

小学校B

ボール運動における指導の工夫

巻島 瑛貴 (柏)
中村 眞範 (香取)

横山 健太 (葛南)
青柳 祐司 (東総)

中井 保徳 (葛北)
渡邊 肇一 (山武)

1 はじめに

体育科ボール運動では、友達と協力してゲームを楽しくする工夫や楽しいゲームを作り上げることが、児童にとって重要な課題となる。また、ルールや作戦を工夫し、誰もが楽しさや喜びを味わうことが大切である。そこで、みんなが参加でき楽しむことができるための「ベースボール型」、「ネット型」及び「ゴール型」の3つの型での展開例を紹介する。

2 実践例

(1) ベースボール型 (ティーボール)

① ねらい

ルールや場の設定を工夫することで、児童が楽しみながら、成功体験を多く経験できる学習を展開する。

② ルールの工夫

・1チーム8名として、試合を行う。攻撃側全員が打席に立ったら、攻守を交替する。

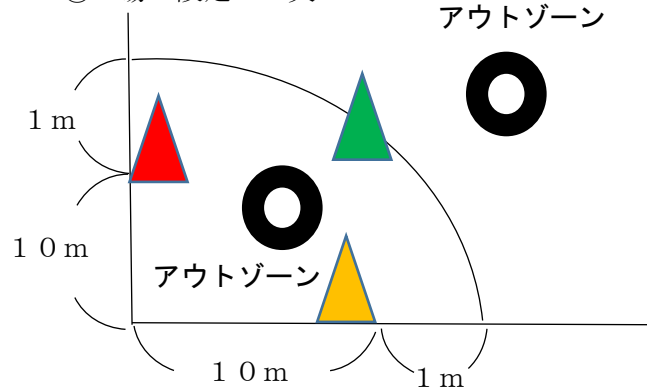
ア 攻撃側について

- ・一人一打席立ち、進んだ塁に応じて得点が変わる。
- ・一塁打は1点、二塁打は2点、三塁打は3点、本塁打は4点とする。

イ 守備側について

- ・守備位置は、内野後方のラインから外側に守り、打者が打った後に内野に入ってボールを処理することができる。
- ・守備側は、補球しアウトゾーンにボールを入れることで、打者の進塁を止める。
- ・アウトゾーンにボールを入れた児童は、守備の役割を終え、ベンチに戻り攻撃の準備に入る。

③ 場の設定の工夫



- ・守備側の人数が減る中、打者はどこに打球を打てばよいか考え、打順の工夫をすることで、大量得点を狙うことができる。
- ・守備側はすばやくアウトゾーンにボールを入れるための工夫が必要となる。また、打者が打ちそうな場所を予測し、守備位置を変えることが大切である。

(2) ネット型 (ソフトバレーボール)

① ねらい

メインゲームのなかで必要になる基礎技能を、楽しみながら身に付けられるようにする。

② 具体的な手立て

レシーブ、トス、アタックの動きを、段階的に身につけられるように次のような実践を行った。

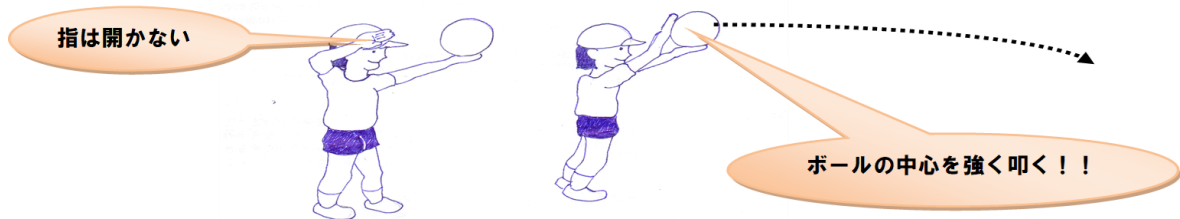
- i) レシーブ練習…2人(AとB)で向かい合い、慣れないうちはAが下手投げで投げたボールをBがアンダーレシーブでAに返すことを繰り返す。狙ったところに返せるようになったら、お互いにアンダーレシーブでボールを返し合う(Step5)。



- ii) トス練習…2人で向かい合い、一方がボールを両手で保持し、頭の後ろから大きく振りかぶってボールを地面に叩きつけ、バウンドしたボールをもう一方がおでこの手前に構えた両手でキャッチし、そのまま斜め上に押し出す。



- iii) アタック練習…トスアップからではなく、左手で肩より高く保持したボールの中心を、右手で強く叩き、相手に返球する。この時右手の掌は五指をくっつけ開かないように意識させる。相手と交互に行う。



※使用するボール

本単元で使用するボールは、児童の技能の発達段階を考慮し、軽くて、受け止めやすい特性のあるスマイルボールを使用した。

スマイルボール キッズバレー5号
Mikasa FIVB公認/SKV5



(3) ゴール型(セストボール)

① ねらい

- ・基本的な学習やドリルゲームにより個人の基礎技能を習得できるようにする。
- ・学習カードを活用して、チームの課題を解決できるようにする。

② 基礎技能の習得とドリルゲームの工夫

ア 真上シュートの導入

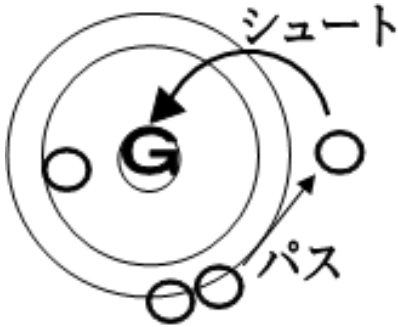
シュートの基礎技能を身につけるために、準備運動後、シュートフォームを作る練習、真上シュートによるフォーム作りを行い、個人の基本的な技能を身につけていくように取り組んだ。指導のポイントとして(ア)シュートした後手のひらを返す、(イ)親指、人差し指、中指の3本を使い、外に向かい指をはじくようにシュートする、(ウ)シュートを打った後は両腕を伸ばすことの3点を意識し練習を行った。

シュートの3つの約束

- 1 シュートした後は手のひらを返す。
- 2 親指、人差し指、中指の3本を使い、外に向かって指をはじくようにシュートする。
- 3 シュートを打った後は両腕を伸ばす。

イ ドリルゲームの工夫

毎時シュートゲーム（走ってきてパスを受けシュート、その後リバウンド）に取り組むことで記録の向上による達成感を味わうことができた。

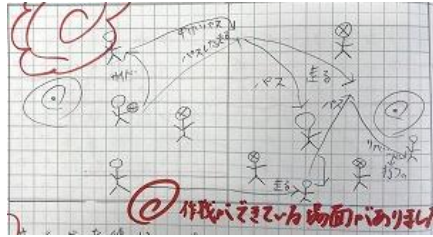


シュートゲーム記録票

	1	2	3	4	5	6	7	8
1 ABCサンダー	3	2	2	1	1	1	1	3
2 ス元気っず4	1	2	1	2	1	1	1	9
3 シルバース	9	2	1	2	1	1	1	13
4 フラワ-4	1	7	1	1	1	1	1	10
5 グリーン4X	1	2	1	1	1	1	1	25
6 タイガー-5	7	5	1	1	1	1	1	13
7 チキチキビクミンズ	1	0	1	1	1	1	1	17
8 レッドウシャース	1	2	1	1	1	1	1	12

③ スコアカードの活用

見学しているチームが触球数やインターセプトなどのゲームの様子を記録することで、自分達の課題やめあてに対してのでき具合を知ることができた。そして次回の作戦を立て、試合に参加することができた。



セストボールスコアシート

チーム名: ABCサンダー

※スコアのつりかた: ● シュートをした ● シュートが入った ○ フォールーフ インターセプト

月 日 VS (相手・番号)

月 日 VS (相手・番号)

月 日 VS (相手・番号)

(4) ゴール型 (サッカー)

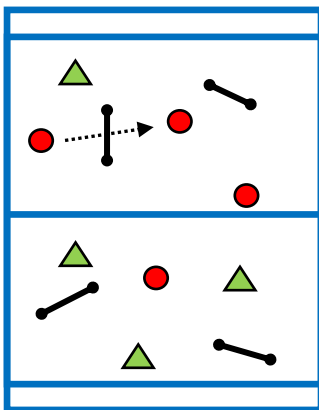
① ねらい

- ・運動の苦手な児童や、自信がなく積極的に参加できない児童も楽しめる活動にする。
- ・サッカーの得意な児童も状況に応じて効率よく得点するための考える力を養う。

② ルールの工夫

ア コートの中にいくつものゴールを配置するミニゲーム

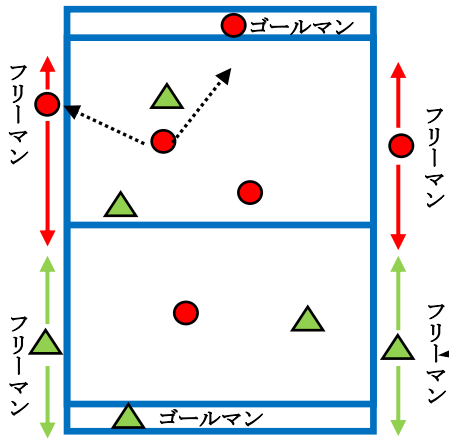
コート目安: 縦20m 横8m



- コート内にコーンとバーを何カ所か設置して試合を始める。(コーンの間はすべてゴールとする。)
- ただコーンの間にシュートするだけでは、点数とはならない。コーンを通させたボールを味方が足で止める(パスが成功する状態)ことができれば得点となる。
- 苦手な児童もゴール付近にいることで得点に必要な役割を果たすことができる。

ポイント: ゴールの位置をチームで話し合っ決めて決めるなどの「作戦」を立てさせることで、最終的なサッカーの試合につながる動きやパスをつなぐ意識を養うことができる。

イ コートの外にも仲間を配置する6対6のミニゲーム



- ゴールマンが足でボールを止めれば1点が入る。
- 各チームにはフリーマンが2人いて、サイドラインを出たボールはそこにいるフリーマンしか触れない。
- 中にあるボールも、フリーマンを上手に活用することで得点もしやすくなる。
- 2点入ったらフィールドとフリーマンを交代するなどのルールでどの場所も経験させるとよい。

ポイント：常に攻撃側が有利になるミニゲームとなるため、どうやって得点を決めていくかの工夫を大切に指導していく。

(5) ゴール型 (フラッグフットボール)

① ねらい

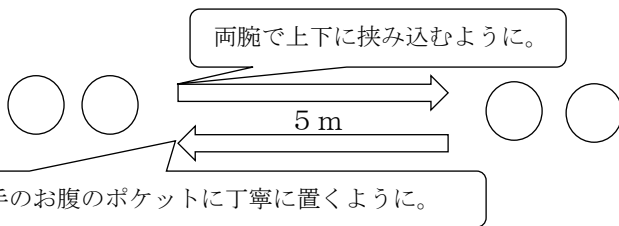
- ・スキルアップタイムを充実させることで、基礎技能を習得できるようにする。
- ・主体的なチームでの話し合いや練習を通して、集団的技能を高められるようにする。

② 基礎技能習得のためのスキルアップタイムの充実

ア しっぽ取りゲーム

フラッグフットボールの基礎となるフラッグを取る技能を身に付けるために取り組んだ。運動の機会を平等に与えるため、取られても取りに行くように実践した。また、様々なバリエーションを付けて実施することができる。個人戦→チーム戦→ボール運び鬼に発展することができる。イ ボール渡しリレー (30秒間に何回手渡しできるかを競う。)

ボールを味方同士で手渡しする「ハンドオフ」、相手からボールを隠しての「ラン」を身に付けるために取り組んだ。ポイントとして、お腹にポケットを作り、両腕で上下に挟み込むようにもらい、相手から見えないように走ることを目指した。



- 投げるポイント
- ①薬指と小指がボールの縫い目にかかるようにボールの端を持つ。
 - ②腕を振り落とすように投げる。
 - ③投げた後、手のひらは外側・親指は地面・その他の指は投げた先を向くようにする。

ウ サインパス (成功回数や得点で競う。)

ボールを前に投げて運ぶ「前パス」を身に付けるために取り組んだ。高い得点を狙う際、有効的な作戦の一つとなる。投げるポイントを意識させ、より遠くに、より正確な前パスを目指した。

③ 主体的・対話的な学びを目指した取り組み

ア チームミーティング・チーム練習

オリエンテーション (単元の最初、中間) や休み時間などを使い作戦を考えたり、チームで練習する時間を設けたりとチームの時間を充実させた。チーム全員で作戦を考えることで、チーム全員が参加している意識が高まっていった。その作戦をファイルにまとめ、攻撃前の作戦会議 (ハドル) では、スムーズに作戦を選び、様々な攻撃にチャレンジしていった。

イ ゲーム

ゲームでは、チーム全員が活躍できるように3対2、3対3の簡易的なゲームを設定した。下図のような得点でゲームすることでチーム全員が得点することができた。

スタートゾーン	1点	2点	3点	6点
---------	----	----	----	----

