



## 体づくり運動と他の運動領域をつなぐ体育授業

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 宮崎大学教育学部附属教育協働開発センター 公開日: 2020-06-22 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 三輪, 佳見, 高橋, 武大, 山本, 亮, 高橋, 祥朗, 倉掛, 啓輔, 高橋, 京子, 中園, 雅貴, 宇土, 昌志, 森崎, 由理江, 日高, 正博, Takahashi, Takehiro, Takahashi, Yoshirou, Kurakake, Keisuke, Takahashi, Kyoko, Nakazono, Masaki メールアドレス: 所属:
URL	<a href="http://hdl.handle.net/10458/6945">http://hdl.handle.net/10458/6945</a>

## 体づくり運動と他の運動領域をつなぐ体育授業

三輪佳見<sup>1)</sup>・高橋武大<sup>2)</sup>・山本 亮<sup>2)</sup>・高橋祥朗<sup>3)</sup>・倉掛啓輔<sup>3)</sup>  
高橋京子<sup>4)</sup>・中園雅貴<sup>4)</sup>・宇土昌志<sup>5)</sup>・森崎由理江<sup>5)</sup>・日高正博<sup>5)</sup>

### Zur Sportstunde mit der konstituierten Übungsreihe zwischen den verschiedenen Inhaltsbereichen

Yoshimi MIWA, Takehiro TAKAHASHI, Ryo YAMAMOTO,  
Yoshirou TAKAHASHI, Keisuke KURAKAKE, Kyoko TAKAHASHI,  
Masaki NAKAZONO, Masashi Uto, Yurie MORIZAKI, Masahiro HIDAKA

#### I. はじめに

平成20年に告示された学習指導要領から、ボール運動・球技系の運動領域の技能の学習内容に「ボールを持たないときの動き」が取り上げられるようになった(文部科学省,2008a,pp.72-73; 文部科学省,2008b,pp.89-90)。ボール操作の技能だけでは、ゲームの特性に触れられないためである。たしかに、ボール操作を指導するだけではゲームは成立しない。しかし、ボール操作がなかなかできるようにならないという問題が解決されたわけではない。

体力・運動能力調査では、ソフトボール投げやハンドボール投げのテストが実施される。そのためか、オーバーハンドスローの動きをどのように改善できるかという実践的研究は活発に行われ、指導方法が工夫されている(宮内・三輪,2011,p.50)。このようにして投げることがうまくなったとしても、球技のゲームにすぐ活用できるわけではない。ゲームにおいて、初めからボールを持っていることはほとんどなく、投げるためにはボールを受け取らなければならないのであり、パスされたボールを捕れなければボールを投げる機会は与えられないのである。

ところで、捕るということは、どの学年で、どのような内容が取り上げられているのだろうか。小学校学習指導要領解説体育編(文部科学省,2017a,pp.141-142)では、小学校高学年のゴール型ゲームに「パスを受けてシュート」、ベースボール型ゲームに「打球方向に移動し、捕球すること」が捕る技能に関して例示されている。また中学校学習指導要領解説保健体育編(文部科学省,2017b,pp.123-126)の第1学年及び第2学年では、ベースボール型ゲームに「ボールの正面に回り込んで、緩い打球を捕ること」が示されているものの、ゴール型では捕球技能に関する例示はない。

このようにボール運動・球技系の学習を進めるなかで、捕球技能の獲得に向けて十分な時間が確保されているとはいえない。他方、小学校高学年で「投げ上げたボールを姿勢や位置を変えて捕球する」(文部科学省,2017a,p.119)、また中学校第1学年及び第2学年で「大きな動作で、ボールなどの用具を、力を調整して投げたり受けたりする」(文部科学省,2017b,p.47)という

<sup>1)</sup> 宮崎大学大学院教育学研究科

<sup>2)</sup> 宮崎大学教育学部附属小学校 <sup>3)</sup> 宮崎大学教育学部附属中学校

<sup>4)</sup> 宮崎大学教育学部附属幼稚園

<sup>5)</sup> 宮崎大学教育学部

捕球に関わる動きが、体づくり運動の「巧みな動きを高める運動」に取り上げられている。このことは、体づくり運動の学習成果を応用することによって、ボール運動・球技系の学習を効果的に進められるのではないかと期待させるものである。

そこで、本研究では体づくり運動の授業を実施し、その直後にボール運動・球技の授業を続けて行い、その学習効果を実践的に確かめることにした。取り上げるゲームの型はネット型である。ネット型のボール操作は打つことなので、捕ることが直接取り上げられるわけではない。しかし、ポレーという接合形態の運動は、飛んできたボールを捕ると同時に打つのである(金子,2007,pp.198-199)。ボールにミートするためには、捕る動きの感じは不可欠であり、例えば小学校高学年のネット型ゲームの学習内容には、「ボールの方向に体を向けて、その方向に素早く移動すること」が示されている。したがって、体づくり運動のなかでボールの落下点に移動して捕る、あるいは打つことを行い、ボール運動・球技の学習に活用できるようにする。また、中学校では飛球(フライボール)を取り上げることから、ボールの動きを易しくして小学校中学年でバウンドするボールのゲーム、さらにバウンドボールの操作技能を高めるために幼稚園年長児の実態を踏まえた小学校低学年の授業を開発することにした。

## Ⅱ. 小学校低学年における「体づくり運動」授業の事例 -バウンドするボールに対する幼児の実態に基づいた授業開発-

### 1. 年長児の実態

#### (1) 自らバウンドさせたボールに対する幼児の動き

写真1のように幼児にボールを渡し、自ら両手でボールを床に向かって投げ、バウンドしたボールを手で捕るようにした。技能の高い幼児にはさらに強く弾ませてボールを捕るように指示した。

ボールを使った遊びの経験が少ないと思われる数人の幼児は、ボールを前方に向かって投げたてし捕球には至らなかったが、ほとんどの幼児が床にボールを弾ませて捕ることができた。ボールを自分で投げるため、ボールが自分の前方にバウンドしていくことは予想しやすく、バウンドして数歩前の場所に落ちてくるボールは、多くの幼児が移動して捕れていた。この運動を別の日にも何度か行うことによって、ほぼ全員がボールを捕れるようになった。

#### (2) 相手から投げられたバウンドボールに対する幼児の動き

写真2のように男女のペアをつくり、2～3m程度離れて向かい合い、一方がボールをバウンドさせ、もう一方が捕球することを繰り返すようにした。相手に向かってボールをバウンドさせて投げることは、一人で投げて捕球する際とバウンドさせるべき場所が変わるために、どこをねらえばよいか分からずボールを弱く投げてしまう幼児もいた。この運動も何度か繰り返していると、相手を意識し、捕球できるように力を加減してボールを投げられる幼児も見られた。胸当たりの高さに正面からバウンドしてくるボールはほとんどの幼児が捕れ、さらに、ボールの動きに合わせて前に出て捕球できる幼児もいた。ただし、幼児の胸より高いボールや正面ではなく左右にそれてボールの動きが読みにくい場合は、ボールの動きに対応することはできなかった。



写真1：ボールをバウンドさせて捕る幼児



写真2：相手が投げたバウンドボールを捕る

## 2. 小学校低学年における指導計画

正面で胸あたりの高さにはバウンドしてくるボールは捕れるが、左右に移動して捕球することはできないという年長児の実態を踏まえて、小学校第2学年児童（男子16名、女子16名、計32名）では、バウンドボールを移動して捕球する動きを目標にして運動遊びの指導計画を立てた。ただし、体づくり運動の多様な動きをつくる運動遊びなので、バウンドボールの捕球を繰り返すのではなく、様々なボールを用いて多様な投げ方や捕り方を取り上げるようにした。

本事例の運動遊びでは、初めからバウンドボールの運動遊びを実施するのではなく、学級の多くの児童が容易にできる運動遊びから取り組ませ、実施条件を変えながら動きを発展させられるようにした。たとえば、新聞紙を丸めた柔らかいボールを用いて始め、小さめの柔らかいゴム製のボールに変えてボールのスピードを速くするというように段階的に課題を難しくしていった。

バウンドボールで行うゲームについては、バウンドするボールの動きに合わせて移動することが得意な児童と苦手な児童を含めた四人でチームを編成して実施した。児童の動きの習得段階を三つに分け、それぞれの段階で生じそうな学習のつまずき等に対応した言葉かけをすることで、バウンドするボールの落下点に移動して捕れるようにした。加えて、仲間を側方から応援させ、仲間の動きを観察させることによって、どうすれば飛んでくるボールのコースに入れるのかを考えることができるようにした。

## 3. 実践結果と考察

### (1) 第1時

児童同士の活動でバウンドボールを捕れるようになるためには、バウンドボールを投げられるということが前提になる。そこで、まず新聞紙でボールをつくり、オーバーハンドスローで投げたり、下から転がしたり、上方に向かってふんわり投げさせたりした。素材が軽く力を入れないと飛んだり転がったりしないため、子どもは自然と動きを大きくしていた。また、滞空時間が長く、ボール自体が柔らかいため、どの子どもも積極的にボールが飛んだり転がったりする位置に身体を動かしていた。

さらに、ボールをハンドボール1号球（円周50～52cm）に変え、壁にノーバウンドで当てたり、転がして当てたり、バウンドさせて当てたりする活動を行った。四人で編成したチームで活動させ、意図的に仲間の動き（腕の振り、足の踏み出し等）を観察させることによって、

投げ方やバウンドさせる場所を考える児童もいた。この時間の活動によって、投げる動きに改善は見られたが、捕球に関しては課題が残った。

#### (2) 第2時

そこで、第2時では、投げて壁に当たったボールを捕るまでを一つの運動遊びとして行った。すると、投げた直後に捕球の構えをする児童(写真3)が増え、飛んできたり、転がってきたりするボールに向かって移動する動きが見られるようになった。また、ペアで仲間が壁に投げたボールを捕球する運動遊びでは、投げた児童が「右に行って！」等の助言をする姿も見られた。



写真3：捕球するために構える児童

#### (3) 第3時

バウンドするボールについては、直径約10cmで弾み具合の異なる2種類のボールを使って、ゲーム形式でキャッチボールを行った。一人がボールをフープのなかでバウンドするように投げ、もう一人がボールに触れたら2点、捕球できたら3点というルールである。ゲームの前に二人で投げたり捕ったりしながらどこにバウンドさせたらよさそうなのかを話し合い、フープを置く位置を決めてゲームを実施した。バウンド数は制限せずにボールの動きに合わせて児童が捕球しようとすることを期待した。

その結果、ボールが小さくなくても、バウンドするボールを捕れる児童が多かった。捕るためにどうしたのかを問うと、「ボールをよく観たら捕れた」、「投げる側がキャッチしやすいように投げることが大事だ」等の動きのポイントに関わる回答があった。ボールを使ったゲームに共通する学びができた反面、捕球のために移動するという意識はまだ大きくないことが分かった。

#### (4) 第4時

バウンドボールで二つのゲームを行った。ゲーム1では「ワンバウンドでキャッチする」規則に変更した。バウンド数を制限することによって、ボールの動きを読んで素早く移動する必要性を高め、とくに前後へ移動する動きを引き出そうとした。また、ゲーム2においては、ボールを投げる子どもの位置を50cm横に移し、左右へ移動する動きも発生させようと考えた。得点は第3時のゲームと同じようにボールに触れたら2点、捕球できたら3点である。

さらに、バウンドするボールを移動しながら捕る動きを発生させるために、児童の実態に応じて、以下のような言葉をかけ身振りを交えて指導した(表1)。

- |   |
|---|
| <p>①バウンドして飛んできてくるボールのコースがよく分からない児童<br/>【言語指示】「わかか右(左)にボールがボヨンとなったら右(左)におさるさん(の動き)」</p> <p>②左右へ動いて飛んできてくるボールのコースへ入ることはできるが、前後への動きが不十分な児童<br/>【言語指示】「ふんわり落ちてくるところを下からキャッチしよう」</p> <p>③前後左右へ移動して捕球できる児童<br/>【言語指示】「違うボール(低反発ボール)でもキャッチできるかな」</p> |
|---|

表1：習熟度別言語指示

①の児童には、ボールに向かって動き出すタイミングをつかませようとした。また、②の児童からは前後の動き、③の児童からは異なる捕り方を引き出そうとした。このような指導の結果、児童の動きは変容し、飛んでくるボールに身体を移動させることが、それぞれの段階に応じてできるようになった（写真4）。さらに、児童によっては、「ボールの転がってくる方向に身体を向けよう」という言語指示を加え、バウンドするボールに正対する動きを発生させるようにした。



写真4：飛んでくるボールのコースに入る児童（円内）

以上のような実践をとおして、バウンドするボールに対して「前が出る」、「おさるさんみたいに（低く構えて）素早く動く」といったような記述が児童のワークシートにも見られた。しかし、横への移動を必要とするような捕り方については、球足の遅いボールを使って、初めにボールに正対することを理解させる必要があったのではないかと感じた。

### Ⅲ. 体づくり運動とボール運動・球技系との学習のつながり

#### 1. 小学校中学年におけるバウンドするボールを用いた指導事例

##### (1) バウンドするボールを用いた体づくり運動

##### 1) 指導計画

第3学年児童（男子16名、女子17名、計33名）を対象に、多様な動きをつくる運動の単元で「用具を操作しながら移動する運動」として、仲間がバウンドさせたボールに対し、その方向や落下点等を予測しながら動けるようになるための学習活動を3時間設定した。

本学級では、半年前（2019年5月）に多様な動きをつくる運動の単元において、個人でバウンドさせたボールを捕球する動きを経験した。はじめは、捕球する位置やタイミングがつかめず落球してしまう児童が多く見られた。しかし、自分でバウンドさせるボールは強度や方向等を調整できるため、運動を繰り返すことで全ての児童が捕球できるようになった。

そこで、バウンドしたボールに合わせて身体を移動させ捕球する動きをより多様化させ、かつ汎用性を高めるために、「仲間同士でバウンドさせたボールを捕球する運動」を設定して指導を進めることにした。

##### 2) 実践結果と考察

3m離れた位置に1対1で向かい合って立ち、ワンバウンドボールでのキャッチボールを実施した。そうしたところ、投げる側は相手との距離を考慮せず、相手の頭を大きく越えたり反対に全く届かなかったりするようなバウンドボールを投げてしまう様子が方々で見られた。また、捕る側に至っては、バウンドするボールの方向や落下点に関係なく、最初に立った位置からほとんど移動しようとしないうえ、キャッチボールが成立しない児童が多く見られた。

そこで、ボールをバウンドさせる位置をつかませるために、二人の中間点にフープを置き、目標をもたせるようにした。また、必要に応じて身体を移動することを意識させるために、構える位置にフラットマーカーを置き、捕れたとき、捕れなかったときでどの方向にどれくらい

の距離を動いたか確認できるようにした。これを何度も繰り返すことにより、投げる児童は相手との距離に対してバウンドさせる位置、一方で捕る児童はバウンドボールの落下点を読んで後方、側方、斜め後方へ移動する動きをつかみ、キャッチボールを楽しめるようになった（写真5～7）。その後、フープを外して実施したが、バウンドボールによるキャッチボールは成立した。



写真5：後方に移動して捕る



写真6：横に移動して捕る



写真7：斜め後方に移動して捕る

次に円周上に三人で立ち、2分間に時間を制限してバウンドするボールのキャッチボールを行った。ボールを回す順番をあらかじめ決め、前者は捕った位置からボールをバウンドさせ、次者はボールの動きに合わせて円周上から身体を移動させて捕球することを連続させるようにした。制限時間を設けて行ったことで素早い動きが引き出され、必然的に様々なバウンドボールになり、それに対する身体を移動する動きも多様化した(写真8)。また、連続させることで正確性も必要となり、そこから捕球後に即座にバウンドボールを投げる動きが見られ始め、ゲームにも適用できる動きが生まれた(写真9)。



写真8：前方に移動して捕る



写真9：捕ってすぐに投げる

## (2) バウンドするボールを用いたネット型ゲーム

### 1) 指導計画

上述した「バウンドするボールを用いた体づくり運動」をとおして、仲間がバウンドさせる様々なボールに対して身体をどう移動させればよいかを多くの児童が理解できた。そこで、これらの動きを必要とするネット型ゲームとして、「ボールをバウンドさせながらチームでつないで相手コートに返球し合うゲーム」を計画した。プレルボールを基に規則を易しくしたゲーム「バウンズ1・2・アタック」というゲーム教材を考え9時間で指導するように構成した(表2)。

主な学習活動及び学習内容	
1	<p>オリエンテーションをする。〈1時間〉</p> <p>○試しのゲームをする。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 3対3 (前・後半3分ずつ)</li> <li>・ サーブは自分のコートにワンバウンド</li> <li>・ パスのみキャッチ可</li> <li>・ 3回で返球 (触球は一人1回)</li> <li>・ 常時ワンバウンドで触球</li> <li>・ サーブ毎にローテーション</li> </ul> </div>
2	<p>ゲームをとおして、3回で返球する力を身に付ける。〈3時間〉</p> <p>○バウンドボールの打ち方 (1)</p> <p>○打ちやすい位置に身体を移動する動き (1)</p> <p>○ラリーを続けるための工夫 (1)</p>
3	<p>ゲームをとおして、強くアタックするためのつなぎ方を工夫する。〈2時間〉</p> <p>○ボールのつなぎ方の工夫 (2) : 対戦相手・相手からのアタックに対するレシーブはキャッチ可</p>
4	<p>チームで作戦を選び、ゲームを楽しむ。〈2時間〉</p> <p>○アタックをレシーブするための作戦 (1)</p> <p>○アタックまでの一連の動き (1) : 全て打つ (キャッチ不可)</p>
5	<p>作戦を生かして、「バウンズ1・2・アタックカップ」を楽しむ。〈1時間〉</p> <p>○チームの作戦</p>

表2：ネット型ゲームの指導計画

## 2) 実践結果と考察

本実践においては、サーブまたはアタックによるバウンドしたボールを捕ったり、また、それを仲間にバウンドボールでパスしたりする場面において成功率が高かった (写真10)。このことは、前単元で行ったバウンドするボールを用いた体づくり運動における学びが有効であったことを示している。

本単元においては、バウンドさせたボールを捕らずに両手または片手で直接床に打ち付ける動きも取り入れた。バウンドボールでパスされたボールを打つために移動する動きは、捕るための落下点への入り方よりもやや後方もしくは側方であるため、ボールとの距離感を考えた移動の仕方や身体の位置取りに課題が集中した (写真11)。また、打ってパスするためには、どこでどのように打つのか仲間の位置によって変える必要があるため、成功率が極端に低くなった。これにより、捕る動きよりもぎこちない動きになる児童が多くなった (写真12)。なかでも、バウンドボールの落下点を先読みして移動し、打ちたい方向に打つための



写真10：低いボールに対応する児童



写真11：バウンド地点に近い児童

身体の向きや力加減が困難を極め（写真13）、運動意欲の減退を生む結果となってしまった。



写真12：後ろに下がれない児童

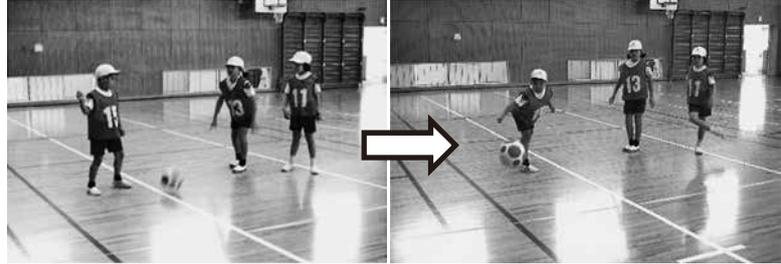


写真13：ボールに対してうまく身体を向けられず後逸する児童

そこで、写真14のように虫取り網に入れたボールをゆっくり動かしながら、バウンドするボールに対する移動の仕方や身体の位置取りについて考えさせた。この指導によって、身体の移動や打ちたい方向へ打つための身体の向きを具体的につかませることができた。また、仲間が行っている様子を運動待機者に観察させることで、自分自身の動きについて考える機会をもたせることができた。しかし、状況が目まぐるしく変化するゲームにおいて、ゆっくりしたボールで学んだことを生かすことは難しかった。その後、陣形やつなぎ方を工夫することでやや改善は見られたものの、バウンドしたボールを思いどおりに打つために身体を移動する動きや身体の位置取りについては多くの課題が残った。



写真14：教具を用いた指導

今回の実践をとおして、バウンドしたボールを捕るために移動する動きについては、十分な成果が得られた。一方で、捕ることは一度動きを止めてからパスする相手に自分の身体を向けられるのに対し、バウンドボールを直接打つ動きは、つなぐ相手とそこにボールを送るための打ち方について先読みが必要になるため、思うようにいかない児童が多くいた。このことは、習得に向けた手立ての工夫についてさらなる研究を進めるとともに、発達段階も考え、強くバウンドさせたボールを打つのではなく、「フワッと小さく投げ上げてバウンドさせたボールを打つ」、または「捕球後に打つ」等の実態に応じた規則の工夫も必要であることを示唆している。

## 2. 中学校におけるフライボールを用いた指導事例

### (1) 中学生の実態

筆者ら（三輪ほか,2019,pp.124-127）は2018年度に中学1年生を対象として、ミニバレーボールのコートを使い、飛球の落下点に入る調査を行ったところ、全試技の約75%において生徒はボールが床に落ちる前に触ることができた。これを受けて、同年に小学校6年生において、「巧みな動きを高める運動」として、飛球の動きを読み、ボールの落下点に向かって動けるようになるための運動を3時間行った。

一部ではあるがこの授業を受けた2019年度の中学1年生を対象として、落下点に入るだけでなく、ボールを捕れるかどうか調べてみた。図1のようにコートの上隅にノンステップマーカをおき、そのどれかに向かってボールを下から投げる。捕球する生徒はコートの中央からスタートする。一人10回ずつ行い、どのように捕れたか、また捕れない場合もボールに触れたかどうか

か記録した。結果は表3のとおりである。

生徒の動き	全試技に対して
頭上で捕球	52%
頭上以外の場所で捕球	23%
ボールに触れた（捕球不可）	14%
ボールに触れない	11%

表3：中学生実態調査の結果

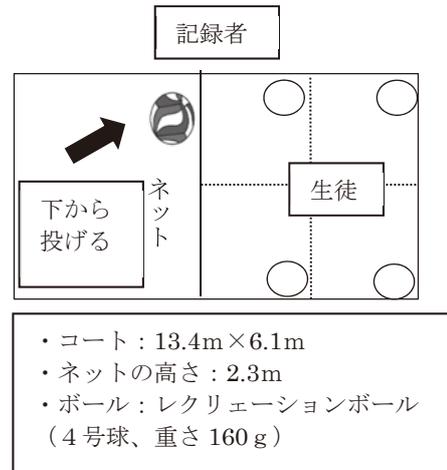


図1：中学生の実態調査の場

素早く落下点に入り、頭上で捕れたのは全試技の52%であったが、頭上以外の場所も含めれば75%が捕球に成功し、「ボールに触れた（捕球不可）」までを含めると89%に達しており、落下点に向かって移動することはほぼできている。前年度小学校の授業で落下点に入る動きを練習したことから、このような結果につながっているのではないかと考えられる。

また、個人別に見ていくと、10球すべて頭上で捕れた生徒は8%だった。また頭上以外も含めてすべて捕れた生徒は9%、さらに捕るまたはコートに落ちる前に触る、つまり10球とも落ちる前にボールに触れることはできた生徒は33%だった。ボールの落下点に入るという経験が多いためか、バレーボール部や野球部の生徒は優れた成績であった。一方、苦手な生徒については、とくに、自分の頭上を越えるボールの落下点へ動くことができなかった（写真15）。



写真15：頭上を越えていくボール

## (2) フライボールを用いた体づくり運動の授業

### 1) 指導計画

バレーボールの学習に応用できるように体づくり運動の授業を表4のように計画した。

#### 1 時間目 二人組のボール操作

キャッチボール、オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、ヘディングでパス、背面で捕球、ワンバウンドしたボールの落下点に入ってオーバーハンドパスで返す。上げたボールをスパイクで返す。上げたボールをトスで返し、さらにスパイクで返す。

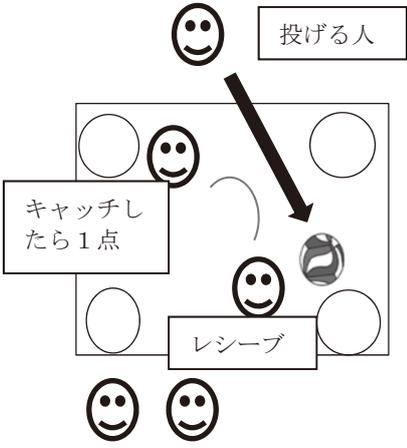
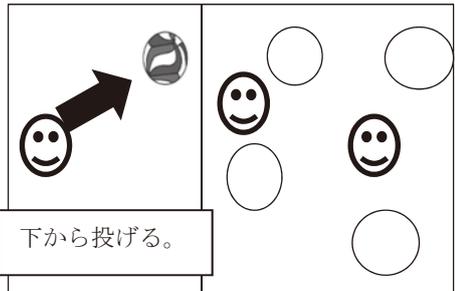
<p>2 時間目 ボールの落下点に入ってパスをつなぐゲーム (図 2)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ミニバレーボールのコート半面を使ったパスゲームである。1 チーム 5 人で行う。</li> <li>・ボールを投げる人 (攻撃側) は四つの円のいずれかをめがけて下から投げる。</li> <li>・守備者はノーバウンドでレシーブし、コート内のもう一人がノーバウンドで捕球したら 1 点。</li> <li>・1 プレイごとに待っている生徒とローテーションする。</li> <li>・1 分間で何点取ったかを、ネットを挟んで行っているもう一つの班と競う。</li> </ul>	 <p>図 2 : ボールをつなぐ技能を高めるゲーム</p>
<p>3 時間目 ボールの落下点の先読みとボールをつなぐ技能を高めるゲーム (図 3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ミニバレーボールコートで行う。</li> <li>・ボールを投げる人 (攻撃側) は、相手コートの中の四つの円のいずれかをめがけて下から投げる。得点は円の中に落ちたら 2 点、コートに落ちたら 1 点。</li> <li>・守備者はノーバウンドでレシーブしたら 1 点。コート内のもう一人がノーバウンドでキャッチしたら 2 点を得る。</li> <li>・1 本ごとに待っている生徒とローテーションする。</li> <li>・2 分間で攻守交替し、合計得点を競う。</li> </ul>	 <p>図 3 : 落下点の先読みとボールをつなぐ技能を高めるゲーム</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・コート : 13.4m × 6.1m</li> <li>・ネットの高さ : 2m</li> <li>・ボール : レクリエーションボール (4 号球、重さ 160 g)</li> </ul>

表 4 : 中学校体づくり運動の指導計画

## 2) 実践結果と考察

体づくり運動の 1 時間目の授業では、落下点に移動するものの捕球できないという問題を解決するために、まずは二人組でのパスの運動を重点的に行った (写真 16)。2 時間目には、ボールを単に捕るのではなく、弾き返して味方につなげるゲームを実施した。まず、正面に投げてもらいアンダーハンドパスでボールを上げて味方にパスすることから始めた。次に、投げる人を決めて四つのノンステップマーカーをねらって投げるように指示し、さらにチーム対抗戦でゲーム性をもたせた (図 2)。このゲームでは、ボールの落下点に移動し、味方につなごうとする動きが顕著になり、バレーボールにつなげられると感じられた。そこで、3 時間目にはバレーボールのゲームに近づくため、ネットを挟んでボールを投げ、同様のゲームを行った (図 3)。このゲームでもボールの落下点に入ろうとする動きが見られた。しかし、アンダーハンドパスの技能が未熟なため、味方にボールをつなげられない生徒もいた (写真 17)。



写真16：二人組パスの様子



写真17：味方にボールをつなげられない生徒

(3) バレーボールの授業

1) 指導計画

ミニバレーボールのコートで4対4のゲームを行い、3段攻撃ができるようになることを目標に、表5のように6時間の授業で単元を構成した。

2) 実践結果と考察

ゲーム1（試しのゲーム）を行い、どれくらいラリーが続くか調べてみた。サービスを相手コートに投げて、そのボールが再び自分のコートに戻ってきたら1、返ってこなかったら0、返ってきたボールをさらに相手コートに返すことができたなら2というように数えたところ、表6のような結果になった。

このゲームでは、ほとんどがサービスだけで終わってしまった。生徒は落下点に移動しボールに触れているが、思ったところにボレーできなかった。

そこで、ゲーム2では第1触球者にはボレーを要求せずに捕球させるようにルールを変更した。このルールで行ったゲーム2のラリー回数は表7のとおりである。サーブを投げただけで点数が入る現象は大幅に減った。しかし、相手コートから返ってきたボールをさらに返球できたのは1回しかなかった。問題点として、誰が捕球して、誰がトスを上げて、

学習内容及び活動	
1	○オリエンテーション ・学習カードの使い方、チーム編成と役割分担の確認等
2	○基本技術を身に付ける ・アンダーハンドパス、オーバーハンドパス、サービス、スパイク
3	○ゲーム1（試しのゲーム） ・4対4
4	・サービスは下から投げる。 ・3回以内で返す。 ・ローテーションあり。
5	○ゲーム2（3段攻撃に挑戦する） ・サービスは下から投げる。 ・必ず3回で返す：一人目キャッチ、二人目トス、三人目スパイク（不可能な場合は別の方法で返球）
6	・ローテーションあり。

表5：バレーボールの指導計画

ラリーの回数	0回	1回	2回	3回	4回
サービスの回数	14	1	0	1	0

表6：ゲーム1のラリー回数

ラリーの回数	0回	1回	2回	3回	4回
サービスの回数	5	10	0	0	1

表7：ゲーム2のラリー回数

誰が相手コートに返すのかというチーム内での役割分担ができていないことと、トス、スパイクの技能の低さが挙げられる。

このような問題は残ったが、第1触球者がボールを捕れることは分かったので、トスを上げる役（セッター）を固定し、捕ったボールは必ずそのセッターにパスをして攻撃をするよう指示をし、再びゲームを行った。この修正

したゲーム2を実施したときのラリーの回数は表8のとおりである。

ラリーの回数	0回	1回	2回	3回	4回
サービスの回数	3	7	2	2	0

表8：修正したゲーム2のラリー回数

トスを上げる役を固定してゲームを行ったところ、2回以上のラリーが続く

ようになり、ラリーをきるというネット型ゲームの競争特性に少し近づくことができた。また落下点に入る動きは、前年度小学校高学年から取り組んできたことや、今回の体づくり運動を通して、ある程度できるようになってきた。しかし、パスの技能の未熟さやチーム内でのコミュニケーション不足などの課題も見られた。4段攻撃にして、習得した技能を積み上げたゲーム（レシーブ、トス、スパイク）を目指そうとしたが、今年度はそこまで到達できなかった。最初はミニバレーボールなど比較的ボールを操作しやすい条件で、バレーボールのゲームに近づけていくことが大切であると考えられる。

#### IV. 結語と展望

本研究は、「体づくり運動」領域と他領域をつなぐことの可能性を考究したものである。すなわち、ゲーム・ボール運動領域、球技領域で求められるボール操作に関わる技能を、直前の体づくり運動の学習で高めておくことで、ゲーム・ボール運動、球技領域の学習を充実させることにつなげようとしたものである。具体的には、小学校3年生児童を対象にしたネット型ゲーム（プレルボールを簡易化したもの）の授業の前に、バウンドボールの操作技能を高める体づくり運動の学習を行わせた実践と、中学校1年生を対象にしたバレーボールの授業の前に、フライボールの操作技能を高める体づくり運動の学習を行わせた実践の2事例である。ただ、小学校3年生の実践に先立って、幼児の実態把握とそれに基づいた小学校低学年の体づくり運動の授業が実践され、3年生の授業に反映された。

幼児（年長児）は、正面で胸あたりの高さにはバウンドしてくるボールは捕球できるが、左右に移動して捕球することは困難であった。このような実態を踏まえて、小学校2年生児童を対象にバウンドボールを移動して捕球することを目標にした体づくり運動の授業を実践した。その結果、飛んでくるボールのコースへ入るように移動できるようになった。

3年生児童の体づくり運動の実践では、バウンドしたボールを移動しながら捕るというように動きの改善が見られた。その後のネット型ゲーム（簡易化されたプレルボール）では、バウンドしたボールを捕ったり、それをバウンドボールでパスしたりする場面において、直前の体づくり運動の学習の成果が認められた。しかし、ボール操作を捕って投げるから打つことに変更すると、飛んでくるボールに向かって移動はできても、そのボールを床に打ち付けられない児童が多く認められた。このことは、手で捕る場合に比べて、バウンドしたボールを直接打ち返す場合は、プレー可能な範囲は極端に狭くなることの影響が考えられた。すなわち、捕るのであれば多少ずれても手を伸ばしたり背伸びしたりしながらでも捕球できるが、飛んできた

ボールを意図したところに直接打ち返すためには非常に限られたポイントでのミートが求められるからである。その打ち返すためのピンポイントに自分の身体を持っていくことは難しいことであった。以上のことから、移動して捕る動きを体づくり運動で高めてからネット型ゲーム（簡易化されたプレルボール）に移行する単元配列は、当然のことであるが、移動して捕球する場面においては成果が発揮されたが、プレルボールのボール操作に関する技術的な中核である「下向きに打つ」技能を高めておかなければ、ゲームの面白さには迫れないことも明らかにされた。

中学校1年生の体づくり運動では、まず、フライボールの落下点に入って捕ることを課題に調査が行われ、前年度（小学校6年生時）の学習（飛球の動きを読み落下点に入る運動）を経験している生徒もいることから、約9割の生徒は落下点に向かって移動できていることが確認された。ただ、移動はできても捕球できない生徒の存在や、ボール操作の苦手な生徒の特徴として、自分の頭上を越えるボールの落下点に動くことに困難性のあることが報告された。上述のような生徒を対象に、バレーボールにつながるための体づくり運動を3時間行った。主として、フライボールの落下点を意識させながらボールをつなぐ技能を高めるゲームを行わせた。その結果、ボールの落下点に移動しボールをつなごうとする動きが顕著に見られるようになった。その後、バレーボールの授業を6時間実践した。試しのゲームではボールの落下点に移動しボールに触れることはできるが、ボレーでは意図したところにボールを運べず、ラリーの続かないゲームになった。そこで、第1触球者のボール操作に捕ることを認めたところ、ラリーが全く続かない場合は減ったが、2回以上継続したのは1回だけであった。そこでさらに、第2触球者（トスを上げる役）を固定したところラリー回数は大幅に増加した。すなわち、体づくり運動の学習が、バレーボールにおけるフライボールの落下点に入る動きにつながっていることは確認できたが、それがラリーの増加に直接的には結びついておらず、結局、ルールの工夫に頼らざるを得ないことが報告された。以上のことから、体づくり運動においてフライボールの落下点に入る動きを高めておくことで、バレーボールにおけるフライボールに触れること（あるいは捕球）はできるようになるが、バレーボールの技術的な中核であるボレーでのボール操作の技能を体づくり運動において高めておかなければバレーボールの面白さには十分に触れられないことが明らかにされた。

体づくり運動の授業とボールゲームの授業をつなぐ単元構成の工夫をした二つの実践を事例的に紹介した。ボール（3年生児童ではバウンドボール、中学校1年生ではフライボール）の落下点に入ることを強調した体づくり運動を、ボールゲーム（それぞれプレルボールとバレーボール）の前に学習することで、ボールゲームにおける動きの改善につながることを事例的に明らかにされた。

しかし、ボールゲームの本質的な面白さにまでつなげるためには、落下点に入った後のボール操作（今回の場合は、ボレーでのボール操作）の動きを改善する必要があることが示唆された。すなわち、今後は、ボールゲームで求められるボール操作の中核的な技術に直接迫れるような体づくり運動の教材を開発することが課題である。

## 文献

- 1) 金子明友 (2007) 身体知の構造、明和出版
- 2) 宮内孝・三輪佳見 (2011) ボールを捕ることが苦手な小学校低学年児童の促発指導、スポーツ運動学研究 24、49-63
- 3) 三輪佳見・野邊麻衣子・高橋武大・高橋祥朗・西田英司・馴松郁美・永江彩乃・中園雅貴・森崎由理江・日高正博 (2019) 幼小中連携による体づくり運動の系統的指導、宮崎大学教育学部附属教育協働開発センター研究紀要 第27号、119-129
- 4) 文部科学省 (2008a) 小学校学習指導要領解説体育編、東洋館出版社
- 5) 文部科学省 (2008b) 中学校学習指導要領解説保健体育編、東山書房
- 6) 文部科学省 (2017a) 小学校学習指導要領解説体育編、東洋館出版社
- 7) 文部科学省 (2017b) 中学校学習指導要領解説保健体育編、東山書房