

体育指導の苦手な先生大募集！

「ゲーム・ボール運動（ゴール型）」

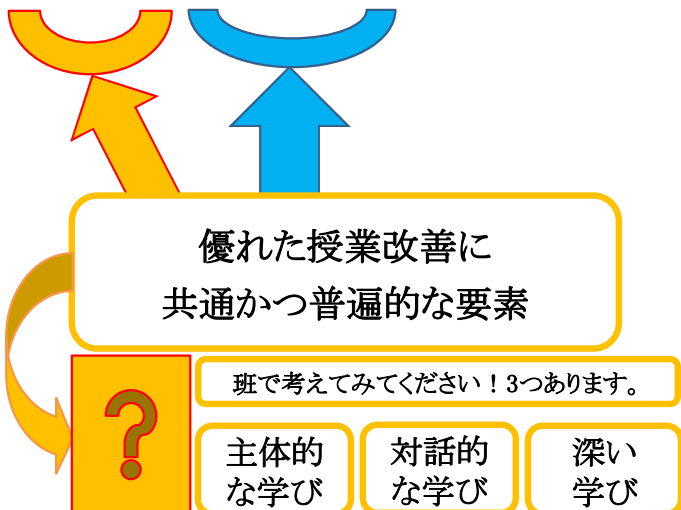
立命館大学スポーツ健康科学部
／同研究科
大友 智

令和4年8月29日（月）9：45～16：00
福岡県立スポーツ科学情報センター（アクション福岡・サブアリーナ）
〒812-0852 福岡市博多区東平尾公園2丁目1番4号 1

体育指導の苦手な先生大募集！

優れた授業改善に
共通かつ普遍的な要素

【講義・演習・実技・指導研修】



R
SPORTS

【講義・演習・実技・指導研修】

- I 午前の部：低学年・中学年のゴール型
- 1 全体研修／要素1 主体的な学び
 - 2 班別研修／下位・単元教材の実技・指導研修
①小学校低学年～【どんどんおしだしゲーム】
②小学校中学年～【パス&シュート】
 - 3 班別研修／主体的な学びの指導の工夫・板書
 - 4 全体研修／要素2 対話的な学び

※下線後、休憩等(水分補給小休止・次の準備含む)

<昼食・休憩>

R
SPORTS

主体的・対話的で深い学び（総則解説）

各教科等における
優れた授業改善に
共通かつ普遍的な要素

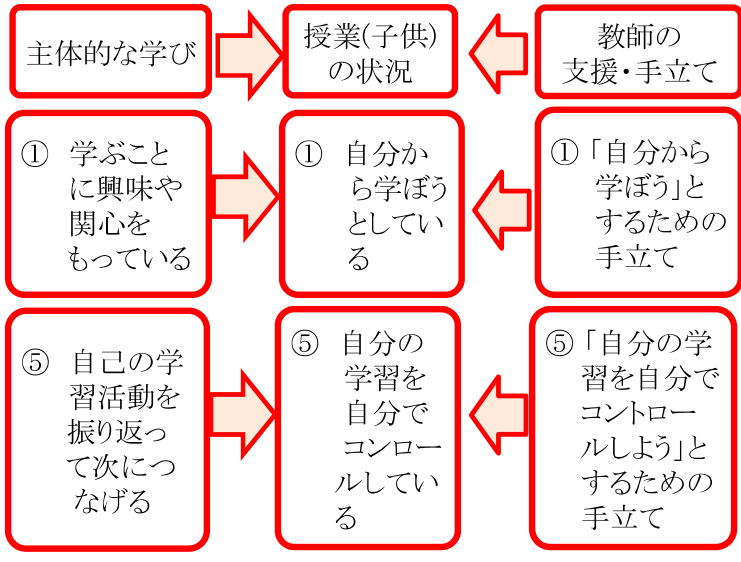
5

主体的な学び

- ①学ぶことに興味や関心をもち、
- ②自己のキャリア形成の方向性と関連づけながら、
- ③見通しをもって
- ④粘り強く取り組み、
- ⑤自己の学習活動を振り返って次につなげる

「主体的な学び」って、結局なに？
各班で考えてみましょう

6



どんでんおしだしゲーム

ねらい	・的をめがけて投げる
人数	3~5人 対 3~5人 (班対抗)
時間	2分間(投げる・拾う)を1セットとして、2セット行う
準備	ソフトバレーボール(2人1個)、段ボール箱(3~5個)

3m~5m 1m

1チームの中で、投げない班

少しずつ、距離を離して課題を難しくしましょう。

1チームの中で、投げない班の子は、ボールを拾って投げる子にわたしましょう。何度も投げることができます。

いろいろな投げ方で段ボールを当てようとしている子、ボールを拾っている子を、巡視しながらたくさん誉めたり励ましたりしましょう！！

ルール	<ul style="list-style-type: none"> ○段ボール箱にボールをあてて、ゲーム終了時に1m移動させるゲーム。1m以上移動できたら1得点。 ○1チームの1つの班が投げ、1つの班はボールを拾い、投げる人にならず。投げる人が拾って投げて良い。 ○スタートの合図で中央にセットした段ボール箱を狙ってボールをなげる。(バウンド・ゴロもOK) ○時間終了時に何ポイントとれたか。個人の得点でもチームの合計で評価してもよい。
発展	○段ボール箱までの距離を長くする(標準は3m程度)

パス&シュート

ねらい	・ボール操作、シュート
人数	チーム人数
時間	5分間
準備	ソフトバレーボール2人に1個

仲間が取れるように、優しいパスをしてね。

しっかり狙って打とう。

ゴールマンが取れるようなシュートを打とう。

腕を伸ばしてパスをしてね。相手の胸に向かってパスをしよう。

しっかり狙って打とう。

ゴールマンが取れるようなシュートを打とう。

腕を伸ばしてパスをしてね。相手の胸に向かってパスをしよう。

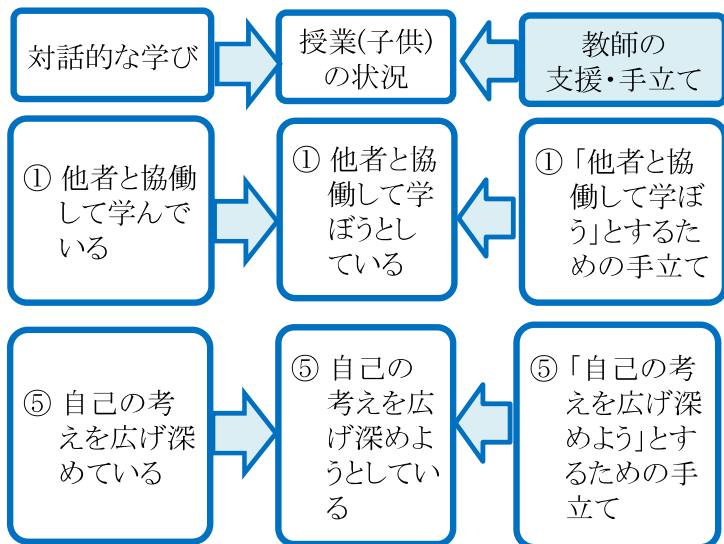
手のひらを相手に向けて、キャッチをしよう。

子供たちに積極的に声をかけ、ほめてあげてください

やり方	<ul style="list-style-type: none"> ・サークルに向かって2列になります。片方の列は、ボールをパスします。別の列は、パスをキャッチし、シュート打ちます。 ・シュートしたボールは、自分で拾います。たおれたコーンは、パスした人が元に戻してください。 ・シュートは、両手で打ちます。 ・シュートを打ち終わった人は、逆側の列に並んでください。 ・5分間シュートを打たせてください。
-----	---

対話的な学び

- ① 子供同士の協働、
 - ② 教職員や
 - ③ 地域の人との対話、
 - ④ 先哲の考え方を手がかりに考えること等を通じ、
 - ⑤ 自己の考えを広げ深める
- 「対話的な学び」って、結局なに？
各班で考えてみましょう



【講義・演習・実技・指導研修】

Ⅱ 午後の部・低学年・中学年・高学年のゴール型

- 1 班別研修／下位・単元教材の実技・指導研修
 - ③小学校中学年～ 【**どんどんパスゲーム**】
- 2 班別研修／下位・単元教材の実技・指導研修
 - ④小学校低学年～ 【**コーンシュートゲーム**】
 - ⑤小学校中学年～ 【**コーンポートボール**】
 - ⑥小学校中学年～ 【**ポートB5対5(F 3対3)**】

3 班別研修／対話的な学びの指導の工夫・板書

Ⅲ 全体研修／各班発表・まとめ

ピボットフットゲーム

ねらい	ピボット
人数	2人組み
時間	1分間(30秒間×2セット)
準備	ソフトバレーボール2人に1個

ボールをとられそうになったら、クルッと足を大きく踏み出してまわって、ボールをとられないようにしましょう。



片方の足は、床から離してはいけません。

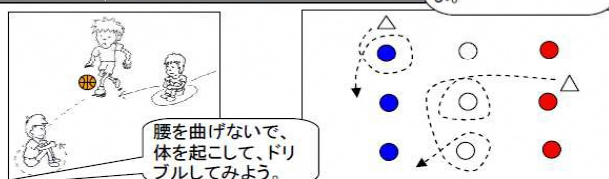
やり方

- ・2人1組になって、30秒間相手にボールに触られないように
- ・ボールをタッチする人は相手の体に触ってはいけません。
- ・時間で交代します。

ドリブルポイントゲーム **6年もどる**

ねらい	ドリブル
人数	各チームの半数
時間	2分間(1分間×2セット)
準備	バスケットボール2人1個

ほかの子が回っていないところを見つけていくんだよ。ボールを見ないでつけるとまわりが見えるよ。



腰を曲げないで、体を起こして、ドリブルしてみよう。

やり方

- ・チーム毎に2～3m間隔に座ります。座っている子の間をドリブルしてまわります。ドリブルしながら、空いている人を見つけたり、ぶつかったりしないように周りをよく見ながらドリブルします。
- ・1人回ったら1点。1分間で取れた点数を競います。
- ・時間で座っている人と交替します。
- ・同時に同じ人をまわったり、1度まわった人の周りを続けてまわることはできません。

どんどんパスゲーム

ねらい	・ボール操作、パス
人数	3人組
時間	3分間
準備	ソフトバレーボール3人に1個

時間とセット数は、授業の進み具合に応じて変更してかまいません。



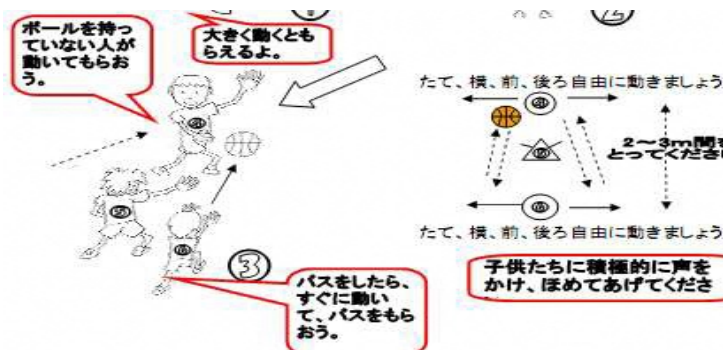
右か左に動くとパスがもらえるよ。

味方ももらえそうだったら、パスを出してね。

大きく動くとももらえるよ。

たて、横、前、後ろ自由に動きまわろう

2～3m間をとってください。



ボールを持っていない人が動いてもらおう。

大きく動くとももらえるよ。

たて、横、前、後ろ自由に動きまわろう

2～3m間をとってください。

たて、横、前、後ろ自由に動きまわろう

子供たちに積極的に声をかけ、ほめてあげてください

③ パスをしたら、すぐに動いて、パスをもらおう。

やり方

- ・ボールは、どちらか1人にもたせません。2人の間に1人守る人をつけます。
- ・時間内にパスをどんどんさせます。
- ・パスは、チェストパス(高手パス)で行います。受ける人は、左右に動いてパスを受けます。
- ・守る人は、パスが通らないように守りまわろう。
- ・時間は、1～2分間で交代して、2回から3回行います。

コーンシュートゲーム

時間やセット数は目安です。変更可能です。

ねらい	・投げる・止める	当たっても痛くないので安心してゲームを楽しむことができます。
人数	攻守同人数(標準は4:4)	
時間	攻2分、守2分を1セットとして、3~4セット	
準備	ソフトバレーボール(2人1個)、コーン(1コートに1~2個)	

攻撃チームは中のコーンに当てるのが課題です。サークルの周囲を自由に移動できます。自分のボールは自分で取りにいけます。

内円は直径1m弱程度。守備の人数が多い場合には広げましょう。

守備チームは捕ったり弾いたりしながらコーンに当てられないように守ります。

攻撃チームは1人1個ボールを持つことで、投げる回数を保証します。

外円は直径6m程度。攻撃の人数が多い場合には広げましょう。

攻撃チームは中のコーンに当てるのが課題です。サークルの周囲を自由に移動できます。自分のボールは自分で取りにいけます。

内円は直径1m弱程度。守備の人数が多い場合には広げましょう。

守備チームは捕ったり弾いたりしながらコーンに当てられないように守ります。

攻撃チームは1人1個ボールを持つことで、投げる回数を保証します。

外円は直径6m程度。攻撃の人数が多い場合には広げましょう。

いろいろな投げ方でコーンを当てたり、積極的に守ったりしている子を巡視しながらたくさん誉めたり励ましたりしましょう！

ルール	○内側の円の中にコーンを置く。(1~2個)
	○攻守は同人数で、攻めは1人1個ソフトバレーボールを持つ。
発展	○スタートの合図で中央にセットしたコーン狙ってシュートする。コーンに当てたり倒したら1ポイント。(パウンドもOK)
	○時間終了時に何ポイントとれたか。個人の得点でもチームの合計で評価してもよい。
ルール	○倒れたコーンは、守る人が元に戻す。
	○コーンまでの距離を長くする(標準は半径3m程度)

360° コーンポートボール

ねらい	攻守の切り替えを速くしてゲームを楽しむ	苦手の児童にも数多くパスがまわりいっぱい動く経験ができるので、ゲームは、3人対3人でします。
人数	3人対3人	
時間	4分間(前半2分、後半2分)	
準備	コーンを2つ、ポートボール台を2台、ソフトバレーボール1つ	

試合時間とセット数は、授業の進み具合に応じて変更してかまいません。

ソフトバレーボールを使用することで、ボールへの恐怖心が減り、バスケットがしやすくなります。

ボールをとられたら、すぐに守ろう。ボールをとったら、すぐに、攻めよう。

空いているところに、走って声を出してボールをもらおう。

子供たちのプレーに積極的に声をかけ、ほめてあげてください。「○○さん、ナイスパス」「○○君、ナイスシュート」

ボールをもらったらどんでんシュートしましょう。

歩いてはいけません

持っているボールを取ってはいけません

相手を手たいてはいけません

・校庭に2箇所サークル(半径3~3.5m)をひいて、中心にポートボール台とコーンを置きます。サークルとサークルの間隔は、10m程度あけてください。

・2チームに分かれ、ジャンケンで勝ったチームが先にボールを持つ。

・試合開始は、コートの中真ん中から始める。ボールがコーンに当たったら1点。得点をとられたらサークルの中から始める。

・ゲーム終了時点でたくさん点が取れたチームの勝ちとなる。

・両手パスだけでボールを進める。

・ボールを持って歩いてはいけません。

・相手や相手が持っているボールにさわってはいけません。

ゲームの勝敗は、子チームと親チームの合計点で決めます。

子供たちのプレーに積極的に声をかけ、ほめてあげてください。「○○さん、ナイスパス」「○○君、ナイスシュート」

ボールをもらったらどんでんシュートしましょう。

歩いてはいけません

持っているボールを取ってはいけません

相手を手たいてはいけません

・校庭に2箇所サークル(半径3~3.5m)をひいて、中心にポートボール台とコーンを置きます。サークルとサークルの間隔は、10m程度あけてください。

・2チームに分かれ、ジャンケンで勝ったチームが先にボールを持つ。

・試合開始は、コートの中真ん中から始める。ボールがコーンに当たったら1点。得点をとられたらサークルの中から始める。

・ゲーム終了時点でたくさん点が取れたチームの勝ちとなる。

・両手パスだけでボールを進める。

・ボールを持って歩いてはいけません。

・相手や相手が持っているボールにさわってはいけません。

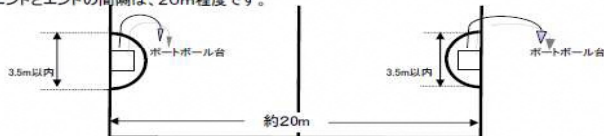
ゲームの勝敗は、子チームと親チームの合計点で決めます。

「ポートボール5対5(フィールド3対3)」

校庭の場合は、下図のようなコートを準備します。**4年もどる**

コートのエンドに半円(直径3~3.5m)を描き、半円の中心にポートボール台を置きます。

エンドとエンドの間隔は、20m程度です。



親チームと子チームに分けた場合は、「親対親・子対子」でゲームをしてください。

「親対親・子対子」のように、習熟度別に分けた場合は、技能の高い「親チーム」同士、また技能の低い「子チーム」同士が対戦するようにします。これは技能の低い児童の学習の機会を保障する方法です。

ローテーション表

5人チーム用 (○印はフィールド ▲はガードマン ●はゴールマン)

ゼッケン番号	1	2	3	4	5
1セット	▲	●	○	○	○
2セット	○	▲	●	○	○
3セット	○	○	▲	●	○
4セット	○	○	○	▲	●

「親対親・子対子」のように、習熟度別に分けた場合は、技能の高い「親チーム」同士、また技能の低い「子チーム」同士が対戦するようにします。これは技能の低い児童の学習の機会を保障する方法です。

ローテーション表

5人チーム用 (○印はフィールド ▲はガードマン ●はゴールマン)

ゼッケン番号	1	2	3	4	5
1セット	▲	●	○	○	○
2セット	○	▲	●	○	○
3セット	○	○	▲	●	○
4セット	○	○	○	▲	●
5セット	●	○	○	○	▲

4人チーム用 (○印はフィールド ▲はガードマン ●はゴールマン)

ゼッケン番号	1	2	3	4	5人チームより
1セット	●	○	○	○	▲
2セット	○	●	○	○	▲
3セット	○	○	●	○	▲
4セット	○	○	○	●	▲
5セット	●	○	○	○	▲
6セット	○	●	○	○	▲
7セット	○	○	●	○	▲
8セット	○	○	○	●	▲