広島大学附属三原学校園研究紀要　第６集　2016　pp. 223-228

保健体育科

グループで伸びるバレーボールの授業の創造

藤　本　隆　弘

１　はじめに

学習指導要領では，バレーボールについて，「『ネット型』とは，コート上でネットをはさんで相対し，身体を操作してボールを空いている場所に返球し，一定の得点に早く到達することを競い合うゲームである。第１学年及び第２学年では，ラリーを続けることを重視して，ボールの操作と定位置に戻るなどの動きなどによる空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。指導に際しては，空いた場所への攻撃を中心にラリーを続ける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，プレー上の制限を工夫したゲームを取り入れ，ボールの操作とボールを持たないときの動きに着目させ，取り組ませることが大切である。」とあり，これをねらいとした学習を受けて，第３学年では，ポジションの役割に応じたボールの操作によって，仲間と連携した「拾う，つなぐ，打つ」などの一連の流れで攻撃を組み立て，相手側のコートの空いた場所をめぐる攻防を展開できるようにする。指導に際しては，仲間と連携した動きによって空いている場所を攻撃したり，空いている場所を作りだして攻撃したり，その攻撃に対応して守ること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たり，ボールの操作とボールを持たないときの動きに着目させたりして，学習に取り組ませることが大切である。

ネット型球技の中で数少ないチーム競技であるバレーボールは１チームが６人でネットをはさみ２つのチームがボールを打ち合い，得点を競うものである。地面にボールを落とせない，３回まで自陣で触ることが可能であるといった特性を持つ。ボールの落下点への予測や，前方向以外のへのパスが上手くできることによって，「受ける」－「つなぐ」－「攻める」という三段攻撃にバレーボールの特性を強く感じると考える。そのためには，個人の技能を高めるだけでなく，スパイクのためにいいトスを上げる，トスを上げるために丁寧なレシーブをするといった複数人のプレーのつながりが必要であり，そのためには，グループで上達していくことが必要であると考えた。そこで本研究では，グループでの活動によって，技能を伸ばし，試合を楽しむことができるように，グループで伸びていくことをねらいとした。

２　研究の方法

(1)　対象生徒

広島大学附属三原中学校

９(中学３)年生１組　男子 21 名

(2)　調査時期および内容

平成 27 年６月～７月

(3)　授業構成

バレーボールのおもしろさはレシーブ・トス・スパイクの三段攻撃とその繰り返しによるラリーの応酬であると考える。特にスパイクが決まった時に個人としてもチームとしても達成感を強く感じる。ゲームの中でより多くのスパイクがあらわれるようにしたいと考えた。そのために，三段攻撃を意識してプレーできるように，お互いを認め，技能を高め，協力してグループで取り組めるよう，表１と表２のように目標を立て，計画した。

表１　学習目標

①　班員のバレーボールの技能を向上させ、ゲームを楽しむことができる。
②　決められた準備・片付け・審判などの役割をきちんと果たす。
③　ルールを知り，守り，プレーする。また，審判の判定に従うことができる。
④ プレー中，準備，片付けなど周囲に気を配り、安全に活動できる。みんながレシーブ・トスなどの技能を高め、三段攻撃を多く使った試合をめざそう。

表２　単元の計画

第１次	オリエンテーション・基本の確認・・・・・１時間
第２次	グループでパス・スパイクを練習する・・２時間
第３次	バレーボールを楽しむ，工夫する・・・・７時間

(4) 授業の概要

バレーボールにおいては，試合でラリーが続き，楽しめるようにするためには，サーブ・レシーブ・トス・スパイクなど個人の技能を高めるとともに，集団として連係やカバーリングなどの技能を高めることが大切である。

今回の授業では，３グループに分けて，各グループでサーブやスパイク・トス・レシーブなど学習を進め，技能を高め，ゲームを楽しむことができるようにした。学習ノートを作成し，グループで個人や集団の課題を共有して，課題を克服していくために，話し合いや練習，役割分担をして，活動をすすめた。また，ゲームのないときに審判・得点係などの係の仕事などについても協力してできるようにした。

毎時間の授業は，集合，学習ノートを使って課題の確認，準備運動をした後には，グループに分かれて，パス練習，スパイク練習やゲームを行った。また，授業の終わりには本時の反省，自己評価，次時の課題を，ノートへ記入し，振り返りを行った。図１～図３の学習ノートにそって，授業をすすめた。

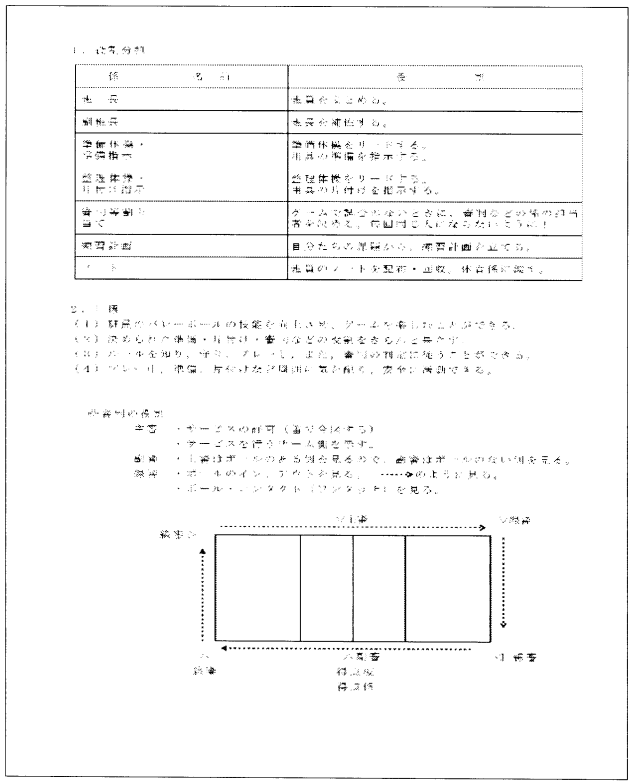


図１　学習ノート（１）

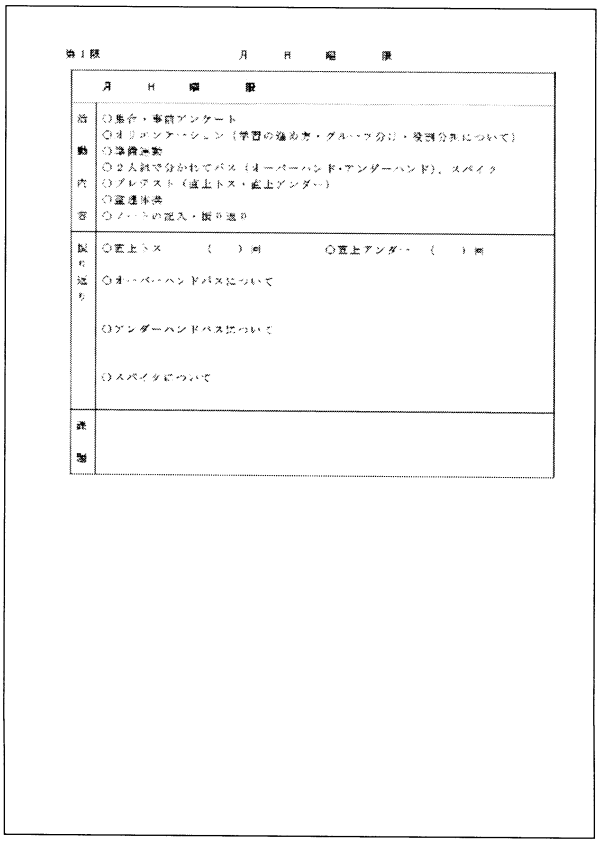
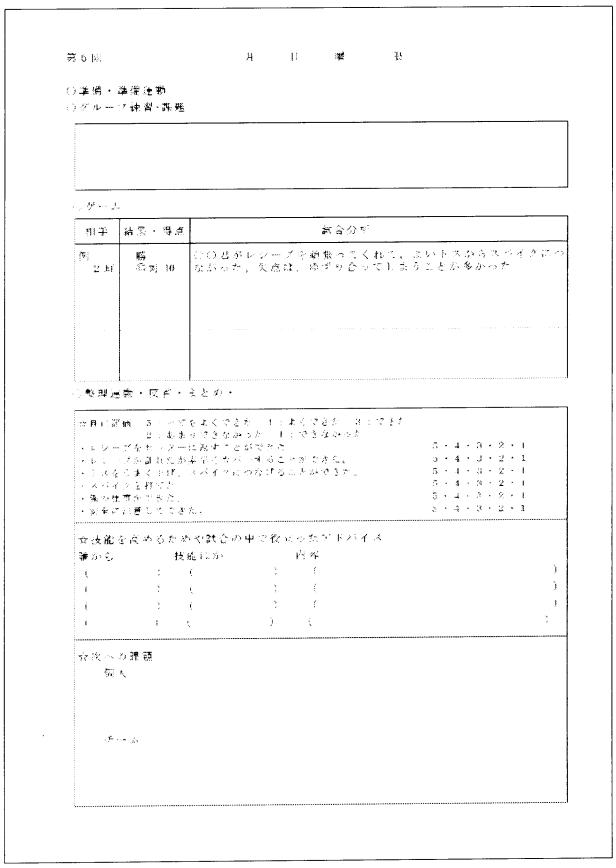


図２　学習ノート（２）



第６回　　月　日　曜　組

○準備・準備運動
○グループ練習・課題

○ゲーム

相手	結果・得点	試合分析
例 2回	勝	○○君がレシーブを頑張ってくれて，こいトスからスパイクでつなかった。失点は，ばらばらってしまうことが多かった

○整理運動・反省・えとのり

今日の課題　よくできた　1　まあまあできた　2　できた　3
　　もっと頑張ってみよう　1　できなかった

・レシーブをキャッチに飛ばすことができた。　5・4・3・2・1
・レシーブが高くあがってから，構えることができた。　5・4・3・2・1
・トスをうまく上げ，スパイクにつなげることができた。　5・4・3・2・1
・スパイクを打てた。　5・4・3・2・1
・強い打球を打てた。　5・4・3・2・1
・自分で考えてできた。　5・4・3・2・1

技能を高めるためや試合の中で役に立ったアドバイス
誰から　　技能に対　　内容

次時への課題
個人

チーム

図３　学習ノート（３）

３　結果と考察

今回の授業を，「動きに対応する力」，「運動を継続して楽しむ力」，「動きの課題を発見する力･新たな動きを創造する力」に関してまとめた。

動きに対応する力は，動きのよさや不十分さを伝え合う中で，相手の動きに応じた働きかけをしたり，求めたりすることができる力である。運動を継続して楽しむ力は，運動のおもしろさや健康的な生活を継続して営む方法を考え，自己に適したかかわり方を見つけることができるちからである。動きの課題を発見する力は，自分の動きを分析し，課題を明らかにすることができる力である。新たな動きを創造する力は，よりよい動きを目指して，練習方法を工夫して粘り強く取り組むことができる力である，と考え，事前事後アンケート，学習ノートへの記述やそれぞれの力に関するルーブリックと評価や活動の見取りから考察した。

(1) 運動を継続して楽しむ力について

（ア）事前・事後アンケート結果から

表３　運動を継続して楽しむ力の肯定的回答の変容　（%）

	事前	事後
バレーボールの授業では役割を果たしたい	100	100
バレーボールで試合を楽しみたい	100	100

（イ）生徒の記述から

○試合を楽しむために工夫したこと

「声を出すと見合いをしない。」「相手のミスをついてできた。」「ネット際のプレーの時サポートが必要。」「声を出してお見合いしないようにする。」「サーブでの得点にこだわってトス・パスができていなかった。」

○チームメートのがんばり・役割を果たすこと

「Ｙくんのレシーブがよかった。」「Ｋくんがレシーブをがんばった。」「Ａくんがサーブをよく決めていた。」「Ｏくんがトスをがんばってくれた。」「みんないいレシーブをしていた。」「チームの一人一人の気持ちが試合に向かっていた。」「役割をはたせている。」「サーブが入るようになった。」「トスが上げれた。」「レシーブがうまくいった。」「（セッターが）ここに返して，と言ってくれた。」

（ウ）ルーブリックと評価の結果

表４　運動を継続して楽しむ力に関するルーブリック

資質・能力	評価規準	評価基準		
		十分満足できる（A）	概ね満足でき(B)	指導を要する(C)
運動を継続して楽しむ力	自分の長所を生かして，ゲームに参加して，役割をはたすことができる。また，チームの様々な動きへつなげて考えることができる。	積極的にゲームに取り組み，ゲームについて振り返りができ，個やチームの課題を見つけ，チー	積極的にゲームに取り組み，ゲームについて振り返りができ，個やチームの課題を見	ゲームへの参加に消極的である。

		ムに貢献している。	つけている。	
	評価結果	76%	24%	0%

（エ）成果と課題

ラリーを続けるためには声をかけ合うことや，常にカバーをする意識が大切である，と生徒たちは感じている。「チームの一人一人の気持ちが試合に向かって」いった時，レシーブ・トスに集中しスパイクにつながった。連係が上手くいかないときもあったが，お互いの声かけで修正しようとするところも見られた。審判や得点係の役割を果たすことやローテーションやサーブの順番などゲームのすすめ方も理解できた。また，積極的に活動でき，評価Cはいなかった。プレーでの役割（レシーブ・トスなど）に関心を高め，自身もサーブやトス・スパイクで上手になり，試合を楽しもうとする意欲も高まった。

(2) 動きに対応する力について

（ア） 事前・事後アンケート結果から

表５　動きに対応する力の肯定的回答の変容（%）

	事前	事後
仲間と協力することは好きである	91	95

（イ）生徒の記述から

○声かけ

「連係のためには声を出す。」「声を出してみんながやる気の出る言葉を言う。」

○レシーブ

「ほとんどサーブで決まっている，レシーブを鍛えたい。」「だいぶつながってきた。」「しっかりつなげていくことができた。特にレシーブがよかった。」「形がよくなっていた。」「レシーブをセッターに届ける。」

○つなぐ

「みんなでカバーできていた。」「３回しっかりつないで返す。」「チーム内で声を掛け合ってうまくつなげて得点につながった。」「パスをつなげよう。」「まだゆずりあいをしてしまう。」「チームと息を合わせる。」「スパイクを決めて３回で返す。」「試合になると動けていない。」「空いたスペースをカバーする。」「みんなでカバーできていた。」「みんながレシーブ・トスをがんばってくれた。」「セッターにボールを集めてスパイクを打つ流れを作る。」

○アドバイス

「セッターのポジションに来てもどうしていいのかわかっていない。」「レシーブは両手でやろう。」

（ウ） ルーブリックと評価の結果

表６　動きに対応する力に関するルーブリック

資質・能力	評価規準	評価基準		
		十分満足できる（A）	概ね満足できる（B）	指導を要する（C）
動きに対応する力	ゲームを楽しむために各技能の習得や連係のために，アドバイスし合うことの必要感やよさを感じることができる。	チームのメンバーのプレーから課題を見つけたり，個や集団の技能を高めるためのアドバイスができ，チームが向上している。	チームのメンバーのプレーから課題を見つけたり，個や集団の技能を高めるためのアドバイスができている。	アドバイスできていない。
	評価の結果	52%	48%	0%

（エ）成果と課題

「仲間と協力することは好きである」が 90.5%から 95.2%に増えた。相手のサーブに対して，レシーブを工夫してトス・スパイクにつなごうと協力してでき，「みんなでカバーできた」，「３回つないでスパイクを打つ」など，試合を楽しむためにプレーの質の向上をめざし，工夫することができた。

(3) 動きの課題を発見する・新たな動きを創造する力について

（ア）事前・事後アンケート結果から

表７　動きの課題を発見する・新たな動きを創造する力の肯定的回答の変容（%）

	事前	事後
課題を見つけ取り組むことが好きだ	91	95
バレーボールでサーブが得意である・上達した	43	76
バレーボールでレシーブが得意である・上達した	67	86
バレーボールでトスが得意である・上達した	67	76
バレーボールでスパイクが得意である・上達した	52	76

（イ）生徒の記述から

○サービス

「そろそろサーブの感覚をつかみたい。」「サーブが入りだした。」

○レシーブ

「レシーブは肘を伸ばして打つ。」「レシーブは上に上げることを意識する。」「レシーブは少し前を意識して。」「レシーブは両手でやろう。」「やっとレシーブができた。」「トス・スパイクにつながるようレシーブしたい，手を曲げずに足（膝）を使って。」

○トス

「練習ではトスができた。」「セッターはネット近くに立ち，みんなの方を向く。」「トスがうまくできなかった。」「セッターにボールを集める。」「トスは難しい。」

○スパイク

「スパイクは前ではなく上にとぶ。」「スパイクがジャンプをして打てていない。」

○その他

「いつも以上に動くことができた。」「１回で返さない。」「ブロックしてみたい。」

（ウ）ルーブリックと評価の結果

表８　動きの課題を発見する・新たな動きを創造する力に関するルーブリック

資質・能力	評価規準	評価基準		
		十分満足できる（A）	概ね満足できる（B）	指導を要する（C）
動きの課題を発見する力 新たな課題を創造する力	サービス・レシーブ・トス・スパイクの技能の向上のために課題をみつけ，体の使い方やタイミングなどを工夫して，試行錯誤しながら学習を進めることができる。	技能の向上のため個や集団の課題を見つけ、具体的に工夫して，課題を克服し，チームの技能が上達できている。	個や集団の課題を見つけ、工夫して，課題を克服し，技能が上達できている。	課題を見つけることができていない。
評価の結果		52%	48%	0%

（エ）成果と課題

サービスは，自分でトスを上げ，自分のタイミングで打てるため，強さ，長さ，高さを工夫してでき，上達がはやい。レシーブの上達を上回るサービスを打つため，初めのうちはサービスで決まってしまうことが多かった。そこでレシーブの重要性がわかり，つなげるための工夫をして，トス・スパイクにつなげるようにチーム全体で工夫し，上達することができた。

4　結論と今後の課題

事前にオーバーハンドパス・アンダーハンドパスのテストをして，力が均等になるようにグルー

プ分けをした。また，各グループにトスが上げられるようにオーバーハンドパスの上手な生徒を配置した。試合の中でスパイクを打つ場面を増やしたいと考え，初めからスパイク練習に取り組ませた。全員にレシーブ・トス・スパイクの技能を向上してほしいと思うが，トスを上げるには，素早い動き，ミスを恐れない姿勢と勇気が必要で，消極的になってしまうと，トスが上がらないことになってしまう。セッターを固定してもいいかと生徒からの意見もあり，セッターを固定してのゲームも試してみた。初めは消極的であった生徒も，何とか役割を果たそうと，サービスが入るように工夫することや，正面にとんできたボールを丁寧にレシーブして次につながるように工夫するところも見られた。３グループに分けてグループでの活動を進めたが，試合の時間を確保しようとしたり，試合と審判が交互に続いたりすることで，練習の時間をあまり長く取ることができなかった。もう少し個人の技能を高める時間も取れたらよかったと思うので，今後も研究を重ね改善していきたい。

〈参考文献〉

1）文部科学省：「中学校指導要領解説保健体育編・体育編」，2008，大日本図書株式会社.

2）佐伯育伸：運動が「わかる」「できる」，学びを「いかす」授業の創造，広島大学附属三原学校園研究紀要第２集，2012.

3）秋津修：基本から戦術までわかる女子バレーボール，2012，実業之日本社