

## 第3学年4組保健体育科学習指導案

1 日 時 平成27年11月11日(水) 第5校時(14:00~14:50)

2 対 象 第3学年4組(男子 18名、女子 19名)

3 場 所 碧南市立新川中学校 運動場 (雨天時:体育館)

4 単元名 新中アルティメット ~究極バトル 新中リーグ ~

5 単元の目標

- ・ゲームやミーティングに積極的に取り組むなかで、課題や作戦などをチームで話し合ったり、ゲームの中でセルフジャッジを行うことができる。【意欲・関心・態度】
- ・攻撃の技能(ディスクを投げる、とる、マークを外す)や守備の技能(ハンズアップ、マークのつき方)を、チームの作戦を遂行するために活用することができる。【技能】
- ・パスをどこに出すのか、ディスクがない時にどう動くのか、相手へのマークの付きかたなどを戦術的な指示や、チームで考えた作戦などをアドバイスすることができる。【思考・判断】
- ・スピリット・オブ・ザ・ゲームの精神やルールを理解し、審判やリーグ戦の運営をすることができる。【知識・理解】

6 単元について

(1) 生徒の実態

本校の体育の授業は、男女共修で行っている。本学級は男子18名、女子19名で構成されており、普段の授業から落ち着いて授業に取り組める生徒が多い。男女の仲が良く、運動が苦手な生徒も明るい雰囲気の中で積極的に授業に取り組むことができている。過去のゴール型の実践では、ハンドボールとバスケットボールを行い、その種目が得意な生徒はより積極的になり、そうでない生徒は消極的になる傾向がみられた。チームを同質にグルーピングし、得意な生徒が苦手な生徒に対して親身になって教える姿も見られた。ただゲームになると苦手な生徒はボールを触る回数が少なく、どう動いていいのかわからない様子が多くみられた。また苦手な生徒をどうゲームでいかしていくのかをチームで考えていく姿までは見ることはできなかった。球技が苦手な生徒から「バスケ、ハンドボールは楽だ。うまい人にボールを持たせておけばいい」という感想が、授業の様子をよく表している。

戦術的な学習では、1、2年生では何をすればうまくゲームで動けるかという原則を攻撃(ボール保持、ボール非保持)、守備において学習してきた。バスケットでは、ボール保持者はボールを持ったら「ゴールを見てシュートを狙うこと」、ボール非保持者は「ゴールに向かって走ること」、守備者は「ハンズアップして攻撃の邪魔をする」ことなどである。

今回のアルティメットの実践では、得意な生徒も苦手な生徒も、チームが勝つために自分ができることを考えて協働的に活動していく姿を目指したい。特に苦手だからと、プレイすることも考えることもやめてしまい、意欲的に体育に関わることをできない生徒をなくしたい。そして、仲間とともに全員が意欲的に参加できる授業を目指したい。

## (2) 教材観

アルティメットは、ディスクを落とさずにパスをつなぎ、コート両端のエンドゾーン内でパスをキャッチすれば得点となるゴール型のスポーツである。ドリブルをすることができないので「投げる」、「とる」などの基本的な技能が身につけば簡単にゲームに参加することができる。エンドゾーンに走りこんでキャッチすると得点になるので、よい動きそのものが得点に結びつき、どの生徒も得点をすることができる。ディフェンスの場面でも相手ディスクをはたき落とせば、ターンオーバー（攻守交替）となり、ディフェンスでの成功もしやすい。ディスクを持った者に対してディフェンスが直接触れることができないことから、ディスクを持った者は他の球技に比べ落ち着いてプレイできる。さらにディスクを持ったプレイヤーは、移動をすることができないので、ひとりでは状況を打開することができない。したがって、周りのプレイヤー（ディスクを持っていないプレイヤー）の関わりが必要不可欠となる。ゲームの中では、攻守の切り替えが速く運動量が要求される。チームの中の誰かが頑張ればうまくいく競技ではなく、チームメイト全員が協力してプレイをしないとうまくいかないのがアルティメットの特徴であり、全ての生徒が攻撃、守備の場面で成功体験を多く感じることでできる競技である。

さらにアルティメットは、スピリット・オブ・ザ・ゲームの精神にのっとったセルフジャッジ（自己審判制）を採用している。主体的にゲームでセルフジャッジを行うことや、ミーティング、練習や日々のゲーム、最後のリーグ戦の運営を行わせることなどで、スポーツを「行う」だけではない、スポーツを観戦する、応援する「見る」、スポーツの指導をする、支援する、審判をする「支える」といった、スポーツに対してのさまざまな関わりを学ばせることができる。

## (3) 指導観

今回のアルティメットの授業では、すべての生徒が夢中になり、仲間とかかわりながら意欲的に学習を進める姿を目指したい。特に、スポーツ・運動から距離を置いている生徒（苦手、興味・関心が低い、否定的に捉えている）が意欲的に関わる姿に着目していく。全ての生徒がゲームのなかでどう動けばいいのかや、何をすればいいのかがわかり、「うまくはできないけれども、何をすればいいのか分かる」という思考力・判断力を伸ばせるようにしていきたい。

アルティメットの授業の中心的な課題は「ボールを持たない動き」である。とりわけ、どのようにスペースを効果的に使うのが学習課題となってくる。その課題を達成させるために、教師が機械的に課題の設定をしたり助言を与えたりすることはしない。ゲームとミーティングを繰り返すなかで生徒たちが「どうすればうまくいくのかわからない」という必要感に迫った疑問がでてくるのを待ち、生徒たちの授業の様子を見とりながら課題を設定したり、助言したりしていきたい。そのために、日々の学習プリントから個人とチームの状態を把握したり、ゲームの様子をビデオで撮影し、映像を分析したりしていく。生徒たちの様子を見取りながら、ゲームの中でこう動けばうまくいくというプレイの原則を攻撃（ディスク保持、ディスク非保持）、守備で分けて助言していくことで、どう動いたらいいのか分からない生徒たちの支援していく。さらにクラス全体の共通の課題を設定するだけでなく、それぞれのチームがそれぞれの課題を発見、追求しそれを解決していく過程を大切にしていく。そうすることで生徒がより主体的に活動をするようにしていきたい。最終的には、チームのメンバーの特徴を生かした作戦を考え、実践させていきたい。チームの一人一人が役割を担い、それを実践し成功させることができたときの達成感こそ、この授業を通して、特に生徒たちに感じて欲しいことである。

7 単元の指導計画 (15時間完了)

		生徒の学習活動						時数																				
はじめ	【オリエンテーション】	・アルティメットについて知ろう。実際にディスクを投げてみよう。試しのゲームをしよう。						1																				
	【アルティメットのルールを覚え、ゲームの特性を感じよう】	・ディスクを投げる、とるの個人技能を高めよう。 ・アルティメットのルールを覚え、スムーズにゲームを進行しよう。 ・アルティメットの特性を感じ、今までに体育の授業で習ったことを生かそう。						3																				
	<table border="1"> <tr> <td>0</td> <td>5</td> <td>15</td> <td>25</td> <td>30</td> <td>40</td> <td>50</td> </tr> <tr> <td>W-u p</td> <td>技能練習</td> <td></td> <td>ゲーム1</td> <td>ゲーム2</td> <td colspan="2">学習のふりかえり</td> </tr> </table>		0	5	15	25	30		40	50	W-u p	技能練習		ゲーム1	ゲーム2	学習のふりかえり		<table border="1"> <tr> <td colspan="2">チームの課題1</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>エンドゾーンにダッシュ</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>エンドゾーンにパス</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>ハンズアップ(ディスクを持っている相手)</td> </tr> </table>				チームの課題1		・	エンドゾーンにダッシュ	・	エンドゾーンにパス	・
0	5	15	25	30	40	50																						
W-u p	技能練習		ゲーム1	ゲーム2	学習のふりかえり																							
チームの課題1																												
・	エンドゾーンにダッシュ																											
・	エンドゾーンにパス																											
・	ハンズアップ(ディスクを持っている相手)																											
なか	【チームの課題を見つけて、それを解決していこう】	・ミーティングを通してチームの課題を確認し、解決していこう。 ・攻撃、守備のプレイの原則を意識してゲームを進行しよう。						3																				
	<table border="1"> <tr> <td>0</td> <td>5</td> <td>10</td> <td>20</td> <td>30</td> <td>40</td> <td>50</td> </tr> <tr> <td>W-u p</td> <td>ミーティング1</td> <td>ゲーム1</td> <td>ミーティング2</td> <td>ゲーム2</td> <td colspan="2">学習のふりかえり</td> </tr> </table>		0	5	10	20	30		40	50	W-u p	ミーティング1	ゲーム1	ミーティング2	ゲーム2	学習のふりかえり		<table border="1"> <tr> <td colspan="2">チームの課題2</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>ディスクをもらえる場所に動く。</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>パスを選択する。(前がだめなら、横、後ろ)</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>マンツーマン(ディスクを持っていない相手)</td> </tr> </table>				チームの課題2		・	ディスクをもらえる場所に動く。	・	パスを選択する。(前がだめなら、横、後ろ)	・
	0	5	10	20	30	40	50																					
	W-u p	ミーティング1	ゲーム1	ミーティング2	ゲーム2	学習のふりかえり																						
チームの課題2																												
・	ディスクをもらえる場所に動く。																											
・	パスを選択する。(前がだめなら、横、後ろ)																											
・	マンツーマン(ディスクを持っていない相手)																											
なか	【ゲストティーチャーからアルティメットを学ぼう】	・ゲストティーチャーの実演をみてアルティメットの技能、戦術を感じよう。 ・ゲストティーチャーに自分のチームの改善点を聞いてみよう。						1																				
	【チームの課題を追究し、それを解決していこう】	・ゲストティーチャーにアドバイスされたことを実践してみよう。 ・チームの課題をさらに追究し、解決していこう。						3																				
<table border="1"> <tr> <td>0</td> <td>5</td> <td>10</td> <td>20</td> <td>30</td> <td>40</td> <td>50</td> </tr> <tr> <td>W-u p</td> <td>ミーティング</td> <td>ゲーム1</td> <td>ゲーム2</td> <td>ゲーム3</td> <td colspan="2">学習のふりかえり</td> </tr> </table>		0	5	10	20	30	40		50	W-u p	ミーティング	ゲーム1	ゲーム2	ゲーム3	学習のふりかえり		<table border="1"> <tr> <td colspan="2">チームの課題3</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>相手のマークを外すことができる。(ディスク非保持)</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>相手のマークを外すことができる。(ディスク保持)</td> </tr> <tr> <td>・</td> <td>マークの原則(ディスクを持っていない相手)</td> </tr> </table>				チームの課題3		・	相手のマークを外すことができる。(ディスク非保持)	・	相手のマークを外すことができる。(ディスク保持)	・	マークの原則(ディスクを持っていない相手)
0	5	10	20	30	40	50																						
W-u p	ミーティング	ゲーム1	ゲーム2	ゲーム3	学習のふりかえり																							
チームの課題3																												
・	相手のマークを外すことができる。(ディスク非保持)																											
・	相手のマークを外すことができる。(ディスク保持)																											
・	マークの原則(ディスクを持っていない相手)																											
まとめ	【自分のチームの作戦をもって、リーグ戦に臨もう】	・自分のチームの特徴を生かした攻撃の作戦を考えよう。 ・自分のチームの特徴にあわせた守備の作戦を考えよう。						2 (本時2/2)																				
	<table border="1"> <tr> <td>0</td> <td>5</td> <td>10</td> <td>20</td> <td>30</td> <td>40</td> <td>50</td> </tr> <tr> <td>W-u p</td> <td>ミーティング1</td> <td>ゲーム1</td> <td>ゲーム2</td> <td>ゲーム3</td> <td colspan="2">学習のふりかえり</td> </tr> </table>		0	5	10	20	30	40	50	W-u p	ミーティング1	ゲーム1	ゲーム2	ゲーム3	学習のふりかえり													
0	5	10	20	30	40	50																						
W-u p	ミーティング1	ゲーム1	ゲーム2	ゲーム3	学習のふりかえり																							
	【リーグ戦を企画・運営し、リーグ戦に参加しよう】	・リーグ戦に向けて考えた作戦を実践、修正しながらリーグ戦に臨もう。 ・自分たちでリーグ戦の内容を企画、運営していこう。						2																				

## 8 本時の展開

### (1) 本時の目標

- ・ゲームやゲーム観察に積極的に参加したり、スピリット・オブ・ザ・ゲームの精神を大切に、ゲームの中でセルフジャッジを行うことができる。【意欲・関心・態度】
- ・チームで考えた作戦について確認や修正する声かけや、ディスクを持たない動きやディフェンスのマークのつきかたなど戦術的な声かけができる。【思考・判断】
- ・チームの作戦を遂行するために、ディスクを持たない時の動きや、マークのつき方など個人の役割を意識して動くことができる。【技能】

### (2) 本時の構想

まず単元の始めに、アルティメットのゲームをたくさん経験していく中で、誰もがゴールできる可能性があることや、頑張れば攻撃を防ぐことができることに生徒たちは気づくことができた。そして、ミーティングとゲームを繰り返す中でチームごとに課題を見つけ、よりよい作戦を考えていった。視聴覚機器を利用して、生徒のよい動きを見せたり、大学生の試合の映像を見せたりし、よりチームの課題に気づけるような支援をした。それだけでは解決できない課題に対しては、大学アルティメット部との交流の機会を設け、専門家の実演や、自分のチームに対してのアドバイスをもらえる時間を設けた。専門家にアドバイスをもらうことので、課題が明確になり、より意欲的に個人やチームの課題を追究していった。この頃、生徒たちはミーティングの時間よりもゲームを通してチームで考えたことを試したいという思いが強く、試合のハーフタイムや、ゲーム直後の時間を利用してチームの課題や作戦について積極的に話し合う姿が見られるようになった。

本時では、リーグ戦に向けてそれぞれ自分のチームの考えた作戦を実践させていく。前時にチームのメンバーの特徴をいかした攻撃の役割(フォーメーションや動き方)や、守備の役割(マークの仕方や、守る位置)を考えた生徒たちは、それが実践できるかどうかを試していくだろう。また前時にチーム全員の動きを見るために、階段の上からゲーム観察をしてした生徒は、ゲーム観察を通して作戦を実践していく中で、うまくいかない点を把握しやすいはずである。そこで試合の間の時間を普段より長くすることで、作戦の確認、修正をより図れるように本時は時間配分を考えた。誰かが頑張るのではなく、全員がそれぞれの役割を担いゲームに参加することで、チームの作戦がうまくいくことに気づかせたいと考えた。

### (3) 抽出生徒について

事前のアンケートでは体育が好きではない、ゴール型の授業が好きではないと答える。理由は、自分は運動が苦手だから。パスをどこに出せばいいのかわからず、自分にパスが回ってこないから。アルティメットでは積極的に関わり、エンドゾーンに走りこみゴールをし、喜ぶ姿をたくさん見ることができている。前時の振りかえりでは、「急に動きを変えるとマークを外せることが分かった」と書いており、本時では、自分の役割であるエンドゾーン付近でマークを巧みにはずしゴールする姿やゴールに結び付ける動きに期待している。

- (3) 準備：学習プリント、チームファイル、フライングディスク、ビブス、作戦盤、黒板、デジタイマー、得点盤、コーン

(4) 学習の展開

時間	生徒の学習活動	教師の支援・指導上の留意点
5	1 W・up を行う。 ・運動場に出てきた生徒から W・up を行う。  2 本時の学習課題を確認する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・うまくディスクを投げられない生徒には、手首のスナップやディスクの傾きなどのアドバイスをする。</li> <li>・生徒の健康観察をする。</li> </ul>
10	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; margin-bottom: 5px;">リーグ戦に向けてのチームの作戦を実行しよう。</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・各チームで前時までに考えたチームの作戦と、1人1人の動きを確認する。</li> <li>・確認が終わったチームから練習をする。</li> </ul> 3 役割を分担しゲームをする。 ・1ゲーム3分、ハーフタイム1分。ゲームの間は3分。全てのチームとゲームを行う。 ・ゲームにでない生徒は、コートで応援、指示をする。 ・ハーフタイムにマークや作戦の確認、ゲームの間で動きの修正や確認を行う。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個別のアドバイス等、朱書きを加えた学習プリントを返却し、前時の反省をいかせるようにする。</li> <li>・チームの作戦の確認がうまく進まないチームには、声をかけていく。</li> <li>・よいプレーを称賛し、うまく動けない生徒には声かけをする。</li> <li>・観察をしている生徒に、チームのよいところや、ゲームのなかで困っている生徒に対してのどう動けばいいのか声かけをする。</li> <li>・【評】態：ゲームやゲーム観察に積極的に参加することができたか。(ゲーム)</li> <li>・【評】態：セルフジャッジを積極的に行うことができたか。(ゲーム)</li> <li>・【評】技：ゲームのなかで、個人の役割を理解し、動くことができたか。(ゲーム)</li> <li>・【評】思：作戦や戦術などチームの課題に気づくことができたか。(学習プリント)</li> </ul>
45	4 授業のまとめを行う。 ・チームで話し合いをし、リーグ戦に向けた作戦を確認する。 ・振り返りを学習カードに記入する。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい動き、よい声かけをしていた生徒を紹介する。</li> </ul>
視点	ゲームを中心とした学習展開が、戦術や作戦の確認、修正についての話し合いを活性化するのに有効であったか。	

# アルティメットルール表

## チーム分け

男女混合 9～10名 クラスで4チーム

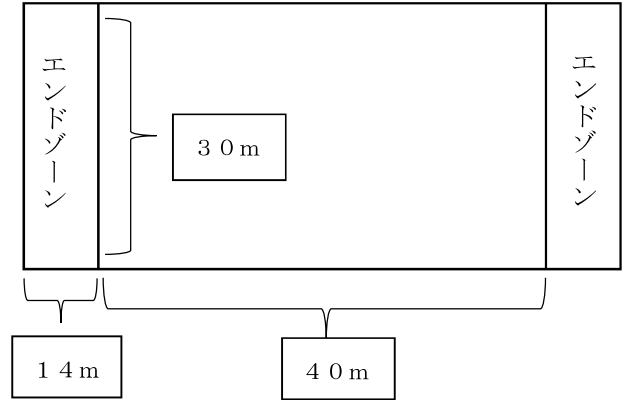
## ゲーム方法

- 5対5
- ゲーム時間：3分ハーフ
- ハーフタイム：2分
- 前半、後半どちらかで必ず出場
- 判定はセルフジャッジ

## ☆ゲームの進め方

- 自陣のエンドゾーンから相手にディスクを投げスタートする。
- エンドゾーンでキャッチをすると得点。
- ディスクを持って、歩いてはいけない。2、3歩で止まる。ピボットはよい。
- ディスクを持ったら10秒以内にパスをする。
- ディスクの手渡しはできない。自分で投げたディスクは、自分で取ってはいけない。
- オフェンスプレーヤーがキャッチする際ディスクを落とすとその場で攻守が変わる（ターンオーバー）。相手側のスローオフから開始する。そのときに30秒以内に攻撃を始める。
- マーカーはディスクを持ったプレーヤーに1名つくことができる。2名以上でディフェンスをしてはいけない。
- マーカーはディスクを持ったプレーヤーに触ることはできない。基本的に1m離れる。
- ディスクがサイドラインから出た場合は出たところからスローインをする。
- 得点をした場合、コートチェンジをして（風の影響を避ける）、得点をした側のスローオフから始める。

## コート図



## 会場図

