

実践例2 ソフトバレーボールの学習指導

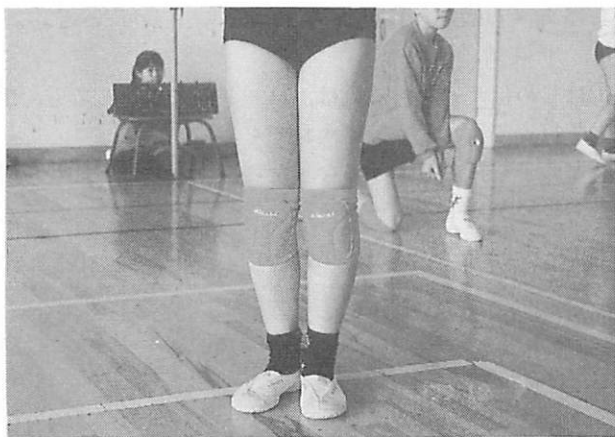
浜崎 順子*

はじめに

私たちの学校では、4年あまりソフトバレーボールの実践研究を積み重ねてきた。

ソフトバレーボールは、相手チームにじゃまされることなく、攻めたり守ったりの戦術を工夫することができることから子どもたちにとって楽しい運動であると考え。実際、実践してみるとどの学級においても子どもたちはソフトバレーボールが大好きになる。それは、ボールやルールの工夫によってどの子どもも今ある力でソフトバレーボールの楽しさに触れ、追求していけるように学習をデザインしているからであろう。

また、ひざ当てをつけることによって子どもたちは、ころんだりすべりこんだりして積極的にボールをつなぐ楽しさを味わうことができるようになった。



ソフトバレーボールの楽しさ(特性)は、「2つのチームがネットをはさんでボールを返し合い、相手チームと得点を競い合って楽しむ運動」と捉えた。それ故、1年生から6年生までゲームの中心の学習である。

指導について

1. チームづくり

チーム対チームのゲームを楽しむ学習であることから、チーム間に差がなく競ったゲームができるように、最初はチームを教師がつくった。そして、「ゲームを楽しむためのチーム」という意識が子どもたちの間に浸透してからは、

子どもたちが選んだキャプテンが集まってチームづくりをした。

ソフトバレーボールは心が通い合わないパスはつながらない。心が通い合っこそ、つなぎのプレーであるバレーボールの妙味を味わうことができ、特性に触れることができるのである。それ故、最初の重要な指導は、みんなが心を通わせることのできるチームづくりであると考え。さまざまな友だちの中から自分らしく自己表現し、みんなが自分の可能性に向けて挑戦することを楽しめる学習集団が成立するならば、それは一人ひとりの子どもの成長にとって望ましい集団になると考えられる。

心の通い合ったチームづくりのひとつの方法として、練習やゲームのはじめに、『円陣を組んで声をだす(く例)ファイト、オー』『得点した時、みんなで喜びの声を出し合う』『失敗した人にはげましの声かけをする』とよいことを指導しどんな声をかけ合うかチームで決め練習するように伝えた。この指導はチームづくりの上で大変効果があった。また、チームの時間や反省会で個々の願いや思いを出せるチームになるように指導することが重要である。キャプテンのひとつの仕事としてみんなの声を聴くように指導した。個々が自己表現できてこそ、自発的に課題に挑戦でき、そしてチームワークに結びつくのである。心が通い合っこそ真のチームの戦術づくりができるようになると思える。

2. 自発的学習の保証

2番目に重要な指導がこの指導である。自発的学習の保証という指導は、自己のもてる力を発揮し、自己の世界を新たに切り拓くスポーツの学習の楽しさを保証すると思える。人間の成長を目指すには、その子の欲求満足が重要である。それは管理主義的な教育では実現できないと思うからである。自分の行動は自分がコントロールしているのだという感覚を子どもがもつことが大事なのである。そのためには、自分にとって価値ある課題を自ら選び努力の効果、自己向上に伴う内的な充実感を味わえる自発的な学習の保証が重要であろう。

以下に述べる授業の構想はすべて自発的学習を保証しようとした具体的な指導である。しかし、一般例であるので子どもの実態によっては低学年の例から始めるべきであろう。常に子どもの立場に立って楽しい学習になるように工夫するべきである。

*京都教育大学教育学部附属桃山小学校

3. 学習のねらい

(1) 低学年 10時間

<ねらい1> ・なかのよいチームづくりをしながらゲームを楽しむ。
(同じチームと1時間に2ゲーム行なう。5時間)

<ねらい2> ・せめ方やまもり方について、チームで相談したり工夫したりしてゲームを楽しむ。
(同じチームと1時間に2ゲーム行なう。5時間)

(2) 中学年 10~12時間

<ねらい1> ・ルールになれ、自分のチームの様子を知りながらチームづくりをし、ゲームを楽しむ。
(リーグ戦で1時間に2ゲーム行なう。4時間)

<ねらい2> ・チームでせめ方やまもり方を工夫してゲームを楽しむ。
(対抗戦で行なう。2~4時間)

<ねらい3> ・相手チームにあったせめ方やまもり方を工夫し、ゲームを楽しむ。
(リーグ戦で1時間に2ゲーム行なう。4時間)

(3) 高学年 10~12時間

<ねらい1> ・ルールに慣れ、チームづくりをしながらゲームを楽しむ。
(リーグ戦で1時間に2ゲーム行なう。4時間)

<ねらい2> ・リズムある攻め方や守り方を工夫し、チームワークを盛り上げてゲームを楽しむ。
(対抗戦で行なう。2~4時間)

<ねらい3> ・相手チームに合った攻め方や守り方を工夫し、ゲームを楽しむ。
(リーグ戦で1時間に2ゲーム行なう。4時間)

4. 1時間の学習の進め方

1時間の学習の進め方は、学び方の学習として重要であるのでいねいに指導した。

5. ルール

ラリーの続く楽しいゲームを保証するためには、子ども

たちに合ったルールを工夫することがポイントとなる。

(1) チームの人数 (4人)

どの子どももボールに触れ、ゲームを楽しむことができるようになったら、5人でも6人でも可能である。

(2) ボール

ラリーの続くゲームをボールするためには、特にボールの選択が重要である。

1年 20gのソフトバレーボール

2年 20gか30gあるいは50gのソフトバレーボール

3,4年 50gのソフトバレーボール

5,6年 100gのソフトバレーボール

(3) コートの広さ

バドミントンコート 私たちの学校では4面必要なので、約6m×13mの広さのコートをつくった。

(4) ネットの高さ

<低学年> 約1m

<中学年> 約1m50cm~1m80cm

<高学年> 約2m

(5) 勝敗

1~3年・10分間ゲームでボールをたくさん落とした(自分のコート内で落とす。打ったボールが相手コートの外に出た。)チームが負け。

4~5年・点数制 15点から20点

(6) サーブ

①はじめはサーブする人は、コートのどこからでも、手で打って入れても投げ入れてもよい。

②どの子も打てるようになったら、コートのどこからでもよいから手でボールを打って相手コートに入れる。ネットにかかればやりなおし。



(1) 低学年

0分 45分

準備	あいさつ・円になってかけ声をかけあう ゲーム1	ゲーム1の反省・練習	あいさつ・円になってかけ声をかけあう ゲーム2	チームの反省 自己評価	あとかたづけ
----	----------------------------	------------	----------------------------	----------------	--------

(2) 中学年・高学年

※自己評価は教室へ帰って着替えてから行なう場合もある。

0分 45分

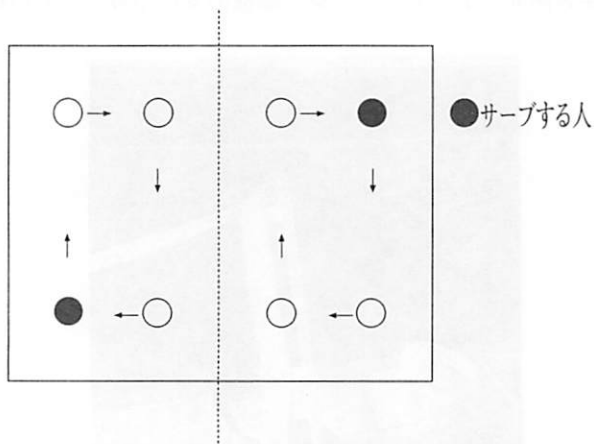
準備	作戦の確認	チーム練習	あいさつ・円陣になって声かけ ゲーム1	ゲーム1の反省・次の作戦をたてる(練習)	あいさつ・円陣になって声かけ ゲーム2	ゲーム2の反省 自己評価	後方付け
----	-------	-------	------------------------	----------------------	------------------------	-----------------	------

③慣れてきたら、コートの外から手でボールを打ち、相手コートに入れる。(サーブがきつすぎてレシーブできない子どもが多ければ、ラリーの続くゲームにならないので、アンダーサーブにする。)

(7) ローテーション

ボールのひとりじめがおきないようにするためにはローテーションするほうがよいと考える。

ローテーションは、サーブがもどってきた時に行なうが、学級の実態によっては1回打つ毎に替わってもよい。



(8) ネットタッチ

ソフトバレーボールのゲームに慣れないうちからネットタッチについてのルールを決めるとプレーが中断することが多くなりラリーが続かないので、ゲームの楽しさに触れにくい。しかし、慣れてきてアタックやブロックができるようになると危険になってくる。そのような状況になった時、ネットタッチは相手チームの得点とするルールにする。実際の場面では審判はおかないので、お互いにルールを認め合って自己申告をするようにする。

(9) ワンバウンドについて・相手コートに返す触球回数について

1年生からソフトバレーボールを経験している子どもの場合

1～3年生・ワンバウンドはセーフ・何回で返してもよい

4年・ワンバウンドなし・何回で返してもよい

5, 6年・ワンバウンドなし・4回

(実態によっては何回で返してもよい)

6. チームの係

子どもの自由と独立の欲求を大切にしながら自発的学習を保証するためには、まずチームの役割分担が重要である。役割分担をした方が責任を伴った行動がとりやすいと考える。一人ひとりがチームの一員として責任をもって行動し、さらにその仕事を助け合って行なうことによって、よりチームの仲間と心が通じ合うのである。その指導が重要である。

時計や得点板は体育係が準備するが、“ボール”“ネット”“ボール”などの準備や後片付けは、原則として全員で行なうようにした。現在、子どもたちが簡単に準備できるネッ

トやボールが開発されている。

★チームワークを高める係

心の通い合ったチームづくりのためには、この係の役割が重要であることを指導する。

○キャプテン (1名) ・チームの雰囲気を盛り上げる

・練習計画を立てみんなに提案し、チームをリードする

・話し合い議長をする

○記録係 (2名)

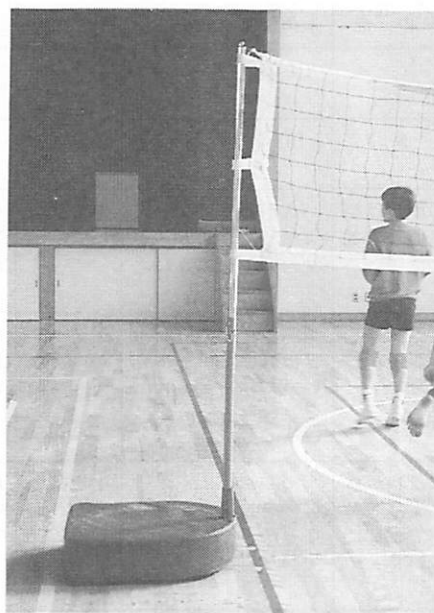
・チームの反省や作戦の記録をする

○交渉係 (1名)

・対抗戦の時、みんなの希望を聞いて対戦チームを交渉して決める。

7. 自己評価カード

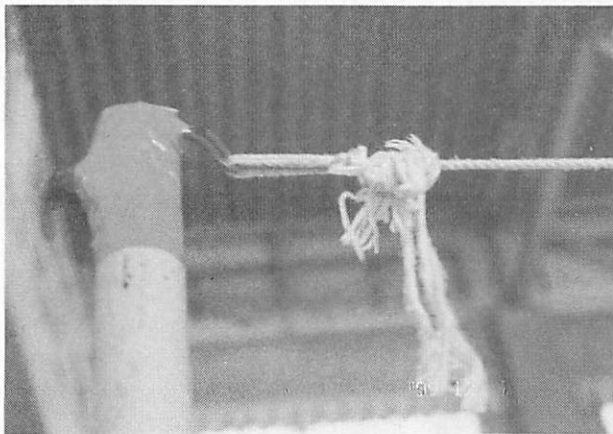
子どもの意欲を高めるためには、生じた結果が自分の努力のせいだと思えるような評価をすることが重要である。稲垣¹⁾は、「教師による成績評価の“効果”に関する実験で、結論からいえば子どもたちがもともと持っている内発的な興味を低下させることが見出されてきた。さらに注目すべきことは、外的評価の予告は自分の能力を伸ばそう、より難しいものに挑戦してみようとする自己向上的な意欲さえ



も弱めてしまうものらしい。」としている。スポーツの学習において、自分が自分の行動の主人公になり、生じた結果が自分のせいだと思えるのは、自分の選んだ課題に向かって行動し、自己評価できる時だと考える。また、達成感はその人の主観的な認識の問題であり、個人の自己評価の問題に帰着せざるをえないのである。それ故、子どもの学習意欲を高めるためにも自己評価を重要視しなければならないと考える。

例にもあるように、どの学年においても次の3点が自己評価には必要と考えている。

- ①自分やチームの進歩や向上を見つける。
 - ②自分やチームの問題や課題を見つける。
 - ③自分やチームの課題解決のための工夫を見つける。
- そして、努力し、その結果を振り返ることが学習なので



ある。

8. チームカード（作戦カード）

チームが盛り上がってくると、チームの課題が先か個人の課題が先かという問題は起ってこない。どちらの課題も一人ひとりによって大切にされ、高まってくるように思う。“一人ひとりがチームのために、チームが一人ひとりのために”活動していくのである。このカードは、<ゲーム1>の振り返りの時と1時間の学習後に使っている。

学習画面で子どもをよく見て臨機応変に指導をしていか



<自己評価カード>5年生 A子

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
ねらい	<ねらい1> ・ルールになれ、チームづくりをしながらゲームを楽しむ。				<ねらい2>・リズムカルな攻め方や守り方を工夫し、チームワークを盛り上げてゲームを楽しむ。				<ねらい3> ・相手チームに合った攻め方や守り方を工夫し、ゲームを楽しむ。			
相手チーム	青 青	水色 黄	紫ピンク	橙 赤	ピンク	青	オレンジ	水色	青 水色	黄 紫		赤黄
勝ち負け (○×)	× ×	○ ×	× ×	× ×	× ○	○ ×	○ ×	× ×	○ ×	× ×		× ×
得点 (15対0)	8 2	15 7	8 7	6 9	6 15	15 10	15 10	9 10	15 13	11 8		5 9
今日のゲームでよかったところ	声かけがよくできた	パスがながったサーブ	アタックやトスができた	あまりない	サーブ、アタックが打てた	パスがながった	パスがながったアタック	みんなアタックがうてた	アタックレシーブができた	アタックがとれた	欠席	アタック
自分の問題・次の課題	みすごしが多かった	ボールをとりに行ったけどとれない	アウトボールをとる	アタックがへんな方向へいく	パスがながらない	サーブがうまくいかない	1人でうってしまう時がある	ボールをとれない	トスしようと思ったのにできない	ミスしたボールをカバーできない	ガンと打つ	ガンと打つ
自分の課題解決のために工夫すること	こわがらずに進んでとりにいく	サーブをしておくからすべりこむ	よくボールを見る	手を打つ方向へ向ける	かた手ではなく両手でうつ	やわらかく力をぬいてうつ	レシーブする両手をつかう	えんりよせずにとる	かまえておく手を大きくひらく	走ってとるようになる		やさしく打つ

<例>5年生

ソフトバレーボール作戦 (攻め方・守り方) 表
(オレンジ色) チーム 2月18日 (木) 記録者 (H子)

1, 今日のゲームでチームのよかったこと	3, 攻め方・守り方の工夫	4, 考えた攻め方・守り方															
<ul style="list-style-type: none"> ・かけ声がかけられた ・どこでもつっこんでいった 	(攻)・3段こうげきができるように名前を呼ぶ (守)・トスを高く上げる ・ブロックをする(前から用意をする) ・レシーブをする人はひくくかまえる	(攻) <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr><td colspan="3">—</td></tr> <tr><td></td><td>○</td><td>アタック</td></tr> <tr><td>○</td><td>トス</td><td>○</td></tr> <tr><td>アタック</td><td>○</td><td>レシーブ</td></tr> <tr><td></td><td>○</td><td>レシーブ</td></tr> </table>	—				○	アタック	○	トス	○	アタック	○	レシーブ		○	レシーブ
—																	
	○	アタック															
○	トス	○															
アタック	○	レシーブ															
	○	レシーブ															
2. チームの問題・次時の課題																	
<ul style="list-style-type: none"> ・サーブがうまくはいらなかった ・パスの時へんな所へボールがとんでいく 	先生から	(守) <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr><td> </td><td>○</td><td> </td></tr> <tr><td>○</td><td>トス</td><td>○</td></tr> <tr><td>レシーブはひく</td><td>ブロック○</td><td>○ブロック</td></tr> <tr><td>かまえる</td><td>レシーブ</td><td>レシーブ</td></tr> </table>		○		○	トス	○	レシーブはひく	ブロック○	○ブロック	かまえる	レシーブ	レシーブ			
	○																
○	トス	○															
レシーブはひく	ブロック○	○ブロック															
かまえる	レシーブ	レシーブ															

なければならぬのであるが、先に述べた「チームづくり」の他に共通して指導していることは次の9, 10, 11の3点である。

9. 運動の特性を伝える

単元のはじめに、「この運動のおいしいところ (特性) は、チームのみんなと心を通い合わせて相手チームと得点を競い合うことです。」と伝える。それは、ソフトバレーボールの機能的特性を知らせることで、個々の子どもがその楽しさを追求し、課題をもちやすくなると考えるからである。

10. 「両手でやさしくパス」

軽いボールであることと、相手に打ち返すことに意識が働くためか、子どもたちは片手で強く打とうとする。そこで、「バレーボールは、自分のコート内には相手チームの人はいません。一度に返すことが無理な場合はやさしくパスをし、そして相手コートに厳しく返すと得点に結びつきます。やさしいパスをするためには片手より両手の方がやさしくパスできます。」と、指導した。

11. 「リズムがあった方が攻めやすい」

パスがある程度つながるようになったら、ワン (レシーブ)・ツー (トス)・スリー (アタック) のリズムで攻めるとよいことを指導する。いわゆる3段攻撃の攻め方である。一度話しただけで、とりたてて練習させなくても、子どもたちは自発的に練習しゲームに取り入れようとした。3段攻撃ができるとバレーボールがより楽しくなっていくようであった。そして、子どもたちは攻め方や守り方に目が向くようになり、ますますバレーボールの魅力にのめり込んでいった。

12. チームや個に対する指導

その他の指導については、チームや個々の子どもたちに対して行なった。指導者は、チームや個を観察しながら自発的学習が円滑に進み深まるように問題を発見し、問題解決のための指導を臨機応変に見つけなければならない。また、チームカードや自己評価カードから問題発見することも多い。指導は学習場面で即座に行なうこともあるし、教室でチームにあるいはその子に行なうこともある。

例を挙げてみる。

<失敗を責めてチームの雰囲気が悪くなってしまい、やる気がなくなったチームに>

失敗した子を「責める」行為やその子への“冷たい視線”は、チームプレーの場合その子の緊張感をもたらしやる気をなくさせてしまう。そして次第にチーム全体に冷たい雰囲気が広がっていき、パスもつながらなくなってしまふ。それよりも暖かいはげましの声をかけ合える方がチームの雰囲気が盛り上がっていく。そのことをチームの子どもたちに話し、はげましの声かけ (<例>「ドンマイ、ドンマイ」) をするとよいことを指導した。

<ひとりで得点しようとする子どもがいるチームに>

バレーボールはチームプレーであるからやりたくてもひとりではできない。うまい子もそうでない子も仲良く心を通わせてこそパスがつながり、いいトスがあがり、アタックが打ち勝ちに結びつく。ひとりではいいアタックは打てないのである。そして、みんなで力を合わせて勝った時の喜びはそうでない時よりずっと大きい。そのためには、自らが努力し、そしてはげまし合えるチームをみんなの力でつくらなければならないことを伝えた。

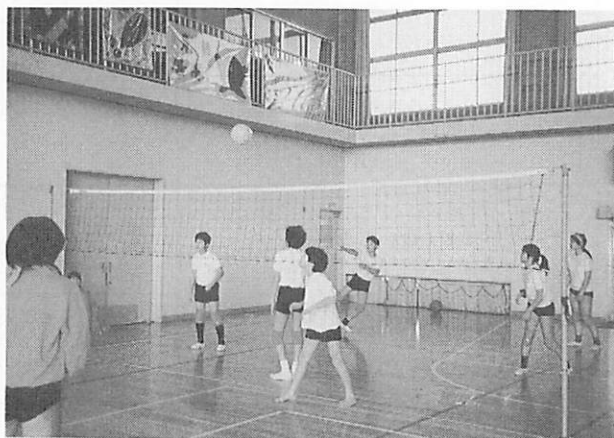
<学習の深まりのない子に>

自己評価カードに、自らの問題や課題を引き出し、自らの創意・工夫を引き出す項目がある。指導者は、「どうしたらやさしくパスできるのか」「どうしたらパスがつながるのか」「どうしたらサーブが入るのか」、その子なりの工夫を期待しているのに、子どもたちのカードを見てみると、「練習をする」「がんばる」とかで、その子なりの創意・工夫が見つけられていない場合がある。また、自分の課題が「アタックをうまくしたい」なのに、次時の創意・工夫が課題とつながらず、「味方にちゃんとボールをわたす」と記述されていたりする。そういう場合は、その子に具体的に尋ねて、その子に合った、あるいは望んでいる課題や課題解決のための創意・工夫をいっしょに考えるようにした。

指導者として一人ひとりの子どもが、常に今ある力をせいっぱい発揮し、そして自己の世界を新たに切り拓く楽しさを感じてほしいと願っている。そのためにも、子どもたち自らが自分の問題や課題を見つけられるような指導が重要だと思うのである。

引用文献

- 1) 波多野 誼余夫, 稲垣 佳代子: 「無気力の心理学—やりがいの条件—」中央公論社, 1995



「練習をする」「がんばる」とかで、その子なりの創意・工夫が見つけられていない場合がある。また、自分の課題が「アタックをうまくしたい」なのに、次時の創意・工夫が課題とつながらず、「味方にちゃんとボールをわたす」と記述されていたりする。そういう場合は、その子に具体的に尋ねて、その子に合った、あるいは望んでいる課題や課題解決のための創意・工夫をいっしょに考えるようにした。

指導者として一人ひとりの子どもが、常に今ある力をせいっぱい発揮し、そして自己の世界を新たに切り拓く楽しさを感じてほしいと願っている。そのためにも、子どもたち自らが自分の問題や課題を見つけられるような指導が重要だと思うのである。

「練習をする」「がんばる」とかで、その子なりの創意・工夫が見つけられていない場合がある。また、自分の課題が「アタックをうまくしたい」なのに、次時の創意・工夫が課題とつながらず、「味方にちゃんとボールをわたす」と記述されていたりする。そういう場合は、その子に具体的に尋ねて、その子に合った、あるいは望んでいる課題や課題解決のための創意・工夫をいっしょに考えるようにした。

指導者として一人ひとりの子どもが、常に今ある力をせいっぱい発揮し、そして自己の世界を新たに切り拓く楽しさを感じてほしいと願っている。そのためにも、子どもたち自らが自分の問題や課題を見つけられるような指導が重要だと思うのである。