

## 保健体育科

# 運動が「わかる」「できる」、学びを「いかす」授業の創造

## —球技（ゴール型）「ハンドボール」の授業作りを通して—

佐伯育伸

### 1 はじめに

今年度から完全実施されている学習指導要領では、以前のものに比べ内容の示し方が発達に即してより具体的になっている。

「球技」を「ゴール型」「ネット型」「ベースボール型」と表記している。その中でも、本研究は「ゴール型」の運動に着目し、研究を行うこととする。「ゴール型」には、バスケットボール、サッカー、ハンドボール、ラグビーやフットボールなどの攻守混合の運動があげられる。球技（ゴール型）は、今回の改訂で第1学年及び第2学年では攻撃重視、仲間との連携、ゴール前の攻防を重視し、そのためにプレーヤーの人数、コート広さ、用具、プレー上の制限を工夫してゲームを取り入れ、ボール操作とボールを持たないときの動きに着目して指導していくよう内容が示された。これまでの基礎・基本の重視と技能の確実な習得をキーワードにしてさらにレベルアップをはかるという方針を受け、何をどこまで指導していくかを示された形である。

これを機に中学校の内容に即してしっかりした単元計画を立てていきたいと考える。そこで今年度はハンドボールで「タグハンドボール」を取り入れ、得手不得手なく全生徒の技能向上との運動量増加を図りながら、空間をめぐる効果的な攻防ができるような段階的指導を行っていく1つのプログラムを通して実践し検証していきたい。

### 2 研究の方法

#### (1) 対象生徒

広島大学附属三原中学校 8（中学2）年生

1組 41名（男子22名 女子19名）

2組 40名（男子21名 女子18名）

#### (2) 調査時期及び内容

平成24年4月27日（金）～平成24年5月25日（金）にハンドボールの授業実践を行った。

### 3 単元について

#### (1) 授業づくりの視点

技能の向上と運動量の増加をさせるために様々な工夫をしながら、本来のハンドボールの特性を味わわせることに視点を置く。

#### (2) 生徒の実態

事前の調査では、ハンドボール自体への楽しさはいくつかの男子生徒は感じているが女子生徒は「ボールが痛い」「キャッチが苦手」などマイナスイメージが多かった。

男女ともバスケットボール部員が少なく同じようなスポーツ経験がない。また運動が苦手の生徒も多く、特に女子の場合、運動への興味関心が低い状態であった。

#### (3) 指導にあたって

これまでの授業実態から女子の球技の上達度が悪く、苦手意識を取り除くことを重要視しながら指導を行った。具体的に「①動きを活性化させる。②コミュニケーションをとってパスをする。③ボールを持っているとき、持っていないとき何をすべきか考える。④ルールを理解する。」という点に視点を置き、これらをマスターすることでゲームを協力し合いながら作戦を立てて楽しく行

うことができると考えた。目標達成のための工夫点は「①『タグ』を取り入れ、鬼ごっこ形式で各種ゲームを取り入れる。②パス交換をする時の心構えの『合言葉』をあげる。③ゲームをしながらマイクを通してルール解説を行う。④ゲームを見てゲーム中にすべきことを学ぶ。」などを行った。

#### 4 単元の目標

- ハンドボールの上達にむけ、意欲的な姿勢をもつことができるようにする。
- ボールを持っているとき、持っていないとき何をすべきか判断できるようにする。
- ゴールを目的とするパス交換をお互いのコミュニケーションを持ってできるようにする。
- ルールを学び、ゲームで審判ができるようにする。

#### 5 単元計画（全10時間）

第1次	ハンドボールを知ろう。	1時間
	ビデオ視聴，ルール確認	
第2次	動きを活性化しよう。	4時間
	タグを使った各種ゲームの実践	
第3次	マイクを通してのゲーム解説を聞き，ルールを理解しよう。	2時間
	マイクを通してのゲーム解説	
第4次	ゲームを観戦し動きを考えよう。	2時間
	男女それぞれのゲームを見て，アドバイスや動き方を熟考	
第5次	試合の実施と運営	1時間
	審判も含め生徒で全て実践	

#### 6 授業の実際

<第1次>ビデオ視聴，ルール確認

- ①目標と取り組む内容の説明
- ②ハンドボールとはどのようなスポーツ  
ビデオ視聴，ルール確認を行った。

<第2次>タグを使った各種ゲームの実践

##### ①グループ分け

体格的に平均的になるよう男女各2グループに分けた。

##### ②取り組み内容

・W-u p



図1 タグを使った鬼ごっこ

##### 鬼ごっこ1

動きの活性化を図ることを目的として、タグをつけている人は逃げ、ビブスをつけている人が鬼とした。鬼は1人か2人で交代制とした。ケンステップを利用し、安全地帯とした。安全地帯は1人制限で、入ってくる人を優先とし、安全地帯にとどまることのないようにした。

##### 鬼ごっこ2

動きの活性化に加えて、パスの動きも活性化させるために「パスされたボールをもつこと」を安全地帯とした。追い詰められた仲間をパスにより助けられるかをポイントとした。

##### パス練習

ハンドボールはドリブルというよりのパスの正確さや速さが要求されるため、基本的なストレートパス，サイ



図2 パス練習

ドハンドパスから指導し，ジャンプパス，フッ

クパス、バックパス、ラテラルパスなどの練習を行った。

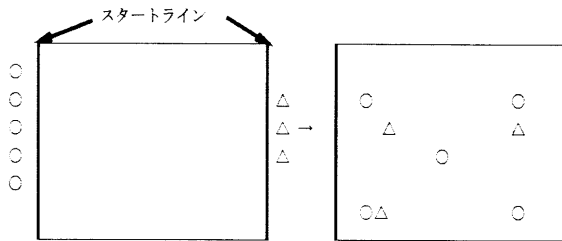


図3 パスゲーム1

### パスゲーム1

#### 進め方

- ・縦9m×横6mのコート（バレー1／3面）
  - ・1分で攻守交代 2回戦で行う
  - ・○チーム（5人）対△チーム（3人）
  - ・○チームはボールを持ってパス回し
  - ・ボールは爆弾でボールを持っている人はタグをとられるようになる。
  - ・2本タグをとられた人は退場となり4対3、3対3となっていく。
  - ・パスカットをしたら誰かのタグを1本とることができる。
  - ・DFは疲れたら交代することができる。
- 1分間で何個のタグをとるかで競う。フリーになること、パスの速い展開、ボールを持っていないときにどのような考えを持つべきかを考えさせるために行った。

### パスゲーム2（4対4+GM）

#### 進め方

- ・縦15m×横12mのコート（体育館半面）
- ・4対4で行い、得点はシュートではなく、ゴール地帯にいる味方（GM）にパスをする。
- ・ボールを持っている時にタグを1つとられたらその場ですぐにパス。2つ目をとられた場合、攻撃終了。相手ボールでスタート位置から開始。
- ・2つタグを失ったものは退場し、待っている人

と交代。タグのない人にタグを渡し、順番を待つ。

- ・待っている人がいるのでその人は1分で交代し、全員が平等に参加する。
- ・プレー中にタグを1つ取られ交代した時は参加するときに2つに戻す。
- ・攻守交代は次の3パターンとする。
  - ①誰かが2つ目のタグをとられたとき。
  - ②守備側にインターセプトされたとき。
  - ③ラインからボールが出て敵ボールになったとき。

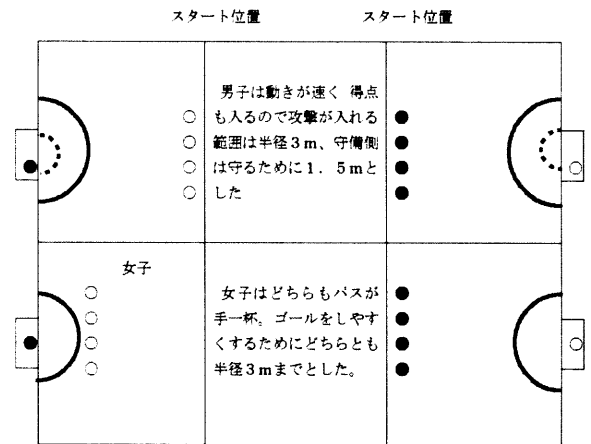


図4 パスゲーム2

得点：3mのゴール地帯の中でワンバウンドまたノーバウンドでGMがこぼさずに受け取ったとったとき。

守備のルール：男子は攻撃が3mライン（実線）より内、守備は1.5mライン（点線）より内に入ってはいけない。女子は攻撃側・守備側とも5mラインに入ってはいけない。

### ミニゲーム（4対4+GK）

#### 進め方

- ・パスゲーム2と同じコートの大きさ。
- ・ゴールは防球ネットとする。
- ・タグは1つ取られたらシュートができない。2つ取られたら退場し、交代。その他の交代ルールはパスゲーム2と同じ。

## ・ルール

スローオフでスタート位置から開始守備のルールはパスゲーム2と同じ。

オーバーステップは反則としてとる。

・得点はゴールインした時

<第3次> マイクを通してのゲーム解説を聞き、ルールの理解

ゲーム（5対5+GK）

進め方

- ・縦24m×横15mのコート（体育館全面）
- ・ゴールはセーフティマットとする。

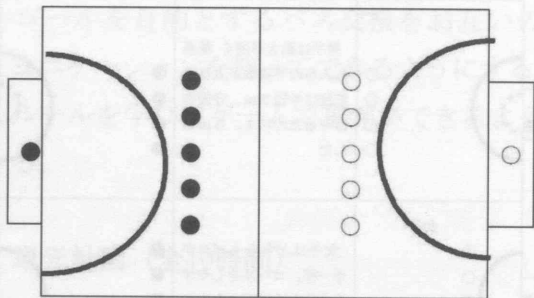


図5 ゲーム

- ・タグのルールは今までと同じ。
- ・審判を2人つけ審判法をラインクロス、オーバーステップは判定ができるようにする。
- ・ゲーム解説

マイクを使い、審判の動き方、ルール解説、ゲームの中でのいい動きなどを教え込んでいく。

<第4次> 男女それぞれのゲームを見て、アドバイスや動きの熟考

第3次で学んだゲームの仕方を使い、ゲームの質を高めていく。それぞれのチームにゲームをする時間、審判をする時間、作戦を考える時間、ゲームを見る時間を作った。

<第5次> 審判も含め生徒で運営から試合までの実践

準備・準備体操・W-UP・試合運営をすべて行っていった。

## 7 授業の実践を通しての変化

<第1次>

試合のビデオを見ることでハンドボールというスポーツのイメージができたようであった。残りの時間でボール慣れをしたときに男子はシュートのフォームなどをまねていた。ルール説明はオーバーステップとラインクロスなどの反則とスローイン、スローオフ、フリースローなどのやり方について説明した。バスケットボールのトラベリングとハンドボールのオーバーステップの違いに興味を示していた。

<第2次>

基礎技能の習得のためにパス練習を行った。女子はとにかくコミュニケーションをとることが必要で合言葉に「いくわよ」「いいわよ」と掛け声をかけながらパスすることにした。それによりリラックスし、準備もできてパス周りが少しずつ良くなっていった。男子はいろんなパスの仕方に興味をもち技能レベルは上がっていった。

鬼ごっこは動きを活性化するために行った。タグを使ってすることで逃げる動きなども習得でき、効果的であった。

パスゲームではコートが狭かったため、難しいようであったが、タグをつけた効用で、もたもたしているとタグをとられプレーに制限がかかるのでボールを受ける前に考えている姿も少しずつ出てきたようであった。しかし、女子は男子に比べてこの競技に対する技能や理解度が低く、パスの



図6 パスゲーム

佐伯：運動が「わかる」「できる」、学びを「いかす」授業の創造 一球技（ゴール型）「ハンドボール」の授業づくりを通して

## 家庭科

まわり具合は課題が残った。しかしタグをつけたおかげで動きは少し活性化されたようであった。

### <第3次>

競技用のコートに縮小した形で体育館全面でゲームを行い、審判の仕方、ルール理解などが主な目的であった。全面でゲームを行ったために生徒が体を動かす時間は減ったが、ゲームを見ながら、また行いながら解説を聞くことで理解度を高めたようであった。解説にあたってはマイクを使い、ゲームの流れの中で説明したため生徒には非常にわかりやすかったようで、プレーの技能も、審判技能も急激に高まった感じであった。

### <第4次>

第3次の活動を踏まえて、最後のゲームのために各チームで作戦を立てゲームに臨むことができるようになった。男子は女子の試合を見て「シュート」「ドリブル」「走れ」などの応援の声もあった。女子は男子の試合を見て「すごい」「速い」



図7 男子のゲームを集中して観戦する女子

などの感動の声もあり、生の試合を見てイメージに変え自分たちの力に変えていった。審判は「走ること」「近くで見ること」「ボールを挟んでみることを徹底することでラインクロス反則をよく見るできるようになった。得点した時の笛の音もしっかりできるようになっていった。

### <第5次>

最後は準備、準備体操、W-UP、ゲーム運営まで生徒で行った。非常にモチベーションも高く、男子は試合を見ながら「あんなプレーが

したい」という声もあり、どの試合もフェアでとても白熱したものとなった。女子の方も今まであまり動いていなかった生徒が動きだし



図8 男子の試合の様子



図9 女子の試合の様子

や広がる動きができるようになった。パスアンドゴーの動き、積極的なシュート、特にターンシュートがあったことは驚きであった。守備面でタグをとれば守備をする達成感もあり、ボールに触れずに守備ができとても効果的であった。

## 8 結果と考察

### (1) 事後調査

今回の授業では「①動きを活性化させる。②コミュニケーションをとってパスをする。③ボールを持っているとき、持っていないとき何をすべきか

判断力をつける。④ルールを理解する。」という4つのことを高めていけば、まとめのゲームも質の高いものになると考えずすめ、様々な工夫を取り入れた。

生徒の振り返りで上達したこと、感じたことをみてもその効果は明らかであった。「ハンドボールは得意ですか」という問いに対しては50%の生徒が得意と回答したにとどまったが「ハンドボールは好きですか」という問いに対しては、90%の生徒は「好き」と回答した。技能面では上達しているがまだまだと感じている生徒が多いようであった。

表1 授業後の生徒の感想（上達したこと）

- ・ パスを出す前に名前を呼んだらキャッチが正確になった。（女子）
- ・ ボールを長い間もつことがなくなった。パスがよく回るようになった。（タグがあったから）（女子）
- ・ 作戦をたてて、戦略を決めるといろいろなことが発見できた。（男子）

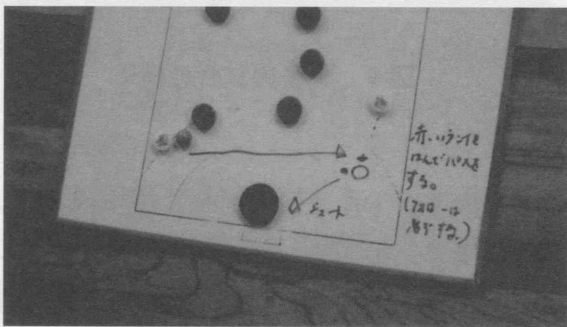


図9 作戦ボードの内容

- ・ 自分がフリーになろうと意識して動くことができた。（男子）
- ・ パスをもらった時に敵がいなくてパスがまわりやすい味方がどこにいるかを素早く見てパスが出せるようになった。（女子）

表2 授業後の生徒の感想（感じたこと）

- ・ いろいろな作戦を立てることができるから楽しい。（女子）
- ・ チームで協力してできるから楽しい。（女子）
- ・ ゴールが決まった時やいいプレーがあった時に声を掛け合うのが楽しいと感じた。（女子）
- ・ 最初は楽しくなかった。コツをつかんでたくさんコートを走り回るとシュートがたくさん決まるようになり、パスも速くなり、勝てたので楽しくなった。（女子）

## 9 まとめと今後の課題

ハンドボールはボール運動の基礎基本を身につけるためにはとてもよい球技である。しかし、授業を進めていく中で行き詰まりを感じてしまう種目でもある。今回はいくつかの工夫で成果のある授業となった。「①タグを取り入れたりするなど遊びの要素を少し取り入れることで動きは活性化した。②女子の場合、合言葉をつくることで声の大切さを知り、パスの意味も分かってきた。③マイクを用いてルール説明をしたことで全員がルールを理解し、審判をできるようになった。④一緒の内容をこなしていくことは大切だが、男女それぞれの試合を見ることでそれぞれのモチベーションが上がっていった。」

今後の課題としては、女子のモチベーションを上げるためにさらなる工夫が必要であり、教材研究によりいろいろなアイデアを持っておく必要がある。