

15

豊川

豊川市立南部中学校

カネコ シュウヘイ  
金子 周平

分科会番号 11

分科会名 保健体育（体育）

仲間とともに課題を見つけ、解決しながら学びを深めていく体育学習

— 1年保健体育科 ハンドボールの実践を通して—

## 1 研究のねらい

本学級の生徒は、新しい単元に取り組む際にも、「やってみたい」という意欲をもって取り組む生徒が多い。バレーボールの授業でも、仲間と動きについて確認し合ったり、声をかけあって頑張ろうとしたりする姿が見られた。一方で、教師が伝えたことや教えたことについては意欲的に取り組もうとするが、ゲームの中で自発的に考えて発言をしようとするには慎重になる生徒が多い。ハンドボールは生徒たちにとって、初めて学習する内容である。スモールステップでできることを増やしていくことで、チームの課題を発見するための話し合いをしやすい環境を整えたい。

ハンドボールは、相手チームとボールを奪い合い、パスを回して得点につなげていくゴール型のスポーツである。本単元ではパスに重点を置き、走りながら捕る、狙った空間に投げるといった動きに注目させたい。そのためゴールは設置せず、ゴールエリアまでボールを運ぶために有効な動きについて考えさせる。また、球技が苦手な生徒でも、空間に走りこんだり相手を引きつけたりすることで、捕球や投球ができなくても、チームに貢献できるという自己有用感を感じさせたい。チームの課題に合った解決方法を模索し、仲間と連携してボールをゴールまで運んだり、空間に走りこんだりすることができるようになれば、自分にできることを考え、チーム内で解決の方法を伝え合う姿の表出にもつながるのではないかと考えた。

## 2 めざす生徒像

- ① 空間に走りこんだりボールを呼びこんだりして、パスを回すことができる生徒。
- ② チームの課題に対して自分にできることを考え、貢献する方法を模索できる生徒。

## 3 仮説と手立て

仮説① ドリル練習を数種類取り入れ、ボールの扱いやハンドボール特有の動きについて慣れさせることで、空間に走りこんだり自分でボールを呼びこんだりすることができるようになるだろう。

### 手立てⅠ

- ア 柔らかく掴みやすいボールを使うことで、ボール操作をしやすくし、扱いやすくする。
- イ ドリル練習でゲームに生かすことのできる動きに慣れさせ、空間に走りこんだり自分でボールを呼び込んだりするなど、ゲーム性のある動きに徐々に昇華させる。

仮説② ICT機器を取り入れ、動画でチームの動きを確認することで、チームの課題に対して自分にできる動きを考え、貢献する方法を模索することができるだろう。

### 手立てⅡ

- ア ゲームの様子を高い位置から撮影し、データを共有することで、全体の動きが見やすいようにする。
- イ スカイメニューを用いることで、ゲームの様子をチームや自分自身で確認できるようにし、動きを確認しながら話し合いの場で意見を共有できるようにする。

4 研究について

(1) 単元構想図（8時間完了）

学習の流れ（学習活動）	支援・手だて															
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">                     ハンドボールの特性を考えよう①                 </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・チームでボールを渡し合いながら進んでいるね。</li> <li>・取り方や投げ方にも工夫があるんだね。面白そう。</li> <li>・このボールなら痛くないし、キャッチも怖くないぞ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハンドボールの紹介動画を見せることで、競技の特性や面白さに触れさせる。</li> <li>・柔らかい1号ハンドボールを使うことで、ボール操作の苦手意識を軽減させる。</li> </ul>															
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">                     基本的なパスを使ってミニゲームをしてみよう②                 </div> <p>○3対3でミニゲームをする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・捕ってすぐに投げられるように、両手でキャッチしよう。</li> <li>・走りながらボールを渡したり、走りながら捕ったりするのは難しいな。どうすればいいだろう。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ボール操作について意見を伝えあいながら学習するために、ペアを組んで練習させる。</li> <li>・走り出す場所や投げる場所のイメージをつかませやすくするために、マーカーを置いて目印にする。</li> </ul>															
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">                     ドリル練習を通して、パスの工夫を身につけよう③④⑤                 </div> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> <b>A スクエアパス</b>                      走りながら捕ったり投げたりする感覚を養おう                 </td> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> <b>B とりかご</b>                      相手と味方の位置を見ながらパスが出せるようにしよう                 </td> <td style="width: 33%; padding: 5px;"> <b>C ボール運び</b>                      ゴール付近までボールをつなぎながら運ぶ感覚を養おう                 </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">↓</td> <td style="text-align: center;">↓</td> <td style="text-align: center;">↓</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">                     動きながら狙ったところでボールがもらえるようになると、相手が反応しづらくなるね。                 </td> <td style="padding: 5px;">                     相手に目を配ったり、動いてボールを呼びこんだりすることで、味方と連携がとれるようになるね。                 </td> <td style="padding: 5px;">                     色々なパスで相手をかいくぐることができれば、ゴールゾーンまで運びやすくなるね。                 </td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">↓</td> <td style="text-align: center;">↓</td> <td style="text-align: center;">↓</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">                     動きながらパスを回し続けよう                 </td> <td style="padding: 5px;">                     相手の動きやパスの方向を予測して動こう                 </td> <td style="padding: 5px;">                     ゴールまで運ぶのに有効な動きを考えよう                 </td> </tr> </table>	<b>A スクエアパス</b> 走りながら捕ったり投げたりする感覚を養おう	<b>B とりかご</b> 相手と味方の位置を見ながらパスが出せるようにしよう	<b>C ボール運び</b> ゴール付近までボールをつなぎながら運ぶ感覚を養おう	↓	↓	↓	動きながら狙ったところでボールがもらえるようになると、相手が反応しづらくなるね。	相手に目を配ったり、動いてボールを呼びこんだりすることで、味方と連携がとれるようになるね。	色々なパスで相手をかいくぐることができれば、ゴールゾーンまで運びやすくなるね。	↓	↓	↓	動きながらパスを回し続けよう	相手の動きやパスの方向を予測して動こう	ゴールまで運ぶのに有効な動きを考えよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・走りながら捕る→投げるという動きを身につけさせるために、マーカーを置き、目印に向かって走ったり投げたりさせる。<b>A</b></li> <li>・味方と相手の動きを見ながらパスを出す感覚を養うために、オフェンスが数的有利な状態をつくり、ディフェンスを引き付けたり空間にパスを出したりする感覚をつかませる。<b>B</b></li> <li>・空間に走りこんだり相手を引き付けたりしてゴールまでボールを運ぶ感覚を身につけさせるために、2チームで攻守をわけ、エリアを区切ってディフェンスゾーンをパスをつないで突破させる。<b>C</b></li> <li>・ゲームに近い動きや作戦を考えた動きを取り入れ、ゲームに生かせるようにするために、全体の様子を見ながら、ドリル練習をよりゲーム性のあるものに昇華していく。</li> </ul>
<b>A スクエアパス</b> 走りながら捕ったり投げたりする感覚を養おう	<b>B とりかご</b> 相手と味方の位置を見ながらパスが出せるようにしよう	<b>C ボール運び</b> ゴール付近までボールをつなぎながら運ぶ感覚を養おう														
↓	↓	↓														
動きながら狙ったところでボールがもらえるようになると、相手が反応しづらくなるね。	相手に目を配ったり、動いてボールを呼びこんだりすることで、味方と連携がとれるようになるね。	色々なパスで相手をかいくぐることができれば、ゴールゾーンまで運びやすくなるね。														
↓	↓	↓														
動きながらパスを回し続けよう	相手の動きやパスの方向を予測して動こう	ゴールまで運ぶのに有効な動きを考えよう														
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">                     ハーフコートでゲームをしてみよう⑥⑦⑧                      （本時6 / 8）                 </div> <p>○ハーフコートでボール運びゲームをしよう</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ドリルでやった動きがゲームでも生きた。</li> <li>・人ではなく、空いているスペースを狙って投げたり走ったりすることを意識できたよ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パスをつなぐ感覚を身につけさせるために、シュートは打たず、ゴールゾーンまでボールを運んだら得点とするゲームを行う。</li> <li>・ゴール裏からの定点カメラを設置して、スカイメニューで動画を共有させる。</li> </ul>															

## (2) 抽出生徒 A について

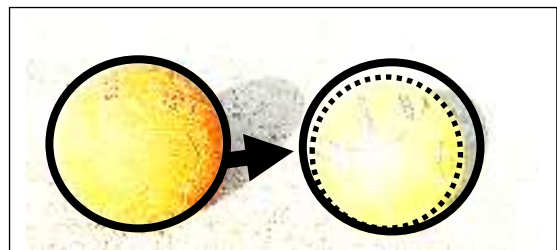
抽出生徒 A（以下生徒 A）は身体能力が高く、授業のふり返しには、その時間に学んだコツを書き込むなど、どんな競技にも真面目に取り組むことができる。前時に行った短距離走・リレーの授業では、チームがどんな動きをしていたか、それを改善するにはどうすべきか思考する姿が見られた。一方で、球技には苦手意識があり、ボール操作に不安を感じている。また、不安なことがあったり少しでも自信がなかったりすると、考えはあってもチーム内で伝えることには消極的になってしまう。そのため、全員が初めて経験するハンドボールという競技において、スモールステップでできることを増やし、ICT 機器を活用することで視覚的に情報を得て、自信をもって競技に参加できるようにしたい。不安を感じているボール操作については、扱いやすいボールを使うことと、ドリル練習を繰り返すことで、空間に走りこんだりボールを受け取ったりする動きに慣れさせたい。本単元を通して、仲間と課題を見つけながら意見を伝え合い、解決しながら共に考えを深められるようになると考えた。

## 5 研究の実践

### (1) 手立て I-ア 柔らかく掴みやすいボールを使う

5月初旬に行った体力テストでは、ハンドボール投げの記録が、男女ともに全国平均を下回った。原因として、右足を踏み出しながら右手で投げる、投げたボールがすっぽ抜けるなど、投球動作やボールコントロールに苦手意識があると感じた。そのため、比較的小さく、やわらかめな、中学女子・小学生用の 1 号ハンドボール（資料 1）を使用することとした。また、参考動画やノート資料を全体で確認してからボールを扱うことで、投げ方や捕り方のイメージをもちやすいようにした。

生徒 A はボールが軽くてつかみやすいこと、キャッチしても痛くないことなどから、安心してプレーをしていた。また、ノートの写真から、投げるときのひじの位置や捕るときの手の使い方がイメージ（資料 2）できたことで、それを実践しようとしてくり返し試行したり友達と確認しあったりする姿が見られた。



資料 1 一回り小さく、柔らかいボール



資料 2 ノートにポイントを書き込む

### (2) 手立て I-イ ドリル練習で動きに慣れ、ゲーム性のある動きに徐々に昇華させる

次の時間に、ハンドボールのミニゲームを行った。その際に、生徒たちから「すぐにボールを捕られてしまう」や「背の高い人がいたら、パスが出せない」という声が上がった。これは一定方向に投げることに慣れてきたものの、細かなボール操作や動きながらボールを投げたり捕ったりする動きについては、感覚がつかめていないからだと考えた。そのため、一定の間隔でのボール操作に慣れた後は、動きながら捕る、投げるといった動きを、ドリル練習を用いて高めていった。

ドリル練習はスクエアパス、とりかごゲーム、ボール運びの 3 つを行った。スクエアパスでは、動きながら投げる、捕るという動きを意識させるために、走り出す位置や受ける位置にマーカーを設置した。生徒 A は相手の動いた先を目掛けて投げることで、走りながらも捕りやすいボールが行くことに気づき、パス相手がマーカーにたどり着く前に早めにボールを投げることを意識していた。とりかごゲームでは相手をさけて味方とパスをつなぐ動き、チームメイトの位置を見ながら動

きを変える動きを意識させた。その中で、生徒Aのチームの生徒が、パス方向の予測を立ててボールをはじいた。その動きを全体で紹介したことで、スクエアパスで実感した「相手の動きをみて、自分の動きを変える」を取り入れようとする生徒(資料3)が出てきた。ボール運びでは、オフenseエリア、ディフェンスエリアを2ヶ所ずつ、ゴールエリアを1ヶ所つくり、ディフェンスを避けてパスをつないで進む動き



資料3 相手の動きを見て、位置を変える生徒A

を意識させた。生徒Aは始め、エリアを突破するために味方に位置を指示していたが、声に出したりジェスチャーで伝えたりするため、相手に味方の動きが読まれることが多かった。そこで事前に、相手を引き付ける役やスペースに走りこむ役を決めて行うようになった。そうすることでパスが通りやすくなり、ボールを持たない生徒の動きが重要であることに気づいたようだった。

ドリル練習を通して、ただボールを投げるだけでなく、状況にあったよりよいボールが投げられるかという考えをもってプレーすることで、自然と周りを見てボールを扱う力が身についていった。

### (3) 手立てⅡーア ゲームの様子を高い位置から撮影し、データを共有することで、全体の動きが見やすいようにする。

第6時からは、コート内で攻防が入り乱れる状態で、ボール操作や空間に走りこむことを意識させるために、ドリルで行っていたボール運びから各エリアをなくし、シュートを撤廃した5対5のゲームを行った。ゴールエリアに侵入したら得点というルールのため、ドリブルを禁止し、如何にパスをつないでエリアまで進めるかに焦点を当てた。各ドリルで、①動きながらパスをもらう(スクエアパス)②相手のいないところに走る(とりかご)③相手の位置を見てパスを出す(ボール運び・とりかご)のめあてを示していたため、これら3つをゲームに取り入れることを目標とした。チーム内でめあてを達成するために意識することをホワイトボードに記入させ、ゲームを行った。その際、定点カメラ(資料4)で試合の様子を撮影した。カメラは2mほどの高さに設置し、全体が映るように調整した。さらにタブレット端末のカメラ機能を用いることで、そこからデータを飛ばし、生徒たちのタブレットですぐに動きを確認させられるようにした。



資料4 できるだけ高い位置から映す

### (4) 手立てⅡーイ スカイメニューを用い、動きを確認しながら意見を共有できるようにする

ゲームが終わった後、めあてを書いたボードを手元に持っていかせ、自分たちが意識しようとしたプレーが実際にできていたかを動画で確認させた。スカイメニュー内に飛ばしたデータを個人のタブレットで確認したのち、ポイントとなる部分をチーム内で見せ合うことで、より視覚的に動きを共有(資料5)させることができた。◎○△でめあての達成度を評価させ、次のゲームで注意したいことをその下の欄に記入させた。また、生徒たちのプレーの中



資料5 チームで動きのポイントを共有



で、めあてにそった動きや参考になりそうな動きをピックアップし、テレビに映し出すことで内容を全体で共有した。

生徒 A のふり返しには「相手の位置を事前に確認しておくことで、相手にとられないパスを出すことができた」「味方がパスを出しやすい位置に立つことを意識できた」など、ドリル練習で培った技術をゲームで生かす(資料6) ことができたという内容がいくつも見られた。また、「動画があったおかげで、自分たちが思っていたように動けていないところに気づけて、次のゲームでは事前にみんなで話し合って修正できた」という内容もあり、ゲームを繰り返す中で自然と自分の考えを伝え、課題を解決できていたことが読み取れた。



資料6 相手を見てパスをしたり、空間に走りこんだり、エリア前でディフェンスしたりする生徒

## 6 成果と課題

### (1) 仮説Ⅰについて

- ・ドリル練習で培った動きが、ゲームでもよく生かされていた。動きや身につけたい技能について、図を掲示しておくことで、より生徒が理解しやすい。いつでも確認できるよう、流れや動きの見える化をできるようにする。生徒のタブレットに、手本の動画を入れておいてもよい。

### (2) 仮説Ⅱについて

- ・定点カメラで動画を確認するのはよかったが「どんな動き」に着目すればよいのかわかりにくかった。チームでめあてを決めていたので、「空間に走りこむ」など具体的な見るポイントをこちらで示してから、動画や全体でプレーの確認をさせられると、より話し合いに具体性が出た。

### (3) 単元学習後の生徒 A の姿

- ・ドリル練習を繰り返したことによるボールへの慣れと、動き方の気づきが、ゲームでもよく生かされていた。話し合いの場でも、ドリル練習で仲間と共に新たな気づきを得ていくことで、消極的になることなく意見を伝える姿も見られた。

### (4) 今後の課題

- ・サッカーやバスケットボールなど、様々なゴール型の球技に応用ができる取り組みだった。しかし、ゴール型の球技において、エリアに侵入する形だけでは、球技の特性を生かしきれない。通年として考えたときに、1年生でこうしたエリア侵入型のゲームを行い、次年度に、より球技の特性を味わえる授業を行うとよい。
- ・ゴールエリア付近に背の高い生徒が先に入り込んでキャッチするという形での得点が多く、近くからでも山なりのボールが増えてしまった。侵入するエリアの広さやルールを細かく設定することで、より様々なボール操作や動きにつなげたい。