

## C ボール運動系（小学校）コース

盛岡市立緑が丘小学校 教諭 千葉 貴大

### 【コーステーマ】

各種の運動を通して、運動が苦手な児童生徒を含むすべての児童生徒が、体を動かす楽しさや心地よさを味わうとともに、運動を好きになり、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現（高等学校では継続）するための資質・能力を身に付けることができる指導の在り方

### 1 ゴール型の運動にかかわって

#### （1）フラッグフットボール

##### ①子取り鬼（低学年）

5～6人グループになり、先頭の児童が鬼になる。残りの児童は一列になり、前の児童の肩をつかんでつながる。鬼は、一番後ろの児童のフラッグを取るように動く。



【写真1 子取り鬼】

##### ②しっぽ取り鬼（低学年）

#### 【個人戦の場合】

制限時間の中で、他の児童のフラッグを取り合う。自分のフラッグを

取られても終わりではなく、制限時間内であれば追いかけてよいことにすることで、運動量を確保する。フラッグを多く獲得した児童が勝利する。

#### 【チーム戦の場合】

個人戦とルールは同じである。チームで獲得したフラッグの数で勝敗を決める。

##### ③ジャンケン通り抜け（低学年）

1対1の対戦形式の運動である。チームで一列に整列し、向かい合う。先頭の児童同士でジャンケンをし、勝った児童が相手をかかわして相手陣地に向かって走る。負けた児童は、勝った児童のフラッグを取る。ジャンケンに勝った児童が自分の陣地に走って逃げるというルールに変更することも有効である。

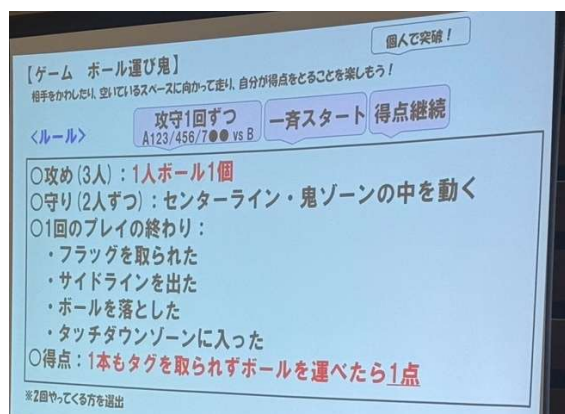


【写真2 ジャンケン通り抜け】

##### ④ボール運び鬼（低学年）

攻撃3人対守備2人の対戦形式で行う。攻撃側は1人1個ボールをも

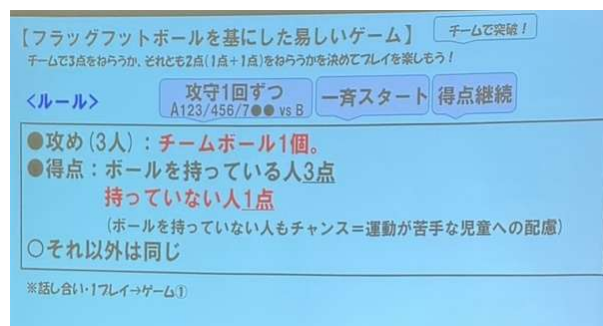
ち、フラッグを取られずにタッチダウンゾーンまで運ぶことができたなら1点を獲得する。守備側は、決められたエリア内で攻撃側のフラッグを取りに動く。互いに攻守を交代し、得点を競う。進むことができた距離に応じて、得点を増やす形式にしてもよい。



【写真3 ボール運び鬼について】

#### ⑤ 易しいゲーム（中学年）

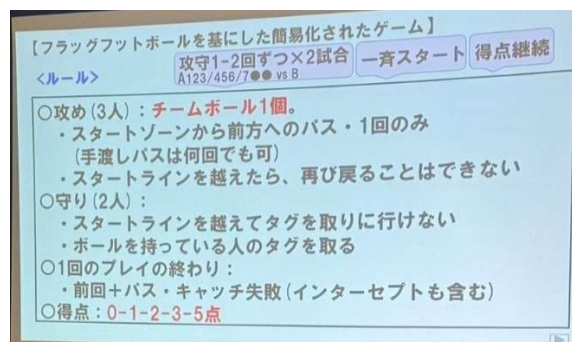
④ボール運び鬼のルールを基本として行う。変更点は3つである。1つ目は、チームボールとしてボールの数を1つにすること。2つ目は、ハンドオフ（ボールの手渡し）を加えること。3つ目は、ボール保持者がゴールゾーン（得点ゾーン）まで運ぶことができたなら3点、それ以外の児童がゴールゾーンまで到達できたら1点を獲得することである。



【写真4 易しいゲームについて】

#### ⑥ 簡易化されたゲーム（高学年）

⑤の易しいゲームのルールを基本として行う。変更点は2つである。1つ目は、スタートゾーンから前方へのパスを1回だけ有効にすること。2つ目は、ゴールゾーン（得点ゾーン）を細かく区切り、1点から5点までの得点を設定することである。なお、ハンドオフは何度行ってもよい。



【写真5 簡易化されたゲーム】

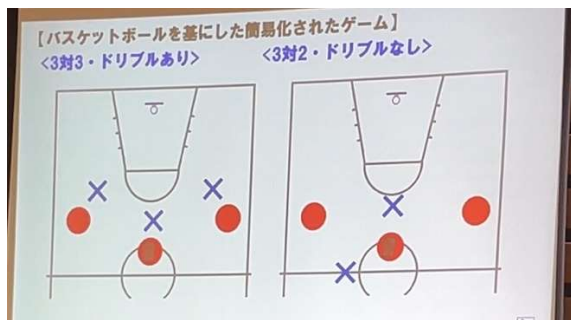
#### 〈指導のポイント〉

- ・ 全ての児童がゲーム・ボール運動の特性や魅力に触れ、楽しく進んで学習することができるように教材や教具を工夫することが重要である。
- ・ 児童の意欲を喚起するには、一人一人の実態に合った適切な課題が必要である。

## (2) バスケットボール

### ①簡易化されたゲーム

ハーフコートで行う。人数は3対3、または3対2で行う。攻撃側はドリブルなしとし、ボールを持ったまま3歩以上歩くことはできない。シュートした際に、リングに当たったら1点、ゴールに入ったら2点とする。守備側は、ボール保持者から直接ボールを奪わない。また、パスカットはしてもよいが、攻撃側の児童を押したり、触ったりしないこととする。



【写真6 簡易化されたゲーム】

### ②ゲーム記録カード

①の簡易化されたゲームのルールで、3対3のゲームと3対2のゲームを行う。その際、ゲーム記録カードを活用し、「ノーマークでシュートを打てたか」「シュートの結果はどうだったか」「シュートしたのは誰か」という3点に注目して記録を取る。記録をもとにすることで、守備人数の違いによって自チームの攻撃の仕方がどのように変化したのかを分析することができる。

**バスケットボールチームカード**

チーム名 \_\_\_\_\_

□ノーマークでシュートが打てたかどうかを確かめてみよう！  
(シュートエリア内からのシュートに限定したり、本物のボールに合わせて分析項目を限定したりしてもよい)

| 攻撃の回数          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 得点 | 記録 |
|----------------|---|---|---|---|---|----|----|
| ノーマーク (O・X・—)  | X | O | — | — | — | 5  | 13 |
| リング・入る (O・O・X) | X | O | — | — | — | 8  |    |
| リング・入る (O・O・X) | 1 | 2 | — | — | — |    |    |

※1回のシュートのみ記入

| 攻撃の回数          | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 得点 | 記録 |
|----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|
| ノーマーク (O・X・—)  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |
| リング・入る (O・O・X) |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |
| シュートした人        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |    |    |    |    |

※1回のシュートのみ記入

【写真7 ゲーム記録カード】

#### 〈指導のポイント〉

- ・ 「わかる（知識）」「できる（技能）」を関連付けた学習を効果的に進めるには、自分たちのチームの課題を明らかにした上で話し合う場面を設けることが必要である。
- ・ 種目そのものを学ぶのではなく、種目を児童の実態に応じて教材化するという視点が重要である。

## 2 ネット型の運動にかかわって

### (1) プレールボール

#### ①ペアでのラリーゲーム

コートを挟んでペアでラリーを行う。床にボールを打ち付けて相手コートに返す感覚を養うことができるように、片手で行ったり両手で行ったりするなど、試しながら活動する。



【写真8 ペアでのラリーゲーム】

#### ②チームでのラリーゲーム

3対3で行う。相手チームがボールを下から投げ入れるサーブでゲームを開始する。投げ入れられたチームは、1人目と2人目が自コート内にボールを打ち付け、3人目が、自コート内でワンバウンドしてから相手コート内に入るようにアタックする。対戦相手と得点を競い合うのではなく、3人でつないで相手コートに返すことができた場合に1点を獲得する。相手チームも同様に3人でつないで返すことができた場合には2点とし、ラリーが続くことで得点が加算されていくルールとする。

#### ③簡易化されたゲーム

3対3で行う。②のチームでのラ

リーゲームと同様に、下からボールを投げ入れるサーブでゲームを開始する。相手チームが3人でつないでボールを返すことができなかった場合や、ボールがコート外に出た場合に1点が入る。また、自チームがミスをした場合は、相手チームに1点が入る。



【写真9 チームでのラリーゲーム】

#### 〈指導のポイント〉

- ・ 技能習得の機会を十分に保障することで、児童は運動の特性や魅力を感じることができる。全ての児童がネット型の楽しさを味わうことができるように、活動内容を段階的に設定することが重要である。

### (2) ソフトバレーボール

#### ①ボール投げ入れゲーム（低学年）

ビニール袋に緩衝材を入れたものをボールとして使用する。通常のボールとは違い、緩衝材が入っていることでつかみやすくなる。また、通常のボールよりも落下速度が遅くなるため、ラリーを続けやすくなる。2対2で行い、立っている場所から相手コートへ向かって投げる。投げ

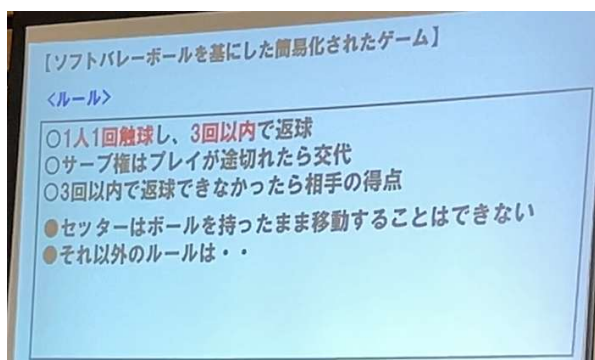
入れたボールが相手コートに落ちたら自チームに1点入る。投げ入れられたボールは、コートに落ちる前にキャッチする。そして、キャッチした場所から相手コートに向かって投げ入れる。



【写真 10 ボール投げ入れゲーム】

## ②簡易化されたゲーム

3対3で行う。下から投げ入れるサーブでゲームを開始する。1人1回触球し、3回以内に返球する。3回以内に返球できなかった場合は、相手チームに1点が入る。

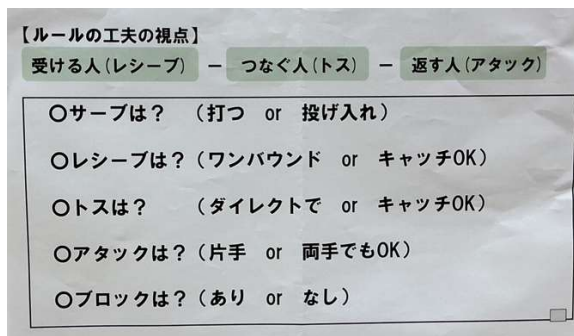


【写真 11 簡易化されたゲーム】

## ③ルールの工夫とゲーム記録

②の簡易化されたゲームのルールで行う。その際に、写真 12 の視点でルールを確認する。確認したルールに基づいて、写真 13 のようなゲーム

記録を取る。「レシーブ」「トス」「アタック（返球）」「アタック（得点）」の4観点で記録を取ることで、自チームの課題が明確になる。また、明らかになった課題をもとに、チームに必要な技能を共有し、次の活動につなげることができる。



【写真 12 ルールの工夫カード】



【写真 13 ゲーム記録カード】

## 〈指導のポイント〉

- ・ 児童が扱いやすい用具を工夫することにより、全ての児童の技能習得の機会を保障するとともに、運動への安心感につなげることができる。
- ・ ルールを工夫する際には、ルールの変更によって必要となる技能も変わることに留意する必要がある。

### 3 ベースボール型の運動にかかわって

#### (1) ティーボール

##### ① 2人組キャッチボール

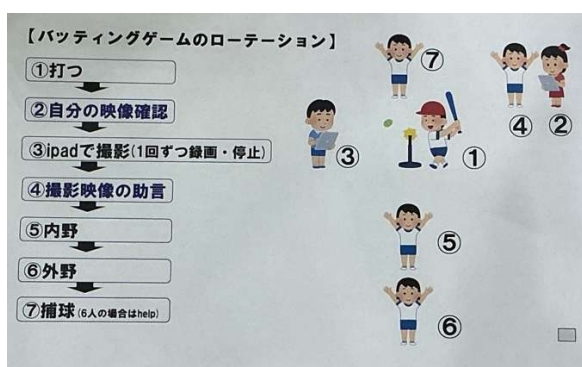
2人で向かい合い、キャッチボールをする。相手の正面に向かって投げるだけでなく、上に投げ上げたり、転がしたりしながら、投げる運動と捕る運動を行う。

##### ② チーム対抗キャッチボールゲーム

チームで一列に並び、相手チームと向かい合う。先頭の児童が相手チームに向かってボールを投げる。投げた児童は、相手チームの最後尾に移動し、並び直す。

##### ③ バッティングゲーム

バッティングティーと、いくつかの種類のボールを用意する。写真14のように、それぞれの役割を確認し、バッティングを行う。ICTを活用し、自分の動きを確認できるようにする。

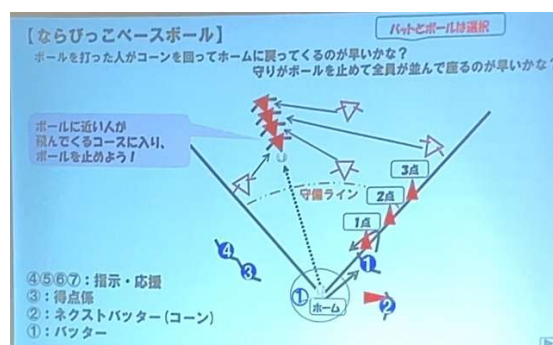


【写真14 バッティングゲーム】

##### ④ 並びっこベースボール

写真15のような場を準備する。ボールを打った児童は、コーンを回っ

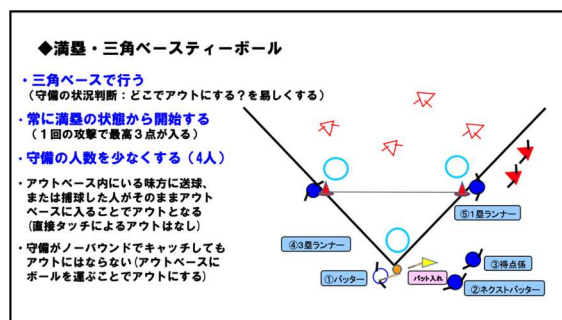
てホームに戻ってくる。コーンの位置によって得点が変わる。守備側は、打球を捕って全員で一列に並んだらアウトを宣言する。攻撃チームの全員が打ち終わったら攻守を交代する。



【写真15 並びっこベースボール】

##### ⑤ 易しいゲーム(中学年) サークルベースボール

写真16のような場を準備する。ボールを打った児童は、アウトを宣言されるまで塁を回る。守備側は、打球を捕ったら2つの守備用サークルに全員で集まり、アウトを宣言する。攻撃チームの全員が打ち終わったら攻守を交代する。

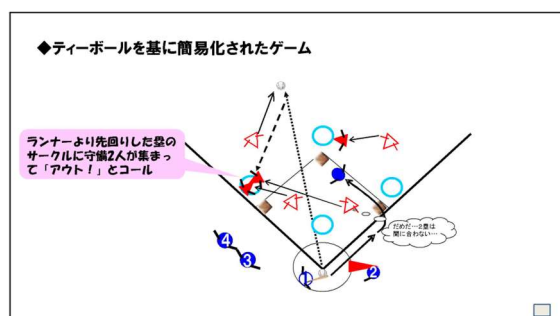


【写真16 易しいゲーム】

##### ⑥ 簡易化されたゲーム(高学年) 先回りベースボール

写真17のような場を準備する。ポ

ールを打った児童は、アウトを宣言されるまでダイヤモンドを回る。本研修では、2周まで走ってよいこととした。守備側は、打球を捕ったら4つの守備用サークルの中から、バッターより先回りしたアウトゾーンでのみアウトにすることができる。アウトを宣言できる条件は、アウトゾーンにボールがあり、守備者2人が入っていることである。攻撃チームの全員が打ち終わったら攻守を交代する。



【写真 17 簡易化されたゲーム】

#### 〈指導のポイント〉

- ・ ベースボール型は、どのゲームにおいても基本となるルールは大きく変わらない。そのため、何を変更するかによって、児童が獲得する技能が変わってくることを授業者が理解しておくことが重要である。

だ。人数、場、用具、得点、触球方法、守備の仕方などを工夫することで、運動が苦手な児童もゲームに参加しやすくなり、運動の特性や魅力に触れることができる。また、教材化に当たっては、単にルールを易しくするだけではなく、その運動を通して児童にどのような技能や思考を身に付けさせたいのかを明確にすることが大切であると感じた。何を易しくし、何を残すのかを意識して教材やルールを工夫することで、全ての児童が「わかる」「できる」「楽しい」と感じられる授業につながると考える。今後の授業においても、児童の実態に応じて教材やルールを工夫しながら、豊かなスポーツライフにつながる資質・能力の育成を目指していきたい。

## 4 研修を通して

本研修を通して、ゲーム・ボール運動系の授業では、種目をそのまま行わせるのではなく、児童の発達段階や実態に応じて教材化することの重要性を学ん