

保健体育科ハンドボールにおける生徒の学習意欲向上に繋がる 授業づくり

－E球技「ゴール型」オフザボールの使い方を通して－

教育学研究科 教育実践創成専攻 教育実践開発コース 教師力育成分野 筒井青野

1. 研究の背景と目的

(1) 問題

スポーツ庁「平成29年度全国体力・運動能力・運動習慣調査」の内容によると「運動やスポーツをすることが好きですか」という質問に対し、「嫌い・やや嫌い」と答えている割合は中学2年生が16.3%、その中でも中学2年生女子は21.5%と目を引く数字になっている。また、保健体育の授業以外での1週間の運動割合が60分未満の中学2年生女子が19.4%と明らかになった。この結果を受けスポーツ庁は中学生全体の16.3%にあたるスポーツ嫌いの生徒を目標値8%まで減らすと第二期スポーツ基本計画で掲げている。さらに文部科学省(平成29年告示)中学校学習指導要領解説保健体育編では

体育分野においては、育成を目指す資質・能力を明確にし、生涯にわたって豊かなスポーツライフを実現する資質・能力を育成することができるよう、「知識及び技能」、「思考力、判断力、表現力等」、「学びに向かう力、人間性等」の育成を重視し、目標及び内容の構造の見直しを図ること。

(文部科学省 2017)

と改訂の要点が出されている。

生涯のスポーツライフを実現させるためには学校教育の中の唯一である運動の場を嫌いなものより楽しい場にさせ、生活習慣病の予防や健康の保持増進に努めなければいけない。そこで体を動かすことに対しての意欲を向上させ、その後の運動経験に繋がられるのではないかと考えた。

ここでいう「意欲」とは

「学びたい」とか「学ぼうとする気持ち」であり、体育科における学ぶ意欲とは、「楽しそうだ、やってみよう」とか「できないことができるようになりたい」、「もっとうまくできるようになりたい」という気持ちである。この学ぶ意欲の源になるのは、「知的好奇心」と「運動有能感」である。(清水 2008)

と述べているがこの考えを参考にして「学習者が運動に対して興味を持ち、運動有能感から自信や『またやりたい』『楽しい』と思う気持ち」と捉える。

(2) 扱う単元について

ここでは運動有能感を高める単元として文部科学省(平成29年告示)中学校学習指導要領解説保健体育編から「E球技」ゴール型・ネット型・ベースボール型と3つの中からゴール型のハンドボールを選択する。

ハンドボールはマイナースポーツであるために中々取り組む機会というのが少ない。また競技人口も少ないために教えられる教員も少ないことが予想される。そのためゴール型はサッカーやバスケットが他にもあるためにメジャーかつ子どもたちも取り組みやすいことからハンドボールは選択されることが少ない。

しかし他の2つのゴール型と比べると

・片手で扱えるボールの投げる動作が主であ

るために比較的容易に取り組めること。

・得点時のシュートに正確さが要求されないこと。

・サッカーやバスケットボールのように特別な練習を積まなくてもある程度容易にゲームが成立する。

このことから比較的取り組みやすい競技であると考えられる。

さらに中学校指導要領解説保健体育編から技能の中で「第1学年及び第2学年では攻撃を重視し、空間に仲間と連携して走り込み、マークをかわしてゴール前での攻防を展開できるようにする。(文部科学省 2017)」とある。そこからオフザボールの動きを取り入れることによってシュートする回数が増え、得点のチャンスが増えることで、意欲的に取り組むことができるのではないかと考えた。

(3)研究の目的

そこで、本研究では中学校「E球技」ゴール型のハンドボールについてオフザボールの動きを取り入れ、ハンドボールに対しての意欲をあげるための授業づくりを考える。

2. 実習校と授業計画

実習校

山梨県内公立中学校

実習期間

令和2年6月～令和2年10月

対象

第1学年2クラス 22人 23人 計45人

単元

「ハンドボール」

研究方法

授業実践と授業内の学習カード、アンケートの実施、ICT機器(iPad)を利用した試合を撮影した動画の考察

(1)ハンドボールについて

ハンドボールの競技特性を考えてみると

- ・7人1チーム
 - ・40×20mコート
 - ・オーバーステップの反則(3歩以上は×)
 - ・ダブルドリブルは禁止(バスケットボールのようにこねるドリブルも×)
 - ・ドリブルせずにボールを保持できるのは3秒
 - ・ゴールエリア内にはキーパーしか入れない(シュート時に空中での侵入は可)
 - ・正面からであれば強い接触が可
- ルールとしては他の競技と比べて反則が多く、体育の授業で扱うとなるとレベルが一気に高くなってしまふ。そこで簡易化をはかり、競技としてのハンドボールの楽しさを保った上で実践とする。

(2)簡易化の工夫

ハンドボールの特性としてシュート成功率の高さやボールの扱いやすさが楽しめる特性となっているが、細かいボール操作や接触のある攻防、歩数制限などが難しくさせる要因になっている。そこでその要因をなるべく排除し、次のような楽しめる工夫をした。

- ①ダブルドリブルは反則にならない(こねるドリブルのみ○)
 - ②接触プレーは×(コロナの影響もあるため)
 - ③人数の制限(少ない方が広くコートを使うことができる)
 - ④女子生徒は1ゴールにつき3得点
 - ⑤キーパーは交代制
- ①については外での試合となっているため体育館に比べドリブルがしづらい。しかもこねるドリブルで反則になってしまうため、はじくようなドリブルは難易度が高くなってしまふ。そこでドリブル→持つ→ドリブルは反則にし、こねるドリブルは可とした。
- ②についてはコロナ禍の影響もあるが、安全面を考慮して接触プレーを禁止とした。またトランジションを早くするためでもある。
- ③は今回の研究内容でもあるオフザボールをうまく利用するために人数を7人1チームで

はなく、少なくしてチーム編成を行った。

④は運動性能が高い男子生徒ばかりがシュートを打ってしまうと予測されるため、女子生徒を3点にすることでパスを回しチーム全員が打てるように工夫した。

⑤はキーパーが固定化するとシュートを打てない生徒が出てきてしまうため、試合の中、チーム内でできるようキーパーを交代制にした。

(3)オフザボールについて

オフザボールとはボールを持っていない時の動きであり、主に2種類ある。

- ・パス起きる前の動き、動作
- ・マークを外す動き、動作である。

なぜオフザボールなのかというと、ボールを持っている状態(オンザボール)はもちろん重要だが、実際試合中ボールに触っている時間はとても短く、サッカーにおいても1試合(90分)あたり2~3分と言われている。ハンドボールはサッカーほどではないが圧倒的にオンザボールの時間が短く、試合においてオフザボールの重要性が分かる。

(4)授業計画

次の図1は授業計画である。(図1 授業計画)

ハンドボール指導計画

	1. 体育館	2. 体育館	3 外	4 外	5 外	6 外
5	W-UP 挨拶 出席確認	W-UP 挨拶 出席確認	W-UP 挨拶 出席確認	W-UP 挨拶 出席確認	W-UP 挨拶 出席確認	W-UP 挨拶 出席確認
10	全体の説明 めあての提示 ルールの説明 ボールの使った運動 チーム決め(生徒間で)(男女混合)	準備運動 ボールを使った運動	準備運動 ボールを使った運動	準備運動 ボールを使った運動	準備運動 ボールを使った運動 チームごと練習 オフザボールの練習	準備運動 ボールを使った運動 チームごと練習 オフザボールの練習
15	準備運動 ボールを使った運動 対人パス(シールドパス) (ブッシュパス) (バウンドパス) 鳥か	ドリブルリレー ドリブルステイール	シュートの説明 ドリブルからシュート 的あてゲーム	三角パス パスゲーム ハンドボール投げ	オールコートでゲーム チームで課題点を話し合う	オールコートでゲーム(同じチームで)
40	片付け・学習の振り返り					
48						

途中多少変更はあったが6回しかない授業の中での実践となった。基礎練習に前半の3時間を使ったのは基礎練習を怠ってしまうといくらオフザボールを使い動けたとしても肝心のパスキャッチやシュートができないことにより試合が成立しないためである。運動有能感を高めるために基礎練習は半分時間を使い実践した。

3. 研究内容と実践

(1)授業実践

1時間目 めあて「ハンドボールを知ろう」
パスキャッチや鳥かごなどをしてボールの基本的動作を身につけた。中学生用の2号球を使ったが片手で掴める生徒はほとんどいない状況だった。また、パスキャッチにおいて今まで投げる動作のあるバスケットボールや野球の経験からキャッチ時に怖がってしまう傾向があることがわかったが、慣れてみると比較的柔らかいボールであるため授業終了時にはボールをこぼすことなくランニングパスを繋ぐことができていた。

2時間目 めあて「周りを見ながらドリブルしよう」

ドリブルを中心に授業を展開した。ハンドボールはバスケットボールと違い、基本的にゴールに運ぶ時はパスを繋いで展開する。しかし相手を交わすときにドリブルを使うため、動きの中でドリブルをするようドリブルリレーを実践した。また1人ボール1球でドリブルを続けながら相手のドリブルしているボールをはたくドリブルスティールなどを実践した。ドリブルスティールに関してはドリブルを続けながら周りを見ないといけないうのでかなり難しいように思えた。

3時間目 めあて「狙ったところに力強くシュートをしよう」

本時からシュートをするため外での授業とな

った。安全面に考慮して脆くなっているゴールは事前に補強し、釘を打ち倒れないようにすることと生徒に対してぶら下がらないように注意しておくことが重要である。基礎技能の練習をしてからシュートに入ったが、握ることが難しいためなかなか強いシュートは打つことができず、小学生用の1号球でもよかったと感じた。シュートに関してはゴールの真ん中に打ってしまうことが多かったため、ゴールの左隅と右隅にはゼッケンを結びつけ、下の隅にはマーカークーンを設置すると真ん中に打とうとする生徒は減った。スタンディングからのシュートはステップと投げる動作だけであるため比較的早く上達したが、パスを貰ってからシュートやドリブルからのシュートになると難易度が上がり苦戦する様子が見られた。実際に学習カードには

- ・投げるタイミングが難しかった。
- ・体の使い方が難しかった。
- ・ステップシュートは打てたがジャンプシュートが難しかった。

といった意見が出た。

ハンドボールは右利きなら左・右・左と踏み切りジャンプして打つが、右で跳ねてしまうとバックスイングができないためうまくシュートができない。授業を観察していると右で跳ねてしまう生徒が多かったためにゴールエリアライン前にマーカークーンを3つ設置し、3歩でしっかり踏み切ることができるようにすると、ジャンプシュートを身につけることができるようになった生徒が増えた。

次の図 2, 3, 4, 5 はめあての自己評価や授業内の技能ポイントや感想、ルールやシュートの打ち方などを写真付きの学習カードとして各自に冊子として配布したものである。

(図 2 学習のねらいと個人目標)

1年生 球技学習カード
ハンドボール



《学習のねらい》

1. 基本的なボール操作を身に付けよう！
2. 積極的に取り組み、勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろう！
3. 分担した役割を果たし、健康・安全に気を配ろう

〈私の具体的な学習目標〉

☆ _____
☆ _____

1年 組 番 氏名 _____

図 3 (授業ごとのめあての反省・感想)

時	月日	内容	記入欄
1		めあて	
		めあての達成度	5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
		技能ポイント	
		感想	
2		めあて	
		めあての達成度	5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
		技能ポイント	
		感想	
3		めあて	
		めあての達成度	5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
		技能ポイント	
		感想	
4		めあて	
		めあての達成度	5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
		技能ポイント	
		感想	
5		めあて	
		めあての達成度	5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
		技能ポイント	
		感想	
6		めあて	
		めあての達成度	5 ・ 4 ・ 3 ・ 2 ・ 1
		技能ポイント	
		感想	

図 4 (ハンドボールのルール)

ハンドボールのルール



図5 (シュートの打ち方、単元の反省・感想)

シュートの打ち方



単元の成果・課題・感想

授業(単元)を終えて(感想・反省)
目標に対しての反省、習得できたこと・できなかったこと、技術習得の為に考えたこと、悩んだことなど

4時間目 めあて 「動きながらプレーしよう」
 本時から動きながらのボールを使った実践となる。まずは基礎練習から始まり、ランニング

パスからのシュートや反面での攻防などを行った。ランニングパスでは生徒同士の距離が近くなってしまい、ゴール方向を見ずにパスを繋いでしまっていたため

- ・3歩を使ってからパスをすること
- ・ボールを貰う前と投げた後に前を一瞬見ると指導した結果パスからのシュートの流れをスムーズに行うことができた。

授業の最後に試しの試合を行った結果
 5分ゲームを4試合実践し結果は

	攻撃回数	シュート数	得点
①	9	6	1
②	8	5	1
③	5	3	0
④	5	5	0

となった。
 試合の考察としてはボールを貰ったらハーフラインでも構わずシュートしてしまったり、遠い距離のパスが多いことによってシュートまで繋がらなかったりとシュート数、得点共に少ない印象であった。また、攻撃時に主にドリブルで運ぶため、特定の生徒しかボールが触れていない様子が見られた。

5時間目 めあて「コート全体を使おう」
 本時からオフザボールの動きを取り入れた練習を始めた。

授業の最初に前回の試合の動画をトリミングし、各班に1台ずつiPadを配布し、注目して欲しいプレーをいくつか見せた。例えばゴール前でノーマークになっている生徒がいるのに、密集しているところで無理して打ったり、わざわざ角度の薄いサイドライン側へ行って打ったりというシーンを見せ、指導を行った。逆にいいプレーも見せた。パスした後に空いているスペースに走り込み、ワンツーパスで抜け出してからシュートに繋がったシーンやわざわざ攻撃とは逆方向へ走り、パスをもらうシーンなどを見せた。指示を受け実際に動くより、客観的に見たほうが分かりやすく、学習カードにも動画が分かりやすいと書いてあった。

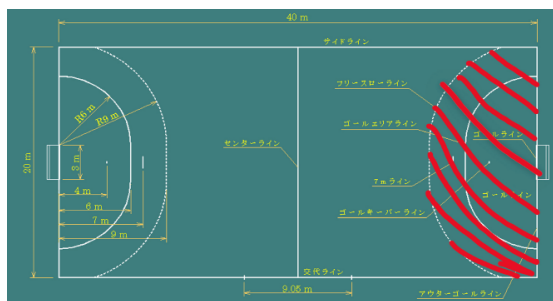
実施したのは

- ・2球パス
- ・パスゲーム
- ・タッチゲーム

である。

まず2球パスというのは1チーム5人の中で円になり、ボールを2つ使い同じタイミングでランダムにパスをするというものだ。ボールが1つだと視野がボールしか向かないのに対し、2球あると仲間全体が見えるように視野を確保するため周りを見ることに繋がる。

2つ目のパスゲームはフリースローラインより内側で行うものであり、(図6参照)



(図6 パスゲームの行うエリア)

ボールを保持した時に相手にタッチされずに10回パスを回すというものであるが、実施してみるとうまく繋がらず、途中5回にして行った。すると何チームかは5回繋ぐことができたが、一部の生徒しか動かない状況があった。また狭いエリアで行っていたこともあり、5人であれば半面で行うないしそのエリアであれば人数を減らすといったことも検討するべきであった。

3つ目のタッチゲームは半面をつかい実践するものであり、下の図のように5対2で行う。

(図7参照)

5人でパスを繋ぎながらボールを保持した人がタッチされずにアウターゴールラインまで運ぶものである。その時にドリブルを禁止した。理由としてはパスを繋がないといけない状況をつくり出すためである。

その時に指導した内容としては

- ・ボールを持っていない人が動く
- ・コート全体を見て空いているところに動く
- ・ボールを持った人の後ろへ回り込んでパス

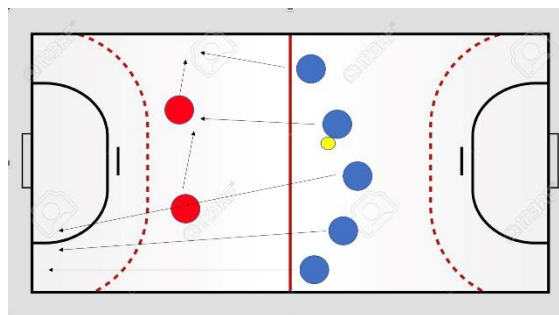
をもらっても良い

- ・パスをした後もすぐ動く
- ・相手を見ながらパスのタイミングを変える
- ・パスを貰う時に名前を呼ぶ

といった指導をした。

結果としてはすぐにタッチされ、パスが仲間を超えてしまい外に出てしまったことがあったが、近くで繋ぐ(3m以内で繋ぐ)ことを指導するとハンドボールらしく攻めていた。また、コート全体を見て左に固まっているとすぐに逆サイドに走っていくプレーが見られたが、全員がまだ一直線上に攻めてしまうこともあるので、もっと立体的にコートを使う工夫を促す指導をしたい。

(図7 タッチゲームの動き)



6時間目 めあて「仲間と連携して得点しよう」
単元としては最終授業であるため、前回行ったオフザボールの動きを取り入れたタッチゲームを取り入れてから試合をした。

パスゲームに関しては前回に比べ成功率が高く、コート全体を使っていた様子が見られた。試合はタッチゲームと同様コートを広く使い、パスでシュートまで繋ぐことがほとんどであった。結果は

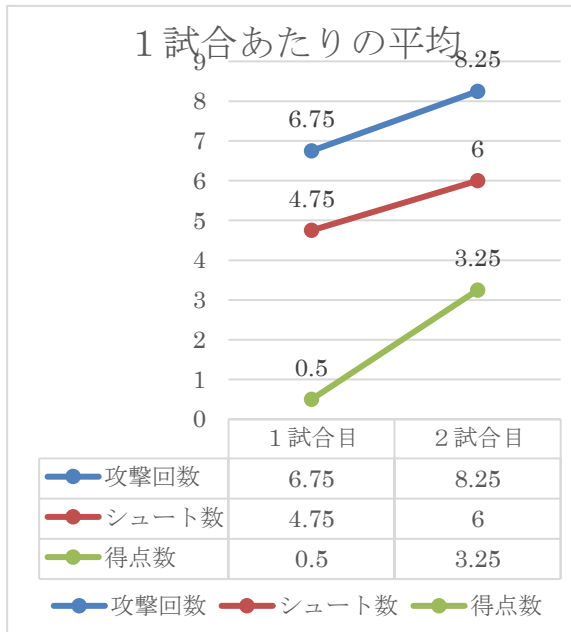
	攻撃回数	シュート数	得点
①	9	7	4
②	10	6	3
③	6	4	2
④	8	7	4

となった。

4. 考察

(1)全体の変化

1回目の試合と比べると



(図8 試合の変化)

攻撃回数 平均 1.5 回

シュート数 平均 1.25 回

得点 平均 2.75 回

攻撃回数、シュート数、得点全ての結果上がることが読み取れた。特に得点数に関しては大幅な変化が見てとれた。

(2)動けない生徒の変容

全体の結果に対して次は 1 人の生徒に注目して観察する。以下から生徒 A と置く。

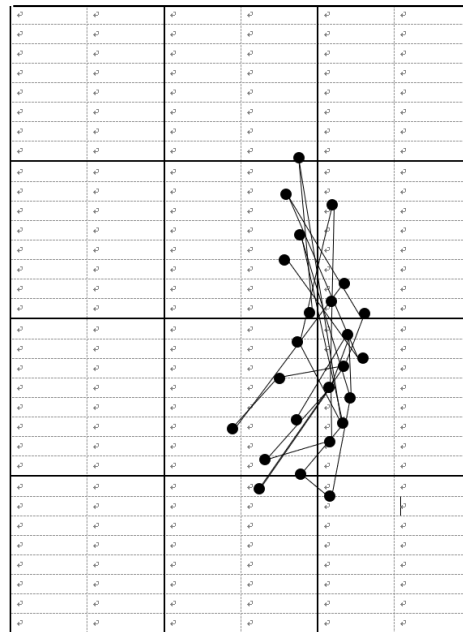
1 回目の授業後に「体育の授業が好きか」という質問を全員に行い、答えを学習カードに書かせた結果、生徒 A は嫌いだと答えていた。

また 4 回目の授業の最後に行った試合では歩きながら移動し、ボールにもあまり触れることのない様子であった。

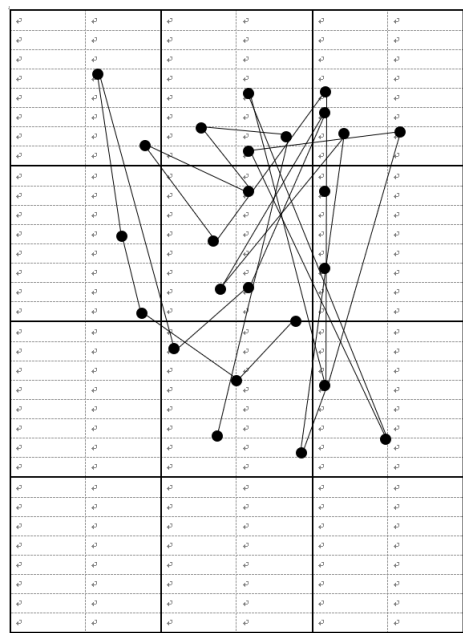
そこで動きの変化を視覚化するため、試合を iPad で撮影した動画を観察しながら、ハンドボールコートに見立てた表に試合中の動きを記録した。

以下の図 9、10 は 1 試合目と 2 試合目の生徒 A の動きを検証した結果である。

5 分間のゲームに対して 3 分間の生徒 A の動きを記したものである。



(図9 1 試合目の動き)



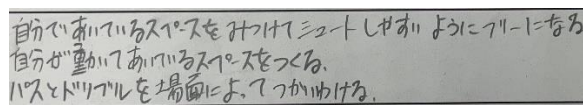
(図10 2 試合目の動き)

見て分かるように生徒 A の動きが 1 試合目に比べてコート全体を使い大きく動いていることが分かる。またボールに触る回数をカウントしたところ、1 試合目は 1 回だったのに対して、2 試合目は 8 回もボールに触っていた。またシュート数、得点共に 0 回だったのに対して 2 試合目はシュート数 4 回、得点 1 回と数字でも変化していることが分かる。

(3) アンケートの結果から

事前アンケートでは「ハンドボールに興味・関心はあるか」事後アンケートでは「シュートを打つために工夫したこと」「またハンドボールをしたいか。その理由」をアンケートで調査した。まず事前アンケートの「ハンドボールに対して興味・関心はあるか」に対してであると答えた生徒は16人と答えたのに対し、ないと答えたのは27人もいた。

事後アンケートでは結果からオフザボールを使い、シュートを打つための工夫を理解していると読み取った。(図11参考)



自分で持っているスペースを引付けてシュートしやすいようにフリーになる
自分が置かれてあるスペースを作る。
パスとドリブルを場面によってつかわける。

(図11 事後アンケート)

他にも

- ・ 敵を引き付けてからパスを出す
 - ・ 打ちやすい場所に移動する
 - ・ 声を出して相手の裏にまわる といった工夫をアンケートから読み取り、
- また、事後アンケートの「ハンドボールをまたしたいか」についても、したいと答えた生徒は43人中40人であった。その中でも
- ・ もっと難しいプレーに挑戦してみたい
 - ・ 進学してから本格的にハンドボールをしたい といった運動することに対して興味を持ち挑戦する気持ちが見られた。

5. 成果と課題

本研究ではハンドボールの意欲を高める手立てを実践してきた。その中でも運動有能感を高める手立てとして得点チャンスをどのように増やすか検討してきた。4時間目の試しの試合から6時間目の試合にかけて行ったオフザボールの動きを高める授業を行ったことによって、攻撃の成功率が増え、さらにはICTを使い自分たちの試合中の動きを客観的に見ること、得点をしやすい動き、場所を認識することができたのではないだろうか。また、意欲について筆者は「学習者が運動に対して興味を

持ち、運動有能感から自信や『またやりたい』『楽しい』と思う気持ち」と述べたが、学習カードや事後アンケートからも成果として読み取れた。

(図12 学習カード)

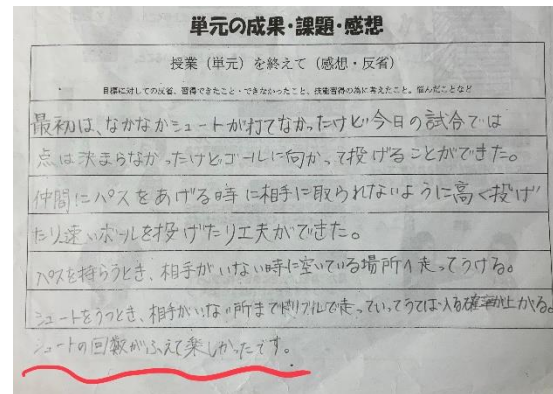


図12では「最初はシュートがなかなか決まらなかったが、シュートをする回数が増えて楽しかった。」と書いてあった。これはシュートチャンスが増えたことによって運動有能感が上がり、意欲の向上に繋がったと言えるのではないだろうか。事後アンケートからも生徒の大半がハンドボールをまたしたいと回答してくれて、オフザボールの使い方を通した授業実践は意欲を高める手立てとして有効であったと考える。

課題としては基礎技能の時間をもう少し確保すること、ゲームの更なる簡易化の2点が必要である。

6. 参考・引用文献

・清水俊也(2008) 小学校体育科における意欲を高める指導の工夫 奈良県立教育研究所 研究紀要

・文部科学省(2017) 平成29年度告示中学校学習指導要領解説健体育編P10, P123