

球技：ネット型（テニス）

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（この評価規準	<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"> ・ネット型では、役割に応じたボール操作や安定した用具の操作と連携した動きによって空いた場所をめぐる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たり、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ボールを相手側のコートに空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。</p> <p>②サーブでは、ボールをねらった場所に打つことができる。</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体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見付けている。</p>	<p>①相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。</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> <p>③健康・安全を確保している。</p>

球技 ネット型（テニス）の指導と評価の計画

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														
	5															
	10	・学習 状況	・基本動作（ラケット テイング）2人組 ラケット操作 構え、フットワーク	・基本技能練習 （フォアハンドスト ローク・バックハン ドストローク・ミッ クス・手出しドリ ル）	・ショートラリー 1-1 2-2	・ショートラリー 1-1 2-2	・ショートラ リー	・グループ練習 （ラリー・サービス等ゲームに向けた課題練習）								
	15	・オリエン テー ショ（安 全教育）	・ミニラリー（ボールバ ス）2人組・4人組 構え、フットワーク 1バウンド、ノーパワ ン	・ショート ラリー 2人、4人 ・回数 を 異 な る ラ リー	・ショ ート ラ リー 2人、4 人 ・コス ト 打 ち 分 け	・ラリー 半面1-1、1面2- 2 1バウンド・2バウン ド	・ラリー 半面1-1・1面2-2	・自己や仲間の課題を見つけて、練習を組み立てる								
20	・基本動 作（ラ ケッ テイング）	・グルーピン グ	・基本技 能練習 （フォ アハンド ストロ ーク）	・サー ビス ポ ツ ク ス 簡 易 ゲ ー ム	・ラ リー （半 面 1-1、 1面2- 2）	・基本技 能練習 （サー ビス）	・サー ビス か ら ラ リー	・説明 （ゲーム 方法・ ルールの シングル ス ダブル ス）	・ゲーム （短い ポイント の簡易 ゲーム）	・ゲーム （短い ポイント の簡易 ゲーム）						
25	・ラケッ ト操作、 グリッ プ	・基本技 能練習 （フォ アハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・基本技 能練習 （バック ハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・サー ビス ポ ツ ク ス 簡 易 ゲ ー ム 4点先 取 1-1 2=2	・ラ リー （半 面 1-1、 1面2- 2）	・基本技 能練習 （サー ビス）	・サー ビス か ら ク ロ ス ラ リー	・基本技 能練習 （ボレー） ・2人組 手投げ ・ボレー ボレー	・試合の ゲーム （短い ポイント の簡易 ゲーム）	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防					
30	・ラケッ ト操作、 グリッ プ	・基本技 能練習 （フォ アハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・基本技 能練習 （バック ハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・サー ビス ポ ツ ク ス 簡 易 ゲ ー ム	・ラ リー （半 面 1-1、 1面2- 2）	・基本技 能練習 （サー ビス）	・サー ビス が 狙 っ た 場 所 に 打 て る 技 能	・サー ビス か ら ク ロ ス ラ リー	・基本技 能練習 （ボレー） ・2人組 手投げ ・ボレー ボレー	・試合の ゲーム （短い ポイント の簡易 ゲーム）	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防				
35	・ラケッ ト操作、 グリッ プ	・基本技 能練習 （フォ アハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・基本技 能練習 （バック ハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・サー ビス ポ ツ ク ス 簡 易 ゲ ー ム	・ラ リー （半 面 1-1、 1面2- 2）	・基本技 能練習 （サー ビス）	・リ タ ー ン が 狙 っ た 場 所 に 打 て る 技 能	・サー ビス か ら ク ロ ス ラ リー	・基本技 能練習 （ボレー） ・2人組 手投げ ・ボレー ボレー	・試合の ゲーム （短い ポイント の簡易 ゲーム）	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防				
40	・ラケッ ト操作、 グリッ プ	・基本技 能練習 （フォ アハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・基本技 能練習 （バック ハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・サー ビス ポ ツ ク ス 簡 易 ゲ ー ム	・ラ リー （半 面 1-1、 1面2- 2）	・基本技 能練習 （サー ビス）	・ス ト ロ ー ク が 狙 っ た 場 所 に 打 て る 技 能	・サー ビス か ら ク ロ ス ラ リー	・基本技 能練習 （ボレー） ・2人組 手投げ ・ボレー ボレー	・試合の ゲーム （短い ポイント の簡易 ゲーム）	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防				
45	・ラケッ ト操作、 グリッ プ	・基本技 能練習 （フォ アハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・基本技 能練習 （バック ハンド ストロ ーク） 手出し ドリル	・サー ビス ポ ツ ク ス 簡 易 ゲ ー ム	・ラ リー （半 面 1-1、 1面2- 2）	・基本技 能練習 （サー ビス）	・リ タ ー ン が 狙 っ た 場 所 に 打 て る 技 能	・サー ビス か ら ク ロ ス ラ リー	・基本技 能練習 （ボレー） ・2人組 手投げ ・ボレー ボレー	・試合の ゲーム （短い ポイント の簡易 ゲーム）	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防	・相手側 の空いた 場所を めぐる 攻防				
50		学びの確認・学びの共有														学習の まとめ
		整理運動・学習の振り返り・次時の確認														
評価	知識	①				②						①	②			
	技能				①		②	①			②				①	②
	思判表			①		②		①			②					②
	態度		②		①					③				①	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、学習した具体例を挙げている。 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、言ったり書き出したりしている。														
	技能	①ボールを相手側のコートの空いた場所やねらった場所に打ち返すことができる。 ②サービスでは、ボールをねらった場所に打つことができる。														
	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体力や技能の程度、性別等の違いに配慮して、仲間とともに球技を楽しむための活動の方法や修正の仕方を見つけている。														
	態度	①相手を尊重するなどのフェアなプレイを大切にしようとしている。 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。 ③健康・安全を確保している。														

4 学習の展開

○主体的・対話的で深い学びを実現するテニスの学習の展開

テニスは世界的にはメジャースポーツですが、中学校の部活動は少ないために経験者が少なく、初めてラケットを握る生徒が多くいます。従って、教員から基本技術の指導や課題の設定、具体的な練習方法の提示がないと中々「楽しい」と感じる事ができる技能に到達できません。興味・関心を高めるためには、習得した基本技能でゲームを楽しむことができるような工夫をしていきます。

学習の展開では、序盤・中盤・終盤と分けて考えます。序盤では教員からのアプローチが多くなりますが、基礎・基本を押さえた上で、グループによる練習及びゲームにより、仲間と協力しながら課題を克服していく中で、主体的・対話的で深い学びの実現を目指します。

I 序盤

前述のとおり、導入期は教師の一斉指導が多くなります。「テニスの楽しさ」を伝えるために、教員からの基本技術の指導、課題の設定、具体的な練習方法の提示を行います。また、併せて安全面での指導を行います。安全面では、用具の扱い方・ボールの管理などマナーに関する注意にも繋がりますのでオリエンテーションから注意すべきことをしっかりと伝えるようにします。

後半のグルーピングの際は、経験者または技能が高い生徒を分散し、リーダーシップを取れるようにすると、課題解決に向けた学習がスムーズに展開できます。そのため、基本技能の観察、評価が必要です。

(1) ラケットイング

基本動作の練習において最初はサッカーのリフティングのようにボールに慣れる練習をします。サッカーのリフティングでは足が手のような感覚になることが目標ですが、ラケットイングではラケットのフォアハンド側の面が手のひらの延長のような感覚をつかむことを目標とします。グリップを力強く握りしめてしまうとこの感覚がつかめないのと同時に上腕部を痛めてしまうので、肩や腕の脱力を強調するだけでなく、遊び感覚の楽しい雰囲気を作っていくようにします。

【一人で行うラケットイング例】

- ①手のひらを下に向けてドリブル→フォアハンドの感覚。
- ②手のひらを上に向けて手の甲の部分を下に向けてドリブル→バックハンドの感覚。
- ③ラケット面の表裏を交互に変えてドリブル

→持ち替えなくてもできるコンチネンタルグリップの感覚。フォアハンドとバックハンドの中間のグ

リップであり、生徒には包丁を持つ感覚であると指導をすると伝わりやすい。

④ドリブルをしながら歩き回る。→動きの中でボールのバウンドの感覚などをつかむ。(図1)

(図1) ドリブルしながら歩く



競走やリレーなどのバリエーションもできる。

⑤手のひらを上に向けてボールを上に入れてノーバウンドでラケットティング

→フォアハンドのノーバウンドの感覚。

⑥手のひらを下に向けて手の甲の部分を上に向けてノーバウンドでラケットティング

→バックハンドのノーバウンドの感覚。

⑦ラケット面の表裏を交互に変えてラケットティング (図2) (図3)

→コンチネンタルグリップのノーバウンドの感覚です。ボレーにつながる。

(図2) 手のひらを上にしてフォアハンド



(図3) 手のひらを下にしてバックハンド



(2) ラケットティングからミニラリーへ

ラケットティングを二人組で行うことにより、ラリーに近づけます。ボールで遊んでいる感覚のまま他

の人と同じボールを共有して、いつの間にかできたという成功体験を促します。

【二人で行うラケットティング例】

- ① 手のひらを上に向けてボールを上に向けてノーバウンドでラケットティングを5回したのち、相手にワンバウンドで渡す。
- ② ラケット面の表裏を交互に変えてラケットティング5回したのち、ノーバウンドまたはワンバウンドで相手に渡す。
- ③ ラケットティング2回のあと、3回目にノーバウンドまたはワンバウンドで相手に渡す。
- ④ ラケットティング1回のあと、ワンバウンドで相手に渡す。→ミニラリーにつながる。

(図4) ラケットティングして相手に渡す



【ミニラリー例】

- ① 二人組ラケットティングからダイレクトにラインを挟んでワンバウンドで相手に渡すことにより、ミニラリーとなる。最初は短い距離(図5)からはじめて、徐々に距離を伸ばす。(図6)

(図5) ラインを使って近距離でワンバウンドのミニラリー



(図6) シングルスラインの距離でセンターラインを使ってミニラリー



② 四人組でミニラリー。→打球方向に変化をつけるなどのアレンジができる。

- ・方向を決めて行う。
- ・方向を決めないで行う。

(3) グループによる基本技能練習 (図7)

実際にストロークを打ってみます。この練習からはグルーピングを行い、練習形式の例を示し技能のポイントを指導後、グループによる対話的な活動により、技能の習得を図ります。グループの人数等については生徒数やテニスコート数によりますが、6人程度のグループが動きやすいです。使用するコートが少なければ、半面に1グループを割り当てます。練習形式の例としては、手投げによるドリル練習です。球出しをする生徒に打球が当たったり、振ったラケットが当たったりすることのないように安全に対する注意も大切です。(図8) グループ内では、球出し、球拾い、練習者と役割を交代しながら、例えばバックハンドを重点的に行うなど、練習方法についての創意工夫や技能について自分だけでなく、他のメンバーに対して助言し合っているような活動を目指します。

(図7) 球出しドリル練習例



1列又は2列に並んで、手出しのボールを順番に打っていく。1球で交代から数本で交代と色々なバリエーションができる。

(図8) 安全な球出し



安全面の配慮として、球出しする人の真横に出すようにして、打つ人が斜め前に動くようにすると、写真のように球出しの生徒に打球が当たることがなくなる。

II 中盤

グループで1面、または半面の中でラリー形式の練習を行っていきます。ドリル練習と違い、相手の打球に対応していく（オープンスキル）なかで、相手の技能の程度を見極めてスピードをコントロールして、長く続くラリーを目標とします。ここから先は、教師が技能面、安全面、練習方法を例示することにとどめ、グループ内での創意工夫、自主性、対話的な活動を促します。さらに、学習カードを利用して、友人からのアドバイス、友人へのアドバイスを記すことにより、主体的・対話的な学びを深めていきます。

(1) ショートラリー

ネットを挟み、サービスラインの中でのショートラリーから行うのが一般的です。(図9) 易しい内容から難しい内容へと展開するためには、基本的には近距離から遠距離への展開が繋がりがやすいと考えます。各自の正面にボールを1つ置いて、相手の手前にあるボールを目標にしてボールをコントロールできるようにするのも良いでしょう。ボールの高さや長さ、強さなど調節しながらたくさんのラリーを続けます。目標の回数の設定や、回数を競い合ったりするのも良いでしょう。発展系として、2対2のラリーをするとコースを変える練習ができます。(図10) また、技能の高い生徒が未熟な生徒をカバーしたりすることができ、長いラリーが期待できます。

(図9) 1対1のショートラリー



(図10) 2対2のショートラリー



(2) ラリー

ベースラインまで下がりラリーをします。最初は2バウンドまで可とすると良いでしょう。最初の1球目の球出しが強すぎたりして上手くいかない場合は、横からボールを投げ入れます。こちらもしョートラリー同様に目標とするボールを置いたり、続く回数を設定したりして、長く続くラリーを目指してコントロールを身に付けます。また、人数が多いときは、一球打つごとにローテーションをするなどの工夫を例示してみましょう。(図1 1)

(図1 1) 1打交代のラリー



卓球のダブルスのように1打ごとに後ろの人と交代をしていく。何回続くかグループ同士で競い合うなどの工夫ができる。

(3) サービス

試合をするためにサービスの基本技能練習を行います。試合成立のために、スピードよりもコントロールを重視し、正しいグリップや回転をかけることよりも、トスの位置やラケット面の向きによってサービスボックスの方向へボールが向かうことに重点を置きます。(図1 2) 本来の正しいサービスの技術とは違いますが、短時間で試合を成立させ、楽しむことができることを重視して指導していきます。どうしてもできない生徒には、アンダーサービスやベースラインより前からのサービスなど柔軟な対応をします。

(図1 2) 簡易な型のサービス



- ・トスを高く上げずに、顔の前でまっすぐに当てる。

Ⅲ 終盤

いよいよ、試合に入ります。長くラリーをすることを目標としてきた中で習得した、ボールの深さ、コース、強さのコントロールの技能を相手側の空いた場所に打ち返し、攻防していくことを目標とします。グループ内では、引き続き仲間に助言し合うことを尊重するとともに、フェアなプレイを大切にしていきます。グループを越えた対戦やチーム戦など工夫をしていくと良いでしょう。試合を通して、グループで課題を見つけ、修正をしていくグループ練習で主体的・対話的で深い学びの実現を図ります。

(1) サービス・リターンからクロスラリー

サービスが入り、リターンをして、ラリーが続くようになればゲームになります。ここではコートの対角線の方に打つことも課題となります。少し前からのサービスでも構いません。生徒が「できた」「楽しい」と感じるように言葉がけをしていきます。

(2) 3対3でポイントゲーム (図13)

試合に向けて、変則な形で点数を取ることを学びます。ここではサービスはなしで、下からコートのどこかに打ってスタートするか、補助者から投げ入れてもらってスタートします。写真のように中央に前衛を置き、ボレーを入れます。ボレーについては触れるボールを動いて触るようにしていくことでゲームの楽しさが増します。バレーボールのようにローテーションでポジションを変えたりしていくと人数を調整できます。また、技能の程度に応じてツーバウンド可を採用すると、ラリーが長くなります。

(図13) 3対3のポイントゲーム



(3) ゲーム

ゲームについては、人数とコート数、生徒の技能に応じて、様々な形式を考え、シングルス、ダブルスを行います。人数が多く、コート数が少ない場合はダブルスを中心に行うと効率よく実施できます。この様な条件でシングルスを行う場合は半面で行う方法もあります。点数の数え方、試合の方法についてもなるべく分かりやすく、短いポイントで行い、効率よく行います。通常のテニスのゲームの数え方

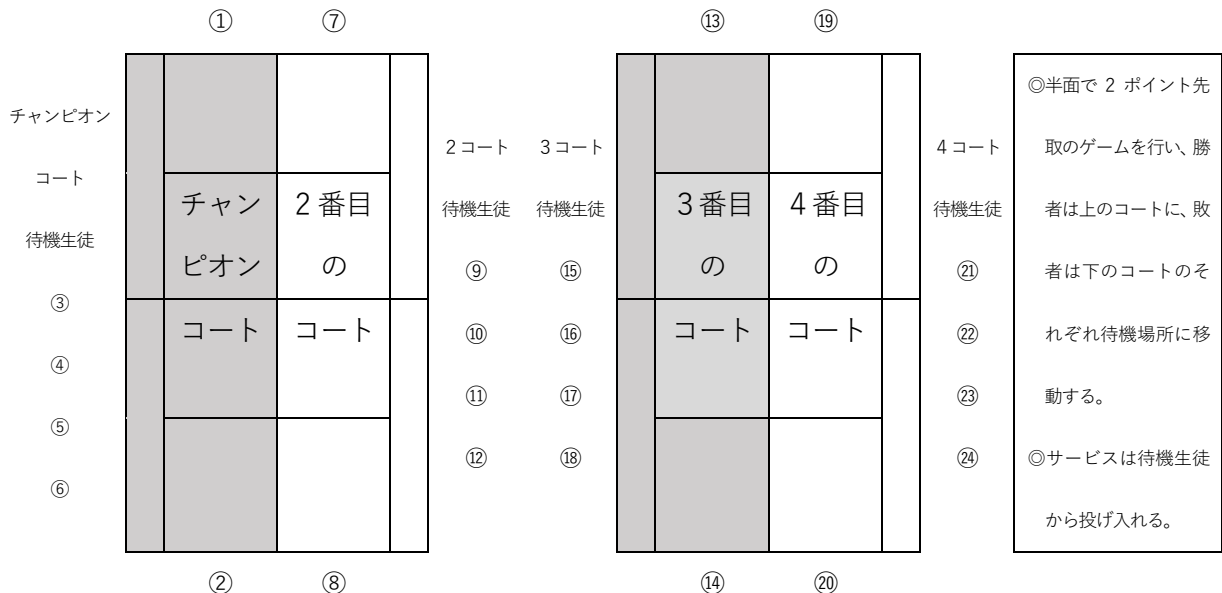
にこだわらず、状況に応じて柔軟にアレンジをしていきます。相手側の空いた場所をめぐる攻防の中で仲間と助言し合い、ゲームで修正したり、グループ練習に生かしたりできるように支援します。また、審判やボールを拾ったり、渡したりするなどの役割を交代で行い、協力し合って効率よく進むような支援をします。

【ゲーム方法例】

① チャンピオンゲーム

- ・そのグループもしくはコート内で1ポイント取るとサービス側に移動し、ポイントを失うとレシーブ側に移動します。この場合、サービス側がチャンピオンになります。
- ・コートが複数あれば、1ポイント先取や2ポイント先取の短いポイントで勝者は上のコートに上がり敗者は下のコートに落ちるなどの移動をしていくなどの工夫ができます。（図14）

(図14) 複数のコートを使ったチャンピオンゲームの一例



② 変則タイプブレーク

- ・サービスは右・左と2ポイント交代として7ポイント先取。または5ポイント先取。ダブルスでは右サイドと左サイドを固定してサービスを行うと分かりやすくなります。
- ・シングルスであれば、サービスは1ポイント交代で右サイド、左サイドはサーバーが決めます。ポイントの長さは状況によって7ポイント先取、5ポイント先取、3ポイント先取と決めます。

5 安全への配慮

予想される事故	事故防止への対応
<p>○足下に転がっているボールを踏んで、足首を捻ってしまう事故。</p>	<p>○足下にボールが転がっていたら、ボールを安全なところに払うように注意をする。本人は気が付かないことも多く、周りにいる生徒が気付いたらボールを払うか危険を知らせるように指導する。</p>
<p>○プレイ中、又は待機中の素振り等において、スイングしたラケットが他人に当たってしまう事故。</p>	<p>○周りの安全を確認してプレイをするように指導をする。待機している生徒はプレイしている生徒から離れるように注意をする。待機をして見ている生徒はラケットを抱えるように指導する。</p>
<p>○ネットにあるボールを拾っている人がいる場合、又は隣から飛んできたボールに当たってしまったたり、球出しの生徒に当たってしまう事故。特に目に当たってしまうと重大な事故になる。</p>	<p>○ネットのボールを拾うときは、必ずプレイを止めるように指導をする。プレイをする生徒が1面の中に多くなり過ぎないように指導をし、隣のコートにボールが飛んでしまった場合はそれ以上ボールを追わないことと、危険を知らせることを指導する。球出しをする生徒は（図8）のように打つ生徒の前に立つことがないように指導する。</p>

6 参考資料・課題解決のための資料

学習カード例

グループ練習が定着したところから、授業終了後に学習カードを記入します。グループ内で助言し合っ
て、主体的・対話的で深い学びを促します。

テニス学習カード		
1年 組 番 班 氏名		
月 日 曜 日	活動内容	
	友人からのアドバイス	
	友人へのアドバイス	
	自己の課題・評価	
月 日 曜 日	活動内容	
	友人からのアドバイス	
	友人へのアドバイス	
	自己の課題・評価	