

NEWS FILE ①

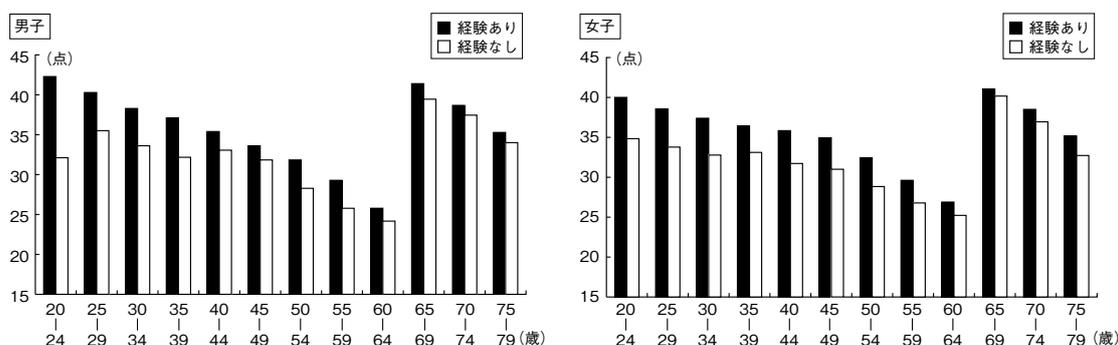
.....文部科学省2012年10月8日(月)

学生時代の運動部活動での経験が、 その後の運動・スポーツ習慣につながる

昨年10月に文部科学省が発表した平成23年度体力・運動能力調査報告書によると、中学校、高等学校、大学のいずれかで運動部（クラブ）活動を経験した群は、経験のない群より新体力テストの合計点が高い値を示したことが報告されました。このことから、報告書では、学生時代の運動部（クラブ）活

動での経験が、その後の運動・スポーツ習慣につながり、生涯にわたって高い水準の体力を維持する要因の1つになっているのではないかと指摘しています。

運動部（クラブ）活動は、適切な運動習慣を身につける上でも大きな役割を果たしているといえるのではないのでしょうか。



学校時代の運動部（クラブ）活動の経験別新体力テストの合計点

(注) 得点基準は、20～64歳、65～79歳で異なる。

■実践者からみた新学習指導要領 CONTENTS

球技「ネット型」の授業づくり 北垣内博（長野市立西部中学校） 2

平成25年度用副読本の主な変更点 7

みんなが わかる できる かかわれる 球技「ネット型」の授業づくり

北垣内博
(長野市立西部中学校)

1 はじめに…

確かな学力、豊かな心、健やかな体の調和による「生きる力」の育成を重視した新学習指導要領の完全実施から1年が経過し、実践の振り返りと修正が求められる時期を迎えました。全国の学校現場では改訂の趣旨を踏まえ、すべての子どもたちが嬉々として運動に取り組む授業を目指してこられたことでしょう。

本校においても昨年の春、目指す保健体育科授業として「みんながわかるようになる、できるようになる、かかわれる」を合言葉に1年をスタートさせることにしました。この「わかる」、「できる」、「かかわる」中身についてもその軽重や順序性は発達段階や学習内容によって考慮されるべきところと考えていますが、特に、運動の楽しさや喜びの源泉となる「できる」ようになることは大切にしていきたいと生徒にも話しました。

また、新学習指導要領で示された指導内容では、「知識、思考・判断」が新たに強調されていることから、「できる」を実現させるための「わかる」ことにも目を向けていくことを確認しました。できるようになるためには、運動をイメージし、その課題がわかること（課題認識）、自己やチームの様子、問題点がわかること（実態認識）、課題を解決する

ための方法がわかること（方法認識）が必要不可欠です。まさにこの「知識、思考・判断」を充実させていくということです。

つまり、「できる」ための「わかる」対象を明確にし、仲間と共有することによって、豊かな「かかわり」を生み出す、そのような授業づくりをしていきたいと考えました。

2 授業づくりの実際

①ボール運動（球技）領域における「型」表記の導入・拡大の捉え

今回の改訂において、今まで種目名が示されていたボール運動（球技）領域で、「型」表記の導入・拡大がみられました。これは、種目そのもの（ルール等がある程度、修正したのものも含めて）を学習の対象としたとき、限られた学習時間の中で「確かな学習内容の習得」を保障することができるのか、ある特定の種目を偏重して導入することが子どもたちの発達や適時性にふさわしいものであるか、といった疑問によるものと思われます。これは「学習内容の明確化」といった全教科に共通する改訂の方向性を鑑みて、教え、学ばれるべき内容が運動種目固有の特殊な内容ではなく、「型」に共通する学習内容であることを表していると言えます。また、その方が保健体育科の究極目標である「生涯にわたって運動に親しむ資質や能力の育成」につながるのではないか、という考え方の表れであると捉えています。

図1は、ボール運動（球技）の指導における学習内容の抽出時に運動種目固有の特性にとらわれず、各次元からの特性を問い直す必要性を指摘したものです（岩田，2008）。

この考え方の根底には、ボール運動（球技）のゲームにおける独自性が「ゲーム中に何を、いつすべきかといった戦術的課題の違い」にあるとする主張があります。つまり「『型』に共通する戦術的課題」を学習内容の中核に据えているのです。

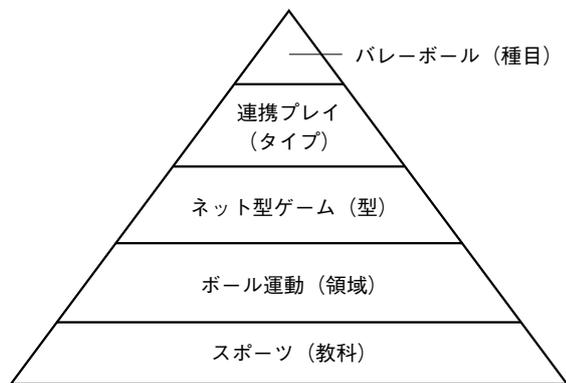


図1 ボール運動の学習内容抽出のための次元（岩田，2008を修正）

②「意図的なセットを経由した攻撃」を生み出す役割行動の学習「ダブルセット・バレーボール」

ネット型の連携プレイタイプに共通する「意図的なセットを経由した攻撃を特徴とするゲーム」(岩田, 2012)でも, 特定の戦術的課題を学習内容として位置づけることができます。さらにこのタイプのゲームに共通した課題として「役割行動」をその中心に据え, 合わせて技術的な課題も段階的に高めていくことが望まれます。

本校では, 1年時に「アタック・プレルボール」を学習します。2年時には, 「レシーブ-セット-アタック」というアタック・プレルボールにみられた役割行動の学習を生かしながら技能的発展を基軸に「ダブルセット・バレーボール」を行い「オーバーハンドパスによるセット(トス)を経由した攻撃」を目指します(岩田, 2012: この教材を2008年から本校のカリキュラムに位置づけています)。

しかし, トスはボールの落下点を予測して動き, 頭上でとらえてはじき出さなければならない上に, レシーブされたボールの方向を転換させなければなりません。生徒にとって難題であるこのトス技能(セッター役)をすべての生徒にチャレンジさせるためには, より易しいゲームにしていく必要があります。

そこで, セッター役にトスしやすい軌道のボールを送ることができるよう4回触球制を考え, 「レシーブ-予備セット-セット(トス)-アタック」の連携の流れにします。アタック・プレルボールでは, ボールをフロアに叩きつけて跳ね上がらせるセット行動(プレル)をアタッカーに対して行っていたが, 今度はセッター役にボールを送るための「予

備セット」として位置づけています。この予備セットが, レシーブが乱れた場合にも修正できるチャンスを生み, 予備セットから送り出されるボールのコースによってセッターのボールの方向転換を容易にしています。

このようにゲームの条件を緩和することによって, チームで「意図的なセットを経由した攻撃」を目指し, 課題を仲間と共有してその解決に向けた工夫をしていく姿を期待しました。

3 授業の様子

では, このような教材によってどのように学習が展開されたのか, 単元の流れ, 1時間のねらいに沿ってお伝えしていきたいと思います。

◆第1時-オリエンテーション

⇒単元終末段階の目指すプレイの理解

1年次で, アタック・プレルボールの学習を経験してきている生徒たちは, ネット型(連携プレイタイプ)球技の楽しさが「意図的な連携プレイによって得点する」ことによって生み出されることを大いに意識できています。

本単元に限ったことではありませんが, 単元最終段階での姿のイメージを膨らませることが学習の入口として大事にしたいところです。本時の学習では「レシーブ-予備セット-セット(トス)-アタックの連携がよいプレイであること」, 「プレイが乱れたとき, 仲間と声を掛け合い, 立て直し, 相手コートに返球できること」が目指す姿(自分, チーム)であることをまず確認しました。

その中で, トス技能が課題となること, 予備セットが重要であることを強調しました。

〔授業後の感想〕

- ・1年生のときは, アタック・プレルボールをしましたが, 今年のダブルセット・バレーボールは, アタックをより強く打たなければ勝てないと思いました。そのためには, セットにつながるレシーブや予備セットをどのようにしたらいいか考えて, 練習していきたいです。(Y生)

◆第2時-試しのゲーム

⇒ダブルセット・バレーボールにおける基礎的技術の理解と練習

目指す連携プレイを実現させるために必要となる

表1 ダブルセット・バレーボールの主要なルール

○ゲームサイズ: 4人対4人(男女混合)
○コート: バドミントンコート
○ネットの高さ: バドミントンと同様のネット(1.55m)
○ボール: KENKO mini トリムボール
○得点形式: ラリーポイント制(本実践では時間制とした)
○ローテーション: 自チームへのサーブ権の移動によりローテーション
○触球回数: すべてのメンバーの触球(4回)によって相手コートに返球しなければならない。レシーブ, 予備セットはワンバウンドでボールを操作してもよいが, 「セット(トス)-アタック」間は, ノーバウンドで操作しなければならない。
*「予備セット」はレシーブされたボールを両手(片手)で床にバウンドさせてセッターにボールを送る役割行動。
○サーブ: バドミントンコートのサーブスラインからのアンダーハンドサーブとする。ネットインは有効。

「ボール操作の技能」について、プレイの流れに沿って以下のように示しました。

- ・ねらったところへ返すレシーブ
- ・レシーブされたボールの方向とセッター位置を確認し、ボールの跳ね上がりの大きさに気をつけた予備セット
- ・ネット前で、予備セットにより跳ね上がったボールの方向とアタッカーの位置を確認し、ボールの高さに気をつけたセット（トス）
- ・高い打点からの力強いアタック

本時は、生徒が試しのゲームを通して、自己の技術や連携プレイに関わる動き方等の問題点を把握する時間としました。教師にとっても個々の様子やチームにおける仲間関係、ゲーム様相等の実態をつかむ1時間となりました。

〔授業後の感想〕

- ・ボールは、前に前に…ということ意識した。(K生)
- ・気持ちよいアタックを打たせるためには、セットで高く上げることが必要。(K生)

◆第3～6時-共通課題の練習とゲーム

⇒ボール操作に関わる課題と（連携に関わる）ボールを持たないときの動き方の課題の整理

運動が苦手な生徒に、ボール操作もうまくできない、どこへどう動いていいのか全くわかっていないといった様子を見ることがあります。ここでは、前時に確認した基礎的スキルと「ボールを持たないとき

の動き」（役割に応じた準備行動）を合わせて学習していきます。

どの生徒もアタックを打ちたいと思っています。実際は、空間を移動するボールのタイミングを合わせて確実にとらえる難しさがあります。しかし、セッターの直上へのトスによって、アタッカーがセッターのポジショニングを確認し、後方から走り込む準備動作を行えばよいということを理解できれば、ボールの軌道を読みやすくなり、ボールをとらえることができるようになっていきます。

また、このゲームでの意図的な連携プレイの実現は、「予備セット」の良し悪しにかかっていると言っても過言ではありません。多少、レシーブが乱れたとしても予備セットで修正することができれば、本単元の中核である「セット-アタック」の連携プレイにつなげることができるからです。予備セットの大切さについての気づきは、生徒の願いをもつなぎ、その後のゲーム様相を一変させることとなります。

ボール操作と連携プレイに関わるそれぞれの課題を結び付けて考えていくことで、それぞれの練習が生徒にとって意味あるもの、必要感を生むことにもなると考えています。

単元の序盤では、4人のポジショニングやお互いの役割（行動）の曖昧さから「レシーブ-予備セット」の連携、レシーブの乱れに対応する予備セットのポジショニングが課題となりました。その解決策として前衛2人（予備セッター/セッター）、後衛2人（レシーバー/アタッカー）というフォーメイ

表2 単元展開の大要（全12時間）

時	学習活動	中心となる指導
1	1 オリエンテーション	○単元終末段階におけるプレイの理解 ・ネット型（連携プレイタイプ）の楽しさ
2	2 試しのゲーム（ゲームの理解）	○ダブルセット・バレーボールにおける基礎的技術の理解と練習 ・「レシーブ-予備セット-セット（トス）-アタック」に関わるボール操作と連携プレイに関わる動き方等の問題点
3 4 5 6	3 共通課題練習（習得）とゲーム ・ボール操作とボールを持たないときの動き ・連携のための声かけ ・ゲーム場面を想定した練習 ・課題解決に向けた練習	○ボール操作と連携プレイに関わるボールを持たないときの動き方における課題の整理 ・味方へのボールのつなぎ（どこへ、誰に、どういうボールを出すか） ・安定したレシーブ、プレッル、トス、スパイクのポイント理解とその練習 ・それぞれの役割行動と動き方についての理解とその練習
7 8 9	4 チーム別課題練習とゲーム	○チームにおける問題点の洗い出しと解決に向けた練習方法 ・基礎的スキルとボールを持たないときの動きの質
10 11 12	5 リーグ戦 6 単元のまとめ	○相手チームの特徴をつかみ、作戦を立ててのリーグ戦 ・ゲーム分析、作戦の工夫

ション（2-2）をとり、レシーバーと予備セッターの位置関係を前後とします。このことによって、レシーブの方向がつかみやすく、パスの方向転換も容易になります。また、予備セッターとセッターが近づいてプレイすることにより、跳ね上がりの大きなセットを生み、トスをしやすくすることにもつなげることができました。

さらに、力強いアタックが出現するようになると後衛2人の間やサイドライン近くをねらった攻撃に対してレシーブできなかつたり、レシーブの乱れから予備セッターの判断ミスやボール操作ミスが起きたりします。その対応策として、様々なコースへ打ち分けられるアタックに対しても対応できる前衛1人（セッター）、後衛3人（他の役割）というフォーメーション（1-3）に移行していきます。

加えて、相手のサーブやアタックに対して、はじめから大きく広がったポジションをとり、ボールに向かってプレイするという動きのイメージも共有することで、全員でボールをつなぎ、攻撃をしかけるチームプレイを見ることができるようになります。

〔授業後の感想〕

- ・レシーブを後ろの方にやってしまうと次のセットも後ろになってしまい、アタックが打てない状況があった。(S生)
- ・強いアタックがきたときのレシーブが予備セットにうまくつながらなかった。(W生)
- ・相手の攻撃に対して「広がる」、アタックするときには「縮まる」イメージをチームで大事にしていきたい。(K生)

◆第7～9時—チーム課題別練習とゲーム

⇒チームにおける問題点を課題にしたゲーム

目指すゲームに向かってチームの問題点を出し合い、練習・ゲームを中心に課題を解決していく段階になります。

これまではレシーブや予備セットに関する課題が中心となっていましたが、少しずつセット（トス）やアタックに関する課題が中心となっていきます。さらに「役割に応じた準備行動」、つまりボールを持たないときの動きの質を高めていくことに目が向けられ、意図的な連携プレイの成功の現れでもある力強いアタックがチーム全員で目指す課題になっていきます。



そのような中で、今回、初めて扱うトス（セッター役）をすべての生徒にチャレンジさせるためゲームの条件を緩和してきたわけですが、ボール操作に対するつまづきがこの段階になってもみられたことからゲーム化したドリル練習も継続して行うようにしました。

〔授業後の感想〕

- ・私はセット（トス）が本当に苦手でも後ろにボールを送ってしまったり、ネットを越えてしまったりすることがあったので本当に嫌でした。でも、何度も練習を重ねているうちにできるようになりました。それがとてもうれしかったです。アタックは、Y君が一番うまいし、強かったのでとても頼りになりました。チャンスがあればアタックができたので、それもうれしかったです。(M生)

◆第9～12時—リーグ戦・単元のまとめ

⇒相手チームの特徴をつかみ、作戦を立てながらのリーグ戦

本校では、体育授業で学習したゲームの延長線上にクラスマッチを行っています。そのため、それへの動機づけを高めながら、この最終のリーグ戦では、

相手のチームの特徴や自チームの持ち味などを考えた作戦を立てながらゲームを重ねました。加えて、ゲーム分析や作戦の工夫についても指導します。

このリーグ戦では、勝敗にこだわりながらも判断に基づくボール操作や、ボールを持たないときの役割に応じた準備行動など、学習してきたことが一つのプレイに現れることを期待しています。どの試合でも次のプレイヤーへボールをつなぐ意識の高まりがみられ、白熱したゲーム展開となりました。

〔授業後の感想〕

- ・連携プレイは、毎回毎回、課題があったけど、それを1回の授業で確実に達成していくことで、上達したと思う。(K生)
- ・テレビとかで見るバレーボールとかは、ルールがよくわからなかったりするけど、ダブルセット・バレーボールは簡単にルールがわかって楽しくできた。ネット型の球技は、チームのみんなと協力してがんばれるから、体育の時間が楽しみでした。(H生)

4 | まとめ

2012年、夏。ロンドンオリンピックにおける日本人選手の活躍から多くの人々がスポーツの力を感じ

たことでしょう。女子バレーボールでも28年ぶりの銅メダルを獲得しましたが、その魅力が十分に伝わってきました。

学校現場におけるボール運動（球技）領域の指導内容は豊富で、今後さらに整理していく必要があります。私自身、拙い実践の振り返りから、まず教師が「何を学ばせるのか」「どのようなゲームの発展を目指しているのか」「どんな生徒の姿を期待するのか」について明確にしていくことの大切さを改めて感じています。さらに生徒の関心が高まる中、一層、質的な授業の充実が求められ、生涯にわたってスポーツに親しむ子どもを育成する責任を感じます。

そのために、すべての子どもたちが運動の楽しさを味わい、学習を深めていく体育授業の創造を目指し、邁進していきたいと思えます。

■参考文献

- ・岩田靖（2008）子どもの積極的参加と学習成果を促す教材づくり 体育科教育56（5）：50-53 大修館書店
- ・文部科学省（2008）中学校学習指導要領—解説—保健体育編 東山書房
- ・長野市小・中学校教育課程指導書作成委員会（2011）長野市小・中学校教育課程指導書 長野市教育大綱「敬愛の心」の具現をめざして 長野市教育委員会
- ・岩田靖（2012）体育の教材を創る—運動の面白さに誘い込む授業づくりを求めて 大修館書店

体育の 教材を創る

岩田 靖◎著

●A5判・274頁 定価2,100円(本体2,000円)

運動の面白さに誘い込む授業づくりを求めて

今日、生涯スポーツへの資質・能力の育成をめざして子どもたちがスポーツの楽しさを真に味わっていただける良質な体育授業が求められている。こうした授業を意図的・計画的に生み出すためには“教材づくり”がきわめて重要になる。教材構成の原理や視点を解説して、小学校から中学校までの具体的な教材例を提示する。

よい体育授業の創造のための“教材づくり”

【主要目次】
体育における教材づくりの意義と方法／教材づくりの実際（小学校編）／教材づくりの実際（中学校編）



大修館書店

書店にない場合やお急ぎの方は、直接ご注文ください。☎03-3934-5131

平成25年度用副読本の主な変更点

すでにご承知の先生方も多いことと存じますが、ルールの変更に伴い2013年度版の教材では次の点を改訂致しました（『ステップアップ中学体育2013』に掲載できた範囲に限ります）。

ハンドボール

■チームの構成 (p147)

「①1チームは出場プレイヤー7人（1人はゴールキーパー）、交替要員9人（中学は8人）以内。」

【解説】

これまで、交替要員は「7人以内」となっていました。

■タイムアウト (p147)

「②チームタイムアウトは、前・後半それぞれ2回まで、合計3回1分ずつ、自チームがボールを保持しているときに請求できる（後半5分を切ったら1回のみ。）」

【解説】

これまで、チームタイムアウトは「前・後半1回1分ずつ」となっていました。

なお、新ルールではチームタイムアウトは前・後半にそれぞれ最高で2回までしか請求できません。

例1：前半2回請求の場合、後半は1回のみ。

例2：前半1回請求の場合、後半は2回まで。

例3：前半請求なし、後半は2回まで。

サッカー

■チームの構成 (p167)

「①1チームは出場プレイヤー11人（1人はゴールキーパー）、交替要員3人から12人まで。」

「②いずれかのチームが7人未満の場合、試合は開始されない。」

【解説】

これまで、交替要員は「7人以内」となっていました。

また、②は競技規則と同じ表現に修正しました。

ソフトボール

■投球動作 (p240)

「④軸足を投手板からけり出していれば、跳んで、着地し、一連の動作の中で投球してもよい。」

【解説】

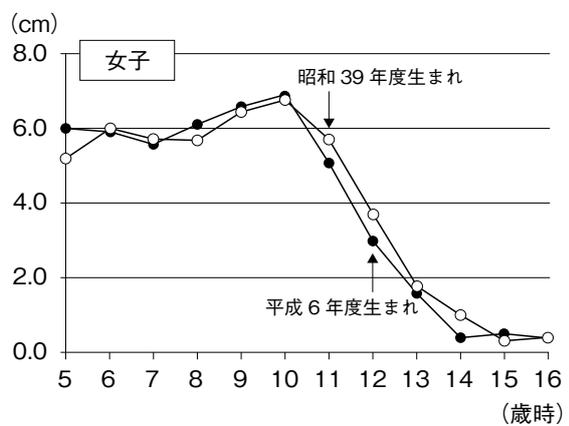
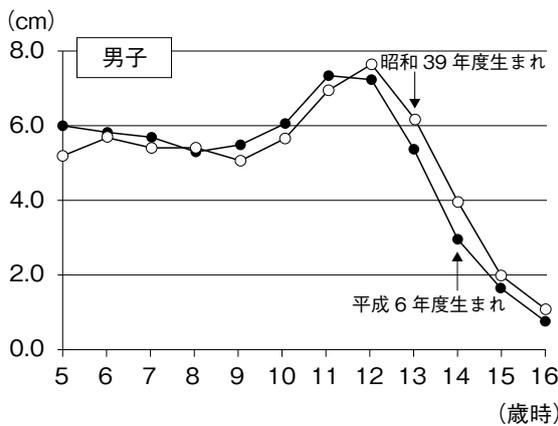
これまででは、投手板をける勢いでジャンプし、投球することは不正投球とされていましたが、正しく投手板からけり出していれば、投手の軸足と自由足を含む身体全体が空中にあっても、それは「ジャンピングスロー」ではなく、「リーピング」という合法的な投球動作であると認められることとなりました。

年間発育量は現代に近いほど早期に増加

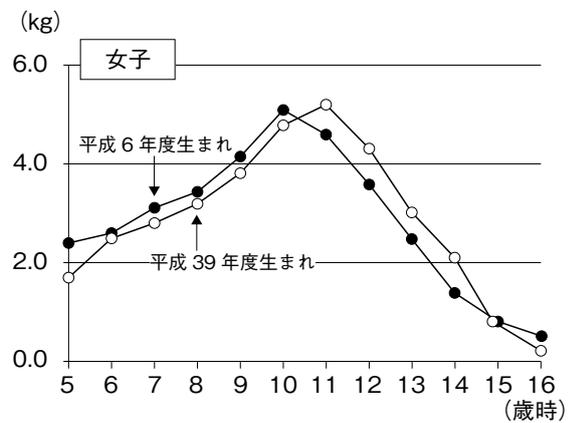
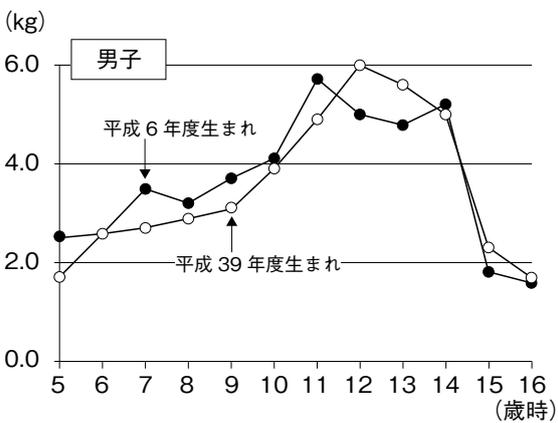
2012年12月、文部科学省が平成24年度学校保健統計調査の一部をまとめ、速報として公表しました。

この調査で、子の世代（平成6年生まれ）とその親の世代（昭和39年生まれ）の年間発育量を比較したところ、男女ともに身長、体重のいずれも、子の世代の方が早期に増加していることが明らかになりました。

平成6年度生まれの男子の年間発育量をみると、身長、体重ともに親の世代より1歳早い11歳時に最大の発育量を示しています。女子では、身長の年間発育量は親の世代と大きな差はないものの、体重の年間発育量は親の世代より1歳早い10歳時に最大となっています。また、男女ともに10歳時以下の多くの歳時において親の世代の発育量を上回っています。



平成6年度生まれと昭和39年度生まれの者の年間発育量の比較（身長）



平成6年度生まれと昭和39年度生まれの者の年間発育量の比較（体重）

中学保健体育科ニュース 2013年 No.1 (通算7号)
2013年3月15日発行

●編集 大修館書店編集部
●発行所 株式会社 大修館書店
〒113-8541 東京都文京区湯島2-1-1
TEL 03-3868-2298 (編集部) / FAX 03-3868-2645
[出版情報] <http://www.taishukan.co.jp>
●印刷・製本 広研印刷株式会社