研究報告書 第７７号

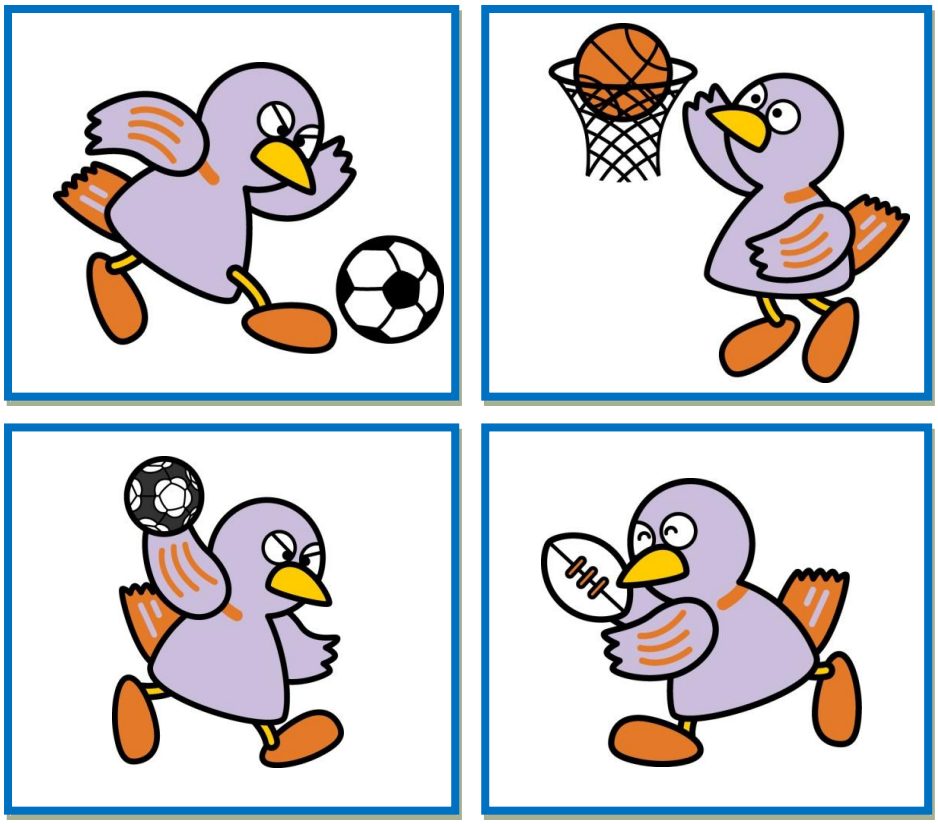
彩の国 埼玉県

平成２２年度

研究主題

「体育授業改善に向けた指導と評価に関する実践的研究（３年次）」

研究副題　～やさしいゴール型ゲームの実践モデルの活用に向けて～



平成２３年３月

埼玉県立スポーツ研修センター

「 体育授業改善に向けた指導と評価に関する実践的研究（３年次）」

～ やさしいゴール型ゲームの実践モデルの活用に向けて ～

今、子ども達の体力低下が社会問題にもなっており、体育・保健体育では、運動の楽しさや喜びを味わい、生涯にわたってスポーツに親しみ健やかな体と豊かな心を育むことが求められている。

いよいよ新学習指導要領の全面実施を平成23年度から小学校が迎え、中学校では平成24年度、高等学校では平成25年度からの年次進行による実施となる。「体力はすべての源である」と言われるが、授業時数が小学校で12～15時間、中学校で15時間増加することは、体力だけではなく豊かな心も育むことが大いに期待されていると捉えることができる。

昨年度の「体育授業改善に向けた指導と評価に関する実践的研究（２年次）」研究報告書第75号では、ボール運動領域「ゴール型」ゲームにおいて小・中・高等学校の系統性を踏まえた研究を進め、やさしいという観点を４つに整理した。研究３年次の今年度は、昨年の研究内容をさらに具体化し、やさしいゴール型ゲームの実践モデルを、授業を進めるにあたってのポイントや教師の視点等も明確に示しながら、各学校で活かすことのできる実践的な研究となるよう進めてきた。

この報告書を各学校が活用することで、すべての児童生徒から明るい笑顔が溢れ、確実な技能の習得や体力の向上が図られる体育授業へと改善することを願っている。

学校体育担当　指導主事

西　山　　宏 ・ 長谷川 雅夫 ・ 横　瀬　元　応

目　次

Ⅰ　はじめに ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

Ⅱ　研究の目的と概要 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2

Ⅲ　研究内容

１　やさしいゲームとは

(1) 新学習指導要領におけるやさしいの示し方とその意図・・・・・・・・・・・・ 3

(2) 新学習指導要領の例示にあるゴール型ゲームに共通する技能とそのポイント・ 4

(3) ゲームをやさしくするための４つの視点とその指導のポイント・・・・・・・・ 6

２　やさしいゴール型ゲームの実践モデル

(1) 実践モデルを活用するにあたって・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10

(2) 実践モデルの見方、活用の仕方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11

(3) 小学校中学年向け「易しいゲーム」実践モデル・・・・・・・・・・・・・・・ 12

(4) 小学校高学年向け「簡易化したゲーム」実践モデル・・・・・・・・・・・・・ 20

(5) 中学校１・２年向け「工夫したゲーム」実践モデル・・・・・・・・・・・・・ 28

Ⅳ　研究のまとめ(成果と課題)・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 36

Ⅴ　付録(ゴール型ゲームの体系化)・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 38

体育授業改善に向けた指導と評価に関する実践的研究（３年次）
・・・・
～やさしいゴール型ゲームの実践モデルの活用に向けて～

Ⅰ　はじめに

学校体育担当では、昭和58年の開所以来、学校体育に関する様々な調査を行い、児童生徒の発達段階や特性を十分考慮した運動の楽しさや喜びを味わうことのできる体育の指導法に関する研究を進めてきた。これまで報告してきた「運動量の測定」「授業場面の観察」「教師の言葉かけ」「児童生徒による授業評価」「カリキュラム開発」「評価に関する実践的研究」等については、各学校での体育授業の改善に少なからず貢献できたのではないかと考える。

平成23年度から小学校を皮切りに全面実施される新学習指導要領の体育・保健体育の目標に「生涯にわたって」という言葉が新しく明記された。これからの体育授業は、運動に親しむことができるように、運動の楽しさや喜びを深く味わえるような授業を実践していかなくてはならない。

昨年度より、ゴール型ゲーム（ボール運動領域）の学習に焦点を当て、小学校・中学校・高等学校におけるやさしいゲームに特化し研究を進めてきたが、今年度はさらに具体的な実践モデルを作成することで、埼玉県内の各学校において十分活用されるものを目指した。

Ⅱ　研究の目的と概要

(1) 目的

新学習指導要領では、ボール運動領域において「易しいゲーム」「簡易化されたゲーム」「工夫したゲーム」が示された。本研究では、それらを「やさしいゲーム」として捉えている。ゲームをやさしくしたつもりがかえって難しくなってしまったり、全ての児童生徒が楽しめないゲームになったりすることは多い。また、各学校から「やさしいゲーム」をどのように実践したらよいのか戸惑いの声を聞くことも多い。

そこで、本研究では、「ゴール型ゲーム」の特性を活かした「やさしいゲーム」を明らかにすること、さらに、そのやさしくしたゲームを実際の授業でどのように行っていくのかを、新学習指導要領の技能に関する学習内容に照らし合わせてより具体的なすぐ授業に役立つ実践モデルを提示することで、どの学校においても、新学習指導要領の趣旨に沿ったよりよい体育授業ができるようにすることを目的とする。

(2) 概要

① 新学習指導要領解説の例示にある技能とそのポイント

新学習指導要領解説の「技能に関する学習内容」について、それぞれのねらいやポイントを整理した。

② ゲームをやさしくするための４つの視点と指導のポイント

２年次の研究では「やさしい」を４つの視点で整理し、どのようにゲームをやさしくすれば児童生徒全員が楽しく、確実な成果を実感できる授業へ改善されるかを提示したが、今年度、Ｑ＆Ａ形式で具体的な場面とその手立てを示した。

③ 実践モデルの作成

小学校中学年、高学年、中学校１・２年生（高等学校）段階において、バスケットボール系・サッカー系・ハンドボール系・タグラグビー系のゲームにおいて実践モデルを以下の項目で作成した。

・ゲームの特徴（ねらい）
・場や用具（イラストや写真入り）
・主な規則やルール
・教師がゲームを見とる視点
・よい動きを考えさせる発問Ｑ＆Ａ
・指導ポイント・徹底させること
・つまずきと声かけの例

Ⅲ　研究内容

１　やさしいゲームとは

新学習指導要領におけるボール運動領域の改訂のねらいは、種目主義からの脱却といわれている。これまで各学校においては、公式ルールにしばられて、児童生徒にとって難しいゲームが行われ、課題を抱える授業も多く見受けられてきた。

- 技能が高まらないとゲームを楽しめないと考え、技能練習が中心になっている授業
- ゲームにおいて、能力の高い者や経験者が活躍する一方、何をやってよいか分からないために、ボールを追いかけるだけの者や動けない者が多く見られる授業
- ゲームが中心となり、その合間に短時間の練習や作戦を入れている授業
- 実態を把握できずゲームが児童生徒に合っていないため、楽しさを十分に味わえずに意欲が高まらなかったり、確かな技能や知識も身に付かなかったりする授業

新学習指導要領でのボール運動領域の目指す方向は、すべての児童生徒が活躍でき、楽しさ・喜びを味わい確かな技能を身に付けられるようなゲームづくりである。しかし、やさしく修正したつもりが、かえって難しくしてしまうことも多いといえる。やさしいということについて、ここで整理してみることにする。

(1) 新学習指導要領におけるやさしいの示し方とその意図

新学習指導要領のボール運動領域において、ゴール型ゲームが、小学３・４年では「〇〇を基にした易しいゲーム」、小学５・６年では「簡易化されたゲーム」、中学１・２年では「ゴール前の空間をめぐる攻防についての学習課題を追求しやすいように‥‥工夫したゲーム」という言葉で示されている。また、それぞれにつき留意事項として下記のように説明がされている。

【小学校３・４年生】
「易しいゲーム」とは、簡単なボール操作で行える、比較的少人数で行える、身体接触を避けるなど、児童が取り組みやすいように工夫したゲームをいう。

【小学校５・６年生】
「簡易化されたゲーム」とは、ルールや形式が一般化されたゲームを児童の発達の段階を踏まえ、プレイヤーの数、コートの広さ、プレイ上の制限(緩和)、ボールその他の運動用具や設備など、ゲームのルールや様式を修正し、学習課題を追求しやすいように工夫したゲームをいう。

【中学校１・２年生】
指導に際しては、ゴール前の空間をめぐる攻防についての学習課題を追求しやすいようにプレイヤーの人数、コートの広さ、用具、プレイ上の制限を工夫したゲームを取り入れ、ボール操作とボールを持たないときの動きに着目させ、学習に取り組ませることが大切である。

本研究では、新学習指導要領解説の留意事項で説明されているような工夫したゲームをやさしいゲームという言葉で示すことにした。

中学校学習指導要領解説 保健体育編作成協力者の筑波大学 岡出美則教授は、「やさしいゲームとは、**新学習指導要領で期待する成果が出やすいゲーム**である。」と述べている。これは、**発達段階ごとの学習内容や課題を身につけることができるゲーム**と言い換えることができる。また、同教授は、「学校体育としてすべての児童生徒に学習する機会が保障されているのは中学３年生が最後であり、生涯スポーツのことを考えると、この時期までに公式ルールでのゲーム（ルールや形式が一般化されたゲーム）を経験させたい。それぞれの発達段階においてルール等を変えることの意味は違うので、気をつけなければならない。」と述べている。このことを基にして、発達段階ごとのゲームについての本研究での捉え方を以下に示す。

【易しいゲーム：小学校３・４年】

児童が取り組みやすいように工夫したゲームを、例示として「○○などを基にした易しいゲーム」として種目を限定せず、「手を使ったゴール型ゲーム」「足を使ったゴール型ゲーム」「陣地を取り合うゴール型ゲーム」と示している。このことから、種目に縛られず、小学校３・４年生の児童にもできるような「簡単なボール操作でのゲーム」に改良してよいという意図が読み取れる。

【簡易化されたゲーム：小学校５・６年】

小学校５・６年になると、例示として種目名が示されている。そこには、「バスケット及びサッカーを主として取り扱うものとしているが、それらに替えて型に応じたハンドボールやタグラグビー・フラッグフットボールを指導することもできる」としている。このことから、中学校での学習との繋がりを意識しながら、ゴール型に共通する技能を身に付けるためにゲームを修正しやすくする意図が読み取れる。

【学習課題を追求するために・・・工夫したゲーム：中学校１・２年】

中学校１・２年になると、「運動種目については、バスケットボール、ハンドボール、サッカーを取り上げ」と取り扱う種目が明示されるとともに、例示として身につけるべき「型に共通する技能」が示されている。このことから、中学３年生からのルールや形式が一般化されたゲームでの学習に繋げていくため、中学１・２年生としての学習課題（ゴール前の空間の攻防）を追求できるようゲームを工夫しやすくする意図が読み取れる。

【ルールや形式が一般化されたゲーム：中学校３年・高等学校入学年次とそれ以降】

中学校３年生以降の学年では、『やさしい』にあたる表記は見当たらない。しかしながら、運動に対する二極化や運動技能・体力低下の問題から考えると、すべての生徒に合ったゲームを仕組んでいく必要がある。

(2) 新学習指導要領解説の例示にあるゴール型ゲームに共通する技能とそのポイント

①小学校３・４年（中学年）

ゴール型に共通する技能（例示）	技能を効果的に発揮するためのポイント
ボールを持ったときにゴールに体を向けること	ボールを持ったら、まずはおへそがゴールに向くようにさせる。そのためには、顔をあげ、ゴールの方向を確認させることが大切である。
味方にボールを手渡したり、パスを出したりすること	シュートが無理ならパスを考える。できれば、よりシュートしやすい、マークされていない味方を見付け、ボールを渡すことが大切である。
ボール保持者と自分の間に守備者がいないように移動すること	ボール保持者は、シュートもパスもできないときには、ボールキープを考える。その間にボール非保持者は、*サンドイッチの位置にならないように素早く移動することが大切である。

*サンドイッチの位置：例示として示されているような位置を、子どもがイメージしやすいように表した言葉

②小学校５・６年（高学年）

ゴール型に共通する技能（例示）	技能を効果的に発揮するためのポイント
近くにいるフリーの味方にパスを出すこと	落ち着いて、相手にマークをされていない味方にパスをする。正確なパスを出すために、まずは近くの味方を探すようにすることが大切である。
相手にとられない位置でドリブルすること	シュートもパスもできないときには、ボールを相手に取られないようにすることが大切になる。そのためには、相手に取られない位置にボールを置き、ドリブルすることが大切になる。
ボールを保持する人と自分の間に守備者を入れないように立つこと	ボール非保持者は、*サンドイッチの状態にならないように素早く位置取りをする。相手にマークされている場合には、マークをはずす動きを工夫することが大切である。
得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをすること	周囲をよく見て、相手の少ない場所に移動し、落ち着いてパスを受けシュートを打つことが大切である。
ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防ぐこと	相手の得点を防ぐために、ボール保持者とゴールを結ぶ直線上に立ち守備をする。腰を低くし、瞬時に動ける体勢をとり守備をすることが大切である。

③中学校１・２年

ゴール型に共通する技能（例示）		技能を効果的に発揮するためのポイント
ボール操作	ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすること	守備者をかわしたり、守備側の陣形が整う前に攻め込んだりしながら、ゴール方向に守備者がいない位置で、失敗を恐れずシュートをすることが大切である。
	マークされていない味方にパスを出すこと	落ち着いて、フリーの状態の味方にパスをする。近くにいる味方だけでなく、有効な場合には、遠くの味方へもパスを出すために、視野を広くすることが大切である。
	得点しやすい空間にいる味方にパスを出すこと	ゴール近くにいて相手にマークされていない味方や、前方にスペースがありそこに走り込んでシュートをねらえる味方に、落ち着いてパスを出すことが大切である。
	パスやドリブルなどでボールをキープすること	相手を引きつけながらマークされていない味方にパスを回したり、周囲の様子をうかがいながらドリブルをしたりして、ボールをキープし攻撃のチャンスをねらうことが大切である。
空間に走り込むなどの動き	ボールとゴールが同時に見える場所に立つこと	シュートに結びつけるために、ボールの方向とゴールの方向が同時に見えるポジションをとることが大切である。
	パスを受けるために、ゴール前の空いている場所に動くこと	シュートをねらえる位置に走り込み、パスを受けるために手を挙げたり、声を出したりして合図をすることが大切である。
	ボールを持っている相手をマークすること	ボールを持っている相手がシュートやパスをしにくいようにすることが大切である。

(3) ゲームをやさしくするための４つの視点とその指導のポイント

「どうすればゲームをやさしくできるか」ということについて、昨年度、４つの視点から整理してきた。今回は、各学校でやさしいゲームを実践できるよう、それぞれの視点の意味とともに、指導する際のポイントをＱ＆Ａ形式で示すことにした。

ゲームをやさしくするための４つの視点

視点１：状況判断がやさしい
視点２：技能やルールがやさしい
視点３：プレッシャーが少ない
視点４：道具や施設がやさしい

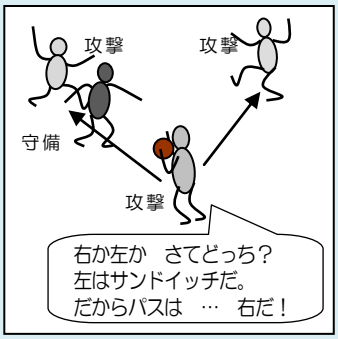
【視点１： 状況判断がやさしい】

運動能力の高い低いに限らず、ゲーム中に、自分が何をすればよいのか、どう動けばよいのかわからないために、楽しめない児童生徒は多い。ゲームをやさしくするには、「状況判断をやさしくする」、言い換えれば、「何をするのかをはっきりとわかるようにしてあげる」ことが重要である。

Q1 ： 何をするのかをはっきりさせるために、よい方法がありますか？

A1-1 ： ゲームに出る人数をできるだけ少なくします。

ボール保持者がパスをしたい時、味方の人数が少なくなればそれだけ状況判断はやさしくなります。最低３人いればゲームが成立するといわれます。ボールを保持した時、パスコースが右か左の２択となれば、それだけ短い時間で判断できます。味方が１人増えると、その分選択肢が増え難しくなります。



A1-2 ： ボールをもらうため、あるいは、取られないようにするために、どこに動けばよいかを考えさせる「サンドイッチの位置」を課題とします。

攻撃側への課題として、「サンドイッチにならないように動こう」「サンドイッチでない味方にパスをしよう」、守備側への課題として、「サンドイッチになるように動こう」とすることで、どこに動けばよいかイメージしやすくなります。

A1-3 ： 攻守交代制のゲームにします。

ゴール型のゲームは、攻守が目まぐるしく切り替わるので、ネット型やベースボール型ゲームに比べ初心者や技能の低い児童生徒にとって難しいといえます。そこで、ハーフコートを使い、回数、または、時間毎に攻守を交代するゲームにすることで、攻撃か守備のどちらかに専念することができるのでゲームがやさしくなります。

A1-4 ： 役割を明確にするために、意味のある作戦（話合い）をさせます。

作戦タイムといっても、意味のない時間になってしまっていることは意外と多いものです。ゲームの中で動けない児童生徒にとって、作戦タイムを「何をするかをはっきりさせる意味のある話合いの時間」にしたいものです。「誰が最初にボールを持つか？」「自分は、どこに走り込むのか？」「○○がボールを保持したら自分はどうするか？」など、役割行動について具体的な話合いができるよう支援します。

【視点２：技能やルールがやさしい】

難しい技能を採り入れているために、特に初心者や技能の低い児童生徒が楽しめなかったり、技能を身につけないとゲームを楽しめないと考え、児童生徒にとって魅力のない技能練習中心の授業にしてしまったりすることは意外に多いといえる。限られた授業時数の中での技能習得には限界があるので、児童生徒の発達段階や学習状況などの実態から判断して、どの技能を採り入れるかを考慮することは重要である。

Q2 ： 具体的にどのように技能やルールをやさしくすればよいですか？

A2-1 ： バスケットボールの初歩的段階では、「ドリブルをなしにする」が効果的です。

バスケットボールの醍醐味は、速いドリブルによる突破からの攻撃にもあります。しかし、技能が高まっていないとドリブルを入れることで、かえって攻めが遅くなりチャンスをつぶしてしまったり、技能が高い児童だけがボールを独占してしまったりすることが多くなります。初歩的段階においては、例えばドリブルをなしにすることで、みんなでボールをつないでいく意識が高まるとともに、状況判断をパスかシュートに絞ることができるので、視点１と関連しゲームをやさしくすることができます。

A2-2 ： サッカーの初歩的段階では、「ボールキープルール」が効果的です。

主にボールを足で扱うサッカーは、慣れていないとボールを操作するために顔を下げることが多くなってしまいます。そこで、顔を上げ周囲の状況を判断しながらプレイできるように相手のボールを奪い取れないボールキープルール（例：ボールを足の裏で押さえているときは、ボールを相手から奪い取ることができない）を採用することで、ボール保持者は慌てることが少なくなりゲームをやさしくすることができます。

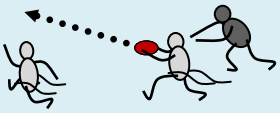
A2-3 ： ハンドボールの初歩的段階では、「歩数制限とドリブルをなくす」が効果的です。

ハンドボールの特性は、前進突破からのシュートにあります。初歩的段階では、歩数制限（公式ルールでは、ボールを保持して４歩以上歩くとオーバーステップの反則）をなくすことで、歩数を気にせず前へ進むことができるようになります。また、ドリブルもなくすことで、落ち着いて周囲の状況を判断することができるようになります。しかし、そうすると単独で持ち込みシュートする場面が多くなってしまうので、「**守備者にタッチされたらパスをしなくてはならない**」というルールを付け加えます。それにより守備者が引き付けられるので空いたスペースが生まれ、「ボールを持たないときの動き」を上手く活かせるようなやさしいゲームができるようになります。

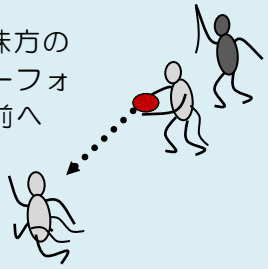
A2-4 ： タグラグビーの初歩的段階では、「タグを取られるまでパスをしない」が効果的です。

タグラグビーの難しいルールに、スローフォワード（ボールを前に投げない）やオフサイドがあります。前を向いて走りながら、ボールを後方や横に投げることや、ボールの位置よりも後ろでパスをもらうことは意外に難しいのです。また、守備者が自分に向かってくると、そのプレッシャーから味方を見ずにボールを手放し、正確にパスを出せなくなってしまうことも多いものです。

そこで、タグを取られるまではボールを持って走り、取られたら味方のいる後方に向きを変え落ち着いてパスを出させることにより、スローフォワードやオフサイドの反則をなくすことができます。同時に、前へ前へと進みながら陣地を取っていくタグラグビーの特性に迫ることもできるようになります。慣れてきたら、タグを取られる前にパスをしてもよいことにします。



走りながら慌てて投げるためスローフォワードになってしまうことも多い。



タグを取られたら後ろを振り向き味方を見てから投げられるので、スローフォワードにならず正確なパスを出しやすくなる。

【視点３：プレッシャーが少ない】

初心者や技能の低い児童生徒は、守備者が向かってきただけでプレッシャーを感じ、慌ててしまい状況判断ができなくなってしまうことが多い。ゲームをやさしくするには、時間的余裕、空間的余裕を確保しプレッシャーを軽減することが必要である。そのためには、ゲームに出る人数を少なくするだけでなく、アウトナンバーゲームにしたり、フリーゾーンを設けたりするなどの工夫をすることが重要である。

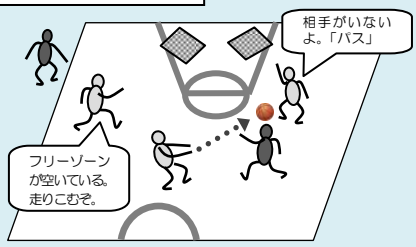
Q3 ： アウトナンバー(ゲーム)って、何ですか？

A3 ： 攻撃3人守備2人や，攻撃3人守備1人の場合のように、攻撃側が数的に優位な状況のことを「アウトナンバー」といいます。また、始めから攻撃側を数的に有利な状況にしたゲームのことを「アウトナンバーゲーム」といいます。

アウトナンバーゲームの場合、守備者の人数が少ない分、ボールを保持している時に、フリーの味方を見つけやすく、また、ボールを保持していない時にもパスをもらえる位置を見つけやすくなり、攻撃側にとってやさしいゲームとなります。得点者に得点板を変えに行かせることでも、一時的にアウトナンバーの状態をつくることができます。

Q4 ： 攻撃側と守備側の人数が同じでないと、ゲームが成立しないのでは？

A4 ： ハーフコート(半分のコート)を使っての攻守交代制のゲームでやさしいゲームが十分成立します。

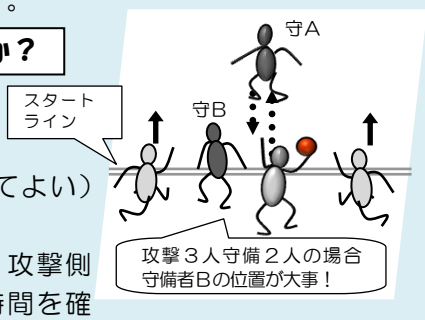


やさしいゲームでは、すべての児童生徒が活躍できたくさん点の入るゲームを目指します。攻撃優位のゲームにすることで作戦も活かしやすくなります。守備側の人数を変えるには、**ローテーション**をさせるとよいでしょう。**得点ごとに交代していくと全員に活動の機会を確保**できます。コートの外に出たときも、客観的にゲームを見て学ぶ貴重な機会としたいものです。ゼッケンの番号を活用するとスムーズにローテーションをすることができます。

Q5 ： 攻撃側が慌てずゲームをスタートする方法がありますか？

A5 ：「リターンパス」からのスタートがあります。

① 攻撃側・守備側がスタート位置につく。
② 攻撃側から守備側へパスを出す。（攻撃側は動き出してよい）
③ ②のパスを守備側が攻撃側へ返してゲームが始まる。

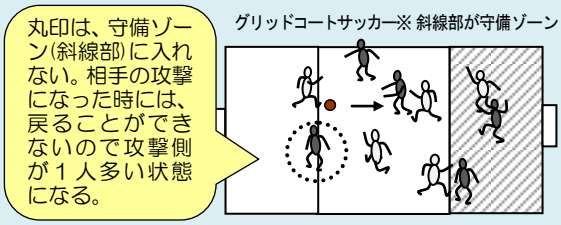


リターンパスをする守備者Ａの動きを遅らせることで、攻撃側は最初のパスを出すために状況判断し、技能を発揮する時間を確保することができます。つまり、アウトナンバーの状態を作り出し攻撃側に時間的余裕を生み出すのです。さらに、リターンパスをしない守備者Ｂも、スタートラインより後ろからスタートすることでその効果を生まれやすくします。

Q6 ： コートの工夫でよい方法がありますか？

A6 ： フリーゾーンを設けたり、グリッドコートにしたりすることで、守備側のプレッシャーを軽減することができます。

右図のようにフリーゾーンには、守備側は入ることができないため、その中では攻撃側は邪魔されることなく自由にプレイできゲームはやさしくなります。また、左図のようにグリッドコートを使うと、守備に戻れる人数を制限することができるので、自然にアウトナンバーの状況が生まれ攻撃側にとってやさしいゲームになります。



【視点４：道具や施設がやさしい】

初心者やボール操作技能の低い児童生徒にとって、硬いボールや大きいボールは、怖くて積極的になれなかったり、思うように操作できなかったりする要因となっている。また、すべての児童生徒に活躍するチャンスのあるやさしいゲームにするためには、ボールだけではなく、ゴールやコートなどの道具や施設を工夫することが重要である。

Q7 ： どのようなボールがやさしいのですか？

A7 ： ボールをやさしくするには、硬さ、大きさ、形状などを工夫するとよいでしょう。

【硬さ】 ボールへの恐怖は、なんといってもその硬さにあります。当たっても痛くないウレタン製ボールや、空気圧を低くしたボール（パンクしたボールも使用可）などが効果的です。ボールへの恐怖心だけでなく、ボールの速度が落ちたり、弾みにくくなったりするので、ボール操作の面からもやさしくなります。

【大きさ】 ハンドボールのやさしいゲームでは、１号球の小さめのボールが適しています。投力の向上の点からも、片手で投げやすい大きさであり効果的です。バスケットボールのやさしいゲームでも、ドリブルなしのゲームのときは、ドッジボールやハンドボールのような投げやすく捕りやすいボールが効果的であり、ドリブルありのゲームのときは、バスケットボールのような弾むボールが効果的です。

【形状】 タグラグビーのやさしいゲームでは、初歩段階で楕円形ボールの操作に慣れない場合には、洗濯ネットに新聞紙を詰めた物や枕などを利用するのもよいでしょう。

Q8 ： ゴールやコートなどをどのように工夫するとやさしくなりますか？

A8 ： ゴールの大きさ・数・位置・形状を工夫したり、コートの広さなどを工夫したりします。

【ゴールの工夫例】

半円形ゴール

ハードルゴール

・ゴールの形状を半円や台形などに変えることで１８０度の角度からシュートを狙うことができるようになるのでチャンスが広がり、また、キーパーもボールを防ぐ時に直線的に移動することができないのでシュートがやさしくなります。

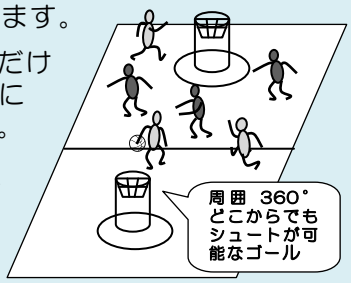
・ハードルゴール（右上写真）は、ハードルに段ボールをかぶせるだけで準備でき、サッカーやハンドボールのゴールとして効果的です。当たったら得点とすることでゴールの判定が音により明確になるとともに、ゴールネットを揺らす爽快感と同様の喜びを味わうことができます。風が強い時は、下部をひもで止めたり、砂袋を乗せたりするとよいでしょう。

リングゴール

・右下の図のように、リングゴールをエンドラインから離して前方に設置することで、周囲３６０度どこからでもシュートを狙えるようになります。特に、ゴール裏の空いているスペースを上手く使うことにより、ノーマークでのシュートチャンスが広がりやさしくなります。

・バスケットボールのゴールとして、リングに入った場合だけを得点とするのではなく、得点の差をつけながらリングに当たった場合も得点として認めるなどの工夫も有効です。

・ゴールは１つという概念を捨て、２つ３つにすると、逆サイドからの攻撃の意識を高めることに役立ち、たくさん点の入るゲームにすることができます。（P14 参照）



【コートの工夫例】

・コートのサイズは、児童生徒の実態に応じ調整する必要があります。横を１、２ｍ長くしただけで攻撃がしやすくなることもあるし、縦を長くするとゴールまでの距離が遠くなり、ゴールを決めにくくなることもあります。

・Ｐ８図のフリーゾーンは、相手側からのプレッシャーの軽減に役に立つだけではなく、ボールを持っていないときにどこに移動すればよいか、ボールを受けたらどこにパスを出せばよいか、目標が明確になるのでやさしくなるといえます。

2　やさしいゴール型ゲームの実践モデル

(1) やさしいゴール型ゲームの実践モデルを活用するにあたって

1　授業づくりは、子どもたちからスタート

授業の主役は、子どもたちです。目の前の子どもたちに合わせこの実践モデルを大いに修正するとともに、子どもたちと工夫しながら授業づくりをしていってください。

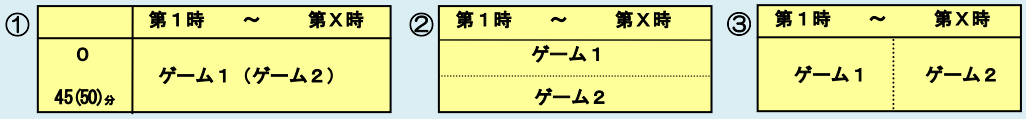
2　発達段階に合わせてやさしくしたメインゲーム

発達段階ごとに活用できるメインゲームとして示しています。しかし、例えば、高学年で中学年向けのゲームを「学習課題を分かりやすくしたゲーム」として活用しても、技能が高かったり学習が深まったりしている場合には、中学年で高学年向けのものをメインゲームとして活用しても問題はありません。

3　学習過程：ゲーム1とゲーム2は、実態に応じて

実態に応じいろいろな使い方があります。

①ゲーム１またはゲーム２を、単元を通して行う　②１単位時間の前半にゲーム１後半にゲーム２を行う　③単元の前半にゲーム１、後半にゲーム２を行う。



4　見開き2ページで作成

小学校３･４年、小学校５･６年、中学校１･２年の発達段階ごとに、バスケットボール系、サッカー系、ハンドボール系、タグラグビー系の順に見開きで示しています。

5　「よい教材」と「よい指導」は、授業の両輪

やさしいゲームに設えても、指導の仕方によっては、ねらいを達成できない場合もあります。「ゲームを見とる視点」「指導のポイント・徹底させるところ」「よい動きを考えさせる発問」「つまずきと声かけ」も大いに参考にしてください。

6　ゲームを成功させるためには、「よい雰囲気作り」が大切

励ましの声やハイタッチなどの喜びの行動が自然に湧き起こるような授業にするために、以下のようなことを意図的に行うことも効果があります。

(1) ゲーム前に、チームごとに円陣を組みファイトコールをする。
(2) 得点したり、いいプレイがあったりしたらハイタッチなどをして喜び合う。
(3) ゲームの開始、終了時の挨拶を大切にする。ゲームが終わったら、相手と握手をする。一生懸命プレイした仲間に感謝、敵とは呼ばずに「相手」と呼ぶ。
(4) 教師が、積極的によいところを認めたり、励ましたりする。
(5) 「いいぞ！ナイス！ドンマイ！」など具体的なほめ言葉を示し、子どもたちがゲームの中で自然に使えるようにする。

7　すべての子が喜びを味わえる得点の仕方の工夫

例えば、１回目の得点を１０点、同じ人が得点した場合は、２回目以降は１点とします。当然全員が得点した方が有利になります。教師にとっても、何人が得点したかをすぐに見とることができるので、効果的な方法ともいえます。しかし、シュートチャンスがあれば積極的にねらうことを指導することも大切です。

３２点・・３人が５回得点
１８点・・１人で９回得点
どちらが多くの児童生徒が活躍したのか一目でわかる。

実践モデルの見方、活用の仕方

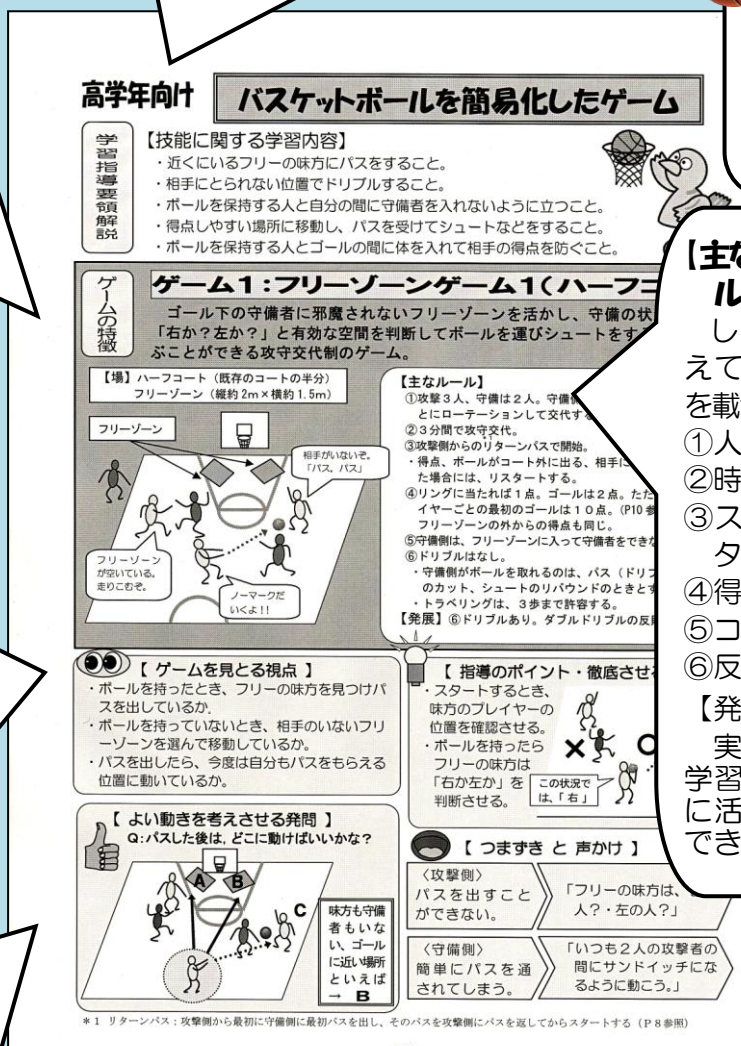
【学習指導要領解説】
技能に関する内容を掲載してあります。単にゲームをさせるのではなく、その学年でどのような技能を身につけさせるのかを意識しながら指導していくことが大切です。

【ゲームの特徴】
身につけさせたい動きやゲームのねらい、コートやゴールの工夫やその意図を載せてあります。

【場・図】
コートのサイズや工夫について載せてあります。イラストも参考にしてください。

【ゲームを見とる視点】
この視点をもとにゲームの全体の様子や個人やチームを観察し、評価や指導に役立てます。

【よい動きを考えさせる発問】
一方的に教示するのではなく、発問を活かしながら、思考・判断し課題解決していけるようにします。Q&A形式で載せてあります。授業の中でそのまま使えるような図も入れました。



高学年向け　**バスケットボールを簡易化したゲーム**

学習指導要領解説
【技能に関する学習内容】
・近くにいるフリーの味方にパスをすること。
・相手にとられない位置でドリブルすること。
・ボールを保持する人と自分の間に守備者を入れないように立つこと。
・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをすること。
・ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防ぐこと。

ゲームの特徴
ゲーム1：フリーゾーンゲーム1（ハーフコ
ゴール下の守備者に邪魔されないフリーゾーンを活かし、守備の状
「右か？左か？」と有効な空間を判断してボールを運びシュートをす
ぶことができる攻守交代制のゲーム。

【場】ハーフコート（既存のコートの半分）
フリーゾーン（縦約2m×横約1.5m）
フリーゾーン
相手がいないぞ。「パス、パス」
フリーゾーンが空いている。走りこむぞ。
ノーマークだいくよ!!

【主なルール】
①攻撃3人、守備は2人。守備
とにローテーションして交代す
②3分間で攻守交代。
③攻撃側からのリターンパスで開始。
・得点、ボールがコート外に出る、相手に
た場合には、リスタートする。
④リングに当たれば1点。ゴールは2点。た
イヤーごとの最初のゴールは10点。(P10参
フリーゾーンの外からの得点も同じ。
⑤守備側は、フリーゾーンに入って守備者をできな
⑥ドリブルはなし。
・守備側がボールを取れるのは、パス（ドリブ
のカット、シュートのリバウンドのときとす
・トラベリングは、3歩まで許容する。
【発展】⑥ドリブルあり。ダブルドリブルの反

【ゲームを見とる視点】
・ボールを持ったとき、フリーの味方を見つけパスを出しているか。
・ボールを持っていないとき、相手のいないフリーゾーンを選んで移動しているか。
・パスを出したら、今度は自分もパスをもらえる位置に動いているか。

【指導のポイント・徹底させ
・スタートするとき、味方のプレイヤーの位置を確認させる。
・ボールを持ったらフリーの味方は「右か左か」を判断させる。
この状況では、「右」

【よい動きを考えさせる発問】
Q:パスした後は、どこに動けばいいかな？
A
B
C
味方も守備者もいない、ゴールに近い場所といえば → B

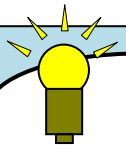
【つまずき と 声かけ】
〈攻撃側〉パスを出すことができない。
「フリーの味方は、人？・左の人？」
〈守備側〉簡単にパスを通されてしまう。
「いつも2人の攻撃者の間にサンドイッチになるように動こう。」

＊1 リターンパス：攻撃側から最初に守備側に最初パスを出し、そのパスを攻撃側にパスを返してからスタートする（P8参照）

- 20 -

【準備】
右ページ上に、ボールやゴールなど、準備する物を載せてあります。

【主な規則(中学年)・ルール(高学年~)】
しっかりと押さえておきたいものを載せてあります。
①人数
②時間・回数
③スタート・リスタートの方法
④得点の方法
⑤コートの使い方
⑥反則や制限
【発展】
実態に合わせ、学習の進展とともに活用することができます。



【指導のポイント・徹底させること】
指導の押さえどころを載せてあります。ゲームのねらいを達成するには、徹底させることが大切です。

【つまずき と 声かけ】
特に努力を要する児童生徒への具体的な声かけの例です。中学年では攻撃側のみ、高学年からは守備側についても載せてあります。

中学年向け　バスケットボールを基にした易しいゲーム

学習指導要領解説

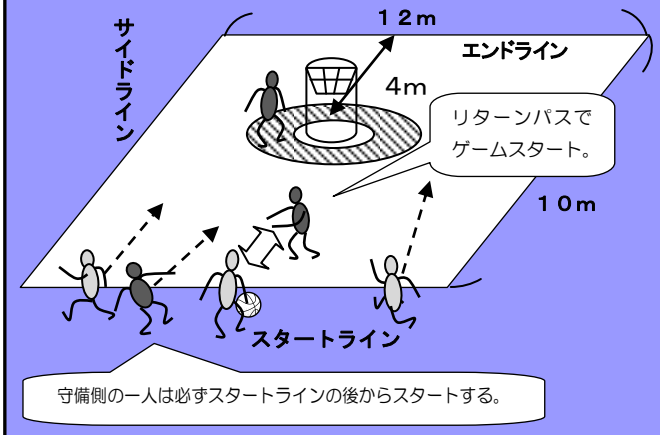
【 技能に関する学習内容 】
・ボールを持ったときにゴールに体を向けること。
・味方にボールを手渡したり、パスを出したりすること。
・ボール保持者と自分の間に守備者がいないように移動すること。

ゲームの特徴

ゲーム１：リングゴールゲーム１（ハーフコート）

リングゴールをエンドラインから離して設置し、ゴール裏のスペースも利用しシュートをうてるようにした。[*1]アウトナンバーとなっているので攻撃優位で得点チャンスも生まれやすい。攻守交代制で攻守に専念できるようにした、わかりやすいゲーム。

【場】ハーフコート（縦 10m×横 12m）
センターサークル半径（内側 1.5m　外側 2.5m）
※既設のバスケットコートでもよい。



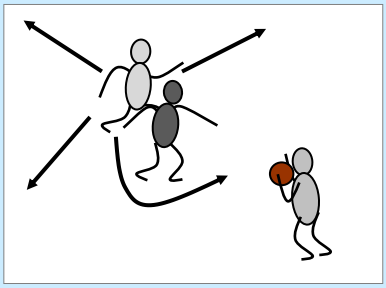
【 主な規則 】
①攻撃３人、守備３人（ガードマン１人は、得点ごとにローテーションで交代する。）
②３分間で攻守を交代。
③スタートラインから[*3]リターンパスでスタートする。
・得点、またはラインから出たらスタートラインからのリスタートとなる。
・攻撃側は、時間内に何度も攻めることができる。
④リングにシュートが入ると、プレイヤーごとに１回目は１０点、２回目以降は１点とする。(P10 参照)
⑤ハーフコートを使う。ゴールの周りの斜線部分には、ガードマンだけが入ることができる。
⑥ドリブルなし。３歩まで歩いてもよい。
・守備者は、相手のボールを奪い取ることはできない。

【 発展 】
①[*2]イーブンナンバーにする。
⑥ドリブルありにする。

【 ゲームを見とる視点 】
・ボールを持ったらフリーの味方を見つけてパスをしているか。
・ボールを持たないとき、相手がサンドイッチの位置にならないように動いているか。
・ゴール裏のスペースを上手く活かしているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】
・パスをもらうために、サンドイッチの位置を意識すること。
・ゴール裏のスペースも利用して攻撃すること。
・守備のとき、身体接触をしないこと。

【 よい動きを考えさせる発問 】
Q：パスをもらうためにどこに移動すればよいでしょうか？



マークをはずすために
①左右に移動しサンドイッチでない位置になる。
②前後に移動し、相手の前に出るか、相手から離れる。

【 つまずき と 声かけ 】
〈攻撃側〉
どこに動けばよいかがわからない。
①ボール保持者
②ボール非保持者

①「ボールを持ったら、まずゴールに向かうことを考えよう。」
②「サンドイッチにならないように動こう。」
「相手を見て、パスをもらえる位置へ動こう。」

*1 アウトナンバー：守備側の人数が少ない状態のこと。　*2 イーブンナンバー：攻撃と守備の人数が同じ状態のこと。
*3 リターンパス：攻撃側から最初に守備側に最初パスを出し、そのパスを攻撃側にパスを返してからスタートする。

【 準備 】

・ドッジボール　・ゼッケン　・得点板
・リングゴール（なければポートボールのように台の上にゴールマンが立つ）

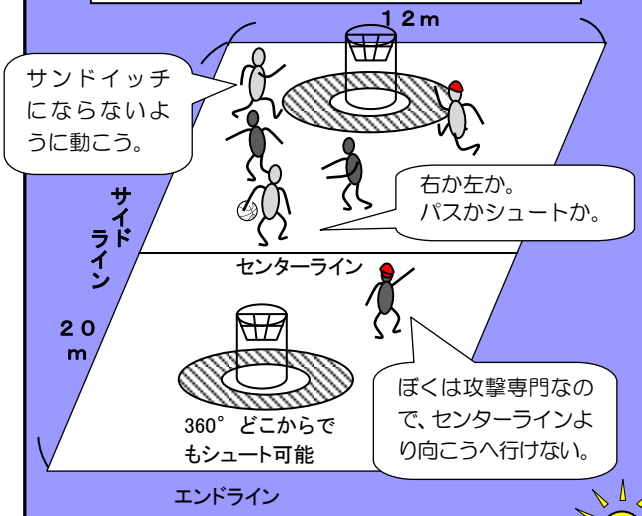
〔リングゴール〕

ゲーム２：リングゴールゲーム２（オールコート）

ゲームの特徴

ゲーム１の発展させた攻守が切り替わるゲーム。攻撃専門マンは、センターラインより自陣側へ戻れないのでアウトナンバーとなり得点しやすい。守備者の状況を見て、右か左から攻めるか、パスかシュートかの状況判断を学ぶことができる。

【場】オールコート（縦 20m×横 12m）
※既設のバスケットコートでもよい。



【 主な規則 】

①１チーム３人ずつ（攻撃専門マン１人）。
②１ゲームの時間は３分。
③得点されたらセンターラインからリスタート。
・サイドラインからボールが出たら、相手チームのボールでその場からリスタート。
④リングにシュートが入ると、プレイヤーごとに１回目は１０点、２回目以降は１点とする。（P10 参照）
⑤攻撃専門マンはセンターラインより自陣側へ戻ることはできない。（赤帽子をかぶる）
⑥ドリブルなし。
・守備者は、相手のボールを奪い取ったり叩いたりできない。

【 発展 】

①４対４で行う。
⑤３人ともオールコートで動けるようにする。
⑥ドリブルありにする。

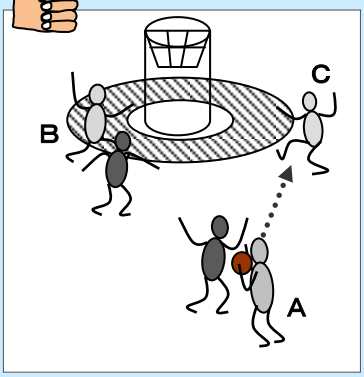
【 ゲームを見とる視点 】

・ゴール裏などのシュートに有効なスペースを活かしているか。
・フリーの状態のときにシュートをしようとしているか。
・守備者がサンドイッチ状態なのにパスをしていないか。
・強引なロングパスやロングシュートをしていないか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・攻守の切り替えを素早くさせること。
・ゴール近くでボールを持ったとき、前に相手がいなければシュートをすること。
・ボールを持ったとき、相手には奪われないので、落ち着いて周囲を見るようにすること。
・フリーの味方を見つけてパスをさせること。
・ボールを持たないときはシュートに有効な空間に動いてパスをもらうこと。

【 よい動きを考えさせる発問 】



Q：このような場面で、Aさんはどうしたらよいでしょうか？

・ゴールまで遠く、前には相手がおり、シュートは難しい。
・Bさんはマークされているのでパスは難しい。
・フリーのCさんへのパスが有効。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉

有効なパスができない。

○ボールの出し手「フリーの味方を探してパスをしよう。」

○ボールの受け手「サンドイッチにならないところへ動こう。」

中学年向け　サッカーを基にした易しいゲーム

学習指導要領解説

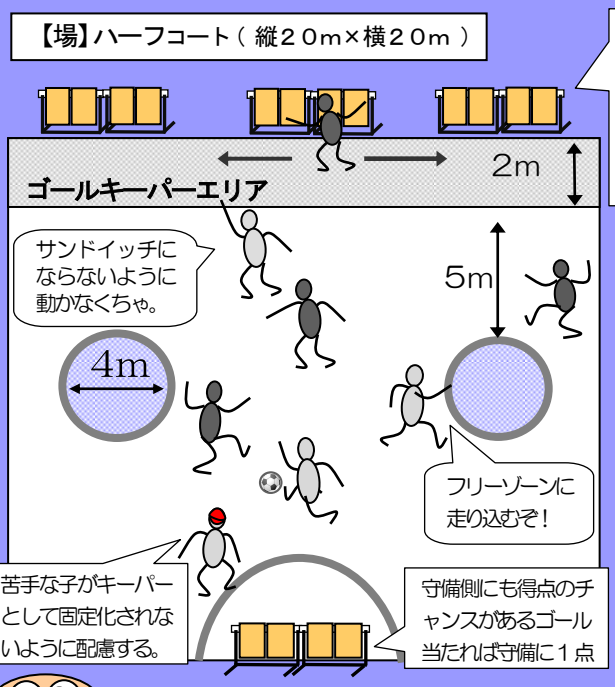
【技能に関する学習内容】
- ボールを持ったときにゴールに体を向けること。
- 味方にボールを手渡したり、パスを出したりすること。
- ボール保持者と自分の間に守備者がいないように移動すること。

ゲームの特徴

ゲーム１：フリーゾーンゲーム（ハーフコート）

誰にも邪魔されないフリーゾーンから落ち着いてシュートを打ったり、味方を探しパスをしたりできるゲーム。フリーゾーンに走り込み、パスを受ける動きも学ぶことができる。ハーフコート攻守交代制のゲームであるが、守備側にも得点のチャンスがある。

【場】ハーフコート（縦２０m×横２０m）



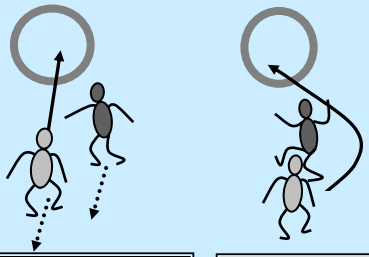
ハードルゴール
ハードルに段ボールをかぶせる。風の強いときは砂袋を置くと転倒を防止できる。

【主な規則】
①攻撃４人（１人だけ自陣ゴールに戻り防げる：赤帽子）、守備４人（ゴールキーパー１人：キーパーエリアのみでプレイする。１回の攻撃ごとにローテーションする。）
②３分間で攻守を交代、４回で１ゲーム　計１２分間
③ゲームの開始時と得点後、ボールがコート外に出たときは、自陣のゴール前の半円からキックでスタートする。守備はゴールキーパーエリアまで下がる。
④ハードルゴールに当たったら１点。
・守備者がボールをとったら、その人がその場から反対のゴールに向けてすぐにシュートし、ゴールに当たったら１点。攻撃側は、１人だけ半円内に戻りシュートを防ぐことができる。
⑤攻撃者は、フリーゾーンに入れば守備に邪魔をされずにシュートやパスができる。
・守備者は、攻撃開始後はフリーゾーンに入れない。
・シュートは、ゴールキーパーエリアでは打てない。
⑥相手を押す、足を引っ掛けるなどの危険なプレーや、故意にボールを手で扱うなどの卑怯な行為を反則とし、その場からの間接フリーキック[*1]でゲームを再開する。

【発展】
④ゴールの数を減らす。　⑤フリーゾーンをなくす。

【 ゲームを見とる視点 】
- 攻撃側が、フリーゾーンを上手く使いボールを受けてパスを出したり、シュートをうったりしているか。
- キーパーの位置をよく見て、どのゴールをねらうとよいか判断しシュートをうっているか。

【 よい動きを考えさせる発問 】
Q:どのようにすれば、マークをはずしてフリーゾーンでボールをもらうことができるかな？



A：フリーゾーンと逆に動いて相手を引きつけてから走り込む。

A：守備者の背中側から走り込む。

【 指導のポイント・徹底させること 】
- ボールを持ったら、顔を上げて周囲をよく見ること。
- 攻撃者は、フリーゾーンに入ったら、守備者に邪魔されることなくシュートやパスができるので落ち着いてプレイすること。
- 守備者がボールをカットしてシュートする場合は、カットした人がその場から正確にシュートすること。その際、攻撃側は、邪魔することができない。ただし、決められた１名(赤帽子)のみ自陣のキーパーエリアに戻ってシュートを防ぐことができる。

【 つまずき と 声かけ 】
攻撃側のボール非保持者が、どこに動けばよいかわからない。

「守備者がいないフリーゾーンに走り込んでボールをもらうようにしよう。」
「キーパーのいないゴールの近くに行ってみよう。ボールが来たらシュート！」

＊1　間接フリーキック：直接ゴールに入っても得点とならないフリーキック。

【 準 備 】

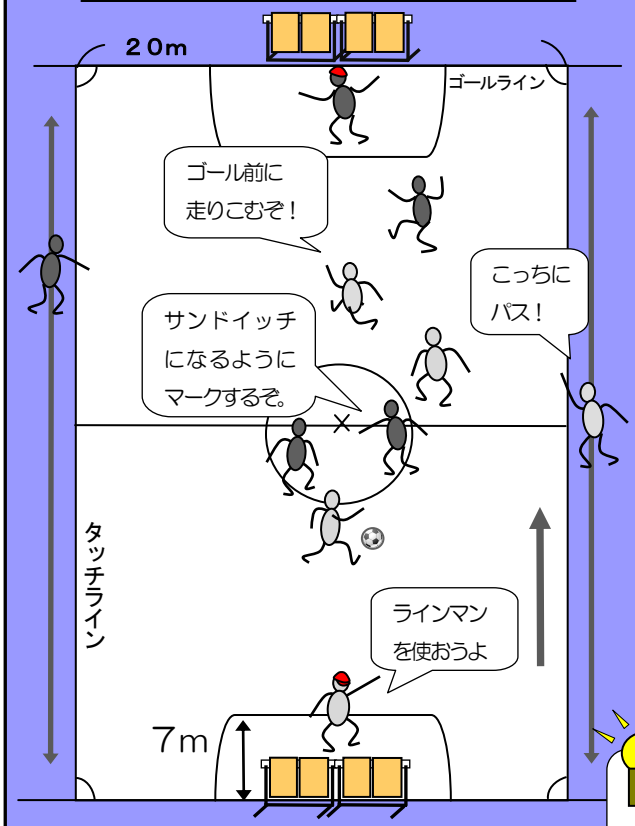
・ボール（当たっても痛くないウレタン製ボール、スピードを落とすために空気を抜いたボール、反発性が低くトラップしやすいフットサル用のボール）
・ゴール（ハードルゴール、ミニサッカーゴールやカラーコーンでも可）　・ゼッケン　・得点板　など

ゲームの特徴

ゲーム２ ： ラインマンゲーム（オールコート）

タッチラインの外側を自由に移動できるラインマンにパスを出し、返って来たボールを受けるなどの動きを活かしながら、コートを広く使い効果的な攻撃を学ぶことができる。オールコートで攻守の切り替えが必要となるゲーム。

【場】オールコート（ 縦４０m×横２０m ）



【主な規則】

①５人（ラインマン１：タッチライン外を移動。手を使える。キーパー１：キーパーエリア内だけ手を使える。）
②４分間を３回で１ゲーム
③キックオフ[*2]でゲーム開始。得点後も×印の所から始める。
・ボールがタッチラインから出た時は、どちらが出したかにかかわらずそのサイドにいるラインマンのボールとし、その場から、手で下から転がして投げ入れる。
・守備者がゴールラインからボールを出した時は、近い方のコーナーからキックイン。攻撃者が出したときは、キーパーがキーパーエリアにボールを置いてキックする。
④得点は１人の１回目１０点、２回目以降は１点（P10 参照）
⑤ラインマンは、片側タッチライン沿いを自由に移動でき、パスを手で受けボールを転がし投げ入れる。守備は、ラインマンがパスを出すのを邪魔することができない。
⑥ボールを足の裏で押さえて止めているとき、相手はボールを取ることができない。（ボールキープルール）
・相手を押す、足を引っ掛けるなどの危険なプレーや、故意にボールを手で扱うなどの卑怯な行為を反則とし、その場からの間接フリーキック[*1]でゲームを再開する。

【発展】

⑤ラインマンは、足でボールを蹴り入れる。
⑤ラインマンの位置を逆側にする。

【 ゲームを見とる視点 】

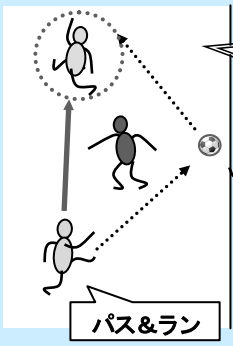
・ボールに密集せずに、ラインマンを上手く使い外からも攻めることができているか。
・ラインマンにパスしたら、ゴールに向かったり、再びパスをもらおうとしたりしているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・ラインマンは、相手の守備が戻る前に素早くボールを入れる。その際は、受け手に易しいゴロのボールを入れること。
・足の裏でボールを押さえ止めているときは、ボールを取られないので安心して周囲をよく見て判断すること。
・守備者は、攻撃側のラインマンがボールを入れる時には近づいて邪魔をすることができないこと。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q:ラインマンにパスをしたら、その後どうすればよいですか。



A: パスを出した人はラインマンからパスをもらうため、守備をかわしゴールの方向に走ります。

A: ラインマンは、できるだけ素早く、受けとりやすいゴロのボールをゴールの方向に出します。

【 つまずき と 声かけ 】

ボールを持ってもどうしてよいかわからず慌ててしまう。	「ボールキープルールがあるよ。落ち着いて周りをよく見て。」 「失敗してもいいよ。シュートをねらってみよう。」 「ラインマンにパスしてみよう。」
ラインマンが、どうしてよいかわからない。	「パスをもらえるように、ボールに合わせて移動しよう。」 「ボールを受けたら素早くゴロで味方の前に（ゴール寄り）ボールを出してみよう。」

＊2 キックオフ：相手に邪魔をされずにボールを蹴ってスタートすること。

中学年向け　ハンドボールを基にした易しいゲーム

学習指導要領解説

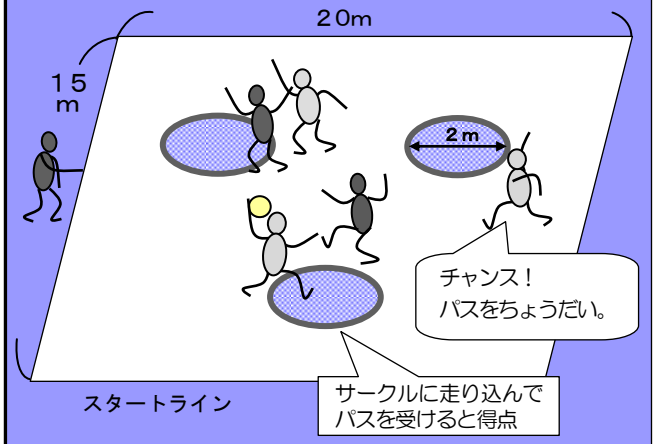
【技能に関する学習内容】
- ボールを持ったときにゴールに体を向けること。
- 味方にボールを手渡したり、パスを出したりすること。
- ボール保持者と自分の間に守備者がいないように移動すること。

ゲームの特徴

ゲーム１：スリーサークルハンド（ハーフコート）

３つのサークルの１つに入り、そこでパスを受ければ得点となるパスパスゲーム。サークルが移動場所の目標となり、守備者のいないスペースに動いてボールをつなぐことを学ぶことができる。

【場】縦 15m×横 20m　サークル直径 2m



【主な規則】
①攻撃３人、守備２人（外に出る１人は１アウトごとにローテーションし交代する。）
②守備者にパスカットされたり、ボールがラインから出たりしたら１アウトとし、スタートラインからリスタートする。３アウトで攻守を交代する。
③攻撃者はスタートラインに並び、守備者に一度パスをして、返してもらってからスタートする。（ﾘﾀｰﾝﾊﾟｽ）
④サークルに入って、パスされたボールを捕ると１点。捕球後に１歩で入った場合も得点とする。
・相手にパスカットされるまで、連続して得点となる。
⑤サークルには１０秒以上留まることができない。
⑥ドリブルなし
・守備者は、ボール保持者の１ｍ以内に近づきボールを取ることができない。

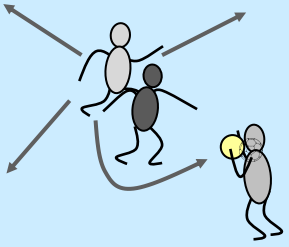
【発展】
④サークルをなくし、一定時間内におけるパスがつながった回数を得点とする。
⑤３つのサークル間の距離を広げ、サークル外への中継パスが必要な状況をつくりだす。

【 ゲームを見とる視点 】
- サークルに走り込みパスをもらっているか。
- パスを出した後、スペースに動いているか。
- どこにパスを出していいか、とまどっていたり、サークル内にとどまっていたりする子はいないか。

【 指導のポイント・徹底させること 】
- どのサークルが有効であるかを判断し、相手のスキを見て得点すること。
- ボールをもらうために、サンドイッチ[*1]でない位置に動くこと、声かけや手で合図すること。
- 守備者がボールを取りに行かず、ボール非保持者へのマークが厳しくなってきたら、発問によりマークをはずすことを考えさせるようにすること。
- 守備者はボール保持者１ｍ以内に近づけないこと。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q：どこに動けば、マークをはずすことができるかな？



マークをはずすため
①右か左、サンドイッチでない位置へ素早く動く。
②守備者の前か後へ素早く動く。

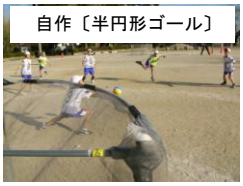
【 つまずき と 声かけ 】

つまずき	声かけ
・パスがなかなか来ない。	「空いているサークルに素早く走り、声を出してごらん。」
・守備者にパスカットされてしまう。	「ボールを取られることはないよ。周りをよく見て、フリーの味方を探してごらん。」

＊1 サンドイッチ…攻撃者と攻撃者の間（一直線上に）に守備者がいる状態を、子どもに伝わりやすくした言葉。

【 準 備 】

・ハンドボール１号球（空気圧を抜くとより操作しやすくなる。）
・直径２mのホースによるサークル３個。　・ゼッケン　・得点板
・ゴール（跳び箱６段２台をつなげたゴール、ハードルゴール、台形や半円形ゴール）

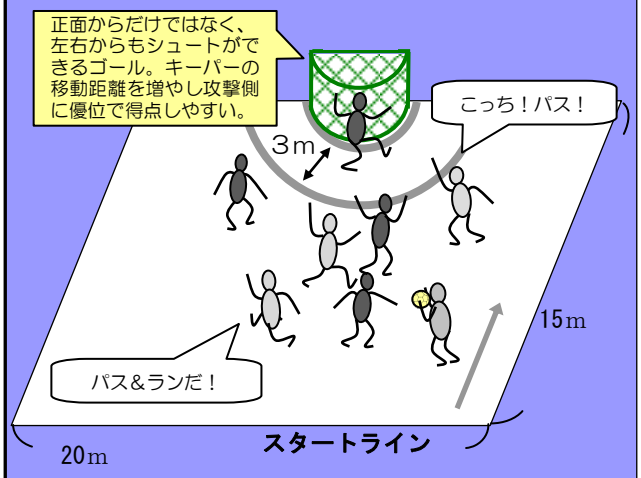


ゲームの特徴

ゲーム２ ： ハーフコート攻守交代ゲーム

ゲーム１で身につけたパス＆ランの動きを活かしながら、シュート場面につなげていく攻守交代制のゲーム。アウトナンバー[*2]ゲームで攻撃優位となっており安心して攻撃できる。

【場】ハーフコート（縦 15m×横 20m）



【主な規則】

①攻撃４人、守備４人（うち１人はゴールキーパー）
②守備者がパスカットをする、またはボールがコート外に出たら１アウト。３アウトで攻守交代。攻撃側は３アウトをとられるまで、攻撃を続けることができる。
③攻撃者はスタートラインに並び、守備者に一度パスをして返してもらってスタートする。得点、パスカット、ボールアウトの時は、スタートラインからリスタート。
④ゴールにシュートが入ったら、１人につき、１回目は１０点、２回目以降は１点とする。（Ｐ１０参照）
⑤守備者は、攻撃者の保持しているボールをとることができない（１m以内に近づけない）。取れるのは、パスカットのみ。
⑥ドリブルはなし。パスだけで攻める。

【発展】

②習熟してきたら時間制限（３分）での攻守交代制にすることで、速い判断と動きを意識できるようにする。

【 ゲームを見とる視点 】

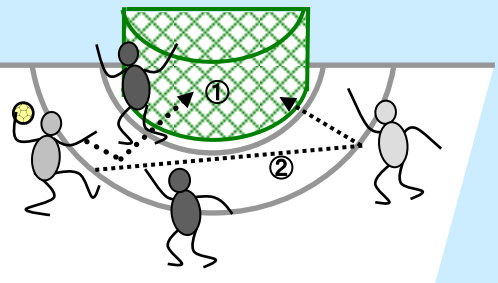
・パスをしたら前方の空いている場所に走っているか（パス&ラン）。ノーマークの状態を作っているか。
・積極的にシュートをしているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・パスしたら前方の空いている場所に走ること。
・攻撃者がボールをもらったら、①シュート、②パス③ボールキープを意識させること。
・守備側はボール保持者の１m以内に近づかないことで、安心して攻撃に専念できること。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Ｑ ： シュートチャンスです。どうしますか？



Ａ：①慌てずキーパーの動きをよく見る。シュートするふりをしたり、ワンバウンドさせたりして上手くシュートを決めるようにする。
②反対側のフリーの味方にパスをしてシュートしてもらう。

【 つまずき と 声かけ 】

・シュートに自信をもつことができない。

「失敗を気にせず思い切りシュートしよう。」
「キーパーの動きを見て落ち着いてシュートをしよう。」
「ボールを地面にたたきつけるつもりでシュートしよう。」
「キーパーの反対側のマークされていない味方にパスをするのもいいんだよ。」

＊２ アウトナンバーゲーム：攻撃側の人数を守備側より多くした攻撃側優位のゲーム。作戦を活かしやすくなる。

中学年向け　タグラグビーを基にした易しいゲーム

学習指導要領解説

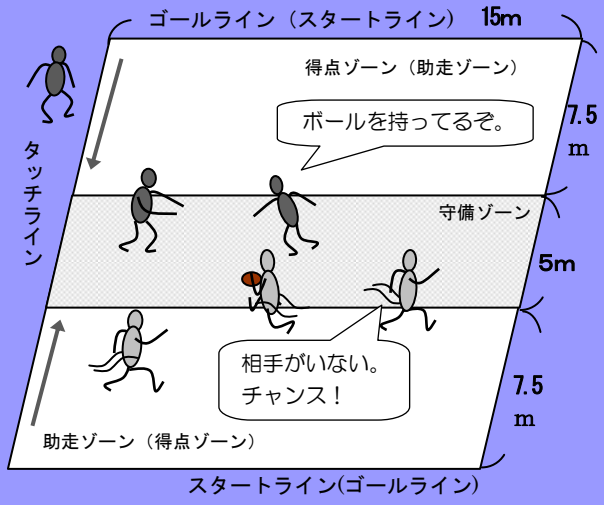
【技能に関する学習内容】
- ボールを持ったときにゴールに体を向けること。
- 味方にボールを手渡したり、パスを出したりすること。
- ボール保持者と自分の間に守備者がいないように移動すること。

ゲームの特徴

ゲーム１　：　守備ゾーン突破ゲーム

守備ゾーン（動ける範囲を制限）の相手をかわして、タグ[*1]を取られないように得点ゾーンへ走り込むゲーム。３人の攻撃者に得点差をつけることにより、どう攻めようか、どう守ろうかと、思考判断する場面をつくることもできる。

【場】縦 20m×横 15m　守備ゾーン５m
※得点が入りにくい場合は、横幅を広くしたり、守備ゾーンを狭くしたりする。



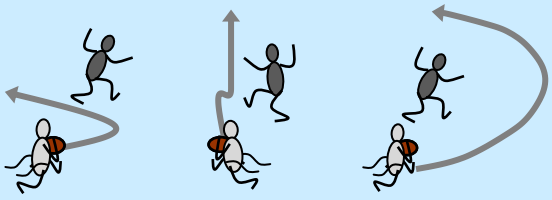
【主な規則】
①攻撃３人、守備２人（実態に応じ４人対３人）
②２回の攻撃で攻守交代する。１ ゲームは、攻撃２回→守備２回→攻撃２回→守備２回
③スタートラインから攻撃側が一斉にスタートする。
④相手をかわし得点ゾーンに走り込めば得点。２本のタグのどちらか１本を取られるか、タッチラインから出てしまったら無得点。全員の合計点をチームの得点とする。
・ボール保持者（１人）を３点プレイヤー、ボール非保持者（２人）を１点プレイヤーとして、ローテーションで交代する。
⑤守備者は、守備ゾーンから外に出てタグを取れない。
⑥相手を押す、足を引っ掛けるなどの危険なプレイや、タグを押さえる・隠すなどの行為を反則とする。

【発展】
①攻撃３人、守備３人（実態に応じ４人対４人）
④３点プレイヤーがタグを取られたら、助走ゾーンに残っている１点プレイヤーへのパスを可能にする。
（後ろを向いてパスができ[*2]スローフォワード防止になる。）
⑤守備ゾーンをだんだん広くしていく。
⑤守備ゾーンを２カ所にし、相手を交わす場面を２回に増やし攻撃を難しくする。その場合、２つの守備ゾーン間を５ｍとり助走ができるようにする。

【 ゲームを見とる視点 】
・得点を目指し、守備者をかわしながら思いきり走り抜けているか。
・３点プレイヤーと１点プレイヤーをうまく活かしているか。

【 よい動きを考えさせる発問 】
Q: どんな動きをすると、守備者をかわすことができるかな？

A：急に方向を変える。	A：急にスピードアップする。	A：大きく回り込む。



【 指導のポイント・徹底させること 】
・得点をきめたら、自分で得点板に点を入れること。
・守備者は、タグを取ったら相手にタグを着けてあげるまでゲームに参加できないこと。
・攻撃１回ごとに簡単な打合せをすると効果的である。

【 つまずき と 声かけ 】
守備者のプレッシャーのため、躊躇して前へ進むことができない。

「相手の動きをよく見て、すきをねらって走ってみよう。」
「△△君が相手を引きつけてあげよう。」

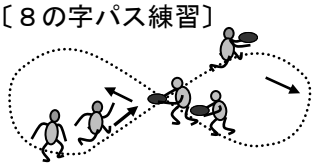
＊1 タグ：腰の両脇につける２本のしっぽ状のもの。タグラグビー専用タグの他、タオルやハチマキなどでも代用が可能。
＊2 スローフォワード：ボールを前方へ投げてしまう反則

【 準 備 】

・タグラグビー用楕円球（空気圧を低くすると操作しやすくなる）
※枕や新聞紙を詰めた洗濯用ネットなどを利用してもよい。
・タグ（タオルやハチマキでの代用可） ・ゼッケン ・得点板

［ 腰につけるタグ ］

〔８の字パス練習〕

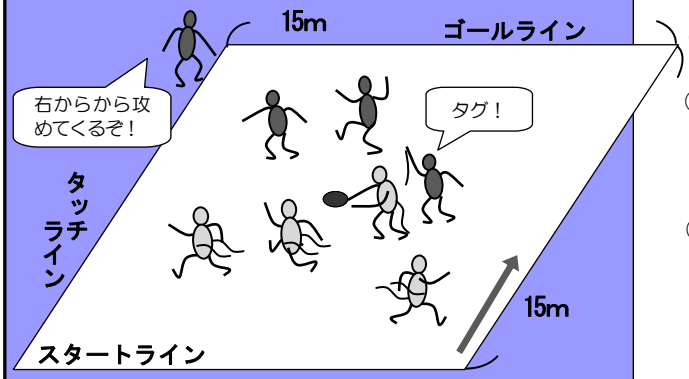


ゲーム２：攻守交代ゲーム（ハーフコート）

ゲームの特徴

守備者の動く範囲の制限をなくしたが、攻守交代制で攻撃か守備に専念できるゲーム１の発展的ゲーム。アウトナンバー[*3]ゲームで攻撃側に優位となっている。タグを取ることで守備側にも得点チャンスがある。

【場】ハーフコート（縦 15m×横 15m）
※得点を入れやすくするために、横を広くするか、縦を短くしてもよい。



【主な規則】
①攻撃３人、守備２人（実態に応じ４人対３人：左図）
・コート外に出る人はトライごとにローテーションで交代。
②攻守を３分ごとに交代し、２セットで１ゲーム
③スタートラインから攻撃スタート。守備は５m離れる。
攻撃のスタート時にボールを持つ子は、毎回交代する。
④タグを４本取られるまでに（３本取られるまではＯＫ）
トライしたら２点。タグを取られた後１歩でラインを越えても得点。守備者はタグを取ることだけに専念、攻撃を防いだら守備側に１点。
⑥タグを取られるまでは、味方にパスをせずに前へ進む。取られたら後方を向いてからパスをする。勢いで３歩まで進んでしまっても許容する。
・攻撃側は、以下のような時、元の位置に戻る。
○タグを取られたのに４歩以上移動してしまった時
○ボールを蹴った時 ○明らかにボールを前へ投げた時
○ボールやボール保持者がタッチラインを出た時
・守備側に反則（ゲーム１と同じ）[*4]があったら、守備者は３m離れその場から攻撃側のフリーパス。ただし、ゴールライン近くの時は、ラインまで下がればよい。
・攻撃者がボールを落としても拾い上げプレイしてよい。

【発展】
①イーブンナンバーゲーム（攻守の人数が同じ）

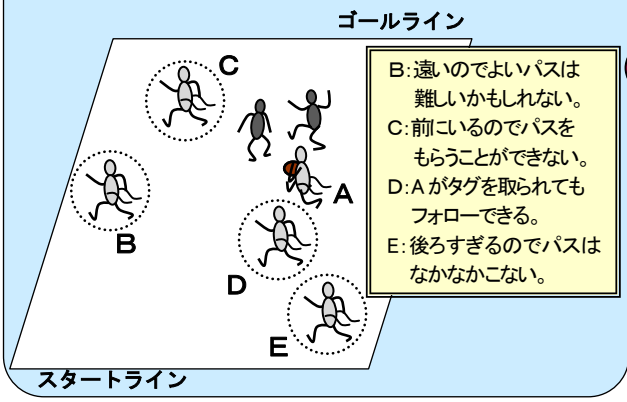
【 ゲームを見とる視点 】

・ボールを持ったら、タグを取られることを恐れず、ゴールに向かい走り込んでいるか。
・タグを取られたら、後方を向き落ち着いて味方にパスをしているか。
・ボールを持っていない子は、持っている子から離れすぎないで追いかけているか。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q ： Ａさんからよいパスがもらうには、誰のように移動するとよいでしょうか？（受け手）

Ａ ： 斜め後ろからついている Dさん



B:遠いのでよいパスは難しいかもしれない。
C:前にいるのでパスをもらうことができない。
D:Aがタグを取られてもフォローできる。
E:後ろすぎるのでパスはなかなかこない。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・タグを取られるまでパスをしないこと。
・相手を引きつけタグを取られることは、トライのためのスペース作りにとても有効であることを意識付ける。
・守備者は、タグを取ったら「タグ！」と大きな声で叫びタグを上に挙げること、取った後は、相手の腰に着けてあげてからプレイに再び参加すること。

【 つまずき と 声かけ 】

つまずき	声かけ
・動けず立ち止まってしまう。 ・味方も見ずにボールを投げる。	「タグを取られても大丈夫だよ。ゴールをめがけて前へ進もう。」 「タグを取られたら、後ろを向いて落ち着いて相手を探そう。」
・なかなかパスをもらうことができない。	「どちらに走るか、みんなで確認しよう。」 「ボールを持っている子の後ろを離れないで走っていこう。」 「パスをもらいたい時は、大きな声を出したり、合図をしたりするといいよ。」

＊３ アウトナンバーゲーム：攻撃側の人数を守備側より多くした攻撃側優位のゲーム。作戦を活かしやすくなる。
＊４ フリーパス：守備側を５m位離れさせ、防御をなくし自由な状態でパスをすること

高学年向け　バスケットボールを簡易化したゲーム

学習指導要領解説

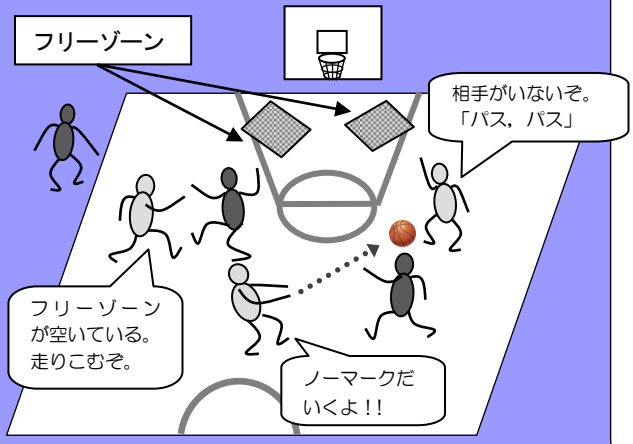
【技能に関する学習内容】
- 近くにいるフリーの味方にパスをすること。
- 相手にとられない位置でドリブルすること。
- ボールを保持する人と自分の間に守備者を入れないように立つこと。
- 得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをすること。
- ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防ぐこと。

ゲームの特徴

ゲーム１：フリーゾーンゲーム１（ハーフコート）

ゴール下の守備者に邪魔されないフリーゾーンを活かし、守備の状況を見て「右か？左か？」と有効な空間を判断してボールを運びシュートをすることを学ぶことができる攻守交代制のゲーム。

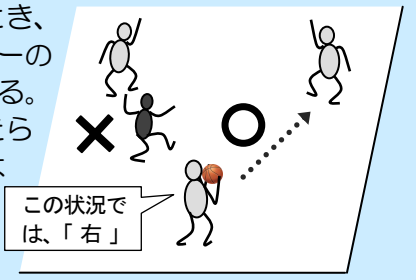
【場】ハーフコート（既存のコートの半分）
フリーゾーン（縦約 2m×横約 1.5m）



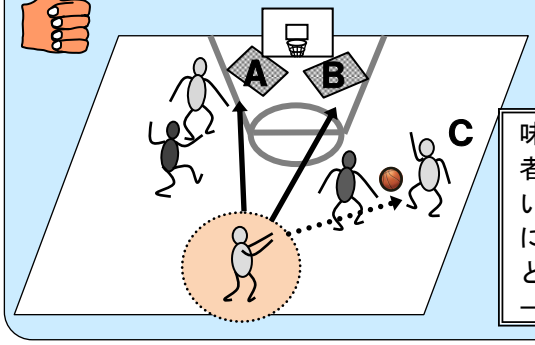
【主なルール】
①攻撃３人、守備は２人。守備側の１人は、リスタートごとにローテーションして交代する。
②３分間で攻守交代。
③攻撃側からのリターンパス[*1]で開始。
・得点、ボールがコート外に出る、相手にボールが渡った場合には、リスタートする。
④リングに当たれば１点。ゴールは２点。ただし、プレイヤーごとの最初のゴールは１０点。（P10 参照）
フリーゾーンの外からの得点も同じ。
⑤守備側は、フリーゾーンに入って守備者をできない。
⑥ドリブルはなし。
・守備側がボールを取れるのは、パス（ドリブル：発展）のカット、シュートのリバウンドのときとする。
・トラベリングは、３歩まで許容する。
【発展】⑥ドリブルあり。ダブルドリブルの反則をとる。

【 ゲームを見とる視点 】
- ボールを持ったとき、フリーの味方を見つけパスを出しているか。
- ボールを持っていないとき、相手のいないフリーゾーンを選んで移動しているか。
- パスを出したら、今度は自分もパスをもらえる位置に動いているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】
- スタートするとき、味方のプレイヤーの位置を確認させる。
- ボールを持ったらフリーの味方は「右か左か」を判断させる。



【 よい動きを考えさせる発問 】
Q:パスした後は，どこに動けばいいかな？



味方も守備者もいない、ゴールに近い場所といえば → **B**

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉パスを出すことができない。	「フリーの味方は、右の人？・左の人？」
〈守備側〉簡単にパスを通されてしまう。	「いつも２人の攻撃者の間にサンドイッチになるように動こう。」

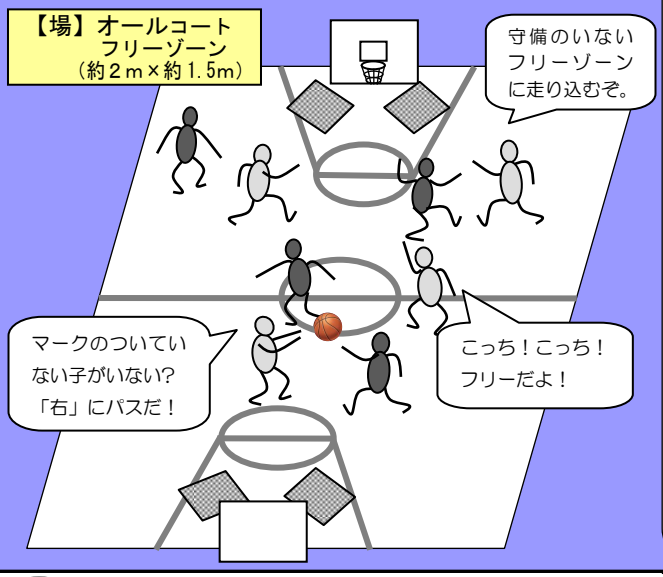
＊１　リターンパス：攻撃側から最初に守備側に最初パスを出し、そのパスを攻撃側にパスを返してからスタートする（Ｐ８参照）

【 準備 】
・ドッジボール（パスのみのゲームに有効）
・バスケットボール４号球
・フリーゾーン（すべり止めマットやラインテープで囲む）2m×1.5m
・ゼッケン　・得点板　など

ゲームの特徴

ゲーム２：フリーゾーンゲーム２（オールコート）

ゲーム１を発展した攻守同数で行うゲーム。フリーでボールをもらうために相手のマークを外す動きが必要となり、攻守の切り替えを素早くすることを学ぶことができる。



【主なルール】
①１チーム４人ずつ。
②１ゲームは３分間。
③センターラインからのリターンパスで開始する。
・得点した場合には、リスタートする。
・ボールがラインを出たら相手側のスローイン。
④リングに当たれば１点。ゴールは２点。ただし、プレイヤーごとの最初のゴールは１０点とする。(P10)
⑤守備側は、フリーゾーンに入って守備をできない。
⑥ドリブルはなし。
・守備側がボールを取れるのは、パス（ドリブル：発展）のカット、シュートのリバウンドのときとする。
・攻撃側にトラベリング（３歩まで許容）があった場合には、センターラインからリスタートする。
・保持しているボールを取ることはできない。
・身体接触をしないようにする。危険なプレイの場合を反則とし、サイドラインからの相手ボールとする。
【発展】⑥ドリブルあり。ダブルドリブルの反則をとる。

【 ゲームを見とる視点 】

・ボールを持ったとき、フリーになっている味方を見つけパスを出しているか。
・ボールを持ったとき、シュートかパスか（ドリブルか）の判断をしっかりしているか。
・ボールを持たないとき、相手のいない方のフリーゾーンを選んで移動しているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・ボールを持ったとき、周りをよく見て判断することを意識させること。
・攻守同数は、守備側に有利な展開となりやすいので、守備者をかわす動きが必要となること。
・ピボット[*2]をうまく使うことで、ボールをキープし状況判断をする時間を確保すること。
＜ドリブルありの場合＞
・ドリブルの技能を高める必要がでてくる。
・シュートかパスかドリブルか、判断する数が３つになるので難しさが増す。
・ドリブルをすることで単独プレイが増えたり、攻めが遅くなったりしないように気を付ける。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Ｑ：　次のようにボールを保持した場合、どのような行動を選択すればよいでしょう？

１　周りに守備者がおらずゴールまでも近い。
Ａ：シュート　失敗を恐れずゴールが見えたらまずはシュート！

２　ゴール方向に守備者がいないがゴールまで遠い。
Ａ：ドリブル　相手がいない時は、ドリブルで速く攻めるのも有効。

３　近くに守備者がいるがフリーの状態の味方がいる。
Ａ：パス　フリーの味方を見つけ落ち着いてパスをする。

４　守備者にマークにつかれてパスを出せない。
Ａ：キープ　ピボットを使い、味方へのパスのチャンスをうかがう。

【 つまずき と 声かけ 】

＜攻撃側＞
・シュートに結びつかない。
・マークにつかれてパスがもらえない。
「パスしたら相手のいないフリーゾーンに動こう。」
「正面からもシュートしてみよう。」
「急に前後左右に動いて、マークをはずそう。」

＜守備側＞
・ボールを奪えない。
「腰を落として構えよう。」
「相手に近づき、パスが出る瞬間にボールを奪おう。」

＊２　ピボット：ボールを持った時に、軸足を動かさずにもう片方の足を自由に動かし体の向きを変えてボールを保持する技能。

高学年向け　サッカーを簡易化したゲーム

学習指導要領解説

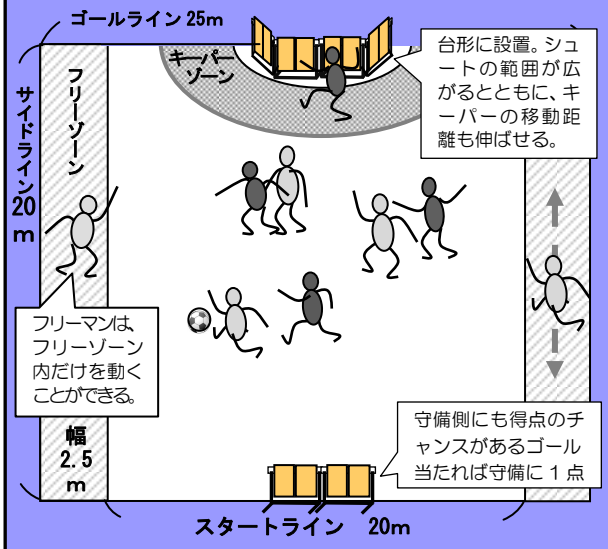
【技能に関する学習内容】
・近くにいるフリーの味方にパスをすること。
・相手にとられない位置でドリブルすること。
・ボールを保持する人と自分の間に守備者を入れないように立つこと。
・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをすること。
・ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防ぐこと。

ゲームの特徴

ゲーム１：サイドフリーゾーンゲーム１（ハーフコート）

左右のフリーゾーンを活かしコートを広く使いながらサイドからの攻めを学ぶことができる攻撃側に数的優位のゲーム。攻守交代制とし、攻撃か守備に専念することができる。

【場】ハーフコート（縦２０ｍ×横２５ｍ）



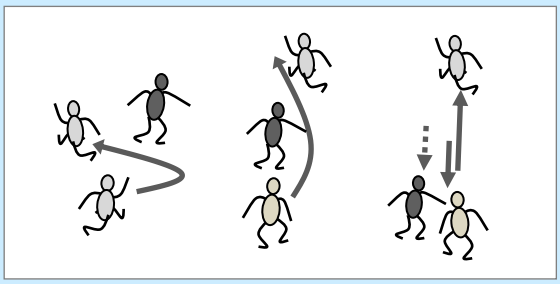
【主なルール】
①攻撃５人（フリーマン２）、守備４人（ゴールキーパー1）。
②５分間で攻守交代。計 10 分間
③スタートラインよりスタート。守備者は５ｍ以上離れる。
・得点後、ボールカット、ボールがラインから出たらスタート位置に戻りリスタートする。
④攻撃側がゴールに当てたら１点。守備側がボールをとり、その人がその場から反対のゴールに向けてシュートし（攻撃者は邪魔できない）、ゴールに当ったら守備側にも１点。
⑤フリーマン（２人）はフリーゾーン内だけを移動できる。ただし、シュートはできるが、ドリブルはできない。
・守備者は、フリーゾーンには入れない。
⑥ボールを足の裏で押さえて止めているとき、相手はボールをとることができない。（ボールキープルール）
・危険な行為や故意にボールを手で扱うなどの行為を反則とする。守備側の場合には、その場からの間接フリーキック、攻撃側の場合にはスタートラインからリスタートする。

【発展】
⑤フリーマンもドリブルできる。
・フリーマンもフリーゾーン以外を動くことができる。
・フリーゾーンをなくす。

【 ゲームを見とる視点 】
・フリーゾーンを使って広く攻めているか。
・フリーゾーンでボールを受けたら、その場から近くにいるフリーの味方に早めによいパスを出しているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】
・ボールを持ったら、守備者がいないフリーゾーンは「右か左か」のどちらかを意識すること。
・パスを受けるために、ボール保持者と自分との間に守備者がいない場所に移動すること。

【 よい動きを考えさせる発問 】
Ｑ：どうすればマークをはずせるかな？



①急に方向を変える	②急にスピードアップする	③後ろに下がってから前に走る

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉 ・どこにパスを出したらよいかわからない。 ・パスを出した後止まっている。	「フリーゾーンにいる味方にパスをしてみよう。」 「パスを出したら相手のいない所に走ってみよう。」
〈守備側〉 ・簡単にパスを通されてしまう。 ・攻撃者が自由にプレイしている。	「サンドイッチの位置になるように移動しよう。」 「相手の動きをよく見て、しっかりとマークしよう。」

＊間接フリーキック：相手に邪魔されることなく蹴ることができる。ただし直接ゴールに入っても得点とならない。

【 準備 】

・ボール（当たっても痛くないウレタン製ボール、スピードを落とすために空気を抜いたボール、反発性が低くトラップしやすいフットサル用のボール） ・ゴール ・ゼッケン ・得点板 など

ハードルゴール

ハードルに段ボールをかぶせる。ボールが当たると音が鳴りシュートの喜びを味わえる。風が強いときは砂袋を置いて転倒防止をする。

ゲームの特徴

ゲーム２：サイドフリーゾーンゲーム２（オールコート）

ゲーム１を発展させた攻守の切り替えがあるゲーム。攻撃者が自由に入れるフリーゾーンを活かしコートを広く使ってのゲーム展開を学習する。攻撃専門マンをおくことでアウトナンバーとなっている。

【場】オールコート（縦４０ｍ×横 25m）

【主なルール】

①１チーム５人（ゴールキーパー１人、攻撃専門マン１人）
②前後半５分間ずつ。
③スタートは、サークル中央からキックオフする。
・得点後は、中央から得点された側のボールでリスタート。
④ゴールに当たったら１点。
⑤守備側陣地のフリーゾーンは、攻撃側に限り誰でも入れる。ゾーン内ではドリブルをすることができるが、ドリブルしたままでの出入りはできない。ゾーン内からのシュートは禁止とする。
・攻撃専門マン（赤帽子）は、守備のために自陣には戻れない。
・ゴールキーパーは、攻め上がってもよい。
・［ゴールラインからボールがでた場合］
攻撃側が出したらゴールキックとし、攻撃側は一度自陣へ戻る。守備側が出したらフリーゾーンから攻撃側が足又は手で転がして入れる。
［タッチラインからボールが出た場合］
相手側がタッチラインから足又は手で転がして入れる。
⑥危険な行為や故意にボールを手で扱うなどの行為を反則とし、その場からの間接フリーキックとする。
・ボールキープルールを採用する。（ゲーム１⑥参照）

【発展】

⑤フリーゾーンをなくす。 ⑤攻撃専門マンをなくす。
⑥ボールキープルールをなくす。

【 ゲームを見とる視点 】

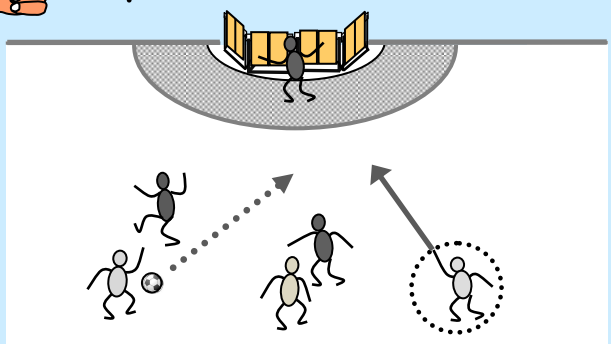
・左右のフリーゾーンをうまく使っているか。
・ボールを持ったとき、フリーの味方を見つけてパスを出しているか。
・守備者はサンドイッチの位置に移動しているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・フリーゾーンをうまく使うこと。その際、守備者は、フリーゾーンに入ることができないこと。
・攻撃専門マンは、自陣に戻れないこと。
・フリーゾーンではボールを持ちすぎず、パスは、受け手にやさしいゴロで出すようにすること。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q：◌が得点するにはどうしたらよいですか？



A：守備者の後ろ、ゴール前の空いている所に走り込んで、パスを受けてシュートします。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉
・味方を見ないで慌ててボールを蹴ってしまう。
・パスがもらえない。

「落ち着いて、顔を上げて、よく見よう。パスできる人を探そう。」
「大きな声を出したり、手で合図をしたりするといいよ。」

〈守備側〉
・ボールを奪うことができない。

「相手に近づいていき、ボールが相手の足から離れた瞬間にボールに足を当て、コースを変えるだけでいいんだよ。」

高学年向け

ハンドボールを簡易化したゲーム

学習指導要領解説

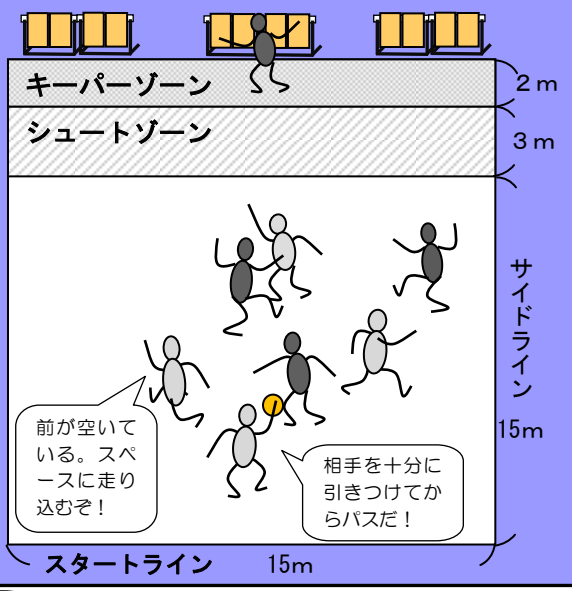
【技能に関する学習内容】
・近くにいるフリーの味方にパスをすること。
・相手にとられない位置でドリブルすること。
・ボールを保持する人と自分の間に守備者を入れないように立つこと。
・得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどをすること。
・ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防ぐこと。

ゲームの特徴

ゲーム１：タッチハンド１（ハーフコート）

相手にタッチされるまでボールを持って進む動きや、相手を引きつけて生まれたスペースに味方が走り込む動きを学ぶことができる。ゴールを３か所にすることで、キーパーの位置により、どのゴールが得点しやすいかを判断する力も要求される。

【場】ハーフコート（縦２０ｍ×横１５ｍ）



【主なルール】
①攻撃４人、守備４人（ゴールキーパー1 人）
②ボール保持者がタッチされるか、ボールを守備者にカットされたら、攻撃側はスタートラインに戻りやり直す。
・３分間で攻守交代。２セットで１ゲーム。
③スタートラインから攻撃側が一斉にスタートする。
・守備側のスタートは、シュートゾーンの手前とする。
④３か所の簡易ゴールのどれかに当たったら１点。
⑤シュートは、シュートゾーンの中からだけとする。
・守備者はシュートゾーンに入ることはできない。
・キーパーはキーパーゾーンから出ることはできない。
⑥ドリブルなし。歩数制限はないが、スタートから一人でボールを持ちこんでシュートはできない。
・守備側の１人は、必ずボールを持っている攻撃者にタッチに行く。（アウトナンバーの状態をつくる。）

【発展】
⑤シュートゾーンをなくす。
・オールコートにし、双方向の攻撃にする。

【 ゲームを見とる視点 】

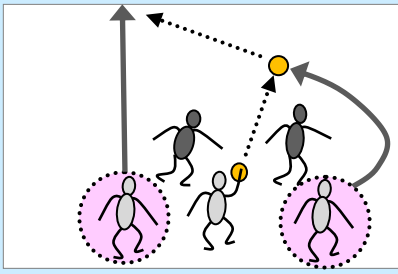
・ボール保持者は相手を引きつけるために、できるだけゴールに向かって突進しているか。
・攻撃側ボール非保持者は、相手のいない、もしくはシュートゾーンの近くで空いているスペースを探し、動こうとしているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・相手が近づくまでは、ゴールに向かって進むこと。
・ボール保持者が相手を引きつけることによって生まれたスペースを、非保持者が見つけて走り込みパスをもらうことができるようにする。
・守備側が、ボール保持者にタッチに行くことで、アウトナンバーの状態をつくりだす。タッチしたら大きな声で「タッチ」ということ。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Ｑ：ボールを持っていない人がどこに動けばパスがつながるでしょうか？



守備者のいない場所へ素早く移動しパスをつなげていく。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉どこに動けばよいか分からない。	「ボールを持ったらゴールに向かい前進しよう。」「サンドイッチにならないように移動しよう。」
〈守備側〉簡単に突破されてしまう。	「相手とゴールを結ぶ直線上に移動しよう。相手がサイドライン側にいるように半身になり腰を低くして構えよう。」

【 準備 】
・ハンドボール１号球
・ハードルゴール、または、カラーコーン
・ゼッケン　・得点板　など

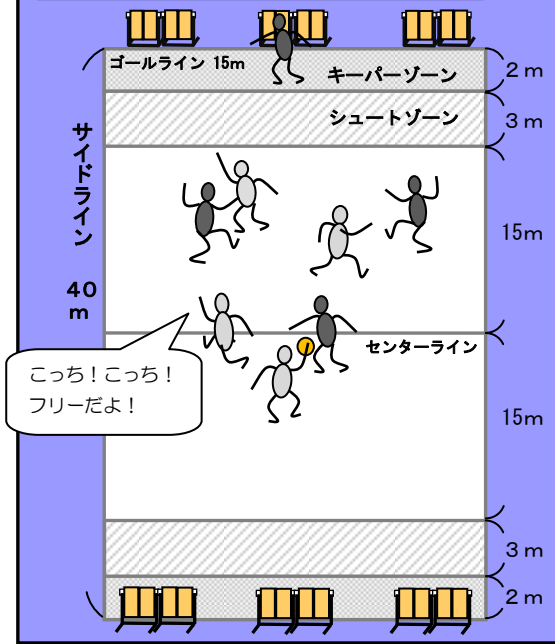
ハードルゴール
ハードルに段ボールをかぶせる。風の強いときは砂袋を置くと転倒防止ができる。

ゲームの特徴

ゲーム２：タッチハンド'2（オールコート）

ゲーム１を発展させた攻守の切り替えがあるゲーム。ゴールキーパーも攻め上がることができるので、攻撃側の数的優位な状況をつくりやすくなっている。

【場】オールコート（縦４０ｍ×横 15m）



【主なルール】
①１チーム４人。ゴールキーパーは得点ごとにローテーションで交代。
②前後半５分間ずつ。
③センターラインよりスタート。守備者は、シュートゾーンのところからスタートする。
・ゴールラインからボールが出たら、すべてキーパーボール。
サイドラインから出たら、その場所から相手のスローイン。
④ゴールに当たると１点。
⑤ゴールキーパーもキーパーゾーンから出て攻撃に参加してよい。
・シュートは、シュートゾーン内で行い、守備者に妨害されない。
⑥ドリブルなし。１人での突破を防ぐため歩数制限は４歩まで。
・ボール保持者は、守備者にタッチされたら止まってパスをしなければならない。
・相手を倒したり、押したりしたときは、すべて相手ボール。

【発展】
⑤シュートゾーンをなくす。
・ゴールを３か所から真ん中の１か所にする。
・キーパーゾーンを半円形にし、正規のルールに近つける。
⑥ドリブルあり。

【 ゲームを見とる視点 】

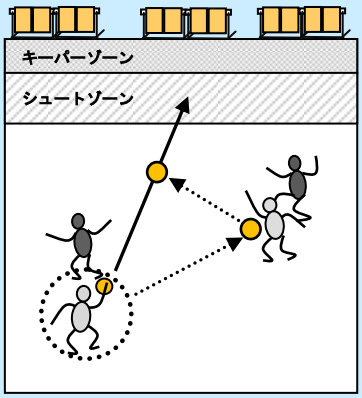
・守備者のいない位置を見極め、そこに走り込んでパスをもらおうとしているか。
・キーパーの位置をよく見て、シュートするゴールを選択したり、パスの受け手を探したりしているか。
・攻守の切り替えがスムーズにいっているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・ゴールキーパーが攻めに夢中になり、守備になったときに戻りが遅くならないようにすること。
・得点しやすい場所に移動し、パスをもらいシュートをすること。
・攻撃は、タッチされたら止まってパスをすること。守備者は、「タッチ！」と大きい声で言うこと。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Ｑ：どのようにシュートの場面にもっていったらよいですか？



Ａ：味方にパスを出した後、ゴール前に走り込んでパスを返してもらいシュートをねらう。

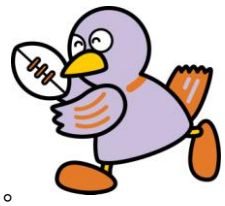
【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉パスがうまく回らない。	出し手：「周りをよく見てフリーの味方を探してみよう。」 受け手：「マークをはずす動きをしよう。大きな声を出したり、手で合図をしたりしよう。」
〈守備側〉キーパーが上手く防御できない。	「腰を低くして構え、腕を広げたり、動かしたりしながらシュートを防ごう。」 「相手の動きとボールをよく見て積極的に防ごう。」

高学年向け　タグラグビーを簡易化したゲーム

学習指導要領解説

【技能に関する学習内容】
- 近くにいるフリーの味方にパスをすること。
- 相手にとられない位置でドリブルすること。
- ボールを保持者する人と自分の間に守備者を入れないように立つこと。
- 得点しやすい場所に移動し、パスを受けてシュートなどすること。
- ボールを保持者する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防ぐこと。

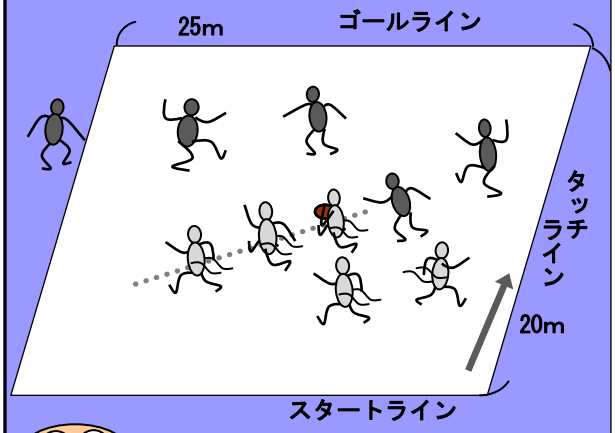


ゲームの特徴

ゲーム１：攻守交代アウトナンバーゲーム（ハーフコート）

攻撃か守備かに専念できる攻守交代制のゲーム。アウトナンバーゲーム*1として攻撃側に優位となっているが、守備側も攻撃を防ぐことにより得点が入るようにエ夫をしている。

【場】縦 20m×横 25m



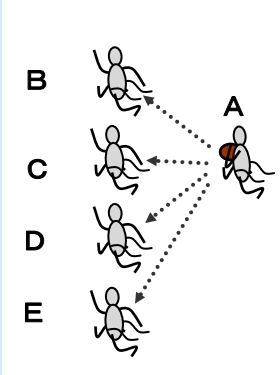
【主なルール】
①攻撃５人、守備４人（実態に応じ、攻撃４人、守備３人）
・コート外に出る人は、トライごとにローテーションで交代。
②４分で攻守交代。２セットで１ゲーム。
③スタートラインから攻撃をスタート。守備は5m離れる。
・攻撃のスタート時にボールを持つ子は、毎回交代する。
④タグを３回取られるまでにトライしたら２点。タグを取られた後１歩でラインを越えても得点。守備側はタグを取ることだけに専念し、攻撃を防いだら守備側に１点入る。
⑥「タグを取られるまではパスをしないという制限」は外す。明らかな前方へのパス（スローフォワード）は不可。
・タグを取られたら３歩以内で味方にパスをする。
・攻撃側は、以下のような時、元の位置に戻る。
○タグを取られたのに４歩以上移動してしまった時
○ボールを蹴った時　○明らかにボールを前へ投げた時
○ボールやボール保持者がタッチラインを出た時
・守備側に反則（危険、卑怯なプレイ）があったら、守備者は５m離れその場から攻撃側のフリーパス。ただし、ゴールライン近くの時は、ゴールラインまで下がればよい。
・攻撃者がボールを落としても拾い上げてプレイしてよい。

【発展】
①イーブンナンバーゲーム（攻守の人数が同じ）
②攻守の交代の時期を、タグを３回取られたり、ボールやボール保持者がタッチラインから出たりしたときとする。

【 ゲームを見とる視点 】
・ボールを持ったらまず前進しようとしているか。
・ボール非保持者は、保持者の後方を移動しながらパスをもらおうとしているか。
・守備者や味方の動きをよく見て、落ち着いてパスを出しているか。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q：Aさんは、どの位置の人にパスを出すとよいでしょう？



B：前にはパスできない。（スローフォワード）　「×」
C：真横へのパスはタイミングが難しい。　「○」
D：ボールの受け手が斜め後ろから走り込むことができる。　「◎」
E：遠くてパスが届かない届いても効果的に前進できない。　「△」

【 指導のポイント・徹底させること 】
・移動しながらのパスが可能なゲームであるので、パスの出し手は相手をよく見て、受け手は声をかけながら後方から走り込んでパスをもらえるようにすること。
・攻撃側は、ボール保持者に固まらず、斜め横に広がって空間をつくりながら攻めていくこと。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉 ・ｽﾛｰﾌｫﾜｰﾄﾞになってしまう。 ・ボールを落としてしまう。	「ボールを持っている子の斜め後ろを走ろう。」 「慌てないでボールをよく見て。上半身を相手に向けて両手でしっかりボールをつかもう。」
〈守備側〉 ・すぐに抜かれてしまう。	「相手がスピードに乗る前に、早めに距離を縮めよう。腰を低くして構え相手の走るコースに入ろう。」

【 準 備 】

・タグラグビー用楕円球（空気圧を低くすると操作しやすくなる）
・タグ（タオルやハチマキでの代用可）　・ゼッケン　・得点板

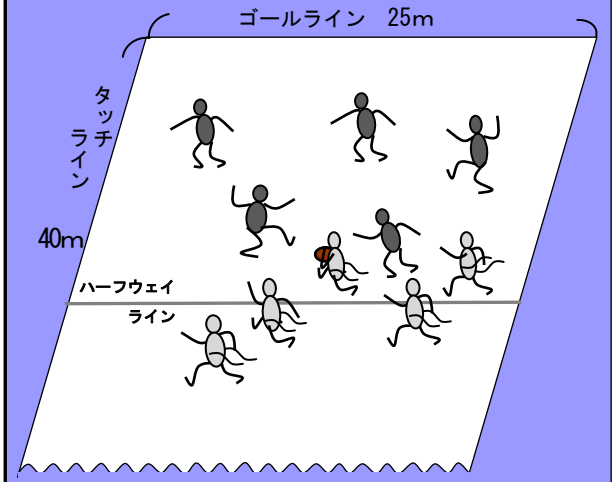
［ 腰につけるタグ ］

ゲーム2：攻守交代イーブンナンバーゲーム（オールコート）

ゲームの特徴

ゲーム１を発展したイーブンナンバーゲーム。パスカットをなくし守備者にタグを取ることだけに専念させることで、攻守のどちらかに専念できるのでやさしいゲームとなっている。

【場】オールコート（縦 40m×横 25m）



【 ゲームを見とる視点 】

・ボール保持者だけが前進しているのではなく、パスをつなぐために、全員が動いているか。
・攻守の切り替えが素早くできているか。

【主なルール】

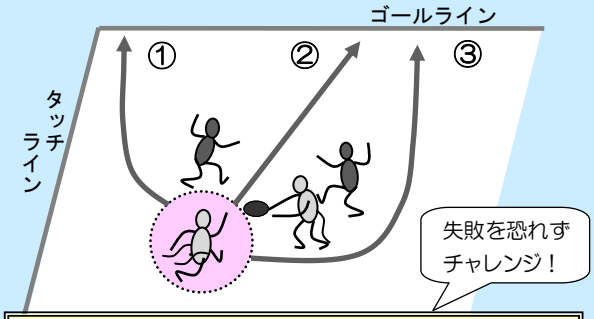
①１チーム５人ずつ（攻守同数のイーブンナンバー）。
②前後半４分間ずつ。
③ハーフウェイラインから攻撃をスタート。守備は５m離れる。
・攻撃のスタート時にボールを持つ子は、毎回交代する。
④タグを４回取られるまでに（３回まではＯＫ）トライしたら２点。タグを取られた後１歩でラインを越えても得点。
⑥攻撃者は、タグを取られたら３歩以内で味方にパスをする。明らかな前方へのパス（スローフォワード[*2]）は不可。ボールを落としても拾い上げプレイしてよい（ノックオン[*3]なし）
・守備者は、タグを取ることだけに専念する。相手のパスをカットしたり、落ちたボールを拾ったりはできない。
・以下のような場合は、ボール（攻撃権）が相手側へ移る。
［ハーフウェイラインからリスタート］　〇トライを決めた時
〇タグを４回取られるまでにトライを決められなかった時
［その場から相手ボールでのリスタート］
〇ボールを蹴ってしまった時
〇タグを取られたのに４歩以上移動してしまった時
〇明らかにボールを前へ投げた時（スローフォワード）
〇ボールやボール保持者がタッチラインを出た時
〇攻撃側に反則（危険、卑怯なプレイ）があった時
・守備側に反則があったら守備側は５m離れ、その場から攻撃側のフリーパス。ただし、ゴールライン近くの時は、守備側はゴールラインまで下がればよい。

【発展】

⑥守備者が落ちているボールを拾ったり、パスカットをしたりすることを許容し、その場合は、攻守の切り替えをする。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q ： パスをもらった後、トライするためにはあなただったらどのように移動しますか？



①：タッチラインの方に守備者をよけながら走り込む。
②：守備者はいるけれど前方が空いているので、タグを取られることを恐れず思い切って走り込む。
③：守備者はタグを返さなくてはならないので大丈夫！回り込んで思い切り走り込む。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・タグは３回まで取られても大丈夫だから、守備者が来ても慌てずパスをもらったらまず前進を考えること。
・守備者は、タグを取ることのみに専念すること。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉 ・ボールを持ち立ち止まったり下がったりしてしまう。	「タグを取られても大丈夫だよ。前へ進もう。」 「ボールを持ったら、よく見て空いている所をめがけて走ろう。」
〈守備側〉 ・攻撃から守備への切り替えが遅れる。	「全員守備！」と、みんなで声をかけ合おう。

＊１ アウトナンバーゲーム：攻撃側の人数を守備側より多くした攻撃優位のゲーム。攻守同人数ゲームをイーブンナンバーゲームという。
＊２ スローフォワード：ボールを前方へ投げてしまう反則。
＊３ ノックオン：ボールを前へ落としてしまう反則。

中学1・2年向け　バスケットボールを工夫したゲーム

学習指導要領解説

【技能に関する学習内容】

「ボール操作」
- ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすること。
- マークされていない味方にパスを出すこと。
- 得点しやすい空間にいる味方にパスを出すこと。
- パスやドリブルなどでボールをキープすること。

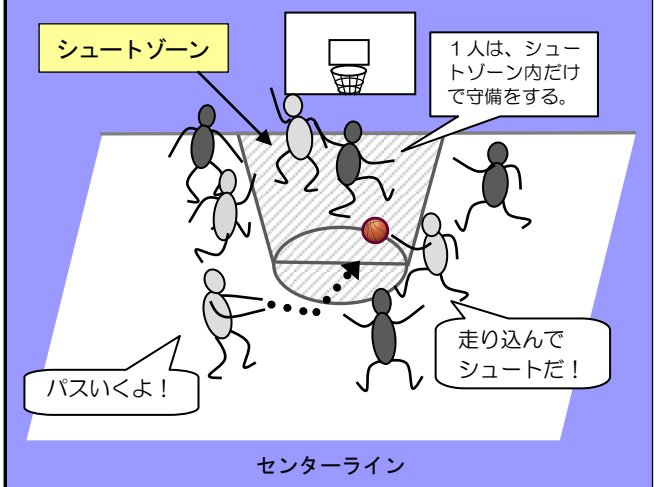
「空間に走り込むなどの動き」
- ボールとゴールが同時に見える場所に立つこと。
- パスを受けるために、ゴール前の空いている場所に立つこと。
- ボールを持っている相手をマークすること。

ゲームの特徴

ゲーム１：シュートゾーンゲーム1（ハーフコート）

シュートゾーン（守備者は１人しか入ることができない）を設け、攻撃側の「空間に走り込む動き」を引き出しやすいように工夫したゲーム。ハーフコートを使用しての攻守交代制ゲームで、シュートゾーン外では４人対３人のアウトナンバーとなっている。

【場】ハーフコート（既存のコートの半分）



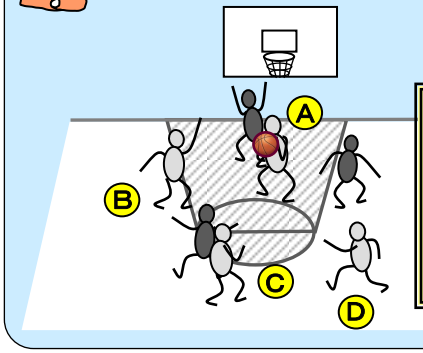
【主なルール】
①攻撃４人、守備４人（１人はシュートゾーンの中だけでプレイする。）
②５分間で攻守交代。
③センターラインから攻撃側からのリターンパス*で開始。
・得点、ボールがコート外に出る、相手にボールが渡った場合には、センターラインからのリスタート。
④シュートゾーン内でのシュートは２点（外から走り込む動きやリバウンドを捕る動きを引き出すため）、シュートゾーン外からのシュートは１点
⑤シュートゾーン内には、守備者は１人だけ入れる。リスタートごとにローテーションで交代する。
⑥攻撃側にトラベリング（３歩まで可：簡易化）、ダブルドリブルの反則があった場合には、センターラインからリスタート。
・保持しているボールを取ったり、叩いたりできない。
・身体接触をしないようにする。

【発展】
⑥シュートゾーンに入ることのできる守備者を増やす。

【 ゲームを見とる視点 】
- マークされていないフリーの味方を見つけ、パスを出せているか。
- 守備者をかわしてシュートゾーン内の空間に走り込んでいるか。

【 指導のポイント・徹底させること 】
- シュートゾーンに走り込む有効な動きを意識させること。
- シュートゾーン内には、１人の守備者のみ入ることができること。

【 よい動きを考えさせる発問 】
Q:シュートゾーンでボールをもらったAさんはどうしますか？



A：落ち着いて状況判断する。
①振り向きシュート
②フリーのBにパス
③走り込んで来るDにパス

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉動けず立ち止まってしまう。	「シュートゾーンへ走り込んでみよう。
〈守備側〉パスを簡単に通されて得点されてしまう。	「サンドイッチの位置に移動しパスコースをふさごう。」「腰を低くし素早く動けるようにしたり、両手をあげたりして防いでみよう。」

＊リターンパス：攻撃側から最初に守備側に最初パスを出し、そのパスを攻撃側にパスを返してからスタートする（Ｐ８参照）

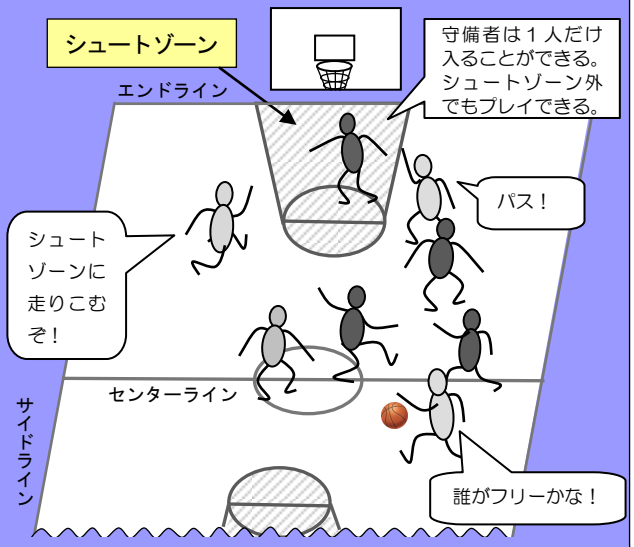
ゲーム2：シュートゾーンゲーム2（オールコート）

【 準備 】
・バスケットボール（４・５号球）
・ゼッケン　・得点板　など

ゲームの特徴

ゲーム１の「空間への走り込み」を引き出すゲームを発展させた、攻守の切り替えの速さが求められるゲーム。シュートゾーン内の守備者の制限をゆるくしていくことで、公式ルールでのゲームに近づけることができる。

【場】オールコート（既存のコート）



【主なルール】
①１チーム４人ずつ。
②前後半５分間ずつ。
③センターサークルでのジャンプボールでゲーム開始
・得点後、または、攻撃側がエンドラインからボールを出したら、エンドラインから相手側ボールとする。
・ボールがサイドラインから出たら相手側のスローイン。
④シュートゾーン内でのシュートは２点（外から走り込む動きやリバウンドを捕る動きを引き出すため）、シュートゾーン外からのシュートは１点。
⑤守備側のシュートゾーンへの出入りは１人だけ。ただし、守備ゾーンの外でもプレイすることができる。
⑥相手を倒したり、つかんだり、叩いたりしたとき、トラベリング（２歩まで可）、ダブルドリブル、保持しているボールを叩いたりするなどのファウルのときは、すべてサイドラインから相手側のスローイン。

【発展】
⑤シュートゾーン内に入れる守備者を増やしていく。

【 ゲームを見とる視点 】

・ボールを持ったとき、シュートかパスかドリブルかの判断をしっかりしているか。
・守備者をかわしてシュートゾーン内の空間に走り込んでいるか。
・ボールを持っている相手をしっかりマークしているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・シュートゾーンに走り込む有効な動きを意識させること。
・攻守の切り替えを素早くすること。

［守備の原則］　①シュートをうたせないこと。
②条件の悪いシュートの状態にすること。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q：次のようにボールを保持した場合、どのような行動を選択するでしょう？

1	周りに守備者がおらずゴールまでも近い。	**A：シュート**　ゴールが見えたら失敗を恐れずにシュート！
2	近くに守備者がいるがフリーの状態の味方がいる。	**A：パス**　フリーの味方に落ち着いてパスをする。
3	相手にマークにつかれパスを出せない。	**A：キープ**　ピボットを使い、味方へのパスのチャンスをうかがう。
4	ゴール前に守備者が戻っていない。	**A：速攻**　ドリブルで速攻するか、味方が上がっていればロングパス。
5	味方がみなマークされてしまっている。	**A：チャレンジ**　自らドリブルで相手をかわし切れ込んでシュート。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉
・味方も見ずに慌ててボールを投げてしまう。
・守備者のマークにより有効な位置に動けない。

「ボールを持っているときは、相手にボールを取られることはないので、落ち着いてパスやシュートをしよう。ピボットも使ってみよう。」

「シュートゾーンへ走り込もう。」

〈守備側〉
簡単にマークが外されてしまう。

「ボールと相手をよく見て、タイミングを計りながら体を寄せよう。抜かれても相手について行こう。」

中学1・2年向け　サッカーを工夫したゲーム

学習指導要領解説

【技能に関する学習内容】

「ボール操作」
- ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすること。
- マークされていない味方にパスを出すこと。
- 得点しやすい空間にいる味方にパスを出すこと。
- パスやドリブルなどでボールをキープすること。

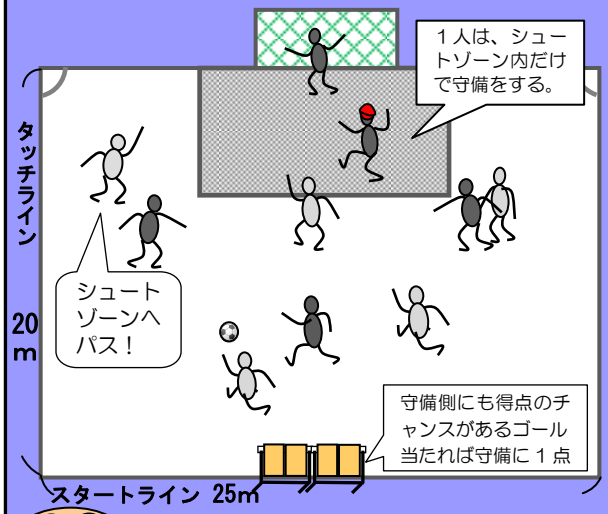
「空間に走り込むなどの動き」
- ボールとゴールが同時に見える場所に立つこと。
- パスを受けるために、ゴール前の空いている場所に立つこと。
- ボールを持っている相手をマークすること。

ゲーム１：シュートゾーンゲーム１（ハーフコート）

ゲームの特徴

ゴール前の空間に走り込む攻防を学びやすくするために、シュートゾーン内での守備者の人数を制限したゲーム。攻撃側に有利なアウトナンバーゲームとした攻守交代制ゲーム。

【場】ハーフコート（縦２０ｍ×横２５ｍ）
シュートゾーン（縦５ｍ×横７ｍ）



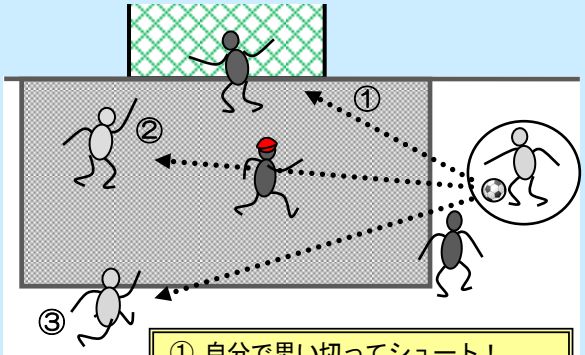
【主なルール】
①攻撃５人、守備５人（ゴールキーパー1 人、シュートゾーン内に守備専門マン１人）。
②４分間で攻守交代。計８分間
③スタートラインからキックオフでスタート。守備者は５ｍ以上離れる。 得点後、スタート位置に戻ってリスタートする。
④攻撃者がゴールに入れたら２点。守備者がボールをとり、その人がその場から反対のゴールに向けてシュートし（攻撃者は邪魔しない）ゴールに当たったら守備側にも１点。
⑤シュートゾーンでの制限：シュートゾーンに入って守備ができるのは、ゴールキーパーの他は１人（シュートゾーン内だけで守備をする。）
・タッチラインからボールが出た場合、全てその地点から攻撃側のスローイン、ゴールラインからボールが出た場合、コーナーキック地点から攻撃側のスローインで再開する。
⑥危険な行為や故意にボールを手で扱うなどの行為を反則とする。守備側の場合には、その場からの間接フリーキック[*1]、攻撃側の場合にはスタートラインからリスタートする。

【発展】
⑤シュートゾーンに入ることのできる人数を増やす。

【 ゲームを見とる視点 】
・シュートゾーンを有効に使い、空間に走り込んでいるか。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q：円で囲まれた攻撃者は、どうしたらよいでしょうか？



① 自分で思い切ってシュート！
② ゾーン内のフリーの味方にパス
③ 外から走り込んで来る味方にパス

【 指導のポイント・徹底させること 】
・ボールを持たないときに、シュートゾーンの守備者がいない空間に走り込むこと。
・ボールを持ったら、相手や味方の位置や状況から①シュート ②パス ③ドリブル・キープを判断する。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉・どこにパスを出してよいかわからない。	「シュートゾーンに向けてパスを出してみよう。」
〈守備側〉・ボールを取ることができない。	「1 人ではなく、２人で相手を挟み込みボールを取ってしまおう。」

＊1 間接フリーキック：相手に邪魔されることなく蹴ることができる。ただし直接ゴールに入っても得点とならない。

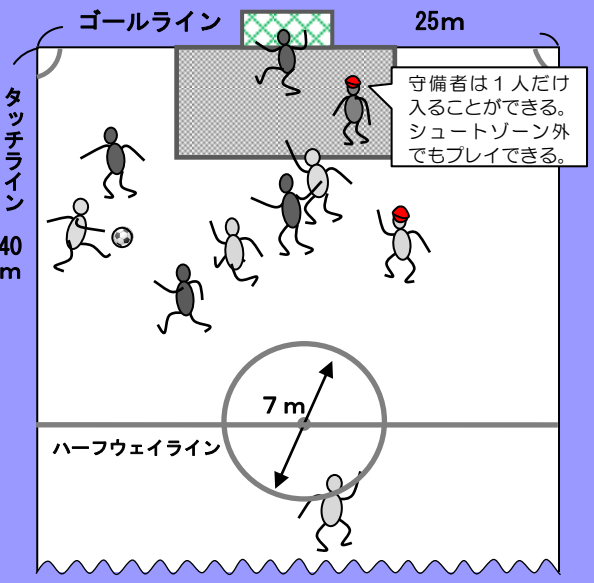
【 準備 】
・ボール（ボール操作をしやすくするため空気圧を低くしたり、フットサル用のボールを使用したりしてもよい）　・ゴール　・ゼッケン　・得点板　など

ゲームの特徴

ゲーム２：シュートゾーンゲーム２（オールコート）

ゲーム１を発展させた攻守の切り替えのあるゲーム。シュートゾーンを活かし、ゴール前の空間に走り込む動きを学ぶことができる。

【場】オールコート（縦４０ｍ×横２５ｍ）
シュートゾーン（縦５ｍ×横７ｍ）

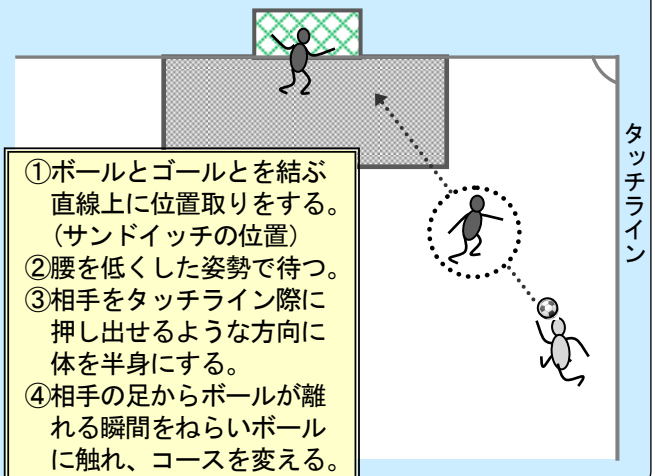


【主なルール】
①１チーム５人ずつ（ゴールキーパー1 人）。
②前後半５分間ずつ。
③中央からのキックオフでスタート。守備者はセンターサークルの外に離れる。　得点後は、中央からリスタートする。
④得点は、１点。
⑤シュートゾーンでの制限：シュートゾーンに入って守備ができるのは、ゴールキーパーの他はあらかじめ決めた１人のみ。ただし、ゲーム１と違いゾーン外でもプレイすることができる。
・タッチラインからボールが出た場合、相手チームのスローイン。ゴールラインから出た場合、攻撃側が出したらゴールキック、守備側が出したらコーナーキックをする。
⑥危険な行為や故意にボールを手で扱うなどの行為を反則とし、相手チームの間接フリーキックとする。
・オフサイド[*2]の反則はとらない。
【発展】
⑤シュートゾーンに入ることのできる人数を増やす。
・シュートゾーンをなくす。

【 ゲームを見とる視点 】
・シュートゾーンに走り込んでいるか。
・ボールを持ったら、相手や味方の位置や状況から ①シュート ②パス ③ドリブル・キープを判断しているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】
・シュートゾーンの外から走り込んでパスを受けシュートをうったり、ドリブルで持ち込んだりすること。
・攻守の切り替えを素早くすること。

【 よい動きを考えさせる発問 】
Q：図のようにドリブルしてくる攻撃者に対しどのようにマークすればよいですか？



①ボールとゴールとを結ぶ直線上に位置取りをする。（サンドイッチの位置）
②腰を低くした姿勢で待つ。
③相手をタッチライン際に押し出せるような方向に体を半身にする。
④相手の足からボールが離れる瞬間をねらいボールに触れ、コースを変える。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉どこに動けばよいのかわからない。	「シュートゾーン内の相手がいない場所へ走り込んでみよう。」
〈守備側〉どのようにマークすればよいかわからない。	「サンドイッチの位置になるように動こう。」 「腰を低くして相手について行こう。」 「ボールが相手の足から離れた瞬間をねらおう。」

＊２　オフサイド：攻撃者が相手陣内で、キーパーを除く最後尾にいる人よりもゴール側の位置で、自チームからパスをもらうこと。

中学1・2年向け　ハンドボールを工夫したゲーム

学習指導要領解説

【技能に関する学習内容】

「ボール操作」
- ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすること。
- マークされていない味方にパスを出すこと。
- 得点しやすい空間にいる味方にパスを出すこと。
- パスやドリブルなどでボールをキープすること。

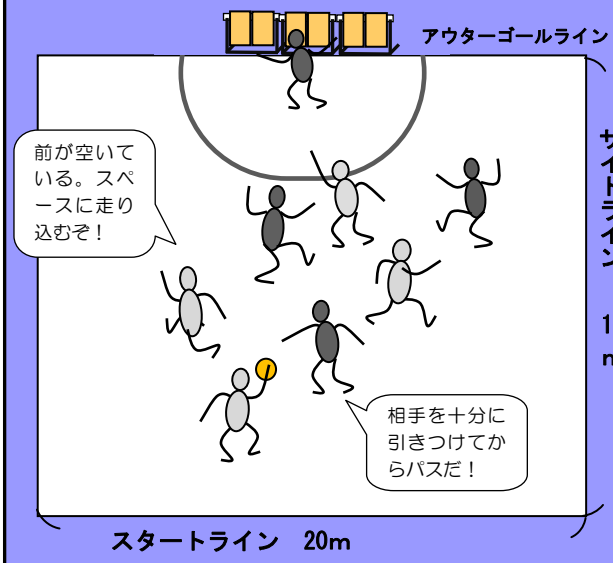
「空間に走り込むなどの動き」
- ボールとゴールが同時に見える場所に立つこと。
- パスを受けるために、ゴール前の空いている場所に立つこと。
- ボールを持っている相手をマークすること。

ゲームの特徴

ゲーム１：ローシュートゲーム（ハーフコート）

ハードルゴールを使用し、低いコースをねらったシュート（ローシュート）を引き出す。アウトナンバー[*1]攻守交代制のゲームにし、空いた場所に走り込んでパスを受けたりシュートをしたりすることを学びやすくしたゲームである。

【場】ハーフコート（縦１５ｍ×横２０ｍ）



【主なルール】
①攻撃４人、守備４人（ゴールキーパー１人）
②５分間で攻守交代。２セットで１ゲーム。
③スタートラインから、攻撃側のスローオフ[*2]でゲーム開始。
- 得点を入れたときやパスカットされたときは、スタートラインからのリターンパス[*3]でリスタートする。
- 守備者はゴールエリアラインの手前からスタート。

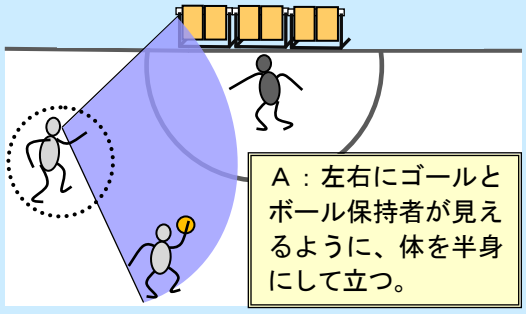
④ハードルゴールに当たったら１点。
⑤サイドラインやアウターゴールラインからボールが出たとき、すべてサイドラインから攻撃側のスローイン。ただし、サイドラインからは直接ゴールをねらえない。
- シュートは、ゴールエリアラインの外側からとする。

⑥ドリブルあり。３歩まで歩いてよい。
- 身体接触は禁止。（守備者が反則した場合は、サイドラインからスローイン、攻撃者の場合にはセンターラインからリスタートする。）

【発展】
⑤正規のゴールを使用する。

【 ゲームを見とる視点 】
- 空いている場所を探して走り込んだり、パスを出したりしているか。
- ゴールキーパーの動きを見て、低い場所をねらってシュートをしているか。

【 よい動きを考えさせる発問 】
Q:ボールとゴールが同時に見える場所に立つにはどのようにしたらよいですか？



【 指導のポイント・徹底させること 】
- ボール保持者も非保持者も、守備者のいない空いている場所を常に意識してプレイすること。
- キーパーの足もとを意識して、シュートすること。

【 つまずき と 声かけ 】

つまずき	声かけ
〈攻撃側〉うまくシュートをうつことができない。	「ノーマークの位置に移動してみよう。」「キーパーの足もとをねらってシュートしよう。」
〈守備側〉どのようにマークしてよいか分からない。	「声をかけ合ってマークの確認をしよう。」「攻撃者が、パスやシュートをするときに、相手の前に立とう。」

＊１　アウトナンバー：守備側の人数が少ない状態のこと。
＊２　スローオフ：ゲームの開始方法。サッカーでいうキックオフ。
＊３　リターンパス：攻撃者から最初に守備者に最初パスを出し、そのパスを攻撃者に返してからスタートする。（Ｐ８参照）

【 準備 】

・ハンドボール２号球　・ハンドボールゴール
ハードルゴール（カラーコーンなどで応用可）
・ゼッケン　・得点板　など

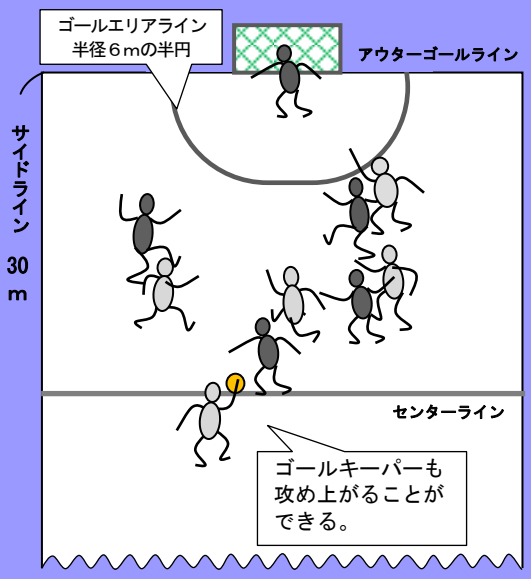
ハードルゴール
ハードルに段ボールをかぶせる。風の強いときは砂袋を置いて転倒を防止。

ゲーム２：アウトナンバーゲーム（オールコート）

ゲームの特徴

センターラインの手前からのシュートを無効にすることにより、ゴールキーパーの攻撃参加を促しアウトナンバーの状態を作り出すことをねらったゲーム。人数が少なくコートを広く使い、空いている場所を見つけて走り込んでのパスやシュートを学ぶことができる。

【場】オールコート（縦３０ｍ×横２０ｍ）



【主なルール】

①１チーム５人ずつ（ゴールキーパー１人）
②前後半５分間ずつ。
③センターラインよりスローオフでゲームをスタート。
　守備者は、ゴールエリアラインのところからスタートする。
　得点後は、相手チームがセンターライン中央からリスタート。
④得点は１点。
⑤センターラインの手前（自陣ゴール寄り）からのシュートを無効にする。
・攻守ともにゴールキーパー以外は、ゴールエリアライン内では、足を接地した状態でのボール操作や守備をすることができない。
・サイドラインから出た時、その場から相手側のスローイン。
・キーパー以外の守備者に触れてゴールラインから出た時、サイドラインから攻撃側のスローイン。それ以外はキーパーのスローイン。
⑥ドリブルあり。歩数制限は３歩まで。
・身体接触等の反則の場合、相手チームがサイドラインからスローイン。

【発展】

⑤人数を増やし、公式ルールでのゲームに近づける。

【 ゲームを見とる視点 】

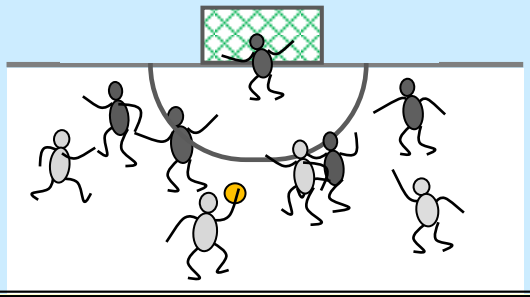
・味方がボールを持ったら、ゴール前の守備者のいない場所へ走り込んでいるか。
・ノーマークの味方を見つけてパスを出しているか。
・攻守の切り替えが素早くできているか。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・センターラインの手前（自陣ゴール寄り）からはシュートをうてないこと。
・攻守が切り替わった時、攻撃側はできるだけ素早く攻めること。守備側はできるだけ素早く自陣に戻り守備隊形をとること。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q:ゴール前を守備側に固められたらどうしますか？



Ａ１：パスを回しながら相手のすきをねらう。
Ａ２：果敢に守備を突破しジャンプシュートする。
Ａ３：味方が壁になりコースを空けてもらう。

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉
・あわててボールを投げてしまう。
・どうしてよいかわからない。

「落ち着いて、周りをよく見て、フリーの味方を見つけよう。」
「ゴール前の空いている場所に移動しよう。パスをもらうため大きな声や合図を出そう。」

〈守備側〉
・簡単にパスを回される。
・どこに動いていいのか分からない。

「積極的に間合いをつめよう。ボール保持者にプレッシャーをかけよう。」
「ゴール前に空いたスペースを作らぬように動いてみよう。」

（高等学校向け）

※ラグビーは、中学校の種目としてはないが、高等学校向けとして示す。

ラグビーを工夫したゲーム

学習指導要領解説

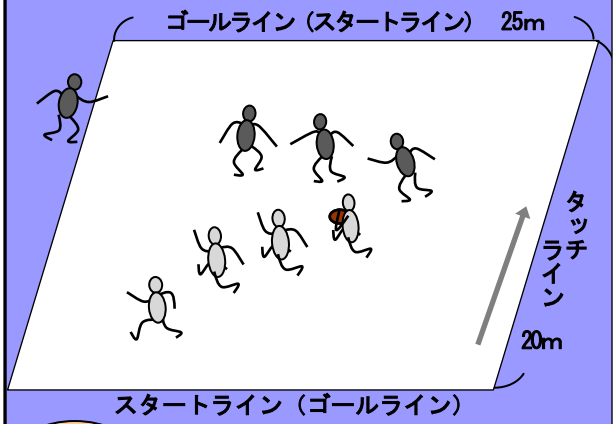
【技能に関する学習内容（ラグビーに関する内容を抜粋）】
「ボール操作」
・味方が操作しやすいパスを送ること。
・守備者の少ないゴールエリアに向かってトライすること。
・味方が作り出した空間にパスを送ること。
「ボールを持たない時の動き」
・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること。
・ボール保持者が進行できる空間を作りだすために、進行方向から離れること。
・モールやラックから、味方と連携してボールをつなぐための動きをすること。
・チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手のボールを奪うための動きをすること。
・味方がぬかれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをすること。

ゲームの特徴

ゲーム１：タッチラグビーゲーム（ハーフコート）

アウトナンバーゲームで、味方が作り出した空間にパスを送ったり、守備者の少ないゴールエリアに向かってトライしたりすることを学びやすくしたゲーム。公式ルールの「タックル」の前段階として「ボール保持者への両手タッチ」により守備を行ったり、スクラムやラインアウトをなくしたりしている。

【場】縦 20m×横 25m



【 ゲームを見とる視点 】

・ボール保持者は、相手を十分ひきつけてからノーマークの味方にパスを出しているか。
・守備側は、連携してスペースを埋めることができているか。

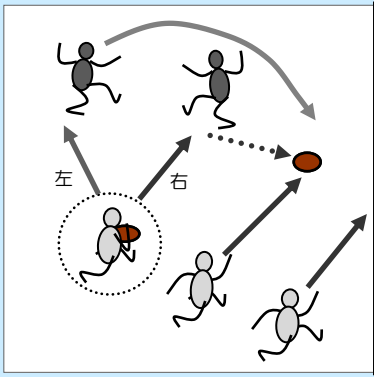
【主なルール】

①攻撃４人、守備３人（コート外に出る１人は、トライごとにローテーションで交代。）
②５分間で攻守交代。２セットで１ゲーム。
③スタートラインから攻撃をスタート。守備は５m離れる。
・トライ後、攻撃側が守備側に４回タッチされたとき、ボールをカットされたときは、ゲーム開始時と同じ形でリスタートする。
④３回のタッチ以内でボール保持者がゴールラインを越えたらトライで１点。タッチされた後１歩でラインを越えてもトライ成功とみなす。
⑤明らかな前方へのパス（スローフォワード）、タッチラインに出た時は、その地点から、攻撃側のボールでリスタート。
⑥明らかな前方へのパス（スローフォワード）は不可。
・ボール保持者は、守備者に両手でタッチされたら、３歩または３秒以内にパスをする。
・守備側に反則（危険、卑怯なプレイ）があったら、守備側は５m離れその場から攻撃側のフリーパス。ただし、ゴールライン近くの時は、ゴールラインまで下がればよい。
・ノックオンをしても反則としない。
・キック、スクラム、ラインアウトはなし。

【発展】　①イーブンナンバーゲーム（攻守の人数が同じ）
②攻守交代を時間制限ではなく、③のリスタートの場合（トライ後、攻撃側が守備側に４回タッチされたとき、ボールをカットされたとき）とする。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q：数的優位をつくるには、左右どちらに移動すればよいですか？



A：右に走れば２対１の状況をつくることができる。右側の守備者を１人引きつけた後パスを出すことで、２人の味方に対応する守備者は１人だけとなる。

【 指導のポイント・徹底させること 】

・タッチは、大きな声で「タッチ！」と言いながら、両手で行うこと。その際、押さないように気を付ける。
・タッチした者は、タッチされた者がパスをするまではプレーに参加できないこと。
・パスを出したら、今度は、自分がボール保持者のフォローに回ること。（パス＆フォロー）

【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉なかなか前に進むことができない。	「ボールを持ったら、まずはスペースを狙って走ってみよう。」
〈守備側〉簡単に攻撃の前進を許してしまう。	「相手がスピードにのる前に、早めに前に出よう。」

【 準 備 】

・ラグビーボール（空気圧を低くすると操作しやすくなる）
・ゼッケン　・必要に応じヘッドギア　・得点板

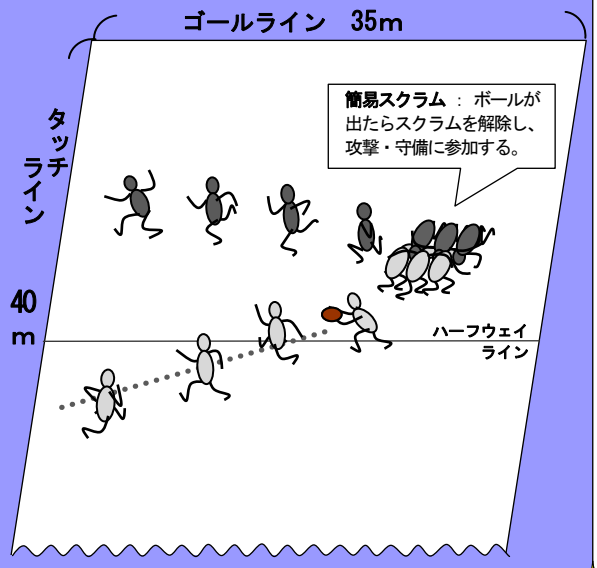
【 簡易スクラム 】　FWが３人対３人で行い、ボールの争奪はせず攻撃側ボールとする。SHは、スクラムの左側よりボール投入した後に後方へまわり、スクラムの中央の選手が足でかき出したボールを持って走ったり、後方の味方にパスをしたりする。

ゲームの特徴

ゲーム2：簡易スクラム・ホールドゲーム（オールコート）

簡易スクラムと、タックルの代わりにボール保持者へのホールドを採り入れた、公式ルールを工夫してやさしくした７人制のゲームである。

【場】オールコート（縦 40m×横 35m）



【主なルール】

①１チーム７人ずつ
（FW：ﾌｫﾜｰﾄﾞ 3 人・SH：ｽｸﾗﾑﾊｰﾌ 1 人・BK：ﾊﾞｯｸｽ 3 人）
②前後半７分ずつ。
③コート中央より、簡易スクラムでゲーム開始。
トライ後は、攻守交代し、トライされたチームのボールで再開。
・ノックオン・スローフォワードは、相手ボールでその地点から簡易スクラムで再開。
・タッチラインから出たら、出た地点から相手側のフリーパスでゲーム再開。（守備側は、５m下がること。）
④１トライ１点とする。ボール保持者が、相手側ゴールラインを越えたらトライ成功とする。
⑤オフサイド[*3]ラインを設ける。
⑥キック、タックル、ラインアウトはなし。
・ボール保持者は、守備者にホールド[*2]されたら、３歩、または３秒以内にパスをする。
・反則（危険、卑怯なプレイ）があったら、守備側は５m離れその場から攻撃側のフリーパス。ただし、ゴールライン近くの時は、ゴールラインまで下がればよい。

【発展】

①人数を増やす。　②時間を延長する。

【 ゲームを見とる視点 】

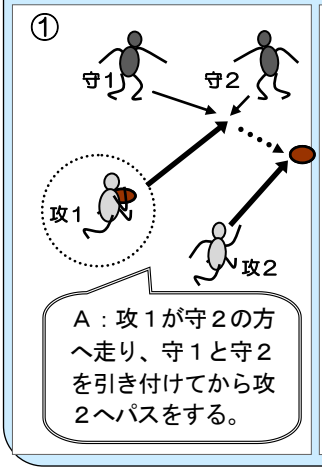
・攻撃側は、アウトナンバーの状態をつくり、ノーマークの味方にパスを出せているか。
・守備側は、しっかり自分の相手をマークし、オフサイドラインを意識できているか。
・安全にゲームに取り組めているか。

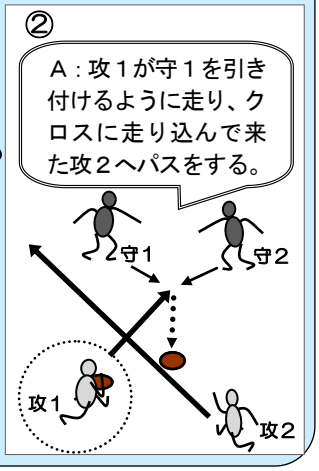
【 指導のポイント・徹底させること 】

・安全上、スクラムを組んだときに押し合いをしないこと。
・攻撃側のボールを持っていない者は、サポートをしっかりすること。
・守備側は、オフサイドラインを徹底させる。
・ホールドする時は、ボールまで抱え込まないこと。

【 よい動きを考えさせる発問 】

Q:攻撃者と守備者が同数の状態からどのように攻めたら前進できますか？





【 つまずき と 声かけ 】

〈攻撃側〉連携がとれずにパスがつながらない。	「パスをほしい時に、声を出してみよう。」「斜めになるように、ラインを形成しよう。」
〈守備側〉オフサイドになってしまう。	「早く、後ろに下がろう。」「ホールドしている味方より下がろう。」

＊１　フリーパス
守備側を離し、防御のできない自由な状態でパスをすること。
＊２　ホールド
「タグを取る」「タッチする」のように安全性を考えて「タックル」をやさしくしたもの。守備者が攻撃者を両腕で抱え込む。
＊３　オフサイド
①ホールドした場所よりもその他の守備者が後方に下がること。
②スクラムの最後尾者より５メートル後ろへ下がること。
上記①②の場合、ホールドされた者がパスをしたり、スクラムからボールが出たりした瞬間、オフサイドの反則は解除される。

Ⅳ　研究のまとめ

１　調査研究協力委員会の内容

(1) 第１回（５月 19 日）

昨年度の研究の成果を受け、今年度はどのような実践モデルにすればよいかを協議した。特別委員の岡出美則教授から「若い先生方も安定して授業をできる教材を考え、現場で活用できる実践モデルにしたい。やさしいゲームとは、『新学習指導要領で期待する成果が出やすいゲーム』のことである。」との示唆を得た。

(2) 第２回（７月６日）

ゴール型ゲームの４つの運動領域ごとに、小学校～中学校(高等学校)への系統性を踏まえ、どのようなゲームにすればよいかを協議した。

(3) 第３回（10 月１日）

各委員が作成してきたモデル案を、実技を通しながら、「児童生徒にとってやさしくなっているか。」「確かな成果が期待できるか。」「留意することはないか。」などの視点から検討した。さらに、誰でも理解し活用できるようにするため実践モデルの表し方について協議した。

(4) 第４回（11 月 22 日）

県立新座高等学校において、２年生男子を対象に「ラグビー」の工夫されたゲームの検証を行った。また、第３回に引き続いて領域ごとに実践モデルのまとめ方について協議した。

(5) 第５回（12 月 10 日）

草加市立高砂小学校において、３年生を対象に「タグラグビー」の易しいゲームの検証を行った。また、前回に引き続き領域ごとに、下記の観点から協議した。

・各発達段階での系統性にずれはないか。
・児童生徒、そして教師にとって、やさしく、わかりやすくなっているか。

２　成 果

(1)「やさしいゲームとは、どのようなゲームなのか？」

「易しいゲーム」「簡易化されたゲーム」「ゴール前の空間を・・・工夫したゲーム」の捉え方を発達段階ごとに示すとともに、新学習要領解説の技能の例示について、「技能を効果的に発揮するためのポイント」としてまとめることができた。

(2)「どうすればゲームをやさしくすることができるか？」

昨年度の研究で整理した「ゲームをやさしくするための４つの視点」について、その意味とともに、指導する際のポイントをＱ＆Ａ形式でまとめることができた。

(3)「やさしいゴール型ゲーム実践モデルの作成」

実技研修や会場校での検証授業、学習指導要領解説をもとに何回も協議しながら、「バスケットボール系」「サッカー系」「ハンドボール系」「タグラグビー系」の４領域について、それぞれ中学年向け・高学年向け・中学１～２年向けの三段階の実践モデルを作成することができた。教材の提供とだけではなく、指導法についての情報も盛り込むことができた。

３　課 題

(1) 報告書の活用

研究報告書を作成した後に、各学校においていかに活用されるかが大きな課題である。配付するだけでなく、総合教育センターのホームページでも広く公開するとともに、体育保健体育の各研修会でも活用していく。

(2) 研究課題

「ゴール型」ゲームについて、研究してきたが、今後は、埼玉県の体力の課題でもある投力向上に向けての取組を研究していく。

〈 参考文献 〉

○『小学校学習指導要領 解説－体育編－』
文部科学省(2008.8)
○『中学校学習指導要領 解説－保健体育編－』
文部科学省(2008.9)
○『高等学校学習指導要領 解説　－保健体育編・体育編－』　文部科学省(2009.7)
○『埼玉県小学校教育課程編成要領』
埼玉県教育委員会(2010.3)
○『埼玉県中学校教育課程編成要領』
埼玉県教育委員会(2010.3)
○『埼玉県高等学校教育課程編成要領』
埼玉県教育委員会(2010.9)
○『平成２２年度版　学校体育必携　第５１号』
埼玉県教育委員会(2010.3)
○『学校体育実技指導資料　第８集　ゲーム及びボール運動』　文部科学省(2010.3)
○『新学習指導要領にみる文科省の意図とねらい』
体育科教育　岡出美則(2008.6)

体育授業改善に向けた指導と評価に関する実践的研究（２・３年次）
～やさしいゴール型ゲームの実践モデルの活用に向けて～

研究に携わった関係者　（所属・職名は平成２３年３月末日現在）

○ 特別委員

岡　出　美　則	筑波大学体育科学系大学院 教授

○ 調査研究協力委員・埼玉県長期研修教員

竹　内　　裕	本庄市立藤田小学校 教諭
鈴　木　清　照	越谷市立大沢北小学校 教諭
野　口　正　孝	狭山市立奥富小学校 教諭
真　鍋　智　子	草加市立花栗南小学校 教諭
中　島　大　輔	滑川町立月の輪小学校 教諭
坂　本　拓　也	草加市立高砂小学校 教諭
関　谷　　淳	熊谷市立熊谷南小学校 教諭
小久保　喜　弘	加須市立加須東中学校 教諭
新　井　克　仁	ときがわ町立都幾川中学校 主幹教諭
田　村　有　史	加須市立昭和中学校 教諭
西　川　光　治	嵐山町立菅谷中学校 教諭
関　口　　衛	県立狭山緑陽高等学校 教諭
阿　部　聡　太	県立越ヶ谷高等学校 教諭
田　中　正　利	県立新座高等学校 教諭
髙　田　真　清	本庄市立北泉小学校 教諭
羽　太　高　裕	小川町立竹沢小学校 教諭
寺　島　麗王馬	鴻巣市立大芦小学校 教諭
大　竹　宏　治	富士見市立南畑小学校 教諭
石　塚　　学	深谷市立川本南小学校 教諭
中　山　達　也	八潮市立八條北小学校 教諭
長　岡　　剛	所沢市立南陵中学校 教諭

なお、埼玉県立スポーツ研修センターにおいては、次の指導主事が担当した。

品　川　秀　人	県立狭山緑陽高等学校 教頭
西　山　　宏	学校体育担当 指導主事
長谷川　雅　夫	学校体育担当 指導主事
横　瀬　元　応	学校体育担当 指導主事

【 謝　辞 】

２・３年次にわたりゴール型ゲームにおいて「体育授業改善に向けた指導と評価に関する実践的研究」を進めてまいりました。毎回適切な御指導・御助言をいただきました特別委員の岡出美則教授、貴重なご意見をいただくとともに、やさしいゴール型ゲームの実践モデルの作成において御尽力をいただきました協力委員の皆様に厚く御礼申し上げます。

Ⅴ　付録

１　ボール運動領域（ゴール型ゲーム）の体系化　　～新学習指導要領解説より～

学校種			小学校	
発達の段階			第1学年・第2学年	第3学年・第4学年
			各種の運動の基礎を培う時期	
領域 （領域の内容）			ゲーム （ボールゲーム、鬼遊び）	ゲーム （ゴール型ゲーム）
技能	解説	内容	ア　ボールゲームでは，簡単なボール操作やボールを持たないときの動きによって，的に当てるゲームや攻めと守りのあるゲームをすること。 イ　鬼遊びでは，一定の区域で，逃げる，追いかける，陣地を取り合うなどをすること。	ゴール型ゲームでは，基本的なボール操作やボールを持たないときの動きによって，易しいゲームをすること。
		留意事項	ア　ボールゲームとは，簡単なボール操作の「ボール遊び」と簡単な規則で行われる「ボール投げゲーム」，「ボール蹴りゲーム」をいう。	「易しいゲーム」とは，簡単なボール操作で行える，比較的少人数で行える，身体接触を避けるなど，児童が取り組みやすいように工夫したゲームをいう。
		ゲームの様相	**ア　ボールゲーム** (ｱ) 物やマークなどの的に向かってボールを投げたり蹴ったりする的当てのボール遊びで，個人対個人，集団対集団で競争するゲームをする。 (ｲ) 攻めと守りを交代しながらボールを投げたり蹴ったりするゲーム（攻守交代のベースボール型ゲームに発展），及び攻めと守りが入り交じりながらゴールにボールを投げ入れたり蹴り入れたりするゲーム（ゴール型ゲームに発展）をする。 **［ボール遊びの例示］** ○ いろいろなボールを投げたり，ついたり，捕ったりしながら行う的当て遊びやキャッチボール ○ いろいろなボールを蹴ったり，止めたりして行う的当て遊びや蹴り合い **［ボール投げゲームの例示］** ○ ボールを転がしたり，投げたりする的当てゲーム ○ 的当てゲームの発展したシュートゲーム ○ ボールを転がしたり，投げたりするドッジボール **［ボール蹴りゲームの例示］** ○ ボールを蹴って行う的当てゲーム ○ 的当てゲームの発展したシュートゲーム ○ ボールを蹴って行うベースボール **イ　鬼遊び** (ｱ) 一定の区域で逃げる，追いかける，陣地を取り合うなどの簡単な規則の鬼遊びをする。 (ｲ) 工夫した区域や用具で楽しく鬼遊びをする。	(ｱ) コート内で攻守入り交じって，ボールを手や足で操作したり，空いている場所に素早く動いたりしてゲームをする。 (ｲ) ゴールにシュートをしたり，陣地を取り合って得点ゾーンに走り込んだりするゲームをする。 **［例示］** ○ ハンドボール，ポートボールなどを基にした易しいゲーム(手を使ったゴール型ゲーム) ○ ラインサッカー，ミニサッカーなどを基にした易しいゲーム(足を使ったゴール型ゲーム) ○ タグラグビーやフラッグフットボールを基にした易しいゲーム(陣地を取り合うゴール型ゲーム)
	例示	ボール操作	**ア　ボールゲーム** **［ボール遊びの例示］** ・大小，弾む・弾まないなど，いろいろなボールで，つく，転がす，投げる，当てる，捕る，蹴る，止めるなどの簡単なボール操作をすること。 **［ボール蹴りゲームの例示］** ・ねらったところに緩やかにボールを投げたり，転がしたり，蹴ったりすること。 ・ボールを捕ったり止めたりすること。 ・ボールが飛んだり，転がったりしてくるコースに入ること ・ボールを操作できる位置に動くこと。	**［例示］** ・ボールを持ったときにゴールに体を向けること。 ・味方にボールを手渡したり，パスを出したりすること。
		ボールを持たない動き	**ア　［ボール蹴りゲームの例示］** ・ボールが飛んだり，転がったりしてくるコースに入ること ・ボールが操作できる位置に動くこと。 **イ　［鬼遊びの例示］** ・相手(鬼)にタッチされたり，自分のマーク(タグやフラッグ)を取られないように，逃げたり身をかわしたりすること。 ・相手(鬼)のいない場所に移動したり，駆け込んだりすること。 ・2，3人で連携して，相手(鬼)をかわしたり走り抜けたりすること。 ・逃げる相手を追いかけてタッチしたり，マーク(タグやフラッグ)を取ったりすること。	**［例示］** ・ボール保持者と自分の間に守備者がいないように移動すること。

学校種			小学校	中学校
発達の段階			第5学年・第6学年	第1学年・第2学年
			多くの領域の学習を経験する時期	
領域 （領域の内容）			ボール運動 （ゴール型）	球技 （ゴール型）
技能	内容		ゴール型では，簡易化されたゲームで，ボール操作やボールを受けるための動きによって，攻防をすること。	ゴール型では，ボール操作と空間に走り込むなどの動きによってゴール前での攻防を展開すること。
	留意事項		「簡易化されたゲーム」とは，ルールや形式が一般化されたゲームを児童の発達の段階を踏まえ，プレーヤーの数，コートの広さ（奥行きや横幅），プレー上の制限（緩和），ボールその他の運動用具や設備など，ゲームのルールや様式を修正し，学習課題を追求しやすいように工夫したゲームをいう。	指導に際しては，ゴール前の空間をめぐる攻防についての学習課題を追求しやすいようにプレーヤーの人数，コートの広さ，用具，プレー上の制限を工夫したゲームを取り入れ，ボール操作とボールを持たないときの動きに着目させ，学習に取り組ませることが大切である。
	解説 例示	ゲームの様相	攻撃側プレーヤー数が守備側プレーヤー数を上回る状態をつくり出したり守備側のプレーを制限したりすることにより，攻撃しやすく，また得点が入りやすくなるような簡易化されたゲームをする。 (ア) 投げる，受ける，蹴る，止める，運ぶといったボール操作をしたり，ボールを保持する人からボールを受けることのできる場所に動いたりして，攻守入り交じったゲームができるようにする。 (イ) 攻撃側にとって易しい状況の中で，チームの作戦に基づいた位置どりやボール操作によって得点できるようにする。 [例示] ○ バスケットボール ○ サッカー ○ ハンドボール ○ タグラグビー，フラッグフットボール	攻撃を重視し，空間に仲間と連携して走り込み，マークをかわしてゴール前での攻防を展開できるようにする。 「**ボール操作**」とは，手や足などを使ってボールを操作し，シュートやパスをしたり，ボールをキープすることなどである。シュートは味方から受けたボールを得点をねらって相手ゴールに放つことである。パスは味方にボールをつなぐことである。キープはボールを相手に奪われないように保持することである。 「**空間に走り込むなどの動き**」とは，攻撃の際のボールを持たないときに得点をねらってゴール前の空いている場所に走り込む動きや，守備の際に，シュートやパスをされないように，ボールを持っている相手をマークする動きのことである。
		ボール操作	[例示] ・近くにいるフリーの味方にパスを出すこと。 ・相手にとられない位置でドリブルすること。	[例示] ・ゴール方向に守備者がいない位置でシュートをすること。 ・マークされていない味方にパスを出すこと。 ・得点しやすい空間にいる味方にパスを出すこと。 ・パスやドリブルなどでボールをキープすること。
		ボールを持たない動き	[例示] ・ボールを保持する人と自分の間に守備者を入れないように立つこと。 ・得点しやすい場所に移動し，パスを受けてシュートなどをすること。 ・ボールを保持する人とゴールの間に体を入れて相手の得点を防ぐこと。	[例示] ・ボールとゴールが同時に見える場所に立つこと。 ・パスを受けるために，ゴール前の空いている場所に動くこと。 ・ボールを持っている相手をマークすること。

学校種			中学校	高等学校	
発達の段階			第3学年	入学年次	その次の年次以降
			卒業後少なくとも一つの運動やスポーツを継続することができるようにする時期		
領域 （領域の内容）			球技 （ゴール型）		
技能	内容		ゴール型では，安定したボール操作と空間を作りだすなどの動きによってゴール前への侵入などから攻防を展開すること。		ゴール型では，状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの連携した動きによって空間への侵入などから攻防を展開すること。
	留意事項		指導に際しては，仲間と連携した動きによってゴール前に空間を作りだしてゴール前へと侵入する攻防を中心に自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦を立てて，得失点の攻防を重視した練習やゲームを展開し，ボール操作とボールを持たないときの動きに着目させ，学習に取り組ませることが大切である。		指導に際しては，仲間と連携した動きによって自陣から相手ゴール前へと侵入し，意図的に得点をねらう攻防を中心に取り上げるようにする。 その際，自己のチームや相手チームの特徴を踏まえた作戦を立てて，勝敗を競う楽しさや喜びを深く味わえるよう，状況に応じたボール操作とボールを持たないときの動きに着目させ，学習に取り組ませることが大切である。
	解説 例示	ゲームの様相	仲間と連携してゴール前の空間を使ったり，空間を作りだしたりして攻防を展開できるようにする。 「**安定したボール操作**」とは，ゴールの枠内に安定してシュートを打ったり，味方が操作しやすいパスを送ったり，相手から奪われず次のプレイがしやすいようにボールをキープしたりすることである。 「**空間を作りだすなどの動き**」とは，攻撃の際は，味方から離れる動きや人のいない場所に移動する動きを示している。また，守備の際は，相手の動きに対して，相手をマークして守る動きと所定の空間をカバーして守る動きのことである。		防御の状況に応じたパスやドリブル，ボールを保持したランニングなどのボール操作と仲間と連携して自陣から相手ゴール前へ侵入するなどの攻撃や，その動きに対応して空間を埋めるなどの防御の動きで攻防を展開するといったゲームの様相を示したものである。 指導に際しては，仲間と連携した動きによって自陣から相手ゴール前へと侵入し，意図的に得点をねらう攻防を中心に取り上げるようにする。 「**状況に応じたボール操作**」とは，コート上の空間や味方と相手の動きを見ながら，防御をかわして相手ゴールを攻めたり，味方が次に動く空間を予測してパスを送ったり，味方や相手の動きを見ながらボールをキープしたりすることである。 「**空間を埋めるなどの連携した動き**」とは，攻撃の際は，シュートしたりパスをしたりトライしたりするために，相手の守備を見ながら自陣から相手ゴール前の空間にバランスよく侵入する動きのことを示している。また，守備の際は，空間を作りだす攻撃をさせないように，突破してきた攻撃者をカバーして守ったり，相手や味方の位置を確認して，ポジションを修正して守ったりする動きのことである。
		ボール操作	［例示］ ・守備者が守りにくいタイミングでシュートを打つこと。 ・ゴールの枠内にシュートをコントロールすること。 ・味方が操作しやすいパスを送ること。 ・守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープすること。		［例示］ ・守備者のタイミングをはずし，守備者のいないところをねらってシュートを打つこと。 ・守備者の少ないゴールエリアに向かってトライすること。 ・味方が作りだした空間にパスを送ること。 ・ゴールに向かってボールをコントロールして運ぶこと。 ・守備者とボールの間に自分の体を入れて，味方と相手の動きを見ながらボールをキープすること。 ・シュートを打たれない空間にボールをクリアーすること。
		ボールを持たない動き	［例示］ ・ゴール前に広い空間を作りだすために，守備者を引きつけてゴールから離れること。 ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをすること。 ・ボール保持者が進行できる空間を作りだすために，進行方向から離れること。 ・ゴールとボール保持者を結んだ直線上で守ること。 ・ゴール前の空いている場所をカバーすること。		［例示］ ・自陣から相手陣地の侵入しやすい場所に移動すること。 ・シュートやトライをしたり，パスを受けたりするために味方が作りだした空間に移動すること。 ・モールやラックから，味方と連携してボールをつなぐための動きをすること。 ・ボール保持者がプレイしやすい空間を作りだすために，必要な場所に留まったり，移動したりすること。 ・スクリーンプレイやポストプレイなどの味方が侵入する空間を作りだす動きをすること。 ・得点を取るためのフォーメーションやセットプレイなどのチームの役割に応じた動きをすること。 ・チームの作戦に応じた守備位置に移動し，相手のボールを奪うための動きをすること。 ・味方が抜かれた際に，攻撃者を止めるためのカバーの動きをすること。 ・一定のエリアからシュートを打ちにくい空間に相手や相手のボールを追い出す守備の動きをすること。

生きる力を育て 絆（きずな）を深める埼玉教育

埼玉県のマスコット　コバトン

この研究報告書は、埼玉県立総合教育センターのホームページで公開しますのでご活用ください。

http://www.center.spec.ed.jp/