# 保健体育科学習指導案

日　時　令和７年 12 月 15 日（月）
第５校時　13:30～14:20
学校名
対　象　第３学年　組　　名
会　場　体育館
授業者

## １　単元名

Ｅ　球技　ゴール型「ハンドボール」

## ２　単元の目標

(1) ゴール型の技術や戦術、作戦を理解し、安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによって、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。

(2) 攻防における自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて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。

(3) ゴール型の学習に自主的に取り組むとともに、フェアなプレイを守り、作戦についての話し合いに貢献すること、一人一人の違いに応じたプレイを大切にすること、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保して活動ができるようにする。

## ３　単元の評価規準

| ア　知識・技能 | イ　思考・判断・表現 | ウ　主体的に学習に取り組む態度 |
|---|---|---|
| ①　技術や戦術、作戦を理解し、攻防の構造（連携・空間活用）やプレイの役割について説明することができる。<br>②　ゴールの枠内にシュートをコントロールすることや味方に応じた安定したパスができる。<br>③　空間を作りだす動き、パスをだした後の動き、相手をマークする動きなど、相手に対応しながら仲間と連携した攻撃や守備ができる。 | ①　攻防における自己やチームの課題を発見し、合理的な解決に向けて取り組み方を工夫している。<br>②　体力や技能の程度を踏まえて、プレイの工夫や戦術の改善案を他者に伝えている。 | ①　ハンドボールの学習に粘り強く取り組み、作戦などの話し合いに貢献している。<br>②　一人一人の違いに応じたプレイを大切にし、助言等を通して互いに助け合い教え合おうとしている。<br>③　健康・安全を確保して活動している。 |

## ４　指導観

(1) 単元観

本単元は、中学校学習指導要領（平成 29 年　７月告示）保健体育の体育分野　Ｅ　球技　第３学年の下記の内容を受けて設定した。

(1)　次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法など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すること。

ア　ゴール型では、安定したボール操作と空間を作りだす動きによってゴール前への侵入などから攻防をすること。

(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。

(3)　球技に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、作戦などについての話合いに貢献しようとすること、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こと、互いに助け合い教え合おうとすることなどや、健康・安全を確保すること。

ゴール型では、個人技能と集団技能を高めながら、相手や味方、空間との関係を捉え、合理的なプレイを選択することが求められる。本単元では、ハンドボールを用いて攻守が入り乱れる中での状況判断や連携、空間の活用に着目し、個人だけではなく、チームで作戦を立て、実行し、振り返る等の活動を通して、戦術的な理解を深めていく。

(2) 生徒観

ア　実態調査

第９学年のゴール型「ハンドボール」に関するアンケートを行ったところ、以下のような結果となった。

(ア)調査方法　オンライン・アンケートフォーム

(イ)調査目的　生徒の意識調査、グループ分けの材料

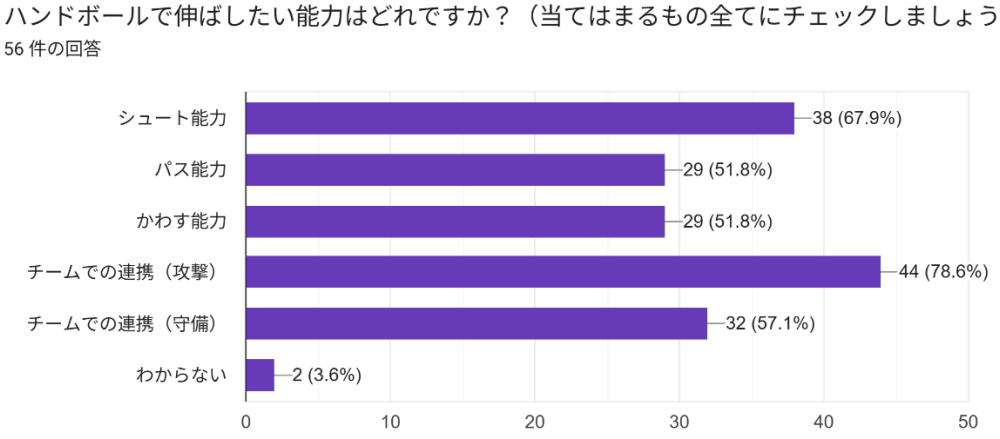
(ウ)調査対象　第９学年 57 人（未回答１人）

(エ)調査日　　令和７年 10 月 20 日～10 月 24 日

(オ)調査項目及び結果

| 質問項目 | 回答 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| ①　前回のゴール型であるバスケットボールを通して、ゴール型の技能が向上した実感を得ることができましたか。 | はい。<br>20 人（35.7%） | どちらかといえばはい。<br>30 人（53.6%） | どちらかといえばいいえ。<br>５人（８．９%） | いいえ。<br>１人（１.８%） | 分からない。<br>０人（０%） |
| ②　ゴール型は好きですか。 | はい。<br>25 人(44.6%) | どちらかといえばはい。<br>19 人(33.9%) | どちらかといえばいいえ。<br>５人(８．９%) | いいえ。<br>５人(８．９%) | 分からない。<br>２人（３．６%） |
| ③　「②」の答えた理由は何ですか。 | ・　ただ入れるだけではなく、仲間との協力プレイ、かつ、頭を使って戦略を考えるのが楽しいから。<br>・　チームで戦略を変えていくから。<br>・　普段ネット型のスポーツをやっていて、ゴール型は新鮮だから。 | | ・　難しいから。<br>・　元々ボール遊びをしていないから。<br>・　できるようになった経験が少ないから。<br>・　動きが難しくて、周りと連携がとれないから。<br>・　球技が苦手だから。<br>・　チーム競技が苦手だから。 | | |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | ・　ゴールに入るか入らないかギリギリの時に盛り上がるから。<br>・　やるのは難しいけど、見るのはいい。<br>・　チームプレイで仲間と作戦を立てて実行するのはおもしろいから。 | | ・周りと動きを合わせなければいけないから。 | | |
| ④　ゴール型のおもしろさ（特性）を理解していますか。 | はい。<br>15 人（26.8%） | どちらかといえばはい。<br>32 人（57.1%） | あまり理解していない。<br>８人（14.3%） | 理解していない。<br>１人（１．８%） | 分からない。<br>０人（０%） |
| ⑤　前回のゴール型で自己の課題を見付けることができましたか。 | 見付けられた。<br>37 人(66.1%) | だいたい見付けられた。<br>17 人(30.4%) | あまり見付けることができなかった。<br>１人(１．８%) | できなかった、わからない。<br>１人(１．８%) | |
| ⑥　前回のゴール型でチームや仲間の課題を見付けることができましたか。 | 見付けられた。<br>20 人(35.7%) | だいたい見付けられた。<br>25 人(44.6%) | あまり見付けることができなかった。<br>8 人(14.3%) | できなかった、わからない。<br>３人(５．４%) | |




イ　授業者から見た生徒の実態と考察

本学年は、保健体育の授業に積極的に取り組む生徒が多く、教員からの指示や助言に対して素直に実践しようとする生徒が多い。前回のバスケットボールでは、個人の能力向上を重点的にねらって単元を実施してきた。前回のゴール型単元との関連を考えて、今回は、「集団・チーム」に焦点を当てて、生徒同士の相互評価やＩＣＴを活用した関わりを通して、運動観察の方法や工夫、ゲーム分析等を重点的な学習課題に設定する。

授業前に第９学年を対象に行った「ゴール型（バスケットボール）」に関するアンケートの結果から、「前回のゴール型単元で技能が向上した実感がある」と回答した生徒が約９割いることが分かった。また、ゴール型に対して肯定的に捉えている生徒やゴール型のおもしろさ（特性）を理解している生徒が、約８割程度いることが明らかになった。これは、２年間の学習の積み重ねの中で、運動特

性の理解に重点を置いてゴール型を学んできた成果であると捉えることができる。

アンケートを見ると、得意・苦手と答えた生徒の双方が、「チーム」というキーワードを出しており、チーム競技である特性が双方に影響を与えていることが推察される。そのため、「チーム」を構成する上で支援や工夫を行い、苦手と感じている生徒が、活動しやすいような班編成を意図して行う。また、苦手意識をもつ理由としては、「技能」が大きな要因として働いているため、技能差を踏まえた単元計画や支援を行っていく。

(3) 教材観

ア　ゴール型（ハンドボール）の運動の特性

(ｱ) 機能的特性…　攻守が入り乱れる中で、集団対集団、個人対個人の攻防によって、多様な関わり方が関連し合い得点を取り合う。

(ｲ) 構造的特性…　決められたコートの範囲内で、個の意思決定に基づく個人的技能(ドリブル・パス・シュート)、集団的技能(空間の確保、他者との連携、役割分担)を発揮する。

(ｳ) 効果的特性…　基礎的体力としては、持久力、筋力、瞬発力、敏捷性の向上が考えられる。また、複雑な状況下で判断し、仲間と連携して目的を達成していく能力を育むことができる。

イ　先行研究から分かるハンドボールの教材とその活用について

佐藤靖（2008）によれば、「ハンドボールは、攻撃側がドリブルやパスをつないでゴールを狙い、守備側がシュートを阻止するという、絶え間ない攻防のせめぎ合いにゲームの本質的なおもしろさがある」。この攻防は、松田恵示（2008）が述べるように、「同じゴール型競技に共通する「運ぶ」「かわす」「入れる」という３つの局面をめぐって展開され、それらは、先の機能的特性や構造的特性を踏まえると、個人対個人、集団対集団の多様な関わりの中で発生する」。

ハンドボールの攻防や構造的特性に着目すると、攻撃ではドリブル・パス・シュートといった個人の意思決定に基づく技能と、マンツーマンディフェンスやダブルチームといった集団的技能（空間の確保、連携、役割分担）の両方が、決められたコート内で発揮される。また、攻守が入り乱れることによるゲームのスピード感も特徴である。

このような機能的・構造的特性をもつハンドボールは、基礎的体力（持久力、筋力、瞬発力、敏捷性）の向上に加え、複雑な状況下で判断し、仲間と連携して目的を達成する過程を通じて、協調性や社会性といった集団の中での力を育む効果的特性が期待される。

## ５　年間指導計画における位置付け

| 単元名 | | 時数 |
|---|---|---|
| 年間 | 体つくり運動（体ほぐしの運動、体の動きを高める運動） | ７時間 |
| 第１学期 | 陸上競技（短距離走、リレー） | 10 時間 |
| | ダンス（現代的なリズムのダンス） | ５時間 |

| | | |
|---|---|---|
| | 水泳（クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ） | ８時間 |
| | 器械運動（マット運動） | 10 時間 |
| | 保健（健康な生活と疾病の予防） | ５時間 |
| 第２学期 | 球技　ゴール型（バスケットボール） | ９時間 |
| | 球技　ネット型（バレーボール） | ５時間 |
| | 保健（心身の発達と心の健康） | ５時間 |
| | 球技　ゴール型（ハンドボール）※本単元 | ９時間 |
| | 球技　ベースボール型（ソフトボール） | ７時間 |
| | 体育理論（文化としてのスポーツの意義） | ３時間 |
| 第３学期 | 球技　ゴール型（サッカー） | ７時間 |
| | 球技　ネット型（卓球、バドミントン） | ５時間 |
| | 陸上競技（走り幅跳び、長距離走） | ５時間 |
| | 保健（健康な生活と疾病の予防） | ５時間 |

**６　単元の指導計画と評価計画（全９時間）**

| | 目標 | 学習内容・学習活動 | 評価規準（評価方法） |
|---|---|---|---|
| 第１時 | ・　ゴール型の特性を復習することができる。<br>・　単元の見通しをもつことができる。 | ○　オリエンテーション<br>・　ゴール型の特性を復習する。<br>・　単元の見通しをもつ。<br>・　安全配慮事項を確認する。 | ア-①<br>（行動観察・記録） |
| 第２時 | ・　試しのゲームを通して、ハンドボールのルールを確認することができる。 | ○　試しのゲーム（５VS５）<br>・　ルールを確認する。<br>・　班編成に向けた技能レベル確認する。 | ウ-③<br>（行動観察・記録） |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 第３時 | ・　ハンドボールのディフェンスの戦術理解を深めることができる。 | ○　ディフェンス戦術の理解<br>・　セットディフェンスの学習をする。<br>・　作戦の実行と振り返りを行う。 | イ-①<br>（行動観察・記録、ワークシート） |
| 第４時 | ・　ハンドボールのオフェンスの戦術理解を深めることができる。 | ○　オフェンス戦術の理解<br>・　カットインプレイ、ポストプレイを学習する。<br>・　作戦の実行と振り返りを行う。 | ア-②<br>（行動観察・記録、ワークシート） |
| 第５時<br>（本時） | ・　パフォーマンスの相互観察、相互評価を通して、課題解決に向けての方法を協力して考えることができる。 | ○　相互観察・相互評価<br>・　個人課題を他者と共有する。<br>・　課題解決に向けての方法を考える。<br>・ ホームグループで観察と助言を行う。 | ウ-②<br>（行動観察・記録） |
| 第６時 | ・　仲間の技能や戦術のレベルを把握し、チームで作戦を立ててゲームをすることができる。 | ○　自己評価と作戦の立案<br>・　ルーブリックで自己評価を行う。<br>・　仲間の技能レベルを把握する。<br>・　チームで戦術、作戦を立てる。 | ウ-①<br>（行動観察・記録） |
| 第７<br>～９時 | ・　リーグ戦を運営することができる。<br>・　チームで立てた戦術や作戦を実行することができる。 | ○　リーグ戦の運営と学習のまとめ<br>・　協力してリーグ戦を運営する。<br>・　作戦の実践と調整を行う。<br>・　単元のまとめ（デジタル掲示板型プラットフォーム）を行う。 | ア-③<br>（行動観察・記録・映像分析）<br>イ-②<br>（データ分析） |

## ７　指導に当たって

(1) ルーブリックとデジタル掲示板型プラットフォームを活用した評価支援

ルーブリックは、学習過程を可視化し、自己評価・相互評価を促すツールである。生徒達は、ルーブリックを参考にしつつ、デジタル掲示板型プラットフォームを活用し、振り返りの記録、共有を行うことで、自身のプレイの様子や変化に気付き、具体的な改善点を考えていく。また、ルーブリックのＡ＋の評価欄は、あえて空欄にすることで、ゴール型の特性理解が進んでいる生徒も一緒に探究的な学習ができるような授業を構成していく。

(2) 学習グループ・ペアの編成工夫

本単元では、習熟度別グループとホームグループを設定する。習熟度別グループでは、個別の技能課題に応じた学習を行い、ホームグループでは、異なる習熟度の生徒同士が協働的に学ぶことができる仕組みを取り入れる。教師は、事前アンケートを分析することや試しのゲームを観察することで、技能の到達状況を把握し、学習成果が上がりやすい班編成をする。また、良い言葉掛けの例やルーブリック評価表を示すことで、学習過程で助言や支援がスムーズにいくよう指導する。

ア　習熟度別グループ（同程度の技能）

・　目標…生徒の技能レベルが近いグループで、戦術的な思考力やゲーム展開を読む力を養う。

・　指導のポイント…　同程度の技能レベルで互いに切磋琢磨することで、３つの局面（運ぶ、かわす、入れる）における個人の技能向上を図る。技能が対等な相手と対戦することで、ゴール型の構造的特性の理解を深めて、より実践的な技術や作戦の遂行能力を伸ばす。

イ　ホームグループ（異なる技能の生徒が混在している）

・　目標…技能レベルが異なる生徒が協力し、「助け合い、教え合う」という協調性を育む。

・　指導のポイント…　技能差を前提とした役割分担や、お互いの違いを活かしたプレイを大切にする。他者のプレイを観察し、運動観察能力を伸ばすことで的確なアドバイスをする力を養う。

(3) 男女共習の配慮について

本単元では、練習も試合も全て男女共習で進める。接触プレイを避けるように指導し、班編成では、人数に偏りがでないように配慮して、男女がほぼ均等に分かれるようにチーム編成を行う。性別による優劣意識を生ませない指導を心掛け、習熟度の基準は性別ではなく、技能差であることを強調し、「共生」の視点から、お互いの特性を認め合う社会性を育んでいく。

## ８　本時（全８時間中の第５時）

(1) 本時の目標

パフォーマンスの相互観察、相互評価を通して、課題解決に向けての方法を協力して考えることができる。

(2) 本時の展開

| 時間 | ○学習内容　・学習活動 | 指導上の留意点・配慮事項 | 評価規準（評価方法） |
|---|---|---|---|
| 導入<br>５分 | ・　挨拶と出席確認をする。<br><br>○　本時のめあての確認<br>「仲間のプレイを観察して、課題解決に向けての方法を一緒に考えよう。」 | ・　二学期に学んだゴール型の知識や経験を活かしつつ、ホームグループ（ペア・トリオ）からの助言を踏まえ課題設定していくことを伝える。 | |
| 展開<br>35 分 | ○　ホームグループ活動<br>・　ウォーミングアップをする。<br>①動的ストレッチ<br>②パス練習（グループ）<br>③シュート練習<br>○　課題確認<br>・　タブレットを使用し、個人と仲間の課題を確認する。 | ・　ウォーミングアップでは、動的ストレッチを中心に準備運動を行う。<br>・　ポジティブな気持ちになれるような BGM をかける。<br>・　ゲーム前に課題を確認する時間を確保する。<br>・　撮影は安全を確保し、ギャラリーから撮影するよう伝える。<br>・　ゲーム、観察者の巡視を行い、 | ウ-②<br>（行動観察・記録・デジタル掲示板型プラットフォームのコメント分析）<br>・評価規準<br>一人一人の違いに応じたプレイを大切にし、助言等を通して互いに助け合い教え合おうと |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | ○　５VS５のゲーム(前半)<br>・習熟度 A＋B<br>・習熟度 B＋A(サポート)<br>○　チームタイム<br>・　休憩、作戦会議<br>・　相互フィードバック<br>○　５VS５のゲーム(後半)<br>・習熟度 A＋B<br>・習熟度 B＋A(サポート) | 生徒やグループリーダーにフィードバックする。<br>・　チームタイムでは、あらかじめ決めているペアでの相互フィードバックも取り組むように言葉掛けを行う。 | している。 |
| まとめ<br>10 分 | ○　学習のまとめ<br>・　ホームグループでお互いにフィードバックを行い、デジタル掲示板型プラットフォームに活動の振り返りを記録する。<br>○　全体共有<br>・　健康観察と挨拶をする。 | ・　ホワイトボード付近に集めて振り返りがしやすい状態にする。<br>・　良い振り返りの例を共有して次時につなげる。<br>・　怪我人、体調不良者を確認して、挨拶を行う。 | |

(3) 板書計画

ゴール型：ハンドボール（６回目）

本時のめあて　敏捷性・瞬発力

仲間のプレイを観察して、課題解決に向けての方法を考えよう。

前時までの復習

・ゴール型の特性
・ディフェンスの戦術
・オフェンスの戦術

ポイント

・ギャラリーから撮影を行う
　空間・スペースを意識
・フィードバック活動
　相手に寄り添った言葉掛け

活動の流れ

①活動・めあての確認
②W―UP
・ストレッチ
・パス練習→シュート練習
・チームタイム（課題設定）
③ゲーム→アドバイスタイム
④振り返り・まとめ

(4) 授業観察の視点

ア　ホームグループと習熟度別グループの工夫は、「男女共習」や「共生」の視点から生徒の学びにとって有効だったか。

イ　デジタル掲示板型プラットフォームは生徒の思考力・判断力・表現力等を育み、協働的に学ぶツールとして有効な手段だったか。

引用参考文献

・松田恵示「戦術学習」から「局面学習」へ　こどもと体育 No146, 光文書院, 2008 年
・佐藤靖 球技の分類と学習内容を考える-ハンドボールを素材にして、体育科教育, 大修館書店, 2003 年