

2018

5年 ハンドボール



松戸市立八ヶ崎小学校

ハンドボールは・・・

手でボールを操作してパスやドリブルでボールを運び、相手のゴールにシュートをして得点を競い合う運動である。

児童から見ると・・・

・ボールを片手で操作できるため、他のボール運動と比較するとボール操作が簡単

・パスがつながったり、シュートが決まったりしたときに成功する喜びや面白さを味わうことができる。

・攻守が入り混じったり、切り替わったりすることからパスやシュートの状況判断が難しい運動でもある。



親しみやすい



苦手意識に繋がってしまう

学習カード

教材

学習課程

課題設定

本校では・・・

☆速攻の良さをゲームを通して知るとともに実践できるようにする。

## 《ルール》

☆始めから提示するルール ⇒ **シンプルなものにする**

- ・1試合4分、作戦タイムは1分
- ・2分で1度選手交代の時間を設ける
- ・1チーム4～5人で、試合は4対4
- ・ボールを持って歩けるのは、3歩まで
- ・ドリブルは禁止で、パスのみでつなぐ
- ・シュートは入ったら1点とする。

★追加の可能性があるルール

⇒児童の困り感・必要感に応じて、教師が提案・追加する。

児童の困り感	追加のルール	個人やチームのメリット
・相手にボールをとられてしまふという焦りから正しい判断ができない。	・ボール保持者から1m離れる、ボール奪取はなし（パスカットのみ）	・相手が近くに来ないので、状況判断が優しくなる。
・もっとたくさん得点したい。いつも同じ人ばかりが、得点している。	・全員得点でボーナス得点（5点）	・たくさんの人が関わって得点をとろうとするようになる。
・パスをつなげて攻めたい	・得点を決めた人が、得点板をめくりに行く	・数的有利な状況をつくることができる。
・マークされて味方にパスができない。	・キーパーも攻撃参加してよい	・数的有利な状況をつくることができる。
・キーパーからのパスがつながらなくてすぐにカットされてしまう。	・シュートを決めたチームは自陣までもどらないといけない	・コート半分までパスが回りやすくなる。

※単元の前半で安定した攻防ができるように、ルールを工夫し、単元後半で各チームの得意な攻撃を実践できるようにする。

## 《教具》

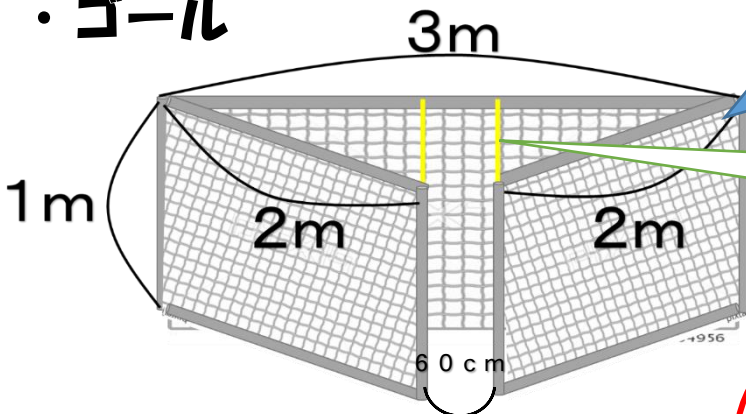
- ・ボール(操作しやすいように空気を少しぬいておく)



使用球  
モルテン H1X1200

- ・ゴールはキーパーの恐怖心を軽減させるために、胸よりも低くなっている。
- ・ハの字型にすることで、サイドからの攻撃が有効であることに気付かせたい。

- ・ゴール



スズランテープで固定する

- ・カゴの中身



- ・作戦ボード(ホワイトボードにビニールテープでコートを貼ったもの)

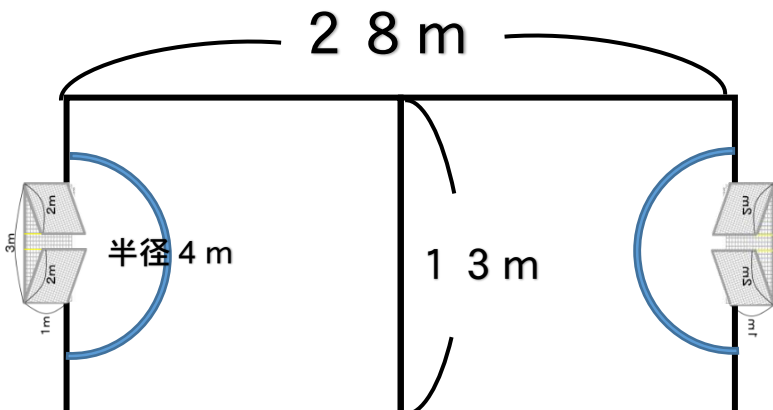


- ・マーカーペン

- ・ポケットファイル(作戦ファイル)  
(作戦カード, ルールブック, 授業で掲示した写真等)



- ・コート



- ・個人の学習カード
- ・水筒

教具の作り方や材料の値段などについては、本校までお問い合わせください。

# 指導計画 『ハンドボール』(9時間)


時間	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
	知識の獲得・技能向上					自分たちの考えた得意な作戦を実践する				
0	<b>オリエンテーション</b> ・単元を通じた学習のねらい ・ゲームの行い方の説明 ・学習のルール ・用具の扱いについて ・試しのゲーム ・課題をつかむ (チームの課題)	・あいさつ ・用具の準備 ・ウォーミングアップ								
6		・健康観察 ・課題確認					・作戦確認(ゲームで試す作戦を選ぶ。)※6時間目以降			
9		<b>ゲーム1 第1次リーグ戦</b>					<b>ゲーム1 第2次リーグ戦</b>			
16		<課題解決学習> 教師が動き方のポイントを押さえて指導する <予想される課題> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>パスのつなぎ方</b>              (投げ方, もらい方)           </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>役割の必要性</b> </div> </div>					<課題解決学習> 教師が示した練習方法の中から解決方法を児童が選択又は考案できるようにする。 <予想される課題> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>得意な作戦を見付ける</b> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>得意な作戦を実行する</b> </div> </div>			
		<予想される練習> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>2対1 パス&amp;ラン ランニングキャッチ</b> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>スリーサークル 3対2</b> </div> </div>					<予想される練習> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; width: 100%;"> <b>チームやペアチームと作戦練習</b> </div>			
32		<b>ゲーム2 第1次リーグ戦</b>					<b>ゲーム2 第2次リーグ戦</b>			
38		・反省(学習カード記述3分間) ※はじめ, なか, おわりは5分間 ・まとめ ・クールダウン ・片付け ・あいさつ								
45										

## 体育の学力（評価規準）

技能	On the ball skill	①近くにいるフリーの味方にパスを出すことができる。
		②パスを受けてシュートをすることができる。
	Off the ball movement	③得点しやすい場所へ移動することができる。
		④ボール保持者とゴールの間に体を入れて守備をすることができる。
態度		<p>①集団対集団で競い合う楽しさや喜びに触れることができるよう、ボール運動に進んで取り組もうとしている。</p> <p>②ルールやマナーを守り、友達と助け合って練習やゲームをしようとしている。</p> <p>③運動をする場を整備したり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。</p> <p>④用具や器具の準備や片付けで、分担された役割を果たそうとしている。</p>
知識、思考・判断		<p>①ゲームの行い方を知り、簡易化されたゲームを行うためのルールを選んでいる。</p> <p>②自分のチームの得意な作戦を選んで、自己の役割を確認している。</p>

## 課題解決のために必要と予想される練習方法

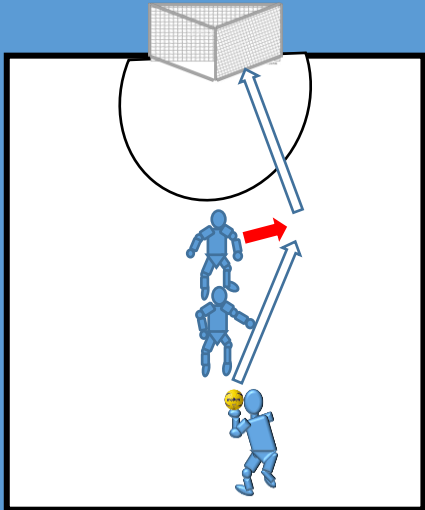
 別付 DVD に映像有



①

2対1

攻め2人、守り1人で行う。攻めの1人は、「味方が敵の背後から抜け出した瞬間にパス」をする技能を身に付けることを目的とする。もう1人は「敵の背後から抜け出してパスを受けてシュートをする」技能を身に付けることを目的とする。

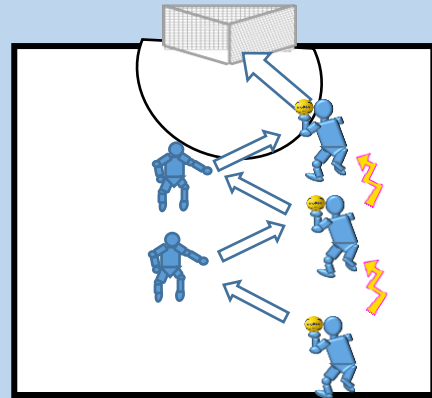




②

## パス&ラン

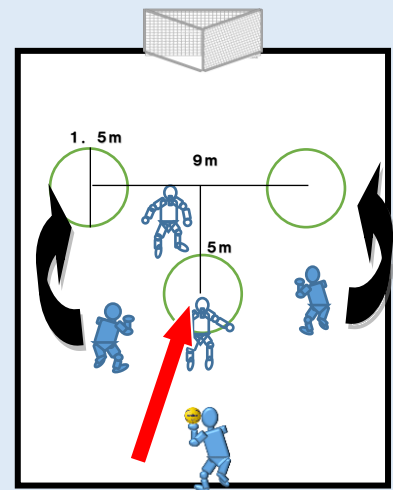
コート中央付近に縦に並んでいる味方にパスを出したら走る。走りながらパスを受け取り、次は先にいる味方にパスを出す。走りながらパスを受けたり、出したりする技能を身に付けることを目的とする。



③

## スリー サークル

コート(ハーフ)の中にサークルを3つ置き、そのサークルに入ってボールをもらうと得点になる。サークルからサークルへのパスは禁止とし、サークルの外で必ず中継をする。スペースをつくることや、ノーマークの味方を見つけること、空いているスペースへ走り込む技能を身に付けることを目的とする。

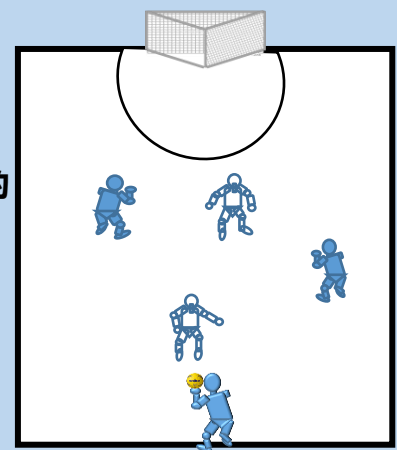


④

## 3対2

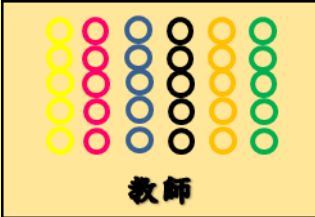
チームによってやりたい作戦に応じて場面をつくる。DVDの映像は一例。

数的優位な状況でゲームを行い、状況判断の機会を多く設けることで、メインゲームで適切にシュートかパスを判断できるようにすることを目的とする。

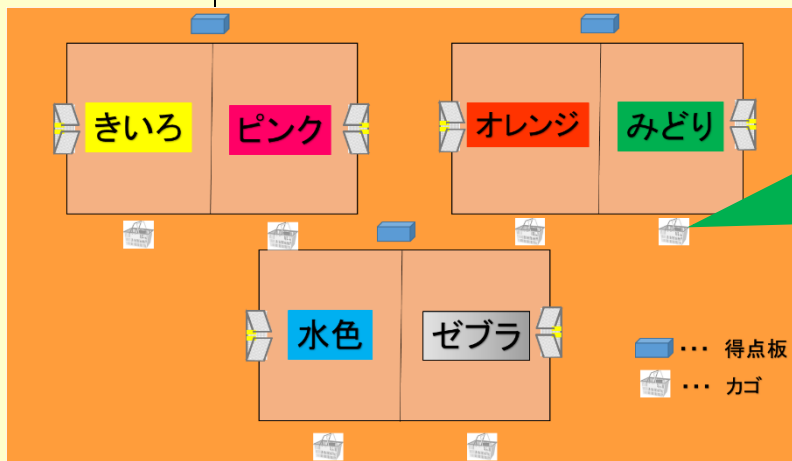


# 展開 1 (1時間目 オリエンテーション)

- ・単元を通してのねらいを伝え、学習のめあてをもたせるようなものにする。
- ・用器具の扱い方について指導する。
- ・ハンドボールにおけるルールを指導する。

時配	過程	・学習内容と活動 ○指導と支援
20	あいさつ (整列)	<p>○大きな声で元気のよい挨拶で学習が始められるように伝える。</p> <p>○整列、集合場所、並び方、服装、持ち物の置き場所について確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ビブスはズボンにしまう。</li> <li>・紅白帽は後ろ向きにする。</li> <li>・ミサंगाやピンを外す。</li> </ul>
	 <p>教師</p>	
	健康観察	○健康観察を行い、本日の学習内容とねらいを確認する。(ハンドボールの行い方を知り、ボール慣れの運動の仕方を覚える)
	オリエンテーション	<ul style="list-style-type: none"> <li>・単元を通じた学習の課題を知る。</li> <li>・学習の内容やねらい、進め方を知る。</li> </ul>
		試しのゲームを通してチームの課題を見付けよう。
	課題確認	○本時の課題を提示し、ゲームを通してチームの課題を見付けることを伝える。個人の課題ではなく、チームとしてどのような課題があるのかを考えさせるために、声や気合いなどの態度面ではなく、技能面での課題をチームで見付けられるよう支援する。
	試しのゲームについての説明	<p>○試しのゲームはペアチームと2試合行うことを説明する。</p> <p>○ゲームのルールについて以下の内容を説明する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・4対4で行い、4分間ゲームをする。2分でメンバーを交代する。</li> <li>・歩いて良いのは3歩まで。</li> <li>・ボールが外に出たらエンドライン、サイドラインからボールを入れる。</li> <li>・シュートが決まったら1点。</li> <li>・ボールの奪取はなし、パスカットのみ。</li> <li>・ドリブルは禁止でパスのみでつなぐ。</li> </ul>
	学習の場、用具の準備をする	<p>○ゴール、得点板の運び方や運ぶ場所などを確認する。</p> <p>※ゴールは2人で持つ。得点板は1人で持つ。所定の場所に置くことを確認し、運ぶメンバーを決める。</p>





カゴや得点板は、コートから3m離す

ウォーミングアップ

○単元を通して、教師のかけ声に合わせてウォーミングアップをするので、広がり方、内容等を確認する。

- ・ハンドボールで特に使う部位（手の指、手首、肩、足首、アキレス腱など）を十分ほぐす。

**ボール慣れの運動**

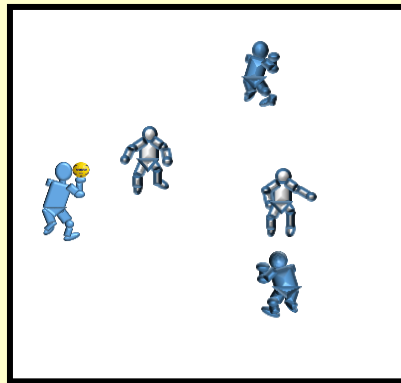
**①対面パス**

2人が4mの間隔で向かい合い、パスを行う。キャッチするときは両手をひいてキャッチすることを指導する。

**②リアクションパス**

2人が4mの間隔で向かい合い、両者がボールを持つ。一人はまっすぐのパス、もう一人はバウンドパスでパス交換をする。

**③ボール鬼(ボールを持っている人がタッチされない)**



ルール

- ・鬼が2人、味方が3人
- ・鬼はボールを持っていない人をタッチできる。ボールを持っている人はタッチされない。
- ・タッチされたら鬼は交代する。

集合の隊形



チームでの確認

- ・2時間目以降は、用具の準備をしてウォーミングアップに入るが、1時間目は、ウォーミングアップ終了後、一度集合し、みんなで用具の準備をする。

チームで話し合いがしやすい集合隊形にする。ペアチームで縦に並び。

○各チームのホームコートに移動し、試合に出るメンバーの確認をするように指示をする。

<p>15</p>	<p>試しのゲーム①</p>		<p>ゲームを始める前と終わったときのルール</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ハーフラインに全員並ぶ</li> <li>・笛の合図で「お願いします！」相手と握手</li> <li>・コート内で円陣を組んで気合を入れる。チームごとのファイトコール</li> <li>・2分が経過したときに笛の合図でメンバー入れ替え</li> <li>・ゲーム終了の笛で全員がハーフラインに並び「ありがとうございました」</li> </ul> <p>ルール確認</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ルールで困ったことの確認</li> </ul> <p>○水分補給と休憩をしながら、次のゲームに向けての確認をさせるために、話し合いの手順に沿って話を進めるように指示する。</p>
<p>10</p>	<p>振り返り</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① チームでの話し合い</li> <li>② 個人で学習カードに記入</li> <li>③ 学習のまとめ(成果と課題)</li> <li>④ 発表をする</li> </ol> <p>片付け</p> <p>クールダウン</p> <p>あいさつ</p>	<p>○教師の声かけにより、攻撃に関する課題意識をもたせる。</p> <p>○説明を聞くために、はじめの形に整列するよう指示を出す。整列と集合の違いについて、必要に応じて説明する。</p> <p>○攻撃に関して、何がどのようにうまくいったのか、うまくいったときはどんな状況だったのかということを書き具体的に書くことができるよう支援して回る。</p> <p>○チームの課題について、話し合ったことを発表させるために、チームごとに指名をする。</p> <p>○各自が見付けた課題を全体で共有しあうとともに、ゲームで勝つためにはたくさん得点をとる必要があることに気付かせ、攻撃に対する課題意識をもたせるために、発問の仕方に気を付ける。</p> <p>○安全に留意させ、役割分担をして素早く片づけさせる。</p> <p>○怪我の有無を確認するとともに使った部位を中心にほぐすよう指導する</p> <p>① 伸び ② 肩回し ③ 手首足首 ④ 深呼吸</p> <p>○毎時間、元気よく挨拶をして終わることができるよう伝える。</p>	

## 展開2 (2~5時間目)

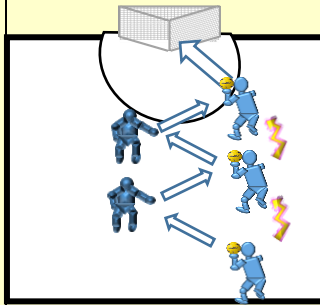
時配	過程	・学習内容と活動 ○指導と支援
7	あいさつ	○大きな声で元気のよい挨拶で学習が始められるように伝える。
	学習の場の準備	○素早く安全に気を付けて準備ができるようにさせるために、役割分担を決めておく。
	ウォーミングアップ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ストレッチ(使う部位を中心に)</li> <li>・対面パス</li> <li>・リアクションパス</li> </ul>
	・ストレッチ	・ボール鬼
	・ボール慣れの運動	・2対1等(チームによって異なる)
	健康観察	○顔色を観る。季節によっては水分補給をさせる。
30	課題確認	<ul style="list-style-type: none"> <li>・前回の授業での課題を確認する。</li> <li>・新たなルールの確認</li> </ul>
	・学習カードを持って集合する	○何人かを指名して、ゲームで何を意識させるのかを発表させ、本時のめあてを再確認する。
		・学習カードのコメントの返事を読んでから各コートへ行く。
		< 2時間目 > <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">パスをつないでシュートをしよう！</span>
		< 3時間目 > <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">パスの仕方を工夫してシュートにつなげよう！</span>
		< 4時間目 > <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">フリーの味方にパスをつないでシュートをしよう！</span>
		< 5時間目 > <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">フリーになってパスをもらいシュートをしよう！</span>
	作戦会議	○時間が1分と短いので、簡単な確認でよいことを伝える。
	ゲーム①	<ul style="list-style-type: none"> <li>○良いプレーがあったときには、全員に聞こえるように大きな声で褒めて、何が良かったのかを具体的に知らせることで、全体に共有する。</li> <li>○素早く行動してたくさん動けるよう声をかけて回る。</li> </ul>
	課題解決学習	
	①整列し教師の話聞く。	○ゲームの前に確認した状況があったのかどうか、また、そのような時にどうしたのかを話し合う。また、新たに明らかになった課題についても時間があれば話し合うよう伝える。
	②チームで話し合いをする。	○話し合いが停滞しているチームに対しては、課題を確認させるために教師

- ③集合しチームごとの課題を確認する。
- ④課題を解決するための練習をする。

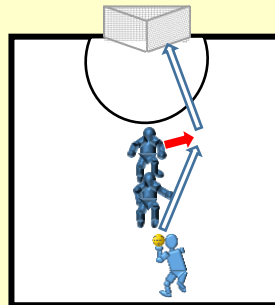
が主導でうまくいったことと、うまくいかなかったことを確認し合うよう伝える。

○子どもたちの課題に応じて教師が練習メニューを紹介する。

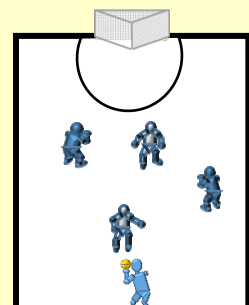
・パスアンドラン



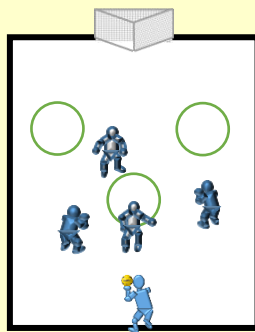
・2対1



・3対2



・スリーサークル



☆共通課題の後に時間があれば、チームごとに練習を選ぶよう促す。

ゲーム②

○良いプレーや練習でやったことを活かしていたチームは大げさに褒めて、全体に共有する。また、他のチームにも真似をさせるために、みんなで喜んでいるチームを称賛する。

8 振り返り

- ①チームでの話し合い
- ②個人で学習カードに記入
- ③学習のまとめ (成果と課題)
- ④発表をする

○学習カードの項目に沿ってまずはチームで反省を行い、同じことを記入するように伝える。最後の個人の課題は、チームの課題を克服するために自分がどうなればよいのかということを自分で考えて書くように伝える。

○「何が、どのように」と、具体的に書くことができるよう声をかけて回る。

○本時のめあてに対して、他のチームがどのように振り返りをしているのかをよく聞くように伝える。また、新たな課題にも気付くことができるようにするために、チームごとの課題を学級全体で共有しあう場を設ける。

片付け

○安全に留意させ、役割分担をして素早く片付けさせる。

クールダウン

○怪我の有無を確認するとともに使った部位を中心にほぐすよう指導する。

- ① 伸び
- ② 肩回し
- ③ 手首足首
- ④ 深呼吸

あいさつ

○毎時間、元気よく挨拶をして終わることができるよう伝える。

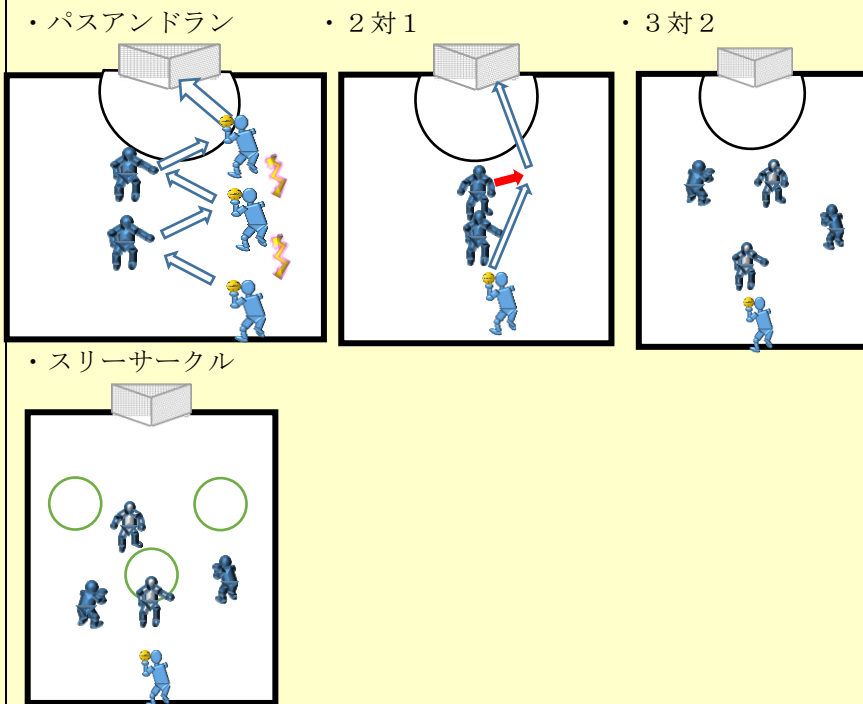
## 展開3 (6時間目～9時間目)

時配	過程	・学習内容と活動 ○指導と支援
7	あいさつ	○大きな声で元気のよい挨拶で学習が始められるように伝える。
	学習の場の準備	・素早く安全に気を付けて準備ができるようにさせるために、役割分担を決めておく。
	ウォーミングアップ	・ストレッチ(使う部位を中心に)
	・ストレッチ	・対面パス
	・ボール慣れの運動	・リアクションパス
		・ボール鬼
		・2対1等(チームによって異なる)
	健康観察	○顔色を観る。季節によっては水分補給をさせる。
30	課題確認	○前回の授業での課題を確認する。
	・学習カードを持って集合する	・新たなルールの確認
	・学習カードを持って集合する。	○何人かを指名して、ゲームで何を意識させるのかを発表させ、本時のめあてを再確認する。
		・学習カードのコメントの返事を読んでから各コートへ行く。
		< 6時間目 >
		役割を決めて得点をたくさん決めよう！
		< 7時間目 >
		チームの得意な攻撃を見付けよう！
		< 8時間目 >
		チームの得意な攻撃で得点をたくさん決めよう！
		< 9時間目 >
		チームの得意な攻撃を成功させる方法を考えよう！
	作戦会議	○時間が1分と短いので、簡単な確認でよいことを伝える。
	ゲーム①	○良いプレーがあったときには、全員に聞こえるように大きな声で褒めて、何が良かったのかを具体的に知らせることで、全体に共有する。
		○素早く行動してたくさん動けるよう声をかけて回る。
	課題解決学習	
	①チームで話し合いをする。	○ゲームの前に確認した状況があったのかどうか、また、そのような時にどうしたのかを話し合う。また、新たに明らかになった課題についても時間があれば話し合うよう伝える。
	②集合しチームごとの課題を確認	○話し合いが停滞しているチームに対しては、課題を確認させるために教師

する。  
 ③チームごとに練習をする  
 ・課題を解決するための練習方法を自分たちで選ぶ。  
 ・ペアチームと協力して課題解決ができるようにする。

が主導でうまくいったことと、うまくいかなかったことを確認し合うよう伝える。

○子どもたちの課題に応じて教師が練習メニューを紹介する。



ゲーム②

○良いプレーや練習でやったことを活かしていたチームは大きさに褒めて、全体に共有する。また、他のチームにも真似をさせるために、みんなで喜んでいるチームを称賛する。

8

振り返り

- ①チームでの話し合い
- ②個人で学習カードに記入
- ③学習のまとめ (成果と課題)
- ④発表をする

○学習カードの項目に沿ってまずはチームで反省を行い、同じことを記入するように伝える。最後の個人の課題は、チームの課題を克服するために自分がどうなればよいのかということ自分で考えて書くように伝える。  
 ○「何が、どのように」と、具体的に書くことができるよう声をかけて回る。  
 ○本時のめあてに対して、他のチームがどのように振り返りをしているのかをよく聞くように伝える。また、新たな課題にも気付くことができるようにするために、チームごとの課題を学級全体で共有しあう場を設ける。

片付け

○安全に留意させ、役割分担をして素早く片づけさせる。

クールダウン

○怪我の有無を確認するとともに使った部位を中心にほぐすよう指導する。

- ① 伸び ② 肩回し ③ 手首足首 ④ 深呼吸

あいさつ

○毎時間、元気よく挨拶をして終わることができるよう伝える

**※学習カードはホームページに載っています。**

