

教師用 指導案（中・高）

1. テーマ・授業名

テーマ2 パラリンピックスポーツ

授業2 「シッティングバレーボールをやってみよう！」

2. 授業の目標

- ・シッティングバレーボールを体験することで、パラリンピックスポーツを身近に感じ、興味を持つ。
- ・シッティングバレーボールの規則を知り、なぜそのような規則となったのかを考え、体験することで、障害の有無にかかわらずスポーツを楽しむための工夫があることを理解する。
- ・シッティングバレーボールの体験を通して、自分なりにシッティングバレーボールの魅力を考えられるようになる。

3. 本時の位置づけ

- ・総合的な学習の「福祉」の授業での活用。
 - ・中学校では、道徳の「他者の理解」「共生社会」などの視点における事例学習として活用。
 - ・保健体育のバレーボールを選択した際、カリキュラムに盛りこむことも可能だが、評価の視点を新たに設ける必要がある。
- ※その他、学級活動や学年集会などの時間を活用してもよい。

4. 指導の留意点、工夫点

- ・教師用ハンドブックのP4、「I'mPOSSIBLE の使い方②」を参照し、教師はすべての生徒が参加し、達成感を得られるように工夫する。
- ・本時の前に、「映像資料DVD：シッティングバレーボール」を見せて、大まかな試合の流れやルールを理解させておくとよい。
- ・複数時の授業数が確保できる場合は、サーブなどの練習をして、ゲームに挑戦するとよい。
- ・「お尻を床につけたまま移動するには、どうすると動きやすいか」「言葉の掛け合いなどはどうすべきか」など、できるようになるための工夫ができていたら、積極的に認めていく。

5. 準備物

- ・授業用シート（2-2） 生徒用ワークシート（2-2）
- ・映像資料DVD：シッティングバレーボール
- ・バレーボール（ソフトバレーボールでも可）
- ・ネット（テニス用やバドミントン用ネット、色のついた太めのひもでも可）
- ・コーン（2～4本）、得点板、笛、ビニールテープ、布ガムテープなど

〈展開案〉※【】内は経過時間

時 間	学習活動（引き出したい生徒の言葉）	指導上の留意点・配慮事項（教師の活動）	準備物／教師参照物
導入 (5分) 【5分】 目安 目標：3分 ルール説明：2分	(1) 本時の目標と、授業の内容を確認する。 (2) シッティングバレーの基本的なルールを理解する。	(1) 【目標】 ①シッティングバレーの体験を通して、障害の有無にかかわらずスポーツを楽しむための工夫があることを理解しよう。 ②シッティングバレーの魅力について説明できるようになろう。 【本時の授業の流れ】 シッティングバレーについて知る→準備体操→練習→試合→振り返り (2) ・バレーとの違いを示し、シッティングバレーを理解させる。	・授業用シート（2-2） 【教師参照】 ・教師用ハンドブック ・映像資料DVD： シッティングバレー ボール
準備体操 (3分) 【8分】	シッティングバレーに合った準備体操を行う。 ・座った姿勢での準備運動	・肩や首、指を念入りにストレッチしておく。 ・座った状態で、受け身のような動きをして、後ろに倒れてもあごをひいて、頭を打たないようにする練習をしておく。	【教師参照】 ・映像資料DVD： シッティングバレー ボール
展開① お尻を床につけたまま動く練習 (5分) 【13分】	ボールをバトン代わりにして、お尻を床につけたまま動くリレーを行う。	【練習①…床にお尻をつけたまま移動する練習】 ・チームごとに少し練習し、どうすれば速く進めるか、考えながらできるようにする。 ・2メートルくらい先にコーンを置いて、そこを回ってくるリレーを行うが、状況に応じて距離を延ばす、8の字を描くコース設定にするなど工夫をする。	・コーン ・バレーのボール 【教師参照】 ・映像資料DVD： シッティングバレー ボール
展開② 円陣パスラリー (5分) 【18分】	チームごとに円陣を組み、パスラリーを行う。 ・手が届く範囲にきたボールだけではなく、自分が動いてボールを取りに行くことを意識できる。	【練習②…パスの練習】 ・円陣がどんどん小さくなってしまう可能性があるので、適宜声かけをする。 ・慣れてきたら、3分間で何回パスをつなぐことができるか、などの設定で競わせる。 1人が立ってボールを持ち、数人を相手にボールを左右や少し手前に投げてレシーブをさせる練習を行うなど、座ったまま動いてボールを取りに行く練習をすると、試合でラリーがつながるようになる。	・授業用シート（2-2） 【教師参照】 ・教師用ハンドブック



時 間	学習活動（引き出したい生徒の言葉）	指導上の留意点・配慮事項（教師の活動）	準備物／教師参考物
展開③ (20分) 【38分】		【試合を体験しよう】	
	試合を行う。	<ul style="list-style-type: none"> ・6人1チームで試合を行う。(20分しかないため、10ポイント先取の1セットゲームとするなど工夫をする。) <p>※コートの数に応じて、チーム交替などを計画的に実施して、全員が試合を体験できるように工夫をする。</p> <p>※試合のない生徒には以下の役割を持たせる。</p> <p> ボール拾い 得点係 審判（主審、副審、4つのコーナーに線審）</p>	
振り返り (7分) 【45分】	<p>シッティングバレーの魅力を発表する。</p> <p>〈キャッチコピー例〉 「落とすなボール、浮かすなヒップ」 「座れば、楽しさがわかる」 「1m先のボールが取れない…、するとみんなの笑顔」 「パラリンピアンのすごさを実感」 「シッティング・オベーション」</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・この競技を体験してどう感じたかを言語化することで、単に「楽しかった」ととどまらない感想を共有させる。 <p>※単に文章でまとめるのではなく、魅力をキャッチコピーとして表現するなど、クラスの状況に合わせて工夫をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・うまく書けていない生徒には、実際にプレーして感じたことや、一般的のバレーとの違いに注目させるなどの助言を行う。 ・時間がない場合は口頭のみの振り返りとし、ワークシートは宿題にしてもよい。 	<ul style="list-style-type: none"> ・生徒用ワークシート(2-2)
まとめ・片付け (5分) 【50分】	<ul style="list-style-type: none"> ・発表する。 ・協力して片付けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・数人に発表させた後、まとめる。 ・用具の片付けも協力してできるようにする。 	

■安全面での配慮

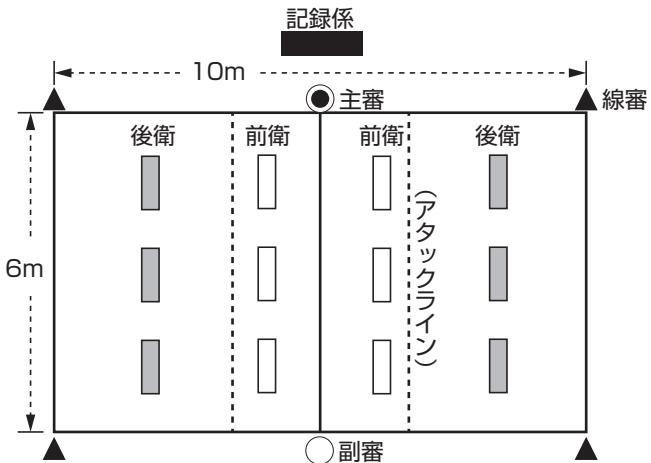
- ・体育館の床のめくれなどがないか確認をしておく。
- ・体育のジャージや長袖、長ズボンなどを着用する。
- ・練習や試合では手のひらを広げ、突き指には十分注意する。



■コートのつくり方、立ち位置

- ・コート (10 m × 6 m)
- ・ネット (床からの高さ約 1 m)
 - …規定の高さ (男子 1.15m、女子 1.05m) に合わせて、1 m程度に設定するとよい。
- ・生徒の立ち位置は右図を参照。選手について、前衛3名、後衛3名とする。
 - …クラスの人数に応じて人数を変えてよい。

* 実際にはアタックラインがあるが、本時では採用しない。
 * 授業場所の状況に合わせて、コートの面数は工夫をする。



▲ポールにネットを巻き付けた例



▲コーンは外周の4隅とセンター線の位置がわかるように置くとよい。

■試合について（学年、クラスの状況に合わせての工夫）

試合では、以下の点に留意すると難易度が下がるので、初心者でもシッティングバレーを楽しく体験できる。

〈座り方〉

- ・練習を通して、動きやすい座り方を習得させる。

〈サーブ〉

- ・前方からサーブをしてもよい。
- ・投げ入れるサーブでもよい。

〈レシーブ・トス・スパイク〉

- ・1回バウンドまではよい、キャッチをしてもよいなどのルールを必要に応じてつくってよい。
- ・脚や頭などでバスを上げてもよいことを伝える（身体のどの部分を使ってもよい）。
- ・本来は、同じ生徒が2回連続でボールに触れてはいけないが、習熟度に応じて、そのあたりも加減してよい。

〈ポジショニング〉

- ・前衛と後衛を適宜交替する。