

〈小学校体育部会〉

研究主題・副題

豊かなかかわり合いの中で個が伸びる指導の工夫について
 — ボール運動の学習を通して —

研究の概要

児童の実態から見ると、運動経験の二極化、人間関係の希薄化など、体育学習を取り巻く環境は大きく変化している。こうした個人差を埋め、ともにバスケットボールの楽しさや喜びを味わえる学習過程を明らかにし、体育科における基礎的・基本的な学習内容の定着を図る指導法について研究開発を行った。

I 研究の目的

チーム力と自己評価活動についての研究を通して、かかわり合いの中で個が伸びる確かな指導法を具体化し、基礎的・基本的な学習内容の定着を図る。

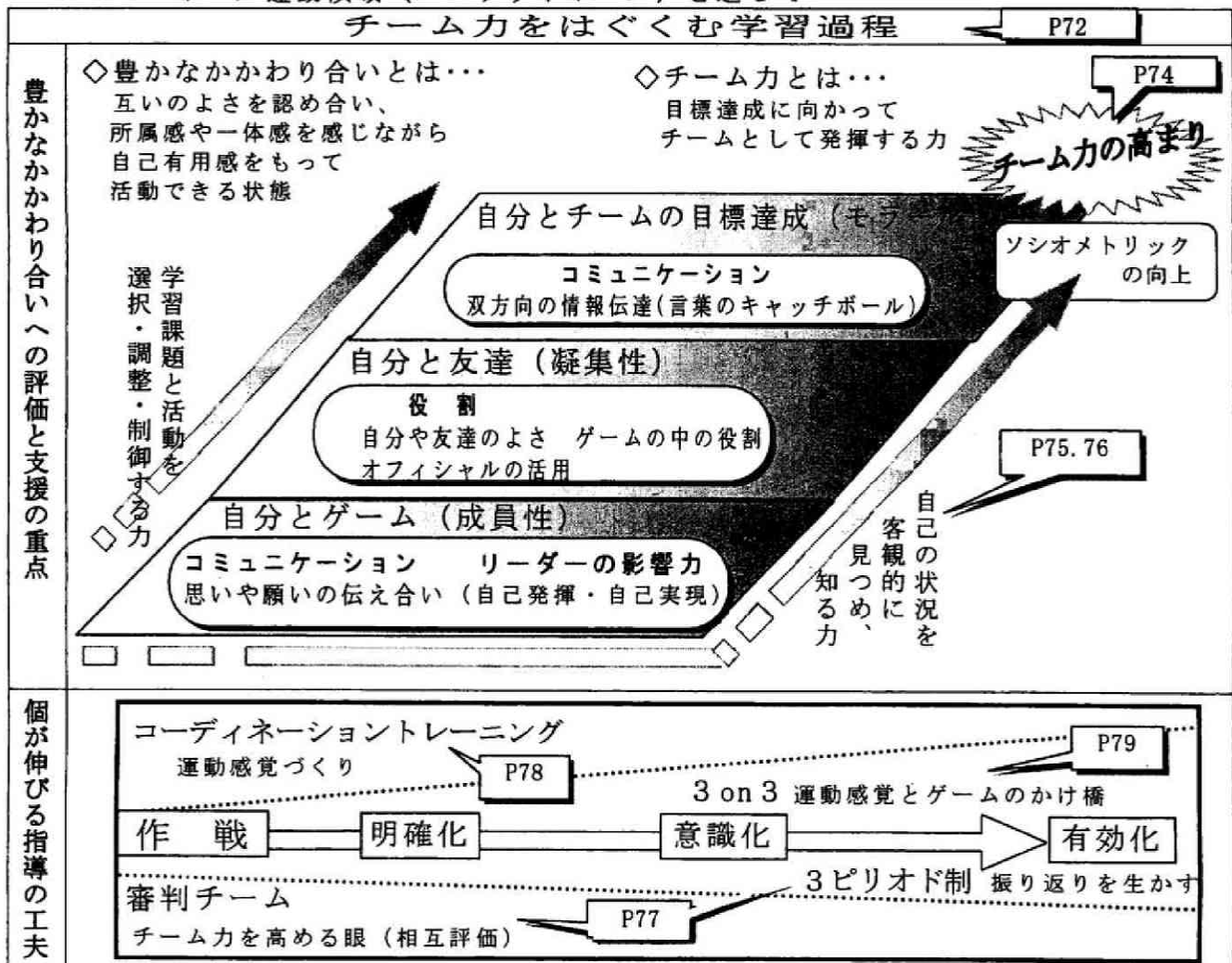
II 研究の視点

- (1) チーム力の構造とチーム力をはぐくむ学習過程
- (2) チーム力の自己評価
- (3) かかわり合いの中で個が伸びる確かな指導法

III 研究の内容

1 チーム力をはぐくむ学習過程の構造図

— ボール運動領域（バスケットボール）を通して —



2 単元計画の工夫 (バスケットボール 第5学年)

単元の目標 チーム内ののかかわり合いを深めてチーム力を高め、チーム全員のパスがシュ

段階	学び方を知る	チーム力を知る	チーム力を高める<総当たり戦①>
時	1	2	3・4
学習過程 第5学年	①単元のねらいや学習の進め方を知り、単元の見通しをもつ。 ②コーディネーショントレーニングについて知り、取り組む。 ③3on3について知り、取り組む。 ○運動のねらいや、ルールについて理解する。 ○チーム内で行う。 ・2分×1回 ○他チームで行う。 ・2分×3回 ④チーム編成を行う。 <例>得意、不得意を自己判断し、チームを決める。 ⑤学習のまとめをする。 ○学習資料の活用の仕方を知る。 ・チームカード ・自己評価カード ・オフィシャルシート など ○作戦を立てる。	○チーム内や他チームで行う。 ・2分×2回 ④3ピリオド制の進め方を知る。 ⑤ゲームを行う。 ○第1ゲーム ・1ゲームのみ行い、他のチームはゲームの進め方とオフィシャルの仕方を学ぶ。 ○第2ゲーム ・コートを2面使用する。 ⑥学習を振り返る。 ○作戦とチーム力について自己評価する。	①コーディネーショントレーニング ②3on3 <作戦を意識> ・2分×2回 ③ゲームを行う。 ○第1ゲーム ○第2ゲーム ○第3ゲーム ・各チーム2ゲーム行い、1ゲームはオフィシャルを担当する。 ④学習を振り返る。 ○作戦とチーム力について(第4時)自己評価する。

チーム力の高まり		自分とゲーム (成員性)	自分と
指導・評価の重点	支援	パスをゲームの入口として ボールを受けやすい位置を見つけて動く。 相手を意識したパス ボールのキャッチ	ディフェンス
	評価	◇ボールを受けやすい位置に動いて受け、パスをしてゲームをすることができる。 ◇パスのつながりや作戦を意識した動きができる。 ◇マークにつくなど、ディフェンスをすることができる。	
	態度	コミュニケーション 励まし合い、チーム全員にパスが回るように 役割 互いのよさを見付け合う。 影響力 チーム全員が自己発揮できるキャプテンの態度や言葉	認め合い、 チームのよさを 積極的に一人
支援	チームづくり チーム分析 作戦 (課題や成功したことから) 自己評価 (チーム ゲームづくり ルールの理解・工夫 オフィシャル (審判、記録、得点) 3ピリ 資料・情報の活用 チームカード ゲームに出ていないときの分析		
評価	◇ゲーム運営の役割分担をしてゲームを進めている。 <Aの側>審判として正確な判定をしながら安全にゲームを運営している。 ◇チームの状況を分析し、作戦を立てている。		

ートにつながるゲームを楽しむ。

<総当たり戦②>		<対抗戦>
5	6・7	8・9
<p>①チームの時間に取り組む。 <2回目の総当たり戦に生かす活動> ○コーディネーショントレーニングの選択 ○課題や作戦の確認</p> <p>②ゲームを行う。 ○第1ゲーム ・1ゲームのみ行い、他のチームはオフィシャルの担当や、チームの時間として活用。 ○第2ゲーム</p> <p>③学習を振り返る。 ○作戦について</p>	<p>①チームの時間に取り組む。 ○コーディネーショントレーニングの選択 ○作戦が実現するように3on3で試す。</p> <p>②ゲームを行う。 ※第3・4時と同じ</p> <p>③学習を振り返る。 ○作戦とチーム力について(第7時)自己評価をする。</p>	<p>①チームの時間に取り組む。 ○コーディネーショントレーニングの選択 ○相手チームを想定して、3on3を行う。</p> <p>②ゲームを行う。 <同じ相手と繰り返し対戦する。> ○第1ゲーム ○チームの時間 ・作戦の修正など ○第2ゲーム ○チームの時間 ○第3ゲーム</p> <p>③学習を振り返る。 ○作戦について ○単元全体について(第9時)</p>



友達 (凝集性)

自分と目標達成 (モラル)

ドリブル ピボット シュート リバウンド

速攻

◇タイミングのよいパスやシュートをしたり連携プレーを生かしたりしてゲームをすることができる。

◇Aの順)素早く攻防の切り替えをし、正確なプレーができる。

パスがつながるように 見付ける。 作戦を意識した教え合い、シュートにつながるパスになるようにゲームの中で一人一人のよさを生かす。

一人のよさを伝える。 具体的に一人一人のプレーのよさを伝える。

◇よさを生かし合い、仲間と共に作戦成功の喜びを共有しようとする。

◇アドバイスの声をかけ合い、チームのまとまりを高めたり、作戦を成功させたりしようとする。

力) 作戦 (よさを生かす→相手チームに応じて)

オド制 (ピリオド間の振り返りを有効に活用)

オフィシャルチームからのアドバイス

◇よさを生かした作戦を立てたり、相手チームに応じた作戦を立てたりし、その有効性について振り返っている。

◇作戦を成功させるために活動を工夫している。



3 「チーム力」のとらえ方の工夫

チームは、一人一人が互いにかかわり合う中で、影響し合いながらチームとしてのまとまりに向かって発達していく。「チーム力」を「目標達成に向けてチームとして発揮する力」ととらえ、スポーツ心理学の面から、「チーム力」をその構造と機能の側面から分析し、先行研究や実証授業をとおして発達の過程を明らかにした。

構造

一人一人がかかわり合う中で発生するチーム内の関係。
次のような構造を教師が見取り、支援する。

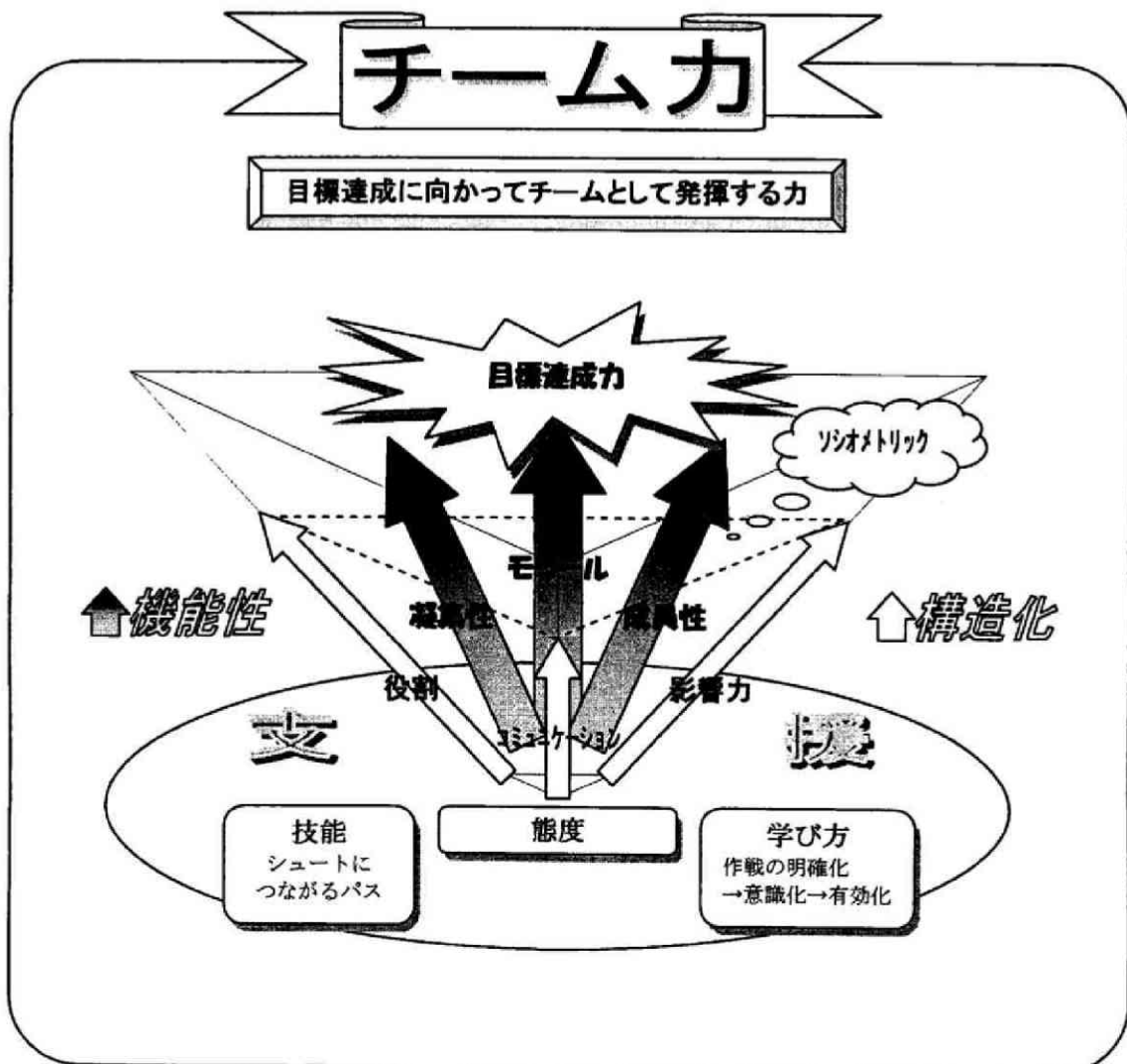
コミュニケーション	チームの仲間の思いや考え方をよく伝え合っているか。
ソシオメトリック	だれとでも仲良く楽しむことができるか。
役割	一人一人の役割がはっきりしているか。
影響力	リーダーからの指示、助言などの指導性を強く感じているか。

機能

チームが目標へ向かって発揮している力。
次のような機能が発揮されているかを児童の自己評価から見取る。

成員性	このチームの一員としてやりがいを感じているか。
凝集性	チームのまとまりを感じているか。
モラール	目標に向かってやる気が高まっているか。

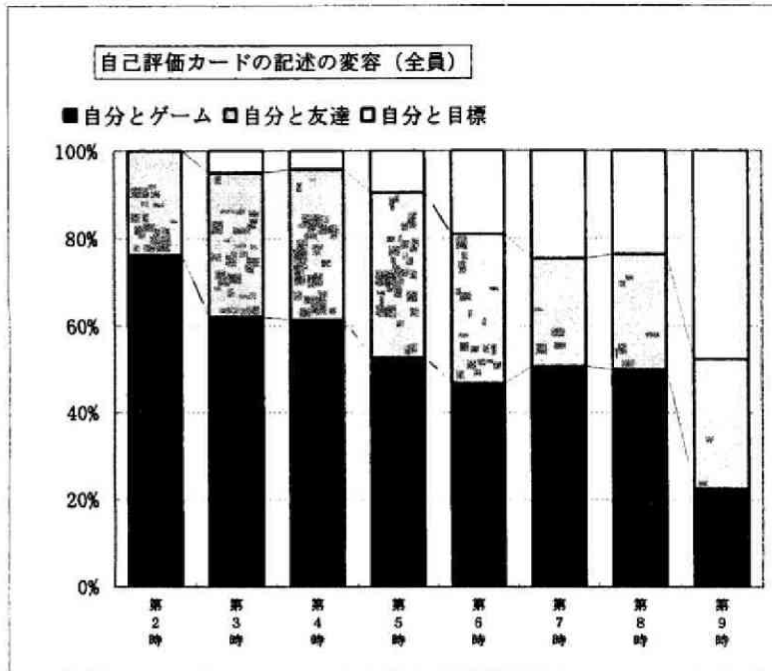
参考文献：徳永幹雄編「教養としてのスポーツ心理学」



4 授業改善に生かす自己評価活動の分析の工夫

毎時の学習終了後、児童一人一人の意識の変容を自由記述の形式で調査分析した。その結果、次のような傾向が見られた。

実証授業校（3校、5・6年生 計94名）



<児童の記述内容の例>

自分とゲーム

- 自分がどう動けばいいのか分からない。
- 今日は勝ってよかった。

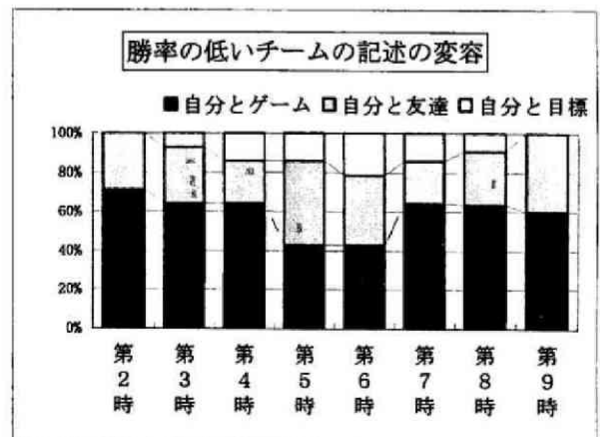
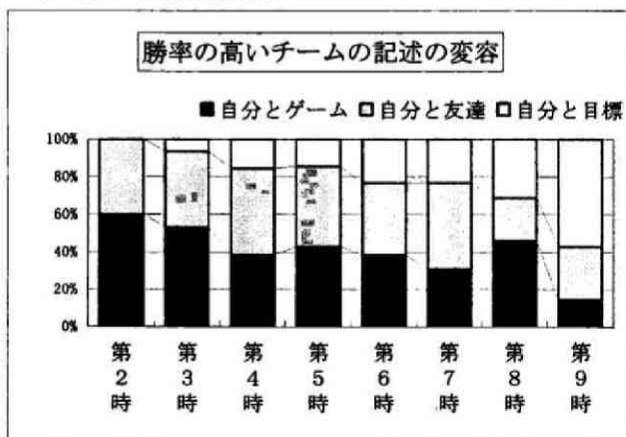
自分と友達

- Aさんのマークがすごい！
- B君はみんなをよくまとめている。
- 黄チームは声がよく出ている。

自分と目標達成

- このチームが勝つためには、リバウンドが必要だ。
- 今、このチームに必要なのは、役割を再確認することだ。

児童は学習のはじめに「シュートできなかったのが悔しい」「勝てて楽しかった」など、自分がゲームの中でどのように動き、どのように感じたかという『自分とゲーム』に意識を集中する。やがて、共にゲームに取り組むチームの仲間や他チームのよさに気づき、『自分と友達』の中で自己を客観的に見つめるようになる。そして、チームが勝つという目標達成のために、作戦を通し、自分が何をすべきかを考え始める(=『自分と目標達成』)。



この傾向を<勝率の高いチーム>と<勝率の低いチーム>とで比較すると、その違いが明瞭になった。

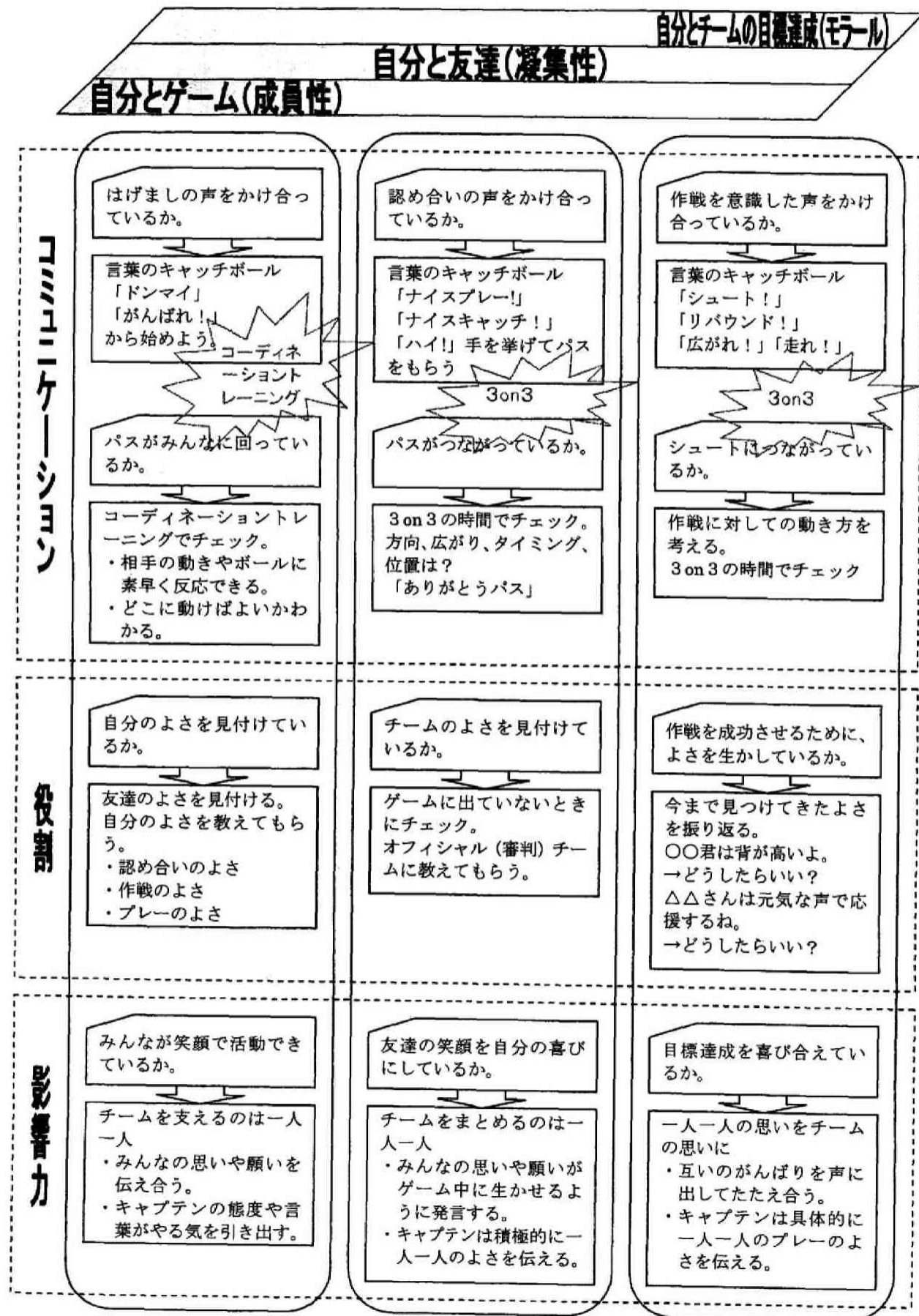
勝率が高かった2チームでは時間を追うごとに「自分と友達」「自分と目標達成」に意識を向ける児童が増えた。一方で、勝率が低かった2チームでは、「自分とゲーム」から意識を移すことができない児童が多く、チームとしてのまとまりに欠けた結果、目標達成に結びつかないという課題が残った。

このような児童の意識の変容の段階に応じて教師が適切な支援を行うことがチーム力向上につながり、より有効に「個を伸ばす」こととなると考え、これ以降の授業改善の視点とした。

そこで、次ページの資料により、児童一人一人への支援を工夫し、チーム力の向上を目指すこととした。

5 チーム力向上への支援の工夫

授業後に児童一人一人が行った振り返りの集計から、「成員性」「凝集性」「モラル」の各機能がどの程度発揮されているかを知り、児童がチーム力向上のために何ができるか考えさせるよう工夫した。

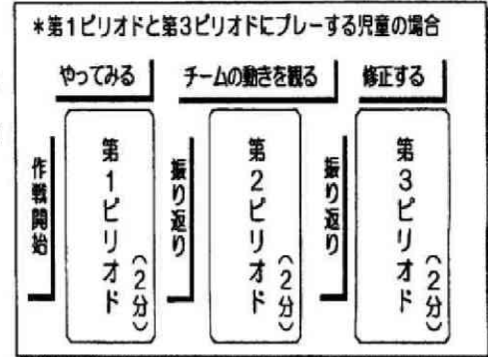


6 ゲームづくりを支援する指導の工夫

(1) 3ピリオド制～作戦を生かしたゲームを行う～

今までのバスケットボールの学習では、1ゲームを前半と後半に分け行うことが多かったため、自分の動きを振り返り、修正したことをすぐにゲームの中で確かめる機会がほとんどもてなかった。そこで、自分の振り返りを生かしたゲームをするために3ピリオド制を導入した。

3ピリオド制とは右の図のように1ゲームを3つに分けてゲームを行う。ピリオド間の1分間に自分の動きが作戦にあっているかどうかを振り返ることができ、修正したことをすぐにゲームの中で確かめることができる。また、一人一人の出場機会は増えるため、ねらいの動きや作戦を確認することが可能になる。



(2) オフィシャル(審判)チームの活用

オフィシャルとは、ゲームを運営していく上で重要な役割をもつ。ゲームを公正にかつ安全に進めていくという役割を学習に位置付けていくことで、運営の意識は高まっていく。また、オフィシャルは、目の前で行われているゲームを最も客観的に見ることができ存在である。そこで、オフィシャルの役割にゲームの運営だけでなく、記録(右図参照)を加えた。そして、チームの作戦にあった観点から動きをチェックし、ピリオド間にアドバイスするようにした。他チームの動きを作戦に応じてアドバイスすることにより、次のゲームにおける作戦の修正とともに適正な動き方をつかむことができる。

◎オフィシャルの役割

- ①審判:2人
 - ・ゲームに責任をもち、スムーズに進行させる
- ②記録:2人
 - ・チームの作戦の記録
(ゲーム終了時各チームへ報告)
- ③得点:1人
 - ・ゴールが入った方の得点を入れる
- ④矢印:1人
 - ・次にスローインが与えられるチームを矢印で示す
(※オルタネイティングポゼッション)

(3) 作戦について

作戦は価値あるゲームを行う上で、欠かせないものである。作戦を振り返ることにより、ゲームの内容をチームで共有し、高めることができる。児童が設定する作戦には、態度的なものから、技能的なものまで、様々ある。

そこで、価値あるゲームにつながる作戦を集め分析した。その結果、作戦として有効な観点が「方向」「広がり」「タイミング」「声」「スペース」の5点に整理できた。さらに、見合うポイント(右図参照)

オフィシャルシートの例

方向	ボールの前に走る 前にパスをする パスをしたら前に走る				
広がり	ボールに固まらない 広がって攻める 三角形をつくる				
タイミング	素早くパスをする スペースに素早く チャンスでシュート				
声	チャンスを知らせる パスを呼ぶ				
スペース	空いている場所 敵のいない場所 ボールとゴールの間				

チームの作戦にあった動きをオフィシャルチームに見てもらう

を示し、動きのイメージをもちやすくした。このことにより、作戦と動きがゲームの中でつながるようになった。また、自分やチームを振り返る『チーム評価』の観点も焦点化され、「次はこうしたい。」というような意志決定が行われるようになった。

※オルタネイティングポゼッション:従来ジャンプボールを行っていたものを、矢印の方向のチームのスローインでゲームを再開することとした。

ジャンプボールに比べてゲームの流れがとぎれないので、時間短縮につながる。

7 個の技能が伸びる指導の工夫

バスケットボールの学習では、ゲームを通してかかわり合いの中で基礎的・基本的な技能を身に付けていく学習が必要である。そのためにはバスケットボールの技能を支える運動感覚づくりとゲームに必要な動きづくりを学習させることが大切である。

(1) バスケットボールに必要な運動感覚づくりについて

「ボールがうまく扱えない」「ゲーム中どこに動いたらいいか分からない」

「ボールをもらおうと止まってしまう、次の動きにつながらない」など運動経験の差が課題となり、ゲームになじめない児童がいる。これらの課題を短期間に埋め、

だれもが十分にゲームを楽しみバスケットボールの特性を味わわせる方法として、コーディネーショントレーニングによる導入を工夫した。

① コーディネーショントレーニングとは

状況を目や耳など諸感覚で察知し、それを脳で判断し、具体的に筋肉を動かすといった一連の動きの過程をスムーズに行えるようにする運動であり、運動する上で欠かせない神経系や感覚器の機能を高めるものである。また、コーディネーション能力とは一般に「調整力」といわれるものであり、その能力は「リズム」「バランス」「変換」「反応」「連結」「定位」「識別」の七つに分類されている。ゲーム中は、これら複数の能力を使って瞬時に状況を判断し、一連の動きを作り出すことが必要であるため、コーディネーショントレーニングの導入は効果的である。

② コーディネーショントレーニングの具体的な例

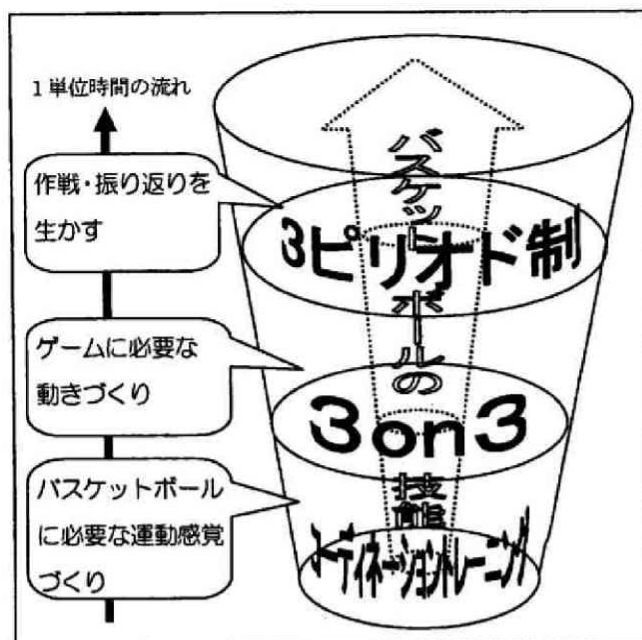
バスケットボールではボールを上手に操作する「識別能力」、ボールや相手の動きに反応する「反応能力」、動いているものと自分の位置関係を把握する「定位能力」が大切である。これらの能力をゲームに生かす力とするには、パスやドリブル、シュートの単調な練習の繰り返しではなく、合図に反応して素早く動きを変えるなど、様々な条件を付け加え、感覚器や神経系に刺激を加えながら運動しておく必要がある。具体的には、二人組でボールをひとつずつ持ち相手のパスと違うパスをするリアクションパス、また、チームの中で順番を決め動きながら順番にパスを続けるナンバリングパスなどがある。(次ページ図参照)

参考文献： 東根明人 平井博史 著「キダーコーディネーション」

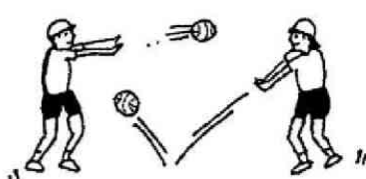
東根明人 監修 「コーディネーションエクササイズ」

③ 成果と児童の変容

授業後の聞き取り調査から、運動感覚づくりに重点をおいた導入を工夫したことにより単元開始時に苦手意識のあった児童全員がバスケットボールの特性に触れる楽しさを味わい苦手意識が払拭されたことが分かった。また、万歩計を装着させ運動量を調査したところ、運動の苦手な児童の歩数が4500歩に達し、十分な運動量が確保されたことが分かった。




〈リアクションパス〉



2人一組で各自がボールを1個持つ。リーダーを決め、リーダーがバウンドパスをしたらチェストパスで返す。慣れてきたらスピードアップしたり、フェイントを入れて行う。

〈ナンバリングパス〉



グループでボールを1個使う。パスする順番を決め、順番どおりにパスする。パスする人は次の人の名前を言いながらパスする。受ける人は手を挙げ声を出して自分の場所を教える。慣れたら動いて行う。

バスケットボールで見られる課題	コーディネーション能力の重点							最適なコーディネーショントレーニング例
	リズム	バランス	変換	反応	連結	定位	識別	
ボールがうまく扱えない	○			○	○		◎	サインドリブル ボールキャッチ
ボールや相手の動きに反応できない。				◎		○	○	リアクションパス ツーボールパス
どこに動けばパスがもらえるかわからない。				○		◎		ナンバリングパス ボールタッチ鬼

(2) 3on3について

① 導入の理由

- ア 小学校学習指導要領解説体育編には技能の内容として、味方や相手の位置と距離に応じた的確なパスやドリブルをする、受けやすい位置に動いてボールを受け、味方にパスしたりシュートしたりすると記されている。つまり、パス、ドリブル、シュートを決めたパターンで練習するのではなく、実際のゲームに近い形の練習で身に付けていく必要がある。
- イ バスケットボールは「パスゲーム」として生まれたため、その楽しさを味わうためには「パス」の技能を身に付けることが必要である。特に相手の動きやボールに素早く反応できること、どこに動けばパスがもらえるか分かることが大切である。
- 以上のことから本来のゲームの特性を失わず、少人数でパスが意識しやすい練習方法として3on3を導入した。

② 効果と利点

- ア 少ない人数で行うため、敵が少なくパスがつながりやすい。
- イ 3人で攻めるためボールを持っている人を頂点に三角形を作って攻めやすい。
- ウ ハーフコートで行うため、いつもシュートを意識したパスをすることができる。
- エ 短時間で攻守が入れ替わるため、運動量を確保することができる。
- オ チームの作戦を確認する場として使用することで、ゲームへもスムーズに入っていくことができる。

③ 成果と児童の変容

チーム内の声かけや触球数・パス成功数等の観察、授業後の聞き取りから、ボールを受けやすい位置への移動、タイミングのよいパスやシュート、素早い攻防の切り替えなど、チームの作戦をゲームに生かそうとする意識が高まったことが分かった。

IV 研究のまとめ

1 研究の成果

(1) チーム力と自己評価活動について

- ① チーム力の構造を「コミュニケーション」「役割」「リーダーの影響力」「ソシオメトリック」の構造の観点と、「成員性」「凝集性」「モラル」の機能の観点でとらえ、実証授業と児童の自己評価活動を通してチーム力の育成の過程について明らかにすることができた。
- ② 支援の重点をチームの構造（コミュニケーション・役割・リーダーの影響力・ソシオメトリック）に置き、チーム力の段階（自分とゲーム・自分と友達・自分とチームの目標達成）に応じた支援を行うことでチーム力が向上することを実証授業により確かめることができた。
- ③ 自己評価活動に用いる学習カードを工夫することで、チームの中での自分の役割やチーム全体を振り返り、目標達成に向けて主体的に学習を進めることができた。
- ④ オフィシャル（審判）チームへの支援を重点的に行うことで、客観的な相互評価の視点に気付かせることができ、チーム力の向上につながった。

チームを見ていてみんながよく声を出していた。自分のチームでもまねしたい。



・オフィシャルに作戦をほめてもらって嬉しかった。
・オフィシャルによく見てもらって嬉しい。
・オフィシャルも真剣に応援してくれていた。

- ⑤ チーム力への支援と評価について研究を進める中で、チーム力をはぐくむ学習過程のモデルを構築することができた。

(2) かかわり合いの中で個が伸びる指導法について

- ① 運動感覚づくりに重点を置いた学習を展開したことにより、運動経験などの個人差を埋め、単元の始めではバスケットボールに苦手意識をもっていた児童全員が、単元終了後の聞き取りではバスケットボールが楽しかったと答えるなど、だれもがボール運動の特性やバスケットボールの楽しさを十分に味わうことができた。
- ② 3 on 3 の導入は、運動感覚づくりとゲームとを効果的につなぎ、作戦の意識化から有効化を促すものであることが分かった。
- ③ 3 on 3 や3ピリオド制でのゲームを中心とした学習が、プレーやゲームでの振り返りを効果的に生かすことが分かった。

2 今後の課題

- (1) 自己評価の精度をより向上させるために、児童の発達段階に応じた自己評価活動の在り方を、さらに究明していく。
- (2) チーム力の構造の観点と機能の観点の関連について明らかにしていく。
- (3) 今までの授業モデルにとらわれず、『チームづくり』『ゲームづくり』『学習づくり』といった「運営型」ともいえる領域特性に応じた新たな授業モデルを構築し、教師と児童がともに共通の授業イメージをもてるようにしていく。