

球技：ベースボール型（ソフトボール）

2 評価規準の作成例（入学年次）

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む 態度	
内容のまとめ（まとめ）の 評価規準	<p>○知識</p> <ul style="list-style-type: none"> ・技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などについて理解している。 <p>○技能</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・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ている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・球技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などをして、健康・安全を確保したりしている。 	
単元の評価規準	<p>○知識</p> <p>①球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、学習した具体例を挙げている。</p> <p>②練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、言ったり書き出したりしている。</p>	<p>○技能</p> <p>①タイミングを合わせてボールを捉えることができる。</p> <p>②捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ることができる。</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チームで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて自己の活動を振り返っている。</p>	<p>①球技の学習に自主的に取り組もうとしている。</p> <p>②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>

単元 の 目 標	知識及び技能	次の運動について、勝敗を競う楽しさや喜びを味わい、技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法などを理解するとともに、作戦に応じた技能で仲間と連携しゲームを展開することができるようにする。 ウ ベースボール型では、安定したバット操作と走塁での攻撃、ボール操作と連携した守備などによって攻防をすることができるようにする。														
	思考力、判断力、表現力等	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。														
	学びに向かう力、人間性等	球技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。														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
学 習 の 流 れ	0	挨拶・出席確認・健康観察・本時の流れ、目標説明・準備運動・補強運動														
	5	<ul style="list-style-type: none"> 学習状況調査 オリエンテーション 	基本技術練習 ボール操作の確認 ・ボールの握り方 ・グラブの使い方 ・ボール慣れ ・キャッチボール ・ゴロ捕球 ・フライ捕球	基本技術練習 ・キャッチボール ・フィールドイング ・個人ノック ・ポジションノック ・フリーバッティング ・ピッチング	基本技術練習・別課題練習 ・チームの課題に即した学習											
	10				班編成 ・ポジションノック											
	15	<ul style="list-style-type: none"> 安全教育 基本動作（キャッチボール） 	基本技術練習 バット操作の確認 ・バットの握り方 ・スタンスとミートポイント ・バットスイング ・フリーバッティング	・ねらった方向にボールを打ち返す ・ねらった方向へステップを踏みながら一連の動きでボールを投げる ・仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり中継したりする ・ボールを持たないときの動き（走塁） ・ケース練習	・簡易ゲーム 作戦タイム					・ICTを活用した動画撮影 動画チェック					・ポジションノック ・班別リーグ戦 作戦タイム ・ICTを活用した動画撮影 動画チェック	
	20				・班編成 ・ポジションノック											
25	・ねらった方向にボールを打ち返す ・ねらった方向へステップを踏みながら一連の動きでボールを投げる ・仲間の送球に対して塁上でタイミングよくボールを受けたり中継したりする ・ボールを持たないときの動き（走塁） ・ケース練習															
30	学びの確認・学びの共有														学習の まとめ	
35	整理運動・学習の振り返り・次時の確認															
40																
評 価	知識	①			①						②			②		
	技能			①							①	②		①	②	
	思判表		①			①					②			②		
	態度		①		①					②				②		
評 価 規 準	知識	①球技の各型の各種目において用いられる技術や戦術、作戦には名称があり、それらを身に付けるためのポイントがあることについて、言ったり書き出したりしている。 ②練習やゲーム中の技能を観察したり分析したりするには、自己観察や他者観察などの方法があることについて、学習した具体例を挙げている。														
	技能	①タイミングを合わせてボールを捉えることができる。 ②捕球場所へ最短距離で移動して、相手の打ったボールを捕ることができる。														
	思判表	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。 ②チームで分担した役割に関する成果や改善すべきポイントについて自己の活動を振り返っている。														
	態度	①球技の学習に自主的に取り組もうとしている。 ②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。														



4 学習の展開

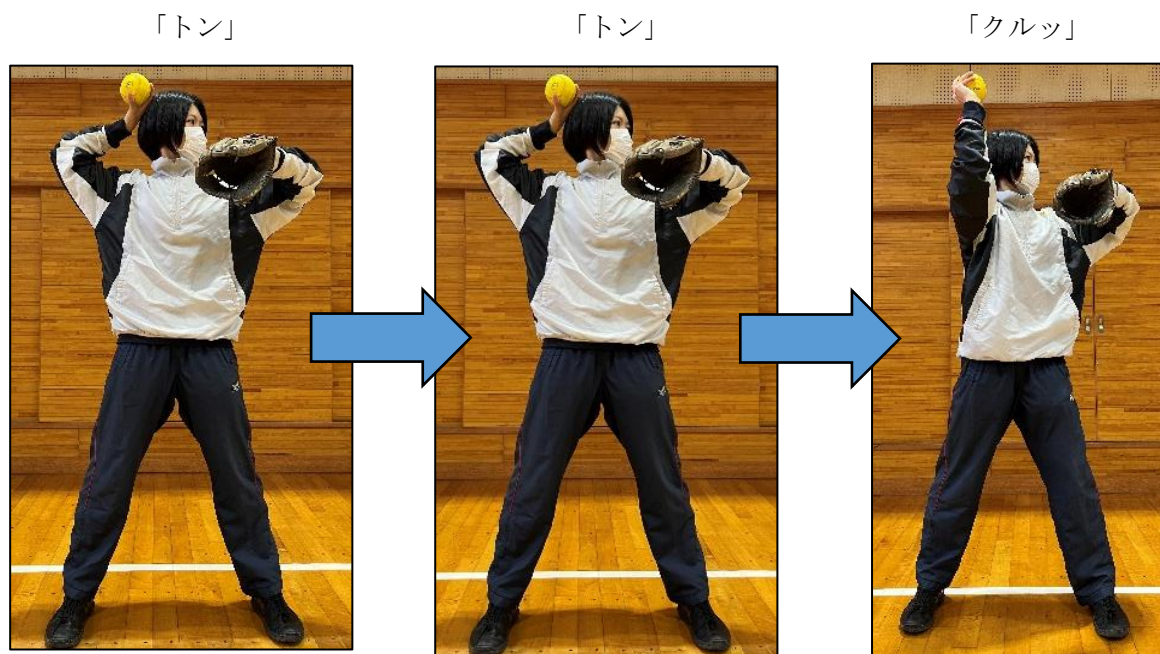
☆主体的・対話的で深い学びを実現する授業計画の序盤、中盤、終盤における学習例

序盤 ボール操作・バット操作等の基本練習

1. ボール操作

① 「トン」・「トン」・「クルッ」 でキャッチボール



実践ポイント	 知識・技能を 習得する	 協働して 課題解決する
ねらい	ボールを投げるときに意識するポイントはどこか？ （コントロールが定まるように投げるポイントは？） ①ボール側の肘を上げて投げる。（けがの予防にもなる） ②グラブ側の肘を投げる方へ向ける。（両腕を割る） ☆2人組でフォームを見合いながら互いに肯定的な声かけをする。	

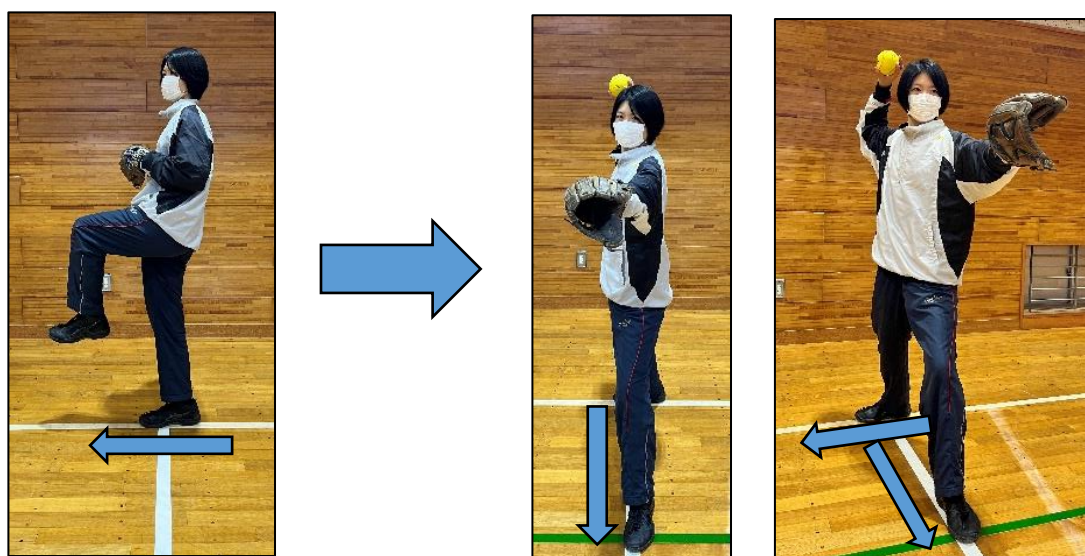


ボールを握り、手の甲を後頭部に「トン」「トン」と当てる。
同時に、グラブ側の肘を投げる方向へ向ける。

「クルッ」で肘を水平に動かし
体を回転させながら投げる。

②地面にT字を書いて真っ直ぐ投げる



<p>実践ポイント</p>	 <p>知識・技能を 習得する</p>	 <p>協働して 課題解決する</p>
<p>ねらい</p>	<p>相手に真っ直ぐボールを投げるにはどうすればいいか？</p> <p>①軸足1本で真っ直ぐに立つ。</p> <p>②投げる方向にステップ足のつま先を向ける。</p> <p>☆2人組でフォームを見合いながら互いに肯定的な声かけをする。</p>	



軸足をT字の横に合わせる。
軸足1本で真っ直ぐに立つ。

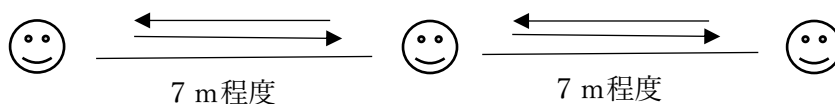
ステップ足をT字の縦に合わせ、ドアを開けるように弧を描きながら重心を移動させ、つま先を投げる方向に向ける。

③ 3人（4～5人）キャッチボール

実践ポイント	 知識・技能を 活用する  粘り強く 取り組む
ねらい	<p>捕球から送球までの時間を短くするにはどうすればいいか？</p> <p>①肘を曲げて体の近くで捕りすぐに送球動作へつなげる。</p> <p>②踏み出した1歩目を軸足としてターンし、2歩目の左足を送球方向に踏み出して投げる。</p> <p>※慣れてきたら、ターンはせず半身で捕球し、送球までの時間を短くできるようにする。</p> <p>☆グループで良いところや改善できるところを話し合い、他者の姿を見ながら自分の姿を振り返る。</p>

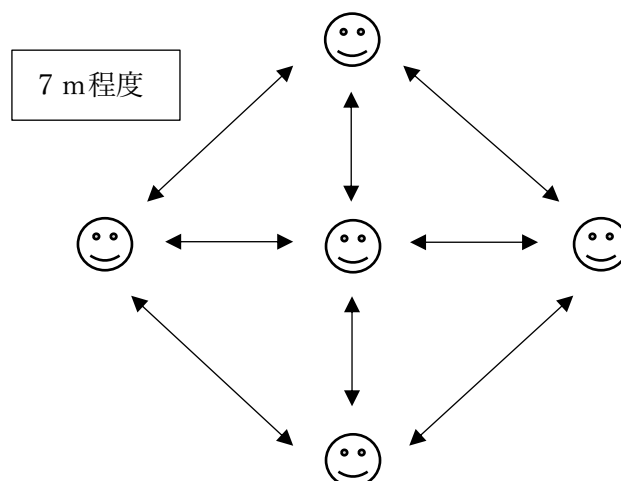
☆ 3人キャッチボール

- ・ 7 m 間隔で縦に 3 人並ぶ。
- ・ 両端の人は捕球のタイミングに合わせてステップ足を前に踏み出して捕球する。
- ・ 中央の人も前に踏み出すが、ターンをして送球方向に踏み出す。





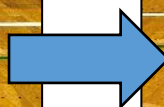
☆ 4～5人キャッチボール

- ・ まずは 4 人で 1 辺が 7 m 程度の正方形をつくる。
- ・ ※ 1 辺が狭いほど捕球と送球のリズムが速くなり難易度が増す。
- ・ 最初は時計回りや反時計回りに投げ、慣れてきたらランダムに投げる。
- ・ ※ 投げる相手の名前を呼んで投げると捕球の準備がしやすい。
- ・ 慣れてきたら中央に 5 人目を配置して同じように捕球と送球をテンポ良く繰り返し行う。



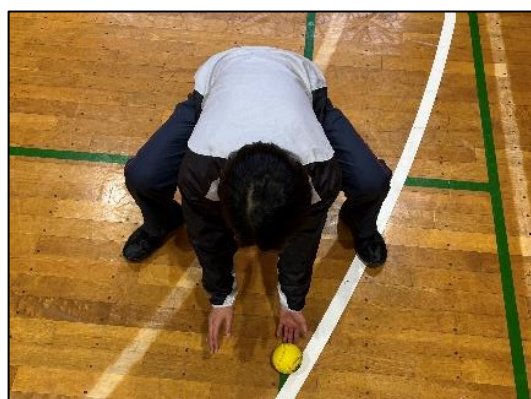
⑤守備練習 ハンドリング

実践ポイント	 知識・技能を 習得する	 粘り強く 取り組む
ねらい	正面のゴロをうまく捕るためのグラブの使い方のコツは？ ①手のひらをボールに向ける。 ②顔の斜め下あたりで手のひらをボールに向けて待つ。 ☆2人組で捕球体勢を見合いながら互いに肯定的な声かけをする。	





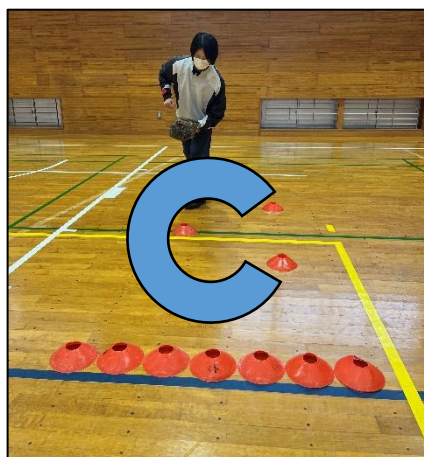
使うのはボール1個だけ。素手で行う。
 2人組で2～3m離れて正面で向かい合う。
 股関節や膝を開いて低い姿勢を保つ。
 ゆるいゴロを転がす。

左手から体に引き寄せるようにして捕る。
 ボールを低い位置から見るようにする。



⑥守備練習 Cカーブ（右投げ、1塁送球を想定）

実践ポイント	 見通しを持つ （活用する知識 技能を明確にする）	 協働して 課題解決する
ねらい	<p>より早くゴロをアウトにするためには？</p> <p>①前進しながらのゴロ捕球を身に付ける。</p> <p>②アルファベットの「C」を描きながらボールに向かうと捕球から送球がスムーズにできる。</p> <p>☆グループで良いところや改善できるところを話し合い、他者の姿を見ながら自分の姿を振り返る。</p> <p>☆自分のイメージ通りに動いているか他者に評価をしてもらいながら受容的な人間関係の形成や自己肯定感を育む。</p>	



コーンを並べたりラインを引いたりして
 地面に「C」を書く。

捕球する場所の手前に
 コーンやミニハードルを置く。

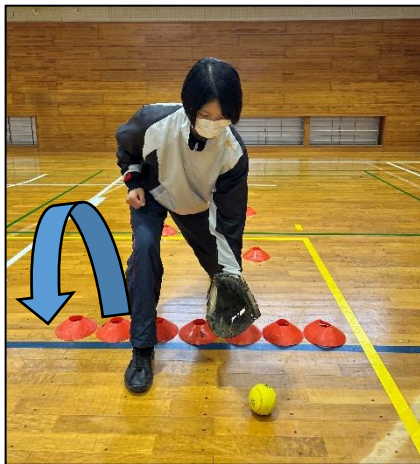
正面からゴロを転がす。



Cのラインに沿って走りながら
 タイミングを合わせる。



コーンの手前でゴロとのタイミングを
合わせながら細かくステップする。



ゴロに合わせて
コーンを右足から越える



次に左足を越える

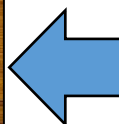
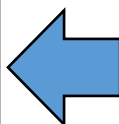


捕球したらスムーズにステップして返球する
(一塁方向へ)

2. バット操作

①バットを使って軸回転

実践ポイント	 知識・技能を 習得する	 協働して 課題解決する
ねらい	スイングのときの腰から上半身へつなげる軸回転を身につけるには？ ①スイングのときに軸を意識する。 ②腰からスイングする感覚をつかむ。 ☆2人組でフォームを見合いながら互いに肯定的な声かけをする。	





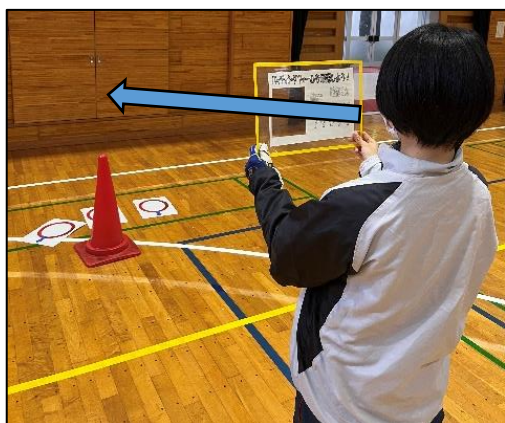
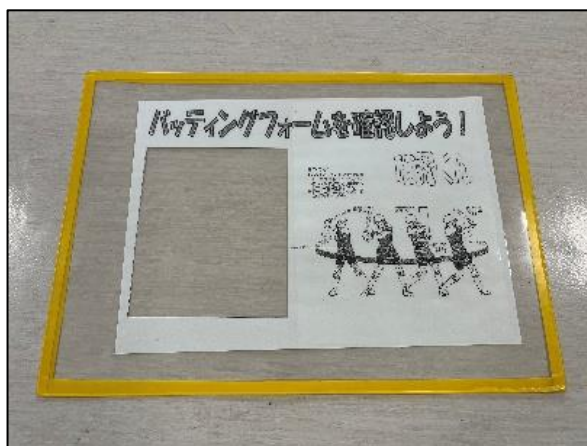
腰が回ることで自然に上半身も軸回転する。頭が下がったり、背中が反ったりしないようにする後ろ足のかかとを上げる。

バットの先端を回転させると腰が軸回転し始めると。両足の内腿をぶつけ合うようにする。

腰にバットを横にして当てて両手で持ったら、バッティングのスタンスで立って軽く膝を曲げる。

②スイングの確認

<p>実践ポイント</p>	 <p>知識・技能を 活用する</p>	 <p>自分の思いや 考えと結び付ける</p>
<p>ねらい</p>	<p>タイミングを合わせてボールを捉えることができるかスイングを確認しよう。</p> <p>☆バッティングフォームを確認できるように資料をラミネートして、覗き穴から他者のフォームを見て評価する。</p> <p>☆チーム内でスイング動作を映像に収録させ、自己や他者の動作の善し悪しを確認する。</p>	



スイングする人の真横から見る。

チェックポイント

例) 腰を回転させる

後ろ脇をしめる




おへその前あたりでミートする

バットをしっかり振り抜く

中盤 ノック・フリーバッティング・走塁

1. ノック

クイック&カバーゲーム カバーし合ってスムーズに守備をする

実践ポイント	 粘り強く 取り組む	 協働して 課題解決する	 知識や 技能を 活用する
ねらい	仲間のフィールディングの良いところや課題を伝えよう。 ☆チームでより多くのボールをベースに戻すためにはどうしたら良いか、話し合いを通じて互いの考えを理解し、最適な方法を見つける。 ☆チーム間で捕球・送球動作を映像に収録させ、自己や仲間の動作の善し悪しを確認させる。		




バージョン I

- ・ノックされた（投げられた）ボールを、1球目は1塁、2球目は2塁、3球目は3塁、4球目はホームに返球する。5球目はまた1塁に送球する。
- ・ノッカーはアウト宣言（ベース上で捕球）があったら、すぐに次のボールを打つ（投げる）。
※最初はそれぞれの塁上に生徒を配置しても良い。
慣れてきたら、打球に応じてベースカバーに入るようにする。
- ・2分以内に、ノックされたボールがベースに戻ってきた数で競う。

バージョン II

- ・各塁に送球されたボールをさらに、送球したベースの2つ先（1つ先でも可）のベースにも送球してから「1回」と数える。

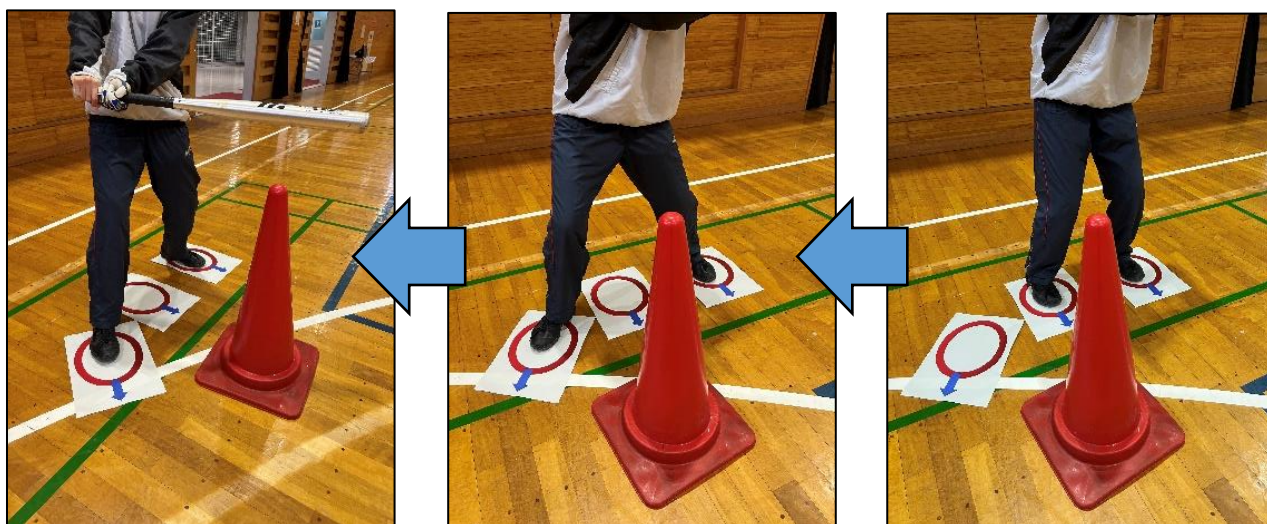
2. フリーバッティング

実践ポイント	 振り返って 次へつなげる	 思考を表現に 置き換える	 知識や技能を 概念化する
ねらい	仲間のバッティングの良いところや課題を伝えよう。 ☆授業で習った構え、スイングのポイントを参考に善し悪しを評価させるとともに、記述させたり指摘させ合ったりする。 ☆チーム内でスイング動作を映像に収録させ、自己や仲間の動作の善し悪しを確認させる。		

※上手にボールを打てるようになる用具の置き方とポイント

よく見られるバッティング動作

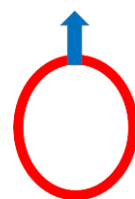
→体が開いて（正面を向いて）しまったまま、手だけで打ってしまう



後ろ足よりも前足をボールに近づけるように動かすと体を開かずに打つことができる。




前足をボールの前に少し出すようなイメージで動かす。

輪の矢印の向きにつま先の向きを合わせて立つ。



※前足の場所がわかりづらい時は、前足の動きがわかるように輪を増やして置いたり、輪に番号を振ったりしても良い。

3. 走塁

実践ポイント		共に考えを 創り上げる		知識・技能を 活用する		思考して 問い続ける
ねらい	<p>より速く塁間を駆け抜けるにはどういう走り方が良いだろうか？ 仲間の走塁の良いところや課題を伝えよう。</p> <p>①ベースの内側を踏むことを意識する。 ②直線的に走ることと膨らみながら走ることを組み合わせて走る。</p> <p>☆チームで良いところや改善できるところを話し合い、他者の姿を見ながら自分の姿を振り返る。 ☆チーム内で走塁を映像に収録させ、自己や仲間の動作の善し悪しを確認させる。</p>					




①傾きベースランニング

- ランナーと2塁上の補助役に分かれる。
 補助役は2塁の外側の角に立ち、両腕を真っ直ぐ伸ばす。
 ランナーは1塁（ホームからでも可）からスタートする。
- ランナーは伸ばした腕に当たらないように体を傾けて2塁ベースの内側を踏んで走る。
 その後膨らみを抑えて直線的に走り3塁まで走る。

②ベースランニング競争

- ベースの対角線上（ホームと2塁または1塁と3塁）に2チーム準備する。
- 1人ベースランニング1周を走り、次の人にバトン（手）タッチで交代する。
- どちらのチームが速く走り終わるかを競争する。
 ※終わったことが一目でわかるように、最後の走者はベースランニング1周を終えたらピッチャーマウンドに置いたコーンにタッチしに行く。
 （ぶつからないように少し距離を空けて色違いのコーンを置き、あらかじめタッチするコーンの色を決めておく）

終盤 ゲーム

<p>実践ポイント</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  <p>振り返って 次へつなげる</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>知識・技能を 活用する</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>思考して 問い続ける</p> </div> </div>
<p>ねらい</p>	<p>☆技能レベルや性別などの違いを踏まえ、みんなが楽しめるためのゲームルールについて発言させたり、学習カードに書き出させたりする。</p> <p>☆ゲームに対する自己の取り組み方について自己評価させる。</p> <p>☆技能レベルや性別の違いに応じて、それぞれが挑戦したり修正したりしていることについて認めようとしている点を評価する。</p> <p>☆チーム内でフィールディング動作やバッティング動作を映像に収録させ、自己や仲間の動作の善し悪しを確認させるとともに、記述させたり指摘させ合ったりする。</p> <p>☆チームで良いところや改善できるところを話し合い、他者の姿を見ながら自分の姿を振り返る。</p>

◎ゲームの工夫

- ・ホームラン区域を設ける。
- ・1つの塁を進むごとに得点を与える。(残塁なし)
- ・女子ルールを作る。

例) 捕球時にグラブに当てれば1アウトとする。

送球までできてアウトにできればダブルプレーとする。

1つの塁を進むごとに2得点を与える。

5 安全への配慮

予想される事故	事故防止への対応
<p><練習中に予想される事故></p> <ul style="list-style-type: none"> ・キャッチボールやバッティング練習中に隣の組やグループのボールが飛んでくる。 ・素振りやバッティング練習の際に、バットが他の生徒に当たる。 ・ノックやケース練習の際に、練習していない人にボールが当たる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・各組（グループ）の間隔を十分に空ける。 ・キャッチボール（バッティング）の向きを統一する。 ・打球方向を考えた練習場所の設定を行う。 ・バットの取扱いについて、使用する際は十分周囲に注意を払うように指導する。 ・各組（グループ）の間隔を十分に空ける。 ・練習中は守備者や走者はもちろん、待機者であってもボールから目を離さないように指導する。
<p><試合中に予想される事故></p> <ul style="list-style-type: none"> ・打者の打球が投手に当たる。 ・ファールボールが攻撃待機中の生徒や捕手に当たる。 ・打撃直後に打者がバットを離れてしまい、バットが捕手に当たる。 ・打者の手からバットが離れてしまい、バットが攻撃待機中の生徒に当たる。 ・守備者がフライ等で互いに捕球しにいかうとして接触する。 ・内野手の送球を受けようとする一塁手と打者走者が接触する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・投手の前にネット等を置く。 ・安全な距離でストライクが入る生徒がいない場合は、教師が両チームのピッチャーを務める。 ・攻撃チームの待機場所を、バッターボックスから十分に離し、必要であれば攻撃チームの待機場所にネットを立てる。 ・捕手を置く場合、必ずキャッチャーマスクを着用させる。 ・捕手を置かない場合、ネット等を置いて対応する。 ・打撃後、バットを持って走る、もしくはバットを置く場所をあらかじめ決めておく。 ・捕手は打者に近づきすぎないようにする。もしくは、ネット等代替りのもので対応する。 ・攻撃待機中の生徒はバッターボックスから十分な距離をとって待機させる。 ・離れる目安のラインを引いておく。 ・捕球をしにいく際に声を出して取りに行くよう指導する。 ・周りもどちらが捕球するべきかを大声を出して指示するよう指導する。 ・ファーストベースはダブルベースを使用する。ダブルベースが無い場合は、ベースを2枚並べて対応する。 ・一塁手はベースの角を踏んで送球を受けるように指導する。 ・打者走者はオレンジベースを駆け抜けるように指導する。

6 参考資料・課題解決のための資料

学習カード（1）

ソフトボール学習カード							
				1年	組	番	氏名
授業日：		月	日（	曜日）	限目		
1. 本日の体調							
		大変良い	良い	普通	少し悪い	悪い	
※特記事項（あれば記入）							
2. 選択した練習のねらい							
3. 練習内容と留意事項							
4. 振り返り							
【成果】							
【課題】							
【健康・安全についての配慮について】							
5. 自己評価 ※A良い→E悪い							
		A	B	C	D	E	

学習カード（2）

ソフトボール学習カード

1年 組 番 氏名

授業日： 月 日（ 曜日） 限目

1. ソフトボールで自分たちの身に付けている技能を生かすことのできる戦術や作戦にはどのようなものがあると思いますか。

〈自分の考え〉

〈チームの意見〉

2. ソフトボールで挑戦したい戦術や作戦をあげ、その戦術や作戦を身に付けるためのチーム練習を考えてみよう。

挑戦したい戦術・作戦 []

3. ソフトボールの授業において体力や能力の程度、性別に関係なく楽しめる授業の工夫を考えてみよう。

〈ルール〉

〈教え合い・声かけ等〉

4. 事故やけがを予防するためにはどのようなことに気を付ければ良いか考えよう。

〈原因〉

〈対処〉

〈防止策〉

学習カード (3)

ソフトボール学習カード

1年 組 番 氏名 _____

授業日： 月 日 (曜日) 限目 _____

1. 本日のチーム目標

2. チーム目標達成のための具体的な練習内容

3. 攻撃のポイント (戦術や作戦)

4. 守備のポイント (戦術や作戦)

--	--

☆本日の対戦相手 _____ 班 → _____ 対 _____

自チームの得点

相手チームの得点

打順	氏名	ポジション	【成果】
1			
2			
3			
4			【反省】
5			
6			
7			【課題】
8			
9			
10			
11			