがわかる掲示物を準備して、児童が理解できるようにする。 ○チームは技能面を考慮して、バランスよく編成する。	学習の流れ 用具配置図 学習カード
15	2 学習のねらいを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">ソフトバレーボールのルールや練習の仕方を理解しよう。</div>		
	3 準備運動・慣れの運動をする。 ・手首足首、腕や肩回しをして、よく使う部分を意識する。 ①対人パス (2分) ②円陣パス (2分)	○ボールの扱いは片手でも両手でもよい。	ソフトバレーボール
25	4 ミーティングをする。 ・守る場所などの簡単な話し合いをする。	○作戦ボードを準備し、児童に操作させながら、各ポジションの位置と役割について考えさせる。	作戦ボード
	5 試しのゲーム (1 試合 5分程度) をする。 (4対4のゲーム) ・個人とチームの課題を把握する。 ・ゲームのルールを確認する。	○ゲームに出ないチームや児童は得点係や審判を行う。 ☆ソフトバレーボールのルールやボール操作の仕方を理解している。 【知識・技能】	得点板 ネット 支柱 ビブス タイマー
40	6 学習のまとめ・整理運動をする。 ・学習の課題を話し合う。 ・よりよいルールを話し合う。 ・学習カードを記入する。 ・整理運動をする。 ・片付けをする。	○自分や友達・チームのよかったところについて話し合う。 ○ルール上の課題を話し合わせる。 ☆安全に気を付け、友達と協力しながら用具の準備や片付けをしている。 【主体的に学習に取り組む態度】	学習カード

高 学 年
ボ ー ル 運 動

単 元 名 : ネット型「ソフトバレーボール」

目 標 : チームに合った練習の場やゲームのルールを工夫してゲームをすることができるようにする。

道 す じ	1	2	3	4	5	6
-------	---	---	---	---	---	---

時間	学習内容と活動	指導・支援(○) 評価(☆)	用具・資料
0	1 準備・準備運動をする。 2 学習のねらいを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">チームに合った練習の場やゲームのルールを工夫してゲームをしよう。</div>	○学習の流れがわかる掲示物を準備して、児童が理解できるようにする。	学習の流れ 用具配置図
5	3 慣れの運動をする。 ①対人パス ②円陣パス ③アタック練習	○狙ったところにパスができてい るか確認するように声掛けをす る。 ○ローテーションをして全員が練習 できるようにする。	ソフトバレー ボール ネット 支柱
15	4 タスクゲームをする。 ・サービスレシーブ	○ボールを床に転がしておかないよ うに観察し、適宜指示をする。	
25	5 ミーティングをする。 ・簡単な作戦を考える。	○作戦ボードを準備し、児童に操作 させながら、各ポジションの位置 と役割について考えさせる。	作戦ボード
	6 メインゲーム(1試合5分程度)をす る。 (4対4のゲーム) ・個人とチームの課題を把握する。 ・ゲームのルールを確認する。 (ルールの例参照)	☆自己や仲間が行っていた動き方の 工夫を動作や言葉などを使って相 手に伝えている。 【思考・判断・表現】 ○ゲームに出ないチームや児童は 得点係や審判を行う。 ○試合と試合の間に作戦タイムを 設けるようにする。	得点板 ビブス タイマー
40	7 学習のまとめ・整理運動をする。 ・学習の課題を話し合う。 ・よりよいルールを話し合う。 ・学習カードを記入する。 ・整理運動をする。 ・片付けをする。	○自分や友達・チームのよかったと ころについて話し合う。 ○ルール上の課題を話し合わせる。 ○安全に用具の片付けができるよ うに事前に危険なところを知ら せる。	学習カード

高 学 年
ボ ー ル 運 動

単 元 名 : ネット型「ソフトバレーボール」

目 標 : 自分のチームに合った作戦を考えることができる。

道 す じ	1	2	3	4	5	6
-------	---	---	---	---	---	---

時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	<p>1 準備・準備運動をする。</p> <p>2 本時のめあてを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>自分のチームに合った作戦を考えてゲームをしよう。</p> </div> <p>3 慣れの運動をする。</p> <p>①対面パス</p> <p>②円陣パス</p> <p>③アタック練習</p>	<p>○学習の流れがわかる掲示物を準備して、児童が理解できるようにする。</p>	<p>学習の流れ</p> <p>用具配置図</p> <p>学習カード</p>
10	<p>4 タスクゲームをする。</p> <p>①サーブレスリーブ</p> <p>②チームに合わせた練習のどちらか</p>	<p>○連続でパスができた回数を前時までと比較させる。</p> <p>○ローテーションをして全員が練習できるようにする。</p> <p>○自分のチームの課題を話し合い、チームに合った練習を考えてもよい。</p>	<p>ソフトバレーボール</p> <p>ネット</p> <p>支柱</p>
20	<p>5 ミーティングをする。</p> <p>・簡単な作戦を考える。</p> <p>6 メインゲーム (1 試合 8 分程度) をする。</p> <p>(4対4のゲーム)</p> <p>・個人とチームの課題を把握する。</p>	<p>○作戦ボードを準備し、児童に操作させながら、各ポジションの位置と役割について考えさせる。</p> <p>○ゲームに出ないチームや児童は得点係や審判を行う。</p> <p>☆自分のチームに合った練習や作戦を選んだり考えたりしている。</p> <p style="text-align: center;">【思考・判断・表現】</p> <p>○追加・修正したルールがあれば確認する。</p>	<p>作戦ボード</p> <p>得点板</p> <p>ビブス</p>
40	<p>7 学習のまとめ・整理運動をする。</p> <p>・学習の課題を話し合う。</p> <p>・よりよいルールを話し合う。</p> <p>・学習カードを記入する。</p> <p>・整理運動をする。</p> <p>・片付けをする。</p>	<p>○自分や友達・チームのよかったところについて話し合う。</p> <p>○ルール上の課題を話し合わせる。</p> <p>○安全に用具の片付けができるように声掛けをする。</p>	<p>学習カード</p>

高 学 年
ボ ー ル 運 動

単 元 名 : ネット型「ソフトバレーボール」

目 標 : チームの特徴に合わせた作戦を考え、ゲームを楽しむことができるようにする。

道 す じ	1	2	3	4	5	6
-------	---	---	---	---	---	---

時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	1 準備・準備運動をする。 2 本時のめあてを確認する。	○学習の流れがわかる掲示物を準備して、児童が理解できるようにする。	学習の流れ 用具配置図 学習カード
チームの作戦を生かしてゲームをしよう。			
5	3 ミーティング・タスクゲームをする。 ・試合に向けた作戦を話し合う。 ・自分のチームに合わせた練習をする。	○作戦ボードを準備し、児童に操作させながら、各ポジションの位置と役割について考えさせる。 ☆自己や仲間が行っていた動き方の工夫を動作や言葉などを使って相手に伝えている。 【思考・判断・表現】	ソフトバレーボール 作戦ボード
10	4 メインゲーム (1 試合 8 分程度) をする。 ・個人とチームの課題を把握する。 ・ゲームのルールを確認する。	○ゲームに出ないチームや児童は得点係や審判を行う。 ☆ルールやマナーを守りながら進んでゲームを楽しもうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】	得点板 ネット 支柱 ビブス
40	5 大会の表彰をする。 6 学習のまとめ・整理運動をする。 ・学習の課題を話し合う。 ・学習カードを記入する。 ・整理運動をする。 ・片付けをする。	○大会の優勝チームを全体で称賛できるようにする。 ○うまくいったところを振り返らせるようにする。 ○学習を終えて、できるようになったことを振り返らせる。 ○安全に用具の片付けができるように声掛けをする。	学習カード

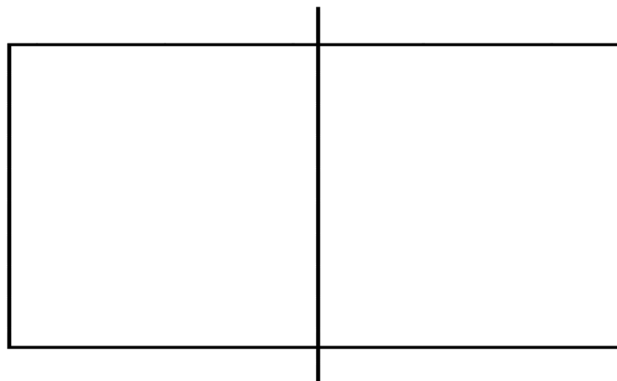
ソフトバレーボール

チーム名

月 日 ()

チームのめあて

作戦



ゲームの結果	対戦相手
—	
—	

チームの良かったところや課題

ソフトバレーボール 学習カード

年 組 番 名前

日にち	今日のめあて	今日の満足度(点)	理由
/			
/			
/			
/			
/			
/			
/			