

実践例1 ソフトバレーボールの実践

市川 英俊*

1. はじめに

本校がソフトバレーボールの研究を始めたのは、平成6年度からである。子どもに指導する前に、まず教官で行ってみようということになった。その結果、あまり運動量はないだろうと思っていたところ、皆、汗びっしょり、ソフトバレーボールの教材としての有効性を身をもって実感した。このことは、その後の研究を進めるうえで役立った。平成7年度には、日本バレーボール協会より研究推進校の指定を受け、コート、試合人数、ネットの高さ、ボール、サーブなどについて調査研究を行い、授業研究でそれらの実証を行った。また、ソフトバレーボールの特性である「ラリーの楽しさ」を味わわせるためのルールの工夫についても検討を重ねた。また、1単位時間内の学習の流れや単元全体の学習過程についても研究を重ねた。そして、体育科の年間のカリキュラムにもソフトバレーボールを位置づけて、全校で取り組むことにした。平成8年度には、ソフトバレーボールの研究発表会(公開授業)を行い、300名近くの参会者を得た。その後も日本バレーボール協会の研究指定を受けながら指導法の研究を進めてきた。

ここでは、研究の成果を踏まえた、ソフトバレーボールの指導法について述べる。

2. 用具の工夫

○ボール

ソフトバレーボールが小学校の教材として位置づくようになったのは、ひとえにボールの改良によるところが大きい。現在は20g, 30g, 50g, 100gなどの軽くて丈夫な材質のものが出来ている。授業実践の結果、これらのボールとゲームの関連は以下ようになった。

●有効 ○可能

		20g	30g	50g	100g
低学年 1・2年	ノーバウンド	○	○		
	ワンバウンド				●
中学年 3・4年	ノーバウンド			●	
	ワンバウンド			○	
高学年 5・6年	ノーバウンド			○	●
	ワンバウンド				

左の表は、数年間、実践を重ねた結果であるが、初めてソフトバレーボールを経験する場合は、高学年であっても初めはワンバウンドで行っても差し支えない。要は、子どもたちの実態に合わせて、「ラリー」が続くようにボールを選択したり、ワンバウンドを取り入れたりすることが重要である。

○コートと試合人数

コートは、バドミントン用のものを使用する。そのコートで試合人数は何名が適当か、試行した結果4名が良いという結論に達した。これは、本校は、ほとんどが1学級40名であること。体育館に8コートできること。これらも考慮して1チーム5名として、ローテーションにより全員がゲームに参加できるようにした。ここで、ひとつ面白いことが起きた。それは、あるチームが欠席のため3名で相手チーム(4名)と対戦したところ、3名のチームが勝ってしまったのである。こういう例は他にも見られた。人数が多いほうが有利ということはいちがいいにはいえないようである。

○ネットの高さ

ネットの高さについては、さまざまな高さでゲームを行うことによって、最もラリーの続いた高さを調べた。その結果、以下のような結論となった。

学年	cm～cm
低学年	100～150
中学年	150～170
高学年	170～190

3. 指導の工夫

①ルールの工夫

ソフトバレーボールがバレーボールと大きく違う点は、子どもがルールをつくっていけるということである。子どもの実態に合わせて「ラリーの楽しさ」が味わえるようにルールを変えていけるということである。前述した「ワンバウンド」でゲームを行うということもバレーボールでは認められないであろう。しかし、ラリーの楽しさということに注目すれば、ソフトバレーボールでは、認められる。また、バレーボールでは、パスは3回で相手コートに返すが、ソフトバレーボールでは何回でも続いていけばよしとする。また、一人のボールに接触する回数もバレーボールは1回であるが、ソフトバレーボールは、2回以上でもよし

*東京学芸大学教育学部附属小金井小学校

とする。また、故意でないタッチネットやオーバーネットは、危険でない限りとらない。このように、ゲームを行いながら子どもたちがルールを変えていけることがソフトバレーボールの大きな特長といえる。次に授業実践でとり入れたルール例を示す。

○低学年のルール

- ・ボールは、ワンバウンドで打ち、ツーバウンド以上になった場合、相手チームの得点とする。
- ・パスは、ワンバウンドで続けば何回行ってもよく、コート外に出ていってもよいこととする。
- ・パスは1人2回続けてもよいこととする。
- ・相手サーブのボールを1打で返球してもよいこととする。
- ・サーブはショートサービスラインからアンダーで、投げ入れても手で打って入れてもよいこととする。
- ・サーブは、1人2回までできることとし、サーブがネットに当たった場合は、もう1度行う。
- ・サーブは、相手コート内に入れるように行う。
- ・サーブは、ポイント後、チーム交替で行う。
- ・1回のゲームは、10点先取とし、ジュースは行わない。
- ・審判は相互審判で行う。
- ・故意でないタッチネットは反則にしない。
- ・両チーム、いずれかの得点後、場所のローテーションを行う。

○中学年のルール

- ・ボールはノーバウンドで打ち、ゲームを行う。
- ・パスは、続けて味方内で何回行ってもよいこととする。
- ・パスは1人続けて3回まで行ってよいこととする。
- ・サーブは、ショートサービスラインからアンダーで打って行う。
- ・サーブは、1人2回まで行うことができることとし、1回目にネットに当たったり相手コートに入らなかった場合はやり直す。
- ・サーブは、得点にかかわらず、1回ずつチーム交替で行う。
- ・1回のゲームは、10点先取で、ジュースは行わない。
- ・審判や得点係は両チーム相互で行う。
- ・ボールを打ったあとのネットタッチは反則としないが、危険な場合は話し合いによって反則とする。
- ・両チームいずれかが得点したら、両チームとも場所のローテーションを行う。
- ・ブロックは行ってもよしとする。

○高学年のルール

- ・パスは続けば味方内で何回行ってもよいこととする。
- ・パスは、1人が続けてボールを扱えるのは2回までとする。話し合いで1回にしてもよいこととする。
- ・サーブは、ショートサービスラインからアンダーで行う。
- ・サーブは1人2回まで行うことができることとする。

- ・サーブは、得点にかかわらず、1回ずつチーム交替で行う。
- ・1回のゲームは、10点先取で行い、ジュースは行わない。
- ・審判や得点係は、両チーム相互で行う。
- ・ボールを打った後のタッチネットは反則としないが、危険な場合は話し合いにより反則とする。
- ・両チームいずれかが得点したら、両チームとも場所のローテーションを行う。
- ・ブロックは、行ってもよいこととする。

②学習過程の工夫

○単元全体の学習過程

ソフトバレーボールの単元は、10時間程度が適当であることが研究の結果わかった。以下高学年の例を示す。

単元の学習課程

はじめ	オリエンテーション ○グルーピングと役割分担について話し合う。 ○学習のねらい・学習のすすめ方について話し合う。 ○ルールやマナーについて話し合う。
なか	①みんなで決めた初めのルールに慣れ、協力してゲームを楽しむ。 【総当たり戦】 (3時間)
か	②工夫したルールで攻め方や守り方を工夫してゲームを楽しむ。 【対抗戦】 (4時間)
	③高まった力を確かめながらゲームを楽しむ。 【総当たり戦】 (3時間)
まとめ	○学習の反省をする。

○1単位時間内の学習過程

学習の流れは、出来るだけ子どもの主体性を促し、活動時間を確保するために教師が全体を集合させる時間を授業の終わりに1回だけにした。そのために子どもたちに学習カードをもたせ、授業前に学習のめあてや練習方法、作戦などを話し合わせた。このことによって、子どもたちは体育館に入場すると同時に学習が始まることになる。その後の学習の流れは、準備－確認－練習－ゲーム①－反省－ゲーム②－反省－全体で反省 となる。

③ゲームの仕方の工夫

1時間の授業のなかでゲームは、ゲーム①とゲーム②の2回行う。そこで、チームでの練習や反省の時間を考慮して、1ゲームを10分とし、1セット10点先取の試合を行う。これまでの結果では、10分では、1セットが終わり2セット目の途中で終わることが多い。そこで、勝敗の決め方を子どもたちに話し合わせたところ、2セット目の途中で終わった得点も多い方が勝ちとし、セットごとの勝ち点の合計で勝敗を決めたいという結論となった。1セットと2

セットの得点を合計して決めると予想していたのが見事はずれてしまった。子どもたちは、1セット、1セット勝つチャンスを期待していたようである。

④審判の工夫

できるだけゲームでの活動時間を増やしたいという理由から、審判は相互審判とした。低学年などは、慣れないうちは、難しい場面も見られるが可能である。ボールが線上で双方判断に苦しむ場合、ノーカウントにしたりジャンケンで決めるなど工夫していた。

⑤学習カードの工夫

子どもたちが主体的に学習がすすめられるように、学習のめあて、練習方法、作戦、ゲーム記録、反省、評価などを書き込めるようにした。また、別に個人で記入する自己評価カードも用意した。(学習カード例 参照 後掲)

⑥技能習得の工夫

ソフトバレーボールは、今もっている技能でゲームを楽しむことを基本とする。従って初めから、バレーボールの技能を身につけさせる訓練などは行わない方がよい。片手でとればとれたボールを、両手を合わせたアンダーハンドでとろうとしてとれなかった例を見たことがある。初めから技能を身につけさせようとせず、ゲームを行うなかで身につけさせたり、ゲームの反省をもとに、チームで話し合った練習のなかで徐々に技能を身につけさせる方が望ましいと考える。

4. 指導の実際

①学習活動例

○2学年

1. 学習の準備をする。支柱、ネットの設置をする。
2. チームごとに、ボールに慣れる練習を行う。ワンバウンドパス サーブ ノーバウンド打ち
3. 前時に考えたルールや作戦を確かめる。
4. 第1試合を行う。初めのサーブはじゃんけんで決める。得点係は、コート外に出ている者や、得点板に近くのものを行う。審判(相互)で判定が分かれた場合は、話し合いを行う。ワンバウンドパスで行う。
5. 第1試合についての話し合いをする。
6. 第2試合をする。ワンバウンドで行う。
7. 本時のゲームを振り返り、話し合いをする。
8. 片付けをする。ボール、支柱、ネット

○4・6年

1. 学習の準備をする。用具の準備 めあてやルール・作戦の確認 前時の反省を生かした練習(レシーブ パス サーブ)
2. 第1試合をする。
4年—子どもの実態に合わせてワンバウンドにするかノーバウンドで行うか決める。
6年—ノーバウンドで行う。

3. 話し合いをする。第1試合の反省をする。ルールの工夫、作戦など。対戦相手チームと話し合ってルールの変更を行ってもよい。

4. 第2試合をする。

4年—第1試合の実態に合わせて、ノーバウンドで行うかワンバウンドで行うか決める。

6年—ノーバウンドゲームを行う。

5. 本時のゲームを振り返り、話し合いをする。チームでの話し合い。全体での話し合い。

②ゲームの様相

実践を重ねていくうちにゲームの様相が、ワンバウンドゲームからバドミントン型(ネットを挟んで1回で打ち合う攻防)、さらにバレーボール型(トスをあげて打つ)と発展していくことがわかった。バドミントン型の場合、プレイヤー4名が全員ネットのほうを向いていることが多く、トスをあげるもの1名がネットを背にしてプレイできるようになると、あげて打つことができるようになる。あげて打てるようになると「空いているところをねらう」などの作戦ができやすくなる。

また、ゲームにおける「声かけ」とラリーの回数がかかる関連があることもわかった。ラリーの続かないゲームは「声かけ」も少なく楽しさも半減しているようである。逆に「声かけ」が盛んになると、ラリーも続くようになり、楽しさも増大していくようである。このことから、ソフトバレーボールにおいて「声かけ」は重大でありチームのまとまりやかかわり合いを深めるためにも大切であると考えられる。

5. ま と め

研究を通して授業実践を行った結果、ソフトバレーボールが運動教材として価値の高いものであることがわかった。それを、ソフトバレーボールの特性として以下に示す。

【ソフトバレーボールの特性】

- 特別な技能が要らず、今もっている技能で楽しめる。
- 男女差、能力差が目立たなく、特に運動の苦手な子どもが意欲的に取り組む。
- 運動生理学的に調査しても運動量がある。
- ルールづくりなど、子どもの実態をもとに子どもがつくっていくことができる。
- ルールの工夫などをしながらラリーが続くところに楽しさがある。

ソフトバレーボールは、子どもに喜ばれる種目であるが、指導者側からみても比較的指導のしやすいスポーツである。今後の発展が期待できると確信する。

【学習カード・自己評価カード例】

参 考 資 料

ミニソフトバレーボール授業研究協議会要項 東京学芸大学教育学部附属小金井小学校 1997. 1. 24

ソフトバレーボール学習カード

[]月[]日()曜[]校時

★チームのめあて

--

☆ひとりひとりのめあて

	評価
1	
2	
3	
4	
5	

◆練習のしかた

1	
2	
3	
4	
5	

チーム名 [] []班 セクケン()色

☆今日の試合

◇作戦

--

◇ゲーム()コート

ゲーム①	ゲーム②
[]班 対 []班	[]班 対 []班
():()	():()

◇反省

チームのめあて	評価
その他	

◇ルールの工夫

--

◇次の時間のめあて

--

ソフトバレーボール
自己評価カード

氏名 [] ()班

[]月[]日()校時

★自分のめあて

	評価
--	----

★声かけについて

(どんな声かけができたか)

	評価
--	----

★練習やゲームについて

	評価	感想
① 仲良く助け合っていた		
② ルールを守っていた		
③ カいっぱい運動できた		
④ バスをつなげることができた		

○○△