

# 研究主題 男女共習によるハンドボールの指導方法の工夫

## ～ゲーム中の基本となる動きから誰もが楽しいと思える授業づくり～

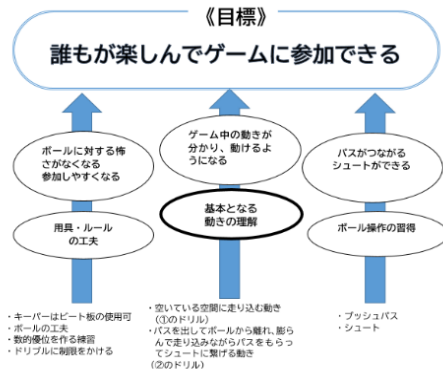
### I 研究のねらい

東京都中学校体育連盟研究委員会では、生徒の「分かる」「できる」が運動意欲の向上につながるかと考え、運動のコツや体の動かし方等の「基本となる動き」の研究に取り組んでいる。

本研究では、運動があまり得意ではない生徒がもっと楽しく授業に参加できないかという思いから、「男女共習における誰もが楽しいと思える授業づくり」について考えることとした。

男女共習について、指導する現場では、性差による接触プレイの難しさや、発達段階における体力差がクローズアップされ、否定的な意見が多かった。男女問わず誰もが楽しいと思える授業づくりのためには、ボールへの恐怖心を和らげることやゲームへ関わられるようにゲーム中に動けるようにすることが必要であると考えた。

そこで、授業で扱う用具やゲーム等のルールを工夫すること、個人技能として「基本となるボール操作」、集団技能として「ゲーム中の基本となる動き」を理解、習得させることを研究のねらいとし、誰もが楽しいと思える授業づくりを進めることとした。



### II 研究の概要

- (1) 指導計画の作成
- (2) ゲーム中の基本となる動きの明確化
- (3) 男女共習で誰もが楽しく授業に参加するための工夫

### III 研究の実践

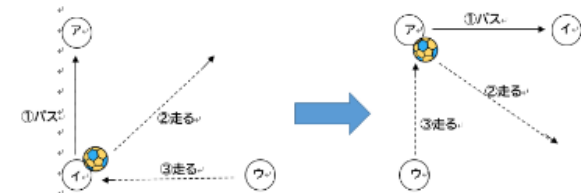
#### (1) 指導計画の作成

ゲーム中の基本となる動きを身に付けるための動きづくりドリルを帯で実施すること、ゲームを技能別チームで実施する場面を設けることをポイントとした。(3年次)

	1	2	3	4	5	6	7	8
チーム	男女混合のチーム					いけいけチーム のんびりチームに分かれる		
ねらい	空いている空間を見付け、走る力を身に付ける。	パスをして離れる、ということを身に付ける。	ゲーム中の動き作りドリルの「動き方」からシュートに繋げる。	簡単なゲームを数的優位でおこなひ、実践的な動きに繋げる。	ゲームを楽しみながら、試合で空いている空間を作り出す動きを実践する。	ゲーム間の作戦会議でチームの課題を見付け、積極的に意見を申し出る。		
学習内容	整列・準備運動・補強運動・挨拶・ねらいの説明・ボールを持ってランニング ポールハンドリング・パス (ボール操作)							
活動	動きづくりドリル①	動きづくりドリル①	動きづくりドリル①	動きづくりドリル①	動きづくりドリル①	ランニング⇒パス⇒シュート		
	①を活用して30秒パスゲーム					ゲーム		
	動きづくりドリル②	動きづくりドリル②	動きづくりドリル②	動きづくりドリル②	動きづくりドリル②	作戦会議		
	ゲーム・簡易ゲーム		ゲーム・数的優位		ゲーム・数的優位		ゲーム	
	整理体操・まとめ・振り返り・次の時間の予定など							

#### (2) ゲーム中の基本となる動きの明確化 (動きづくりドリル)

- ① 空いている空間に走り込む動き



② ボールから離れる動き

※パス回しのための練習

になってしまい、③の  
ドリルを考案した。

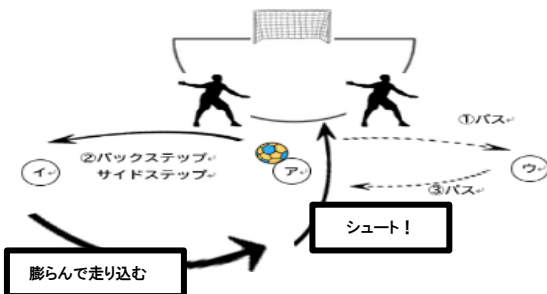


③ 膨らんで走り込みながら

シュートにつなげる動き

※ゴールへの体の向きを

意識させる。



(3) 男女共習でも誰もが楽しく授業に参加するための工夫

① 操作しやすいプッシュパスの導入 パススピードが遅くない、コントロールが安定

② 用具、ルールの工夫



【ボールについて】

0号球使用：小さく、握りやすい、柔らかい ⇒ 恐怖心緩和、パス回し重視

1号球使用：ドリブル対応 ⇒ ドリブルでシュートチャンスつくる、相手をかわす

【ビート板使用】

ボールへの恐怖心を取り除くために「GKはビート板を使用してもよい」こととした。

【ルールの工夫】

- ・パス回し重視するため「ドリブルなし」とした。途中から「1ドリブル可」
- ・ゲームの参加人数を少なくした。攻撃の際は、数的優位になる場面をつくった。

③ チーム決めの工夫

- ・ゴール型球技経験者を均等に分けて、男女混合によるチームを編制した。
- ・技能別チームによるゲームを行った。(チームは時間ごとに生徒の希望により選択)

#### IV 研究のまとめ

(1) 成果

- 基本となる動きの明確化 ⇒ ゲーム中にボールから離れることができた  
(動きづくりドリルの導入) ⇒ ゲーム中にどこへ動けばいいかわかった  
⇒ 積極的にゲームに参加できるようになった

○ いけいけチーム、のんびりチームでのゲーム (技能別チーム)

「同じレベルの人とゲームができて楽しかった」「思いきりプレイできた」

「いつもよりボールが回ってきた」「速いボールがなく、怖くなかった」

○ 運動があまり得意ではない生徒の「取り残され感」がなくなった

(2) 課題

○ シュートへ向かわせる意識 ⇒ シュート練習から始める

○ 技能レベルに応じたチーム編成 ⇒ ハンドボールの特性に触れさせる

○ 共生の視点を踏まえての授業づくりの難しさ ⇒ 思春期特有の異性への意識

○ 単元の目標や授業のねらいの明確化 ⇒ ハンドボールを教えるのではなく、  
ハンドボールで何を教えるのか

#### <連絡先>

団体名		東京都中学校体育連盟
代表者	所属	世田谷区立桜木中学校
	職氏名	校長 大塚 洋一
	連絡先	03-3420-0149
事務局	所属	東京都中学校体育連盟事務局
	職氏名	事務局長 佐藤 俊治
	連絡先	03-5615-9517