

# 保健体育科学習指導案

日 時 令和7年10月30日(木)  
4校時 11時40分～12時30分  
学校名 お茶の水女子大学附属中学校  
対 象 第2学年蘭組 28名  
授業者 森 祐樹  
会 場 中学校アリーナ

## 1 単元名 球技 ベースボール型 (Baseball15)

タイトル「打って、走って、盛り上がり！チームで楽しむ Baseball15」

## 2 本単元で育成を目指すコンピテンシー

本単元では、少人数かつスピーディーな展開という Baseball15 の特性を活かし、チームの課題を客観的な根拠に基づき分析・修正する批判的・創造的思考力、仲間の能力や状況を推測し役割を補い合う協働力・他者理解力、そして試合中の予期せぬ場面に対し瞬時に振り返り改善を図れる問題解決力・省察的思考力について、単元を通して育成を目指す。

## 3 単元の目標

- (1) Baseball15 のルールの特徴 (バット・グローブ不要、セルフ・トス打撃など) や、攻撃・守備の基本的な作戦の考え方を理解し身に付ける。正確なスローイング、キャッチング、狙った場所へ打ち分ける打撃、状況に応じた走塁など、ゲームを成立させるための基本的な動きを身に付ける。
- (2) 自分や自チームの課題を見つけ、守備位置の工夫や打順の構成など、ルールに基づいた作戦を立てる。試合中の状況判断を声に出して仲間に伝えたり、作戦会議で自分の意見を分かりやすく説明したりすることができるようになる。
- (3) 運動の楽しさや喜びに触れ、勝敗にかかわらずルールを守り、チームメイトと協力して最後まで粘り強く試合に取り組もうとする。また、相手チームのプレーを尊重し、公平なジャッジや安全な道具 (ボール) の扱いや準備、片付けに積極的に取り組み仲間と安全を考えて学習に取り組めるようになる。

## 4 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
・正確な送球と捕球、狙った方向への打撃ができている。相手の守備に応じた走塁をすることができる。 ・アウト・セーフの判定や、Baseball15 特有のルール (セルフ・トス等) を理解している。	・自チームの守備の穴や攻撃の課題を分析し、解決策 (守備位置の変更等) を提案したり、考えてまとめたりすることができる。 ・試合の状況 (アウトカウント等) に応じた適切な判断をしている。	・勝敗にかかわらず、相手チームを尊重し、公平なジャッジや声掛けを行っている。 ・準備や片付け、作戦会議に積極的に参加し粘り強くプレーしている。

## 5 指導観

### (1) 教材観

本教材は、バットやグローブなどの用具を一切使用せず、「手打ち野球」という特性により、用具の操作技術の習得に時間を費やすことなく導入初期からベースボール型の本質である戦術的な駆け引きに集

中できる点に価値があり、5人制という少人数制が一人ひとりの運動量とボールに触れる機会を増やすとともに、素手によるスピーディな守備展開が「どこに打ち、どこを守るか」といった瞬時の判断力を要求するため、身体的技能と問題解決力を向上の2つを育むことができ、仲間と協働する力や次のプレーを考えて取り組む思考力を育むことができる教材だと考える。

## (2) 生徒観

本学級の生徒は全体として真面目で、体育の授業にも一生懸命取り組む姿勢が見られる一方で、球技そのものに対して強い苦手意識を持ち、投球や捕球といったボールの扱いに不慣れな生徒が少なくない。中学2年生という心身の成長期にあって、運動能力の差を意識しやすく意欲の二極化が懸念されるが、全員が「素手」という同じ条件でスタートする本教材の特性は、苦手意識を持つ生徒にとっても心理的なハードルを下げ、チーム内での役割分担や作戦の工夫次第で誰もが貢献できる。仲間からの承認を重視するこの時期の生徒に対し、技術の優劣のみならず、声を掛け合いミスをカバーし合う大切さを重視することで、苦手な生徒も主体的に参加することができると思う。

## 6 単元の指導計画と評価計画

時	毎時のタイトルと主な学習活動	注目する観点別学習目標・評価ポイント
1	<b>「Baseball15を知ろう！」</b> ・野球の起源とBaseball15のルールを理解 ・基本動作（スロー、キャッチ）の練習 ・的当て、班対抗コーン倒しゲーム	<b>【知・技】</b> 基本的なルールと、狙った場所へ正確に投げる技能を理解している。
2	<b>(本時)「フルスイングで守りを打ち抜け！」</b> ・ソフトテニスボールを用いた打撃練習 ・1塁ベース方向にのみコーンを設置したミニゲーム ・打った後の全力走塁の習得	<b>【態度】</b> 積極的にボールを打とうとしたり、走塁を試みたりしている。 仲間と協力して打順を決めたり、守備位置を決めたりしている。
3	<b>「1点の駆け引き～守備・走塁にこだわろう！～」</b> ・三角ベースを用いた簡易試合 ・アウトを取るための守備位置や送球先の確認 ・進塁の判断を意識した走塁練習	<b>【思・判・表】</b> 守備側はどうすればアウトを取れるか、攻撃側はどこへ打てば進塁できるか考えている。
4	<b>「作戦を立てて試合をしよう！～リーグ戦①～」</b> ・公式ルールに近い形で試合の実施 ・チームでの打順、守備位置の決定 ・試合を通したルールの定着	<b>【知・技】</b> ゲームの進行やルールを正しく理解し、基本的な攻防の技能を発揮している。 <b>【態度】</b> ルールの不明点や作戦など互いに確認し合って安全に試合を進めることができる
5	<b>「チーム力を高めよう！～リーグ戦②～」</b> ・前時の反省を活かした作戦会議 ・チームの課題に応じた練習と試合 ・声を掛け合った連携プレーの練習	<b>【思・判・表】</b> 自チームの課題を見つけ、守備位置の工夫や打順の調整などの作戦を立てている。
6	<b>「集大成！すべてを出し切ろう！～最終リーグ戦③～」</b> ・単元のまとめとしての最終リーグ戦 ・振り返りシートの記入	<b>【知・技】</b> ルールを理解し投・打・走・守で状況に応じて実際に動くことができる。 <b>【態度】</b> 勝敗に関わらず、相手チームを尊重し、最後まで協力して試合に取り組んでいる。

## 7 本時の内容 テーマ「フルスイングで守りを打ち抜け！」

### (1) 本時のねらい

ソフトテニスボールを用いた打撃練習を通して、力強く打つ楽しさを味わうとともに、1 塁ベース方向にのみ走るミニゲームにおいて、全力走塁の習得とチーム内での役割分担（打順・守備位置）を協力して行う。

	学習活動	教師の指導・支援【評価規準】
導入	1. 用具の準備 2. 集合、出欠確認、挨拶 3. 今日のテーマ、内容について理解する <b>ボールを打つ、打って1 塁に走る感じをやってみよう！</b> ・今日のテーマをカードに書く 4. ウォーミングアップ（生活班ごと） ・2人組で音楽に合わせて体操 ・チームでスリーアップ（ボールパスラン、ゴロ転がしリレー、キャッチボール）	<b>【準備の姿勢：態度】</b> ・本時のテーマと流れをホワイトボードで提示する。 ・スリーアップのスタートは笛を吹いて指示 ・前回のキャッチボールでの投動作の確認をする <b>【仲間の安全、健康への配慮：態度】</b>
展開	5. 打撃練習（柔らかいソフトテニスボール使用） ・打撃の基本的な動き、リズムの理解 ・チームで活動する（全部で4チーム） ・自分でトスしたボールを壁に向かって打つ。 ・3人は守備の練習（1人10球ほどで交代） 6. ミニゲーム 『主なルール（攻撃編）』 ・1 塁方向に2つのコーンを等間隔で設置 ・1つ目のコーンをタッチしてアウトになる前にホームベースまで戻ってきたら1点獲得 ・1つ目のコーンについたときに守備の状況を見て、2つ目のコーンに向かい、それをタッチしてアウトになる前にホームベースまで戻ってきたら2点獲得 ・ホームベースに戻ってくる前にアウトになると0点 『主なルール（守備編、アウトにするには）』 ・打球をキャッチした後に、アウトベースにいる仲間に送球。もしくは自分でアウトベースを踏む ・ボールを持ったプレイヤーがアウトベースを踏めばアウトになる。 ・フライ、ライナーキャッチはアウト 『その他』 ・攻撃側が全員打ったら攻守交代 ・その他はBaseball 5のルールに則る	・Baseball 5 特有の「セルフ・トス打撃（自分でボールを上げて打つ）」の基本フォームを例示する。 ・素手で打つ際の手のひらの当てる位置（指の付け根付近）を確認させる。 ※手は握りしめても、開いてもよい ・素手で打つことに抵抗がある生徒用にスリッパを用意する ・映像だけでなく、教師と数人の生徒で実演をしながら見本を見せる ・チームで作戦タイム（打順・守備位置の相談）を設ける。 <b>【態度】</b> <b>★失敗を恐れず、積極的にボールを打とうとしたり、1 塁へ全力で走ろうとしたりしている。</b> <b>★仲間と協力して、全員が納得できる打順や守備位置を話し合っている。</b> ・守備は1 イニングずつで出場選手を交代するように指示する

まとめ	7. 本時の振り返りの記入 8. 次回予告 9. 怪我の有無の確認、挨拶して解散	<b>【現状から改善点、よい点を見付けて、次回に向けての目標を書いている：思・半・表】</b>
-----	--	---

**(2) 準備する用具**

- ・ソフトテニスボール各チーム 10 球ほど×4
- ・Baseball15 で使用するボール（本物とティーボール用のボールの 2 種類を用意） × 4 球
- ・打撃用スリッパ× 4
- ・コーン× 4
- ・ホームベース× 2

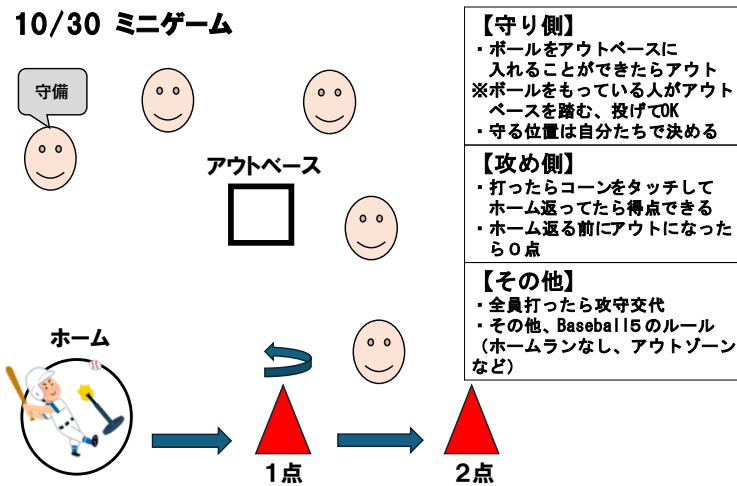
**8 参考文献・資料**

- ・一般財団法人 全日本野球協会「Baseball15 Japan 公式サイト」 (<https://www.baseball15.jp/>)
- ・一般社団法人 日本野球機構（NPB）「学校体育用野球教材：ベースボール型授業用テキスト」 (<https://npb.jp/promotion/textbook/>)

**9 その他資料**

- ・ミニゲームの際に生徒に示した資料

**10/30 ミニゲーム**



- ・Baseball15 で使用したボールとスリッパ

- ①打撃用スリッパ
- ②ミニゲームで使用したボール
- ③Baseball15 の公式球

