

第3学年123組 保健体育学習指導案

「自律学習（反転・複線・自由進度ミックス型）」

令和8年2月16日（月）第5校時 グラウンド
第3学年123組 男子31名 女子22名
指導者 教諭 高橋 立
教諭 加藤 大祐

1 単元名 「球技」（ゴール型：サッカー）

2 単元について

(1) 教材観

ゴール型のゲームは、パス・コントロール・ドリブル・シュートなどの技能を組み合わせ、個人および集団で作戦を立てて相手のゴールを奪い、自陣のゴールを守る楽しさをもつ活動である。区切りのない空間で攻守が素早く入れ替わること、自由に動くことが求められること、身体接触を伴うことなどから、恐怖感や不安を抱く生徒もいる。サッカーは足での操作が主となるため、同じゴール型であるバスケットボールやハンドボールと比べ、技能習得に困難さを感じる場面が多い。

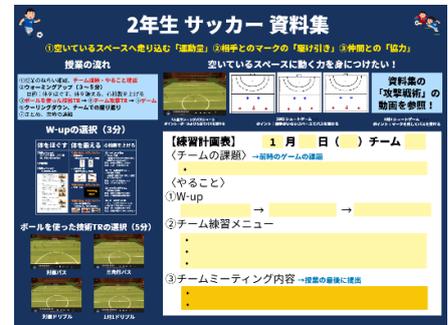
サッカーの楽しさや喜びを感じる要因	サッカーを遠ざける要因
<ul style="list-style-type: none">自分や仲間が得点できたとき。自分がゲームで活躍できたとき。練習したことが試合で成功したとき。試合に勝ったとき。相手チームの攻撃が綺麗に決まったとき。	<ul style="list-style-type: none">ボールに触る機会（回数）の少なさ。ボールの高さや勢いに対する恐怖感。ボールコントロールの困難さ。身体接触への恐怖感。試合での自分の役割や動き方が理解できない。

(2) 生徒観

3年間を通して、発達段階に応じて情報機器を積極的に活用して授業を展開してきたため、ICTを活用した学習活動に抵抗がある生徒はほとんどいない。各単元においても、動画資料を用いた学習や、後述する段階的自由進度学習、反転学習などといった形を取り入れてきた。3年生2学期に行った長距離走の授業においては、単元を通して、段階的自由進度学習にチャレンジした。自らの課題を見つけて、練習を計画・実行できる生徒もいれば、何をどのように学ばば、どんな力が身に付くのが理解できずに、支援を要した生徒も多数いた。

○知識及び技能

1年生では男女別習で行なった。ボールを持っていない時の動きは、攻撃時のスペースへの走り込みを中心に指導した。スペースの意識が高まった生徒がいる一方、ボールに寄ってしまう、相手の近くで動きを止めてしまうなど課題も多かった。ボール操作は「インサイドパス」「コントロール」「ドリブル」など、相手のいない状況でのクローズスキルを中心に履修した。2年生では男女共習で行い、5対5ゲームを中心に展開した。スペースを使った動きや、男子の鋭いパスに女子が走り込むなど、共習ならではの多様な動きが見られた。一方、ゴールシーンはカウンター攻撃



（攻守が切り替わった際の素早い攻撃）が多く、ゴール前で守備が整った状況から得点する場面は少なかったため、意図した崩しが難しい様子もあった。ボール操作の基礎練習は感覚づくり運動時に行ったが、多くの時間を十分に確保できず、技能向上に大きな変化は見られなかった。2年間の学習を通して、ゴール型の特徴やサッカーに関する技術の名称、それらを身につけるためのポイント、関連して高まる体力等の知識を学び、授業中に言ったりレポートに書き出したりできる生徒が多かった。

○思考力、判断力、表現力等

動画資料から練習を選択する活動、チームで課題を見つけて話し合い、練習計画を立てる活動に慣れており、自己選択や意見表現に抵抗は少ない。試合のハーフタイムで戦術の確認、試合後の振り返りを行うなど、思考を言語化して次の行動に生かそうとする姿勢が見られる。一方で、試合に出場しない生徒の関わり方や、個人への具体的なフィードバックの不足が課題である。また、1年次より行ってきた「個人テーマレポート」により、興味のある内容を調べて実践に生かす姿が増えてきた。

○学びに向かう力、人間性等

授業の流れを理解し、ねらいに向かって考えたり、粘り強く取り組もうとしたりする生徒が多い。ウォーミングアップを自ら考えたり、試合で学んだことに挑戦したりする活動にも意欲が見られる。一方、技能差や運動への抵抗感が原因で、ゲーム中に消極的になる生徒もいる。サッカー特有の接触・操作の難しさが要因で、消極性につながる場面があった。

(3) 指導観

本単元では、生徒が自ら目的や課題を設定し、主体的に学習を進める「複線型の学習（本校取り組みでは**自律学習**と呼ぶ）を中心に授業を構成する。単元の流れを3段階に整理し、ステージ1を「単元の流れとゴール型の特徴の理解」、ステージ2を「個人技能の向上」、ステージ3・4を「コースに応じた分岐と発展」としている。

ステージ1では、単元の流れを一斉指導で伝達する。ゴール型の特徴と単元を通して身につけられる力、授業の流れについて理解させるとともに、**1、2年次で履修したこと**の復習※Aを行う。ステージ2では、**サッカーにおける安定した技能を身につける段階と位置づける※A**。生徒は技能のポイントや改善方法、練習方法の選び方を理解し、「どうすれば上手くなるのか」「なぜその方法が改善につながるのか」を説明できる力を身につけることで、技能の土台と改善の考え方を形成する。ステージ3では、その土台を生徒自身が設定した目的や運動技能に応じて発揮し、学習を発展させる段階とする。ここでは生徒の興味関心、技能差の多様性に応じ、単元目標を超えたチャレンジコース（単元目標を超えた応用的な課題に挑戦して高度な技能を活用するコース）とアクティブコース（単元目標の達成を目指し、安全性・楽しさ・参加しやすさを重視したゲームの中で学ぶコース）の2つに分岐する。ステージ4ではまとめのゲームとして身に付けた技能を生かしたり、「する」「見る」「支える」「知る」の4つの考え方をもとに、自分に見合ったサッカーへの関わり方を見つけてゲームへ関わったりする活動を行っていく。より高いレベルに挑戦したい生徒は自分やチームに合う課題を追究、運動への不安がある生徒には教師が丁寧に寄り添う時間を確保するなど、一人ひとりが最も伸びる学習環境を実現できる。全員が同じゴールに向かう従来型の構造では得にくかった、生徒主体の学びの深まりを狙うことができる。授業においては、教師はティーチングではなくファシリテーションを重視し、「**アクティブシート※CG**」を活用して、**計画→実行→振り返り→改善**のサイクルを生徒が主体的に回せるよう支援する。問いかけ（Guided Discovery）や学習環境の整備を通して、**従来の「教師がねらいを設定し、それに向けて全員で学習する」形から脱却し、生徒が自ら学びをデザインする授業を実現する※H**。

○知識及び技能

本単元では**個人の体力や技能の程度に応じて、段階的に力を高められるようにする※C**。ステージ1においてゴール型に関する理解を求めていく。ステージ2では「パス」「コントロール」「ドリブル（キープ）」といったボール操作、「パスを出した後の動き直し」や「マークの付き方」といったボールを持っていない時の動きを、クローズスキルからオープンスキルへと発展できるように練習を提示する。その際、単に繰り返すのではなく、「**どのようにすれば上手くなるのか」「なぜその方法を選ぶと改善につながるのか」※A**を生徒自身が理解できるようにする。ステージ3以降の段階においては、チームの課題解決に向けて、自分がどのような力を高めなければいけないのかを理解させながら、技能の習得を狙っていく。

（**緑色**部分は「単元デザイン」表の各記号に相当）



【アクティブシート】②個人技能の習得用

〈今日の課題〉「○」をつけよう！

パス&コントロール ・ ドリブル ・ シュート ・ 1対1の守備

〈行う練習〉

- ・
- ・

〈必要なW-up〉

- 〈フィ〉
- 〈テク〉

●授業の振り返り

- ・計画通り練習することができた
- ・技能を向上させることができた
- ・ゲームで技能を発揮できた
- ・課題の解決に適した計画だった

	Good	More
5	4	3
2	1	

●練習で身についたこと・ゲームで発揮できたこと・次の授業に向けて

【アクティブシート】③チームの課題発見・解決用

〈チームの課題〉

- ・

〈達成のために何をやる？＝個人目標 どのようにチームに貢献するか？〉

〈チームで行う練習〉

- ・

●授業の振り返り

- ・個人目標を達成できた
- ・練習に自主的に参加できた
- ・チームの課題を解決できた
- ・チームの新しい課題を挙げられた

	Good	More
5	4	3
2	1	

●授業で身についたこと・ゲームで発揮できたこと・次の授業に向けて

〈ステージ1〉 2年生までの復習	1	2	復点	ポイント
〈ステージ2〉 個人技能の習得	3	4	復点	ポイント
	5	6		
〈ステージ3〉 チームの課題 発見・解決	8	9	復点	ポイント
	11	12		
〈ステージ4〉 まとめのゲーム	13	14	復点	ポイント

〈アクティブシート・e ポートフォリオ〉

ロイロノートの提出箱に毎時間提出させることで、生徒1人1人の計画や考えを手元のタブレットで把握できている。また、シートを積み重ねて可視化できるようになることで、前時からの課題の抽出の助けや、単元を通しての学びを可視化できることを狙いとしている。

「**どのようにすれば上手くなるのか」「なぜその方法を選ぶと改善につながるのか」※A**を生徒自身が理解できるようにする。ステージ3以降の段階においては、チームの課題解決に向けて、自分がどのような力を高めなければいけないのかを理解させながら、技能の習得を狙っていく。

○思考力、判断力、表現力等

ステージ1では、生徒が自分の目的・課題・ゴールを主体的に設定し、自ら学習方法を選択して改善を図る力を、段階的な自由進度学習を通して身に付けていくことを一斉指導する。生徒が自分の目的・課題・ゴールを主体的に設定し、自ら学習方法を選択して改善を図る力を育てる。ステージ2では、**個人の課題設定、練習計画の立案、動画資料の活用※c**などを通して、自分で学びを組み立てる経験を積ませる。教師は直接的な指示ではなく、問いかけや環境設定によって考えるきっかけを与え、ファシリテーターとして関わる。ステージ3以降では、戦術の考案やゲームデザインによる強度の設定など、コースに応じて多様な課題にチームで取り組む。計画→実行→振り返り→改善のサイクルをチームでも実施し、試合の中で自分たちのアイデアがどの程度発揮できているかを考える時間を確保する。これにより、自分の学習を自分でデザインし、仲間と協働してより良い状態をつくり出す力の向上を狙う。また、協働的な学びを実践し、チームの課題解決に迫っていく中でも「自分がどう貢献できたか」といった自分事として振り返りができるよう、助言を行っていく。また、個人テーマレポートを用いた調べ学習を通して、1人1人が知識を習得し、必要に応じて調べたことを個人や仲間との共同学習に生かす反転学習の形態を取り入れることで、自らの興味関心を学習に生かす環境も作り出していく。

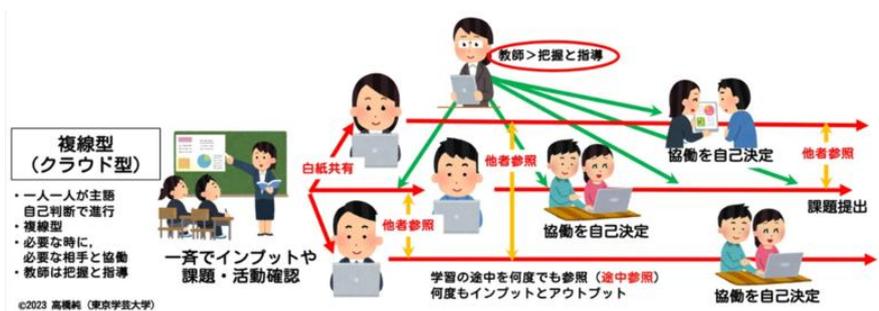
○学びに向かう力、人間性等

生徒が主体的に学ぶ授業構造を重視し、毎時間の学習方向を生徒自身が決めることで、課題への責任と粘り強さを育てる。毎授業の最初に身につけたいことや練習の目的、ウォーミングアップや練習内容などを記入した「**アクティビティシート※cg**」を提出させる。必要に応じて教師が助言するが、**最終的な決定は生徒自身が行うことを大切にする※c**。また、技能差や運動への不安から消極的になりやすい生徒に対しては、安心して参加できるルール設定やチーム編成を工夫する。準備運動(W-up)については「フィジカル(体をほぐす、体を鍛える、心拍数を上げる)」「メンタル(心をほぐす)」「テクニック(ボール感覚を作る)」の3つの目的に応じて生徒がメニューを選択し、主体的に健康・安全を確保する態度の育成につなげる。さらに、サッカー特有の身体接触や攻守の速い展開への不安を軽減するため、安全なプレイの仕方、フェアプレーの視点、ルール理解を丁寧に扱い、人間性の育成にもつなげる。ステージ1で提示した土台の中で、ステージ2で培った主体性、振り返りの習慣、課題に向かう姿勢を、ステージ3以降での自律的・協働的な学びへと確実に接続させることを単元全体の軸とする。

自分の選んだテーマ	→する・見る・支える・知る どの視点から調べる?
テーマ設定の理由(なぜ調べようと思ったか)	
調べた内容・身についた知識・考えたこと	
参考文献→	→正しいテーマを選ぶことも勉強! (Webサイトや書籍などから調べる)
実際に取り組んでみた結果	

〈個人テーマレポート〉

自分の技能の向上、仲間への助言、種目の成り立ちや歴史、作戦、世界大会の調べ学習など、単元を学習する中でより知ってみたいことを調べるレポート。3年間の積み重ねを通して、授業に生かせる生徒が多くなった。



文部科学省 HP GIGA StuDX 推進チーム資料より抜粋

サッカーの単元(14時間)の流れ			
①1~2時間目 一斉 2年生までの復習	②3~7時間目(5時間) 自由進度 個人技能の習得	③8~12時間目(5時間) 自由進度 協働学習 チームの課題発見・解決	④13~14時間目 一斉 まとめのゲーム
ゴール型の基礎、「ボール操作」と「ボールを持っていない時の動き」の復習、ボールに慣れるための時間	「パス&コントロール」「ドリブル(キープ)」「シュート」「1対1の守備」を自分のペースに合わせて練習、ゲームの中で力を発揮していく時間	技能や目的に応じた学習コースの分岐	「する」「見る」「支える」「知る」の4つの考え方を生かしながらまとめのゲームをしていく時間。個人差、1人1人の技能の向上、積極的なチャレンジを大切にしながら、ゲームを自主運営していく3年生ラストの姿に大きな期待!
資料の使い方を学ぶ iPadの使い方を学ぶ	課題の発見と練習の選択 準備運動の選択 分析方法(時間軸・動画) ゲームでの実践・振り返り	チーム分け② 個人テーマレポートの提出・活用	知識確認テスト
チーム分け①	準備運動の選択 良い動きや仲間との比較 1人1人の違いを大切に	【アクティブコース】 多様なルールのゲームの中で楽しみながら動きを獲得するコース →男女差や体力差を考慮しながら、個人やチームの目標を達成するために協力している!	
		【チャレンジコース】 単元目標を超えて競技としてのサッカーを楽しむコース →正規に近いルールの中で、高い技術を発揮しながら、チーム戦術を考え達成している!	

○段階的自由進度学習を目指すにあたっての習得段階から探究段階への変遷（表）

中学校3年間で「自律した学習者（下表：段階3）」となれるよう、第1学年から段階的に教師の役割をティーチャーからファシリテーターへ変容させ、徐々に生徒に活動を委ねてきている。現時点での到達度は表中の黄色部分である。第3学年で全ての項目がステップ3になれるよう指導を行ってきたが、学習課題の抽出と内容の決定が難しい生徒も一定数いる。本時の単元ステージ3はチームの課題から自分の目標を設定する形をとっている。段階的自由進度学習に困難さを感じている生徒には「チームの課題」と「自分の技能の向上」を丁寧に確認しながら、助言を行っていく。

領域 球技 「ゴール型」	習得段階（教師主導型個別ペース学習）			探究段階（段階的自由進度学習）		
	段階	ステップ1	ステップ2	ステップ3		
①学習課題	球技（ゴール型）で身に付けるべき力や獲得すべき知識を細分化し、発達段階や習得段階を確認した上で、 毎時間、教師が課題設定を行う。	教師が提示した複数の生徒の課題（ボール操作、ボールを持っていない時の動きなど）を抽出する。その中から、 個人やチームの課題に応じて生徒が選択する。	球技（ゴール型）で目指すべき姿、獲得すべき力を教師が提示した上で、保健体育の見方・考え方を生かしながら、 毎授業の課題設定、授業計画を生徒が行う。			
②学習順序	教師が設定した課題を達成するため、また健康や安全を守って活動するために、学習順序を示して授業を進める。	「課題確認→運動計画→準備運動→感覚づくり運動→主活動（主に練習）→ゲーム→振り返り」の枠の中で、生徒がやるべきことを決定する。	既習事項を生かしながら、設定した課題を解決するための練習計画を生徒が立てる。ウォーミングアップの内容についても生徒が計画する。			
※オリエンテーションや、健康や安全の確保に関する指導は、常に一斉に行う。						
③学習内容	技能を習得するための 練習方法を教師が提示する 。その際、「Aの動きができたならBの動きの習得に進む」といった、スモールステップ型の提示を行う。	習得すべき力や技能を分類（パス、コントロール、チーム攻撃など）した上で、それらを習得するための方法段階を提示する。 練習内容は、生徒が決定する。	ゲームから個人やチームの課題を抽出して改善を図る、実現させたい作戦や動きを練習する等、 生徒自身が選択して計画したものを進めていく。			
※生徒の選択や練習計画は適宜オンライン上で提出させる。必要に応じて支援や助言を行っていく。						
④学習ペース	教師が練習時間やゲーム時間を設定して、毎授業展開していく。生徒の習得段階に応じて、学習内容や難易度、学習ペースを 教師がコントロール する。	単元全体の流れを示し、技能を習得する時間と、個人や仲間 で思考して練習を行う時間において、 生徒が学習を調整 できるようにする。	単元内全体の方針（オリエンテーション→個人技能習得→チーム改善→まとめ）と各段階における時数を提示する。その中で 生徒がその時間何をするかを明確にして学習を進める。			
⑤学習資料	動画資料、教科書などから、課題を解決するための 共通の内容を確認 する。また、教師のデモンストレーションの提示により知識の習得を図る。	動画資料、教科書などから、自らが決めた課題を解決するための内容を、 生徒が選択 する。仲間同士の教え合いによつての習得や高め合いを図っていく。	提示した動画資料や実技の教科書だけでなく、良い動きをしている仲間を参考にしたり、インターネットで調べた内容や個人で研究した知識を生かしたりなど、 多岐に渡る資料の中から選択 する。			

3 「校内研修テーマ」及び「学力向上プラン」との関わり

研修テーマ「主体的に学習に取り組む生徒の育成 ～ICT 機器の活用を通して～」

本校は、生徒一人一台の iPad を活用し、「個別最適な学び」と「協働的な学び」を両輪に据えて、令和の日本型学校教育を推進する。保健体育科では、ICT の活用を通じて「主体的・対話的で深い学び」を実現する授業改善を徹底する。e ポートフォリオを活用し、学習の記録や振り返りを蓄積することで、生徒は自らの成長や課題を可視化し、必要な知識を即座に検索できる。動画撮影ツールで自分や仲間の動きを撮影・分析し、他者との比較や動画資料の閲覧を通して、技能の向上を図る。思考共有ツールでは、自分の考えを整理し、仲間と意見を共有することで、思考力・判断力・表現力を高める。ICT の活用によって、従来の一斉指示やデモンストレーションの時間を削減し、生徒が自ら考え、実践し、振り返る時間を最大限に確保する。個人テーマレポートや練習計画表を通じて、生徒は自分の興味関心や課題に応じた調べ学習や練習内容の選択、振り返りを主体的に繰り返す。動画やデジタル作戦ボード、電子学習カードを活用し、学びを記録・整理・共有することで、次学年への学びの連続性も保証する。本校では ICT を「まずやってみる」「失敗を共有する」「ねばり強く続ける」ことを重視し、学習カードや動画をデジタル化して成長の軌跡を見える化する。全員が達成感を味わえる課題設定や振り返りの工夫を行い、学習規律を徹底することで運動量と学びの質を両立させる。男女の違いや技能差を認め合い、互いの良さを引き出し合う学級文化を育てる。本校の目指す生徒像は「自ら考え、判断し、行動できる生徒」である。ICT 活用を通じて、知識・技能、思考力・判断力・表現力、主体的に学習に取り組む態度の三つの柱をバランスよく育てる。

(1) 「校内研修テーマ」との関わり

①令和の日本型学校教育の実現

iPad を用いることで、積極的に動画資料を提示することができるようになった。これまで集合して一斉指示や、練習方法のデモンストレーションを示していた時間が削減され、生徒が自ら考えて実行したり、振り返ったりする時間を捻出することができるようになった。授業の頭で「アクティブシート」を提出してもらい、生徒全員の課題や考え、本時にやることをクラウド上で把握する。生徒は**計画→実行→振り返り→改善のサイクル**を回し続け、教師は必要に応じて支援や助言を行うことで、**充実した個別最適な学びの実現**を狙う。

ロイロノートの動画資料、共有ツール、シンキングツールを使い、個々の考えや調べたことを共有し、必要に応じて他者と「協働的な学び」を行い、思考力・判断力・表現力を育てていく。課題解決の方法では、体育の見方・考え方を働かせ、仲間と協力して体を動かしながら、「する」「見る」「支える」「知る」の4つの視点から解決できるように生徒へ助言を行なっていく。

②自律的に学ぶことのできる生徒の育成

自ら設定した目標に向け必要な学習内容や方法を決定し、学び続けていく学習者を育てる。「何を（学習内容）」「どのように学び（学習方法）」「どう活かすのか（学習の目的）」を自覚させ、自分の学習状況に応じて効果的に学習を進め、自ら学び続けることができる学習者を育成する活動を、単元ステージ1、ステージ2において取り入れていく。

(2) 「学力向上プラン」との関わり

保健体育科では、主体的に学ぼうとする生徒の育成を目指し、「e ポートフォリオ」「充実した動画資料」を活用し、学習の積み重ねや自ら課題を発見して解決していく態度の育成を目指している。

4 単元の目標

- (1) 勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方を理解するとともに、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ゴール前への侵入などから攻防をすることができるようにする。
〈知識及び技能〉
- (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ができるようにする。
〈思考力、判断力、表現力等〉
- (3) サッカー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、作戦などについての話し合いに貢献しようとする、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、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ができるようにする。
〈学びに向かう力、人間性等〉

5 単元の評価規準

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
サッカー（本単元） / バスケットボール	<p>【知識】</p> <p>①ゴール型において求められる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身につけるためのポイントについて言ったり書き出したりしている。</p> <p>②戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて学習した具体例を挙げている。</p> <p>【技能】</p> <p>③味方が操作しやすいパスを送ることができる。</p> <p>④守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすることができる。</p> <p>⑤パスを出した後に次のパスを受ける動きをすることができる。</p> <p>⑥ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。</p>	<p>①合理的な動きと自己や仲間の動きを比較して、成果や改善すべきポイントとその理由を仲間に伝えている。</p> <p>②自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えている。</p> <p>③選択した運動に必要な準備運動や自己が取り組む補助運動を選んでいる。</p> <p>④サッカーの学習成果を踏まえて、自己に適した「する、みる、支える、知る」などの運動を継続して楽しむための関わり方を見付けている。</p>	<p>①ゴール型の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>②一人一人の違いに応じた課題や挑戦及び修正などを大切にしようとしている。</p> <p>③互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合おうとしている。</p> <p>④健康・安全を確保している。</p>

6 単元の計画

(1) 領域の取り上げ方

学年/運動	ゴール型		ネット型		ベースボール型
	サッカー	バスケットボール	バレーボール	バドミントン	ソフトボール
第1学年	8時間	8時間	7時間	7時間	7時間
第2学年	8時間	8時間	7時間	7時間	7時間
第3学年	14時間	14時間	14時間	14時間	14時間

※3学年は「サッカー」「バスケットボール」から1選択 「バドミントン」「水泳」「柔道」から1選択 「バレーボール」「ソフトボール」「ダンス」から2選択

(2) 領域の内容（球技：ゴール型）と目指す動き

学年	教材	目指す動き
1	サッカー	<ul style="list-style-type: none"> パスやドリブルなどでボールをキープする。 パスを受けるために空いている場所に動く。
	バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> マークされていない味方にパスを出す。 ボールとゴールが同時に見える場所に立つ。
2	サッカー	<ul style="list-style-type: none"> ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをする。 パスを受けるために空いている場所に動く。
	バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> 得点しやすい空間にいる味方にパスを出す。 ボールを持っている相手にマークをする。
3	サッカー	<ul style="list-style-type: none"> 味方が操作しやすいパスを送る。 守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープする。 パスを出した後に次のパスを受ける動きをする。 ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。
	バスケットボール	<ul style="list-style-type: none"> ゴールの枠内にシュートをコントロールする。 味方が操作しやすいパスを送る。 ボール保持者が進行できる空間を作り出すために、進行方向から離れる。 ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ることができる。

(3) 評価計画 (14時間扱い) 本時は12/14時

■部分は「単元デザイン」表の各記号に相当

単元ステージ	1		2					3					4			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		
評価規準	知識・技能① 主体的に取り組む態度①		知識・技能③④⑤⑥ ※生徒が選択した重点的な取り組みを評価する 思考・判断・表現①③ 主体的に学習に取り組む態度②					知識・技能② 思考・判断・表現② 主体的に学習に取り組む態度③					(知・技③④⑤⑥) 思・判・表④ 主体的に学習に取り組む態度④			
主な学習活動	【一斉指導】 ○オリエンテーション ・単元の進め方について ・ロイロノートについて 「動画資料」「eポートフォリオ」「アクティブ(チャレンジ)シート」「個人テーマレポート」 ・チーム分け ・場の設定、安全確保の約束事確認 ○履修内容の復習 ・ゴール型の特徴 ・基本的なボール操作 ・空間に走り込む動き ○ゲームルールの確認 ○準備運動、補助運動の実施と選択の仕方の確認※G		【段階的自由進度学習】 ○個人技能の向上に向けた学習※AC ・安定したボール操作の獲得 「パス&コントロール」 「ドリブル(キープ)」「シュート」 「1対1の守備」の4テーマを提示 ・各テーマにおいて5つのレベルに分けて練習方法を提示 ○「アクティブシート」の活用※CGK ・自らの課題から、ねらい、練習目的と練習方法の選択→FBを行う。 ○運動分析の視点の獲得 ・動画撮影ツールを用いた比較 ・技能を發揮「する前」「する時」「した後」の時間軸に分けた分析 ○準備運動、補助運動の合理的な選択 ◎学びを深めるために、一斉の指導が必要な場面は適宜行う。					【分岐した先での段階的自由進度学習】 〈チャレンジコース※J〉 ～単元目標を超えたコース～ チームの課題解決や戦術実行に対する個人の貢献の仕方を考える ○チャレンジシートの活用 →チーム戦術の実行※EF ○チームとしての攻撃の選択 ・ゴールの奪い方、目指し方 ○チームとしての守備の選択 ・ゴールの守り方、奪い方 ○ポジションの決定 ○競技サッカーに近いルールの理解と獲得※A ・オフサイドルール ・ピッチ、ゴールサイズ ○相手チームの分析 ・強み、弱みからの作戦設定 ◎学びを深めるために、一斉指導が必要な場面は適宜行う。					〈アクティブコース※I〉 ～単元目標達成コース～ ○様々な形で取り組まれているサッカーの理解※A ・フットサル、ウォーキングサッカー、年代別大会などの違いやルールの理解 ○安全性、楽しさ、参加しやすさを重視してデザインしたゲームの中で技能を發揮して勝敗を競う ○ステージ2で身に付けた技能を發揮するための作戦の決定を行う。※EF		○ゲームを通じた学習のまとめ ・保健体育の考え方「する」「見る」「支える」「知る」の視点を生かして、ゲームへの関わり方を考える※B ○身につけた技能の發揮 ○作戦や戦術の実行、修正 ○単元のまとめ	
	評価活動	方法	・生徒の運動や発言の状況の観察	・生徒の運動や発言の状況の観察 ・アクティブシートの記述内容					・生徒の運動や発言の状況の観察 ・ポートフォリオ、個人テーマレポート等の記述内容					・運動観察 ・ポートフォリオ		
	場面	・提示した活動の場面 ・ゲーム中の場面 ・振り返りに場面	・練習選択の場面 ・準備運動の場面 ・練習やゲーム活動の場面 ・振り返りの場面					・活動選択の場面 ・準備運動や補助運動の場面 ・話し合い活動の場面 ・練習やゲーム活動の場面 ・振り返りの場面					・ゲームの場面 ・話し合い活動の場面 ・振り返りの場面			

7 単元ステージの学習指導

(部分は「単元デザイン」表の各記号に相当)

(1) ステージのねらい

- ・戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて学習した具体例を挙げることができるようにする。 (知識及び技能)
- ・自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えることができるようにする。 (思考力、判断力、表現力等)
- ・互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合うことができるようにする。 (学びに向かう力、人間性等)

(2) 準備 サッカーボール、ゴール、カラーコーン、マーカー、ビブス、iPad、カゴ、タイマー

(3) 展開

過程(分)	学習内容・活動	○指導上の留意点	◆評価基準 ・支援の手立て
導入(5)	1 場の設定 2 集合、挨拶、健康観察 3 本時の流れ確認	○安全を確保しながら準備できるように指示をする。 ○出欠席、健康状態を確認する。	
	4 学習の見通しをもつ ・チームミーティング ・本日のアクティブシートの記入※CDK	○前時の取り組みを踏まえたチームの課題を共有する。 ○チームの課題に対して、自分がどのように関わるのかが整理できるように助言する。※DH	◆ミーティングの進度に応じて必要に応じて支援を行う。 ◆全員がロイロノートの提出箱に提出できるように、必要に応じて支援をする。前時の取り組みを踏まえたチームの課題を共有する。※E
展開(33)	5 準備運動、補助運動 感覚づくり運動 6 チーム練習の実施 7 ゲーム	○「メンタル」「フィジカル」「テクニック」の3つの視点から準備運動や感覚づくりが達成できているかを確認する。 ○練習のレベルや取り組み内容について、事前に配布してある練習メニュー表から選択させる。※CK	・目的を達成するための準備運動、補助運動を選択、実施しているかどうか、必要に応じて支援の声かけを行う。 ・練習の難易度が適切か、個々の貢献の仕方と正対した練習をしているかについて支援を行う。
	<p>(ルール) 1試合12分(前後半5分、ハーフタイム2分)</p> <p>○チャレンジコース※I ・6対6、GKあり・正規ゲームに近いルール</p> <p>○アクティブコース※I ・人数や場の設定については8時間目以降に生徒と考えたルールで実施する。</p>		◆戦術や作戦に応じて、技能をゲーム中に適切に発揮することが攻防のポイントであることについて学習した具体例を挙げることができるようにする。(知識及び技能) ◎十分満足できると判断される状況(A)の生徒の具体的な姿 ・戦術や作戦、ポジションの違いで発揮する技能が異なることについて理解している。 <(A)の生徒の発展的な課題> ・自チームの戦術、作戦実行に必要な、自己や仲間の技能を具体的に挙げる。 △努力を要すると判断される状況(C)生徒への支援の手立て ・ステージ2で提示した4つ技能を確認し、必要な技能について助言する。 ・ゴールから逆算する問いかけから、どの技術が必要かを問いかける。 ◆自己や仲間の技術的な課題やチームの作戦・戦術についての課題や課題解決に有効な練習方法の選択について、自己の考えを伝えることができるようにする。(思考力、判断力、表現力等) ◎十分満足できると判断される状況(A)の生徒の具体的な姿 ・チームの課題から、仲間の貢献の仕方についても提案することができている。 △努力を要すると判断される状況(C)生徒への支援の手立て ・チームの課題を「どの局面」の「どの位置」の課題なのかについて助言する。 ◆互いに練習相手になったり仲間に助言したりして、互いに助け合い教え合うことができるようにする。(学びに向かう力、人間性等)
	<p>デジタル学習基盤を土台にした主体的・対話的で深い学び(自律学習)</p> <p>(1)個別最適な学び(指導の個別化)</p> <p>①デジタル学習基盤(動画資料・eポートフォリオ等)を活用し、生徒が自分の課題や到達度を把握できる環境を整える。</p> <p>②技能差や運動経験に応じて、生徒が必要な課題や練習方法を選択できるよう、動画資料の充実を図る。※C</p> <p>③教師は学習状況をクラウド上で把握するため、ロイロノートに毎授業提出されているアクティブシートを確認し、適切な助言を行えるようにする。段階的な自由進度学習の中で指導の個別化を図る。</p> <p>(2)最適な学び(学習の個性化)</p> <p>①生徒が自分の目的に応じて学び方や取り組む内容を選択し、学習をデザインできるように、生徒1人1人の興味関心が練習に生かせるように、多岐に渡る練習を提示する。※H</p> <p>②動画比較・チェックリスト・レポートなど多様な表現方法を選べる環境をつくり、学習の個性化を促す。</p> <p>(3)協働的な学び</p> <p>協働は単なるグループ活動ではなく、考えを持ち寄り新たな学びを生み出す活動として位置づける。チームで戦術検討やルールづくりを行い、役割を分担して課題に取り組む。※F</p>		◎十分満足できると判断される状況(A)の生徒の具体的な姿 ・チーム全体の動きや練習の内容について、改善のために関わることができている。 △努力を要すると判断される状況(C)生徒への支援の手立て ・アクティブシートを用いて、仲間同士の課題を共有することで、活動を促す。
まとめ(7)	8 整理運動 9 チームミーティング 10 集合、健康観察 11 個人振り返り※CDK 12 まとめ、次時の連絡 13 挨拶	・チーム内でチームの課題解決の達成度や次時の練習について話し合うように指示を出す。 ・チームの課題に対して、自分がどれだけ貢献できたか、不足している力や練習すべき内容が何かを振り返れるよう助言する。※D	



3年生 選択サッカー 資料集



①ミスは起こる！「チャレンジ」すべし！ ②何回もプレーに関わろうとする「動きの量」 ③仲間との「協力」

3年生で習得したい4つの技術

【パス&コントロール】
Level1: 2人組で「対面パス」
(ポイント)
・仲間のいる位置に狙って出す！
・コントロールで角度を変える！

Level2: 4人組で「三角形パス」5人組で「四角形パス」
(ポイント)
・仲間のスピードを止めないパス！
・コントロールで前に進む！

Level3: 「ランニングパス」=ここが目標！
(ポイント)
・相手のスピードを止めないパス！
・コントロールで前に進む！

Level4: 相手を付けた中の「パス回し」
○3対1 or 4対2 (烏かご、ロンドとも呼ぶ)
【ハイレベル】 タッチ制限をつけてみよう！

【ドリブル (キープ)】
Level1: 1人で「ドリブルドリル」練習
(ポイント) 色々な場所でボールに触る！

Level2: 「ドリブルリレー」で仲間と勝負！
(ポイント)
・ボールを細かく触ってある！
・ボール以外のものを見てみる！

Level3: 「1対1ボールキープ」=ここが目標！
(ポイント)
・ボールを自分に体で隠してある！
・ボールを触りながらキープする！

Level4: 相手の攻撃を防ぎよう！
○様々なドリブルゲーム
【ハイレベル】 相手を抜いてみよう！

【シュート】
Level1: 「インステップキック」「ヘディング」を経験
(ポイント)
・足をゴールに向けて
・蹴った足をゴールに向けてみる
・シュート前の1タッチ

Level2: 様々なパターンからシュートを打ってみる！
(ポイント)
・足をゴールに向けて
・蹴った足をゴールに向けてみる
・シュート前の1タッチ

Level3: 上のシュート練習にDFやGKをつけてみよう
(ポイント)
・相手の位置をよく見てシュートをコントロールする
【ハイレベル】 ゴールの四隅を狙ってみよう！
・マークを外す動きを加えてみよう！

【1対1の守備】
Level1: マークの原則を理解しよう！
(ポイント)
・何を守っているのかを理解する！
・疲れるため1対1を手で行う！

Level2: ゴール前の1対1 or 2対2をやってみよう！=ここが目標！
(ポイント)
・粘り強くゴールを阻害
【ハイレベル】 ゴール前の1対1を繰り返して！

Level3: 相手のボールを奪ってみよう！
○上記の練習の守備の目的を「守る」ではなく「奪う」にしてみよう！
【ハイレベル】 奪ったボールをキープしてみよう！

サッカーに関する知識

【基本のルール】

- ・チームは男子小学生は11人、女子小学生は10人。
- ・ゲーム時間は45分ずつ、2回ずつ行われる。
- ・ゴールキーパーは、ゴールの前後に立ってボールを蹴る。
- ・ゴールキーパーは、ゴールの前後に立ってボールを蹴る。
- ・ゴールキーパーは、ゴールの前後に立ってボールを蹴る。

技能チェックシート

パス、ドリブル、シュート、守備のスキルチェックシート。

ボールを持っていない時の動き・チーム戦術など

スペースへの動き方・マークの外し方の例

離れる動き ☆ 背後への動き ☆☆ チェックの動き ☆☆☆ プルアウェイ ☆☆☆

パスを出した後もう一度パスを受ける動き・チームでの攻撃戦術の例

ポストプレー ☆☆☆☆ 外から追い越す ☆☆☆☆ ワンツールの動き ☆☆☆☆ ドリブルの活用 ☆☆☆☆

守備のグループ戦術、まずはワンツールのチャレンジ、YouTubeやネットでの検索、生成AIへの相談もしてみよう！

W-upの選択

「メンタル」「フィジカル」「テクニク」のW-up選択資料。

作戦ボード

サッカーの作戦ボードの図解と説明。

〈動画資料集・W-up 選択資料・作戦ボードなど〉
多岐に渡る生徒の課題を解決するための資料（教科書の抜粋、写真、自分で作成した動画など）を作成し、生徒に提示している。技術を分類し、練習のレベルを段階に分けている。簡単なチェックシートも記載し、「自分はどの技術が身に付いていないか」を理解できるように工夫している。

【サッカー チームとしての技能チェックシート】

①だんご型 (ボールに群がる) サッカーあるあるの“だんご状態”

- ゲーム中に **パスやドリブル** ができる
- ボールを持った時に、**ボール以外を見る** ことができる
- 味方がボールを持っているとき、**空いている場所を見つける** ことができる

練習の工夫
「ボールを使った鬼ごっこ」
「対面パス・対面ドリブル」
「声だしの工夫」
「空いているところ狙って！」
「スペースに動いて！」

②ロケット型 (縦に伸びる) ゴールを目指した“ロケット発射”が現れる！

- ボールを持った時、**スペースにパスを出す** ことができる
- 味方がボールを持った時、**ゴール前のスペースに走り出す** ことができる
- ★ **パスを出した後、次のパスを受ける** ことができる

練習の工夫
「ワンツールからのシュート」
「三角形・四角形パス」など
「声だしの工夫」
「パスしたら走れ！」
「スペースに動いて！」

③ひろびろ型 (全体に広がる) フィールドを広〜く使い“パスが繋がりはじめ”

- ★ ボールを持った時、**味方が操作しやすいパスを出す** ことができる
- ★ ボールを奪われそうな時、**体を使ってボールをキープ** することができる
- 味方が奪われそうな時、相手に隠れない位置で仲間をサポート** することができる

練習の工夫
「3対1ロンド」
「ランニングパス」
「3対3のボールキープ」など
「声だしの工夫」
「パスを丁寧に！」
「相手来よう！」
「開出して！」

④サイドチェンジ型 (スペースを使える) 左右に揺さぶる！“サイドチェンジ”で相手を翻弄できる

- ボールを持った時、**空いているスペースにいる味方にパスを出す** ことができる
- 味方がボールを持った時、**逆のサイドのスペースにタイミングよく走り込む** ことができる
- 味方が**サイドでボールを持った時、サイドチェンジのためのサポート** することができる
- サイドでボールを受けた時、ゴール前に素早いパス (クロス) を出す** ことができる

練習の工夫
「ゴール前の3対2攻防」
「ゴール前の3対3攻防」
「4ゴールゲーム」
「声だしの工夫」
「逆サイド空いてるぞ！」
「サイドを突いて！」

⑤オーケストラ型 (連携・作戦型) 全員が役割を理解し、連携パツチリ！

- コート全体を使って中央・サイド攻撃を使い分け** られる
- 全員で**連携・攻守の切り替え** が早い
- チームで決めた、**攻撃時・守備時のルールを実行** することができる

★マークまで辿り着けるようにしましょう！

〈サッカー チームとしての技能チェックシート〉 ※ルーブリック
ボールに群がってしまういわゆる“お団子サッカー”からどのように成長していくのか。また何ができるようになれば成長できるのかをチェックリストにしたものである。リストの項目を、ボールを持っている時と持っていない時に分け、チームの課題の中から、個人の目標を定める手助けになることを期待している。同時に、様々な視点からチームを分析する支援シートとして使い、資料集と照らし合わせて練習内容を決めていけるよう活用していく。