

# 中高連携に基づく保健体育の授業

## －球技／ゴール型－

たけい こうへい  
武井 浩平

### 1. はじめに

バスケットボールは学習指導要領ではゴール型に分類される。その目標を達成するため、以下のことがらをポイントとして授業を行っている。

- |  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>① バスケットボールというひとつの文化を学習し、その本質に触れる。</li><li>② 個人としての技術と技能、チームとしての技術と技能を身につける。</li><li>③ 個人としての課題、チームとしての課題の解決に向けて工夫を積み重ねる。</li><li>④ フェアな精神、礼儀正しい態度を身につけ、健康や安全に配慮する。</li></ul> |
|--|

ここでいう技術とは「プレイを成立させる動き」、技能は「ゲームの中で結果を出すことができる動き」と定義している。つまり、技術が上達し、さらに体力や判断力・決断力、勝負強さなどが加わって技能になるという関係である。

### 2. 中・高連携の指導計画

本校では中学1年生から高校2年生までの5年間を通した指導計画に基づいて授業を実施している。バスケットボールについては、授業の実施時間を軸にして内容を設定しているのではなく、ゲームの様相を軸にして作成している。ゲームの様相とは、ゲームをコートの上から見た場合の生徒の散らばりを分類したものである。「ダンゴ型（ボールのあるところに密集する）」→「縦長型（コート全体に広がる）」→「分極型（ゴール付近の攻防が多くなる）」と発展していくのが一般的だが、これは他のゴール型の種目にも多く見られる傾向である。

### 3. 授業の内容

#### （1）ウォーミングアップ

「ギブ&ゴー」「ワンツー」など、ゴール型の種目に共通する有効な動きの一つであるパス&ランを取り入れた。ディフェンスを入れたり、ドリブルを使う、パスの種類やコースを増やすなどのアレンジで練習のレベルを上げることができる。

#### （2）スキルテスト

スキルにはバスケットボールのあらゆる動作が含まれるわけであるが、授業ではおもにシュートにかかわるものを行っている。「バスケットボールの文化としての本質に触れる」こととつながるからである。

今回の授業では、①ドリブルシュートと②フリースローについては本数が同じ、③ゴール下シュートについては時間を同じにして実施した。毎時間の記録を個人ノートに記入している。

#### （3）ミーティング

チームの目標を立て、それを達成するためやチームの課題を解決するために、メンバーの個性を生かし一人ひとりの役割を考え話し合う時間である。

今回は、学習指導要領の「ゴール前への侵入などから攻防をすること」を実現するために「ペリメーターの攻防」を考える試みを行った。

#### （4）3on3

バスケットボールのゲームは5人対5人（5on5）で行うが、できるだけ少ない人数でゲームの要素を満たそうとした場合、3on3になる。

3on3はゴール近くの攻防がほとんどなので、学習指導要領にある「ゴール前への侵入などから攻防をすること」を実現することができる。

#### （5）リーグ戦

1チーム6人編成。1分30秒ごとに交替しながらゲームを進めた。セルフジャッジで行った。

# 保健体育科 学習指導案

指導者 武井 浩平

1. 日時 令和 4年 11月 12日(土) 第2時限(午前 11:10~12:00)
2. 場所 大阪教育大学附属天王寺中・高等学校 体育館メインアリーナ
3. 学級 大阪教育大学附属天王寺中学校 第3学年C・D組 女子36名
4. 教材 バスケットボール
5. 目標 (1) バスケットボールの技能を身につけ、ゲームの楽しさを味わわせる。  
(2) チームの課題を見つけ、それを解決するために練習を工夫したり、作戦を考えて実現していく喜びを味わわせる。  
(3) チームで協力して、安全に練習やゲームを進める学習態度を身につけさせる。
6. 指導計画と評価の項目

## ゲームの発展から見た指導計画と評価

ゲームの種類	中学1年生	中学2年生	中学3年生	高校1年生	高校2年生
	ボールに意識してダンゴになる	ドリブルやパスで進むようになり 縦横に広がる	ゴール付近の守りを固める	シュートエリアが広がるにつれて守る範囲も広がる	
見通す～試す～高める～深める～まとめる～広げる					
Research～Plan～Do～Check～Action のサイクルの繰り返し					
個人の技術から個人の技能へ（チームの個性とメンバーの個性）					
オフェンス	ボールハンドリング ランディングシュート 近い距離のジャンプシュート セットシュート（フリースロー） 2人組パス 扇形パス	パスアンドシュート シュートの距離を少し遠くしてみる ・ジャンプシュート ・セットシュート	ゴール付近の守りを固める ・シュート ・フリースロー ・3ポイントシュート	シュートエリアが広がるにつれて守る範囲も広がる ・シュート ・パス ・ドリブル ・ディフェンス	ディフェンスをかわすシュート ・フックシュート
ディフェンス	パスカット バスケット	ドリブルカット シュートブロック リバウンド	ゴールラインの原則 インラインの原則	センターのディフェンス	距離感やディフェンス ・ポジショニング
集団の技術から集団の技能へ（チームの目標・課題やチームのスタイルとメンバーの役割）					
オフェンス		ワンマン进攻	バスアンドラン、3角パス カットインプレイ、4角パス ゴール下の原則 マッチアップの工夫	スクリーンプレイ 3種選球 ゾーンディフェンス	フォーメーションの工夫 ゴール下のディフェンスが完成 トラップディフェンスへ
ディフェンス		ヘルプディフェンス			
ルールとのつながり					
	ジャンプボール アウトオブバウンズ トウリング ダブルドリブル スローイン		バスケットボールの成立原則 ① 接触があること ② 責任が明らかこと ③ プレイに影響があること	3秒ルール 5秒ルール タイムアウト	8秒ルール 14秒ルール 24秒ルール フリースロー オフェンスのバウンディング
評価の項目					
学びに向かう力 人間性等	活動場所や用具の安全を確認する。 バスケットボールの動きにあった準備運動や練習を認めることができる。 ゲームにおける自分の課題やチームの課題に気づく。	チームの個性に合った作戦を立ててゲームに臨むことができる。 「ゲームの目標を設定し、それに基づいて自分の役割と課題を具体的に定めることができる」	チームメイトと協力してゲームの分析と評価をし、課題に取り組むことができる。 チームが採るゲームの構築の目的や意図があるかを知り、次のレベルにつながる課題に取り組むことができる。 個人の技術やチームの戦術を知ることから、それらが構造化していることを理解する。	練習やゲームがスムーズに進むよう計時や判定などの進行に関わることができる。 ゲームの進行に応じて、直感的な気づきに必要な練習法を考えたり、作戦を立てたりすることができる。 3秒ルールに基づいて攻め方や守り方が違ったり、いろいろな戦術があることに気づく。	練習計画やゲームの進行だけでなく、準備から片づけまでのマネージメントを行うことができる。 ランニングやドリブルやジャンプなどのパフォーマンスを高める取り組みができる。 ゲームを振り返り、心算でもっと次のパフォーマンスを発揮する醍醐味を味わうことができる。
思考・判断・表現等	バスケットボールの制約として、距離感やゴールの位置（ゴールが空間に設置されている）であることを理解できる。	ドリブルやパスのカットを積極的に狙うことができる。 速いドリブルで相手を抜いたり、速くパスしたりできる。	マッチアップにおけるマークのしかたを工夫することができる。 アウトオブバウンズプレイによるシュートチャンスを作ることができる。	ゾーン（陣地）を守ったり、ボールの位置によってディフェンスを工夫したりできる。ディフェンスの位置や対応の攻め方を考えることができる。	オフェンスのボールを奪う場面を意図的に作り出したり、ディフェンスのバウンズを奪ってシュートチャンスを作り出したりできる。
知識及び技能	近い距離のシュートやパスのボールコントロールができる。 トラベリングをしないでランディングシュートやストップができる。				
授業時数	3	6 (本時はその2)	2	0	0

## 7. 本時の指導

- (1) 題材 攻防の作戦を工夫することにより、個人の課題、チームの課題を見つけ、それに取り組む。
- (2) 目標  
・ 個人技術やカットインプレイなどを、シュートのスキルテストや試しのミニゲーム(3on3)で練習する。  
・ グループミーティングを通して意見を出し合い、課題の発見と解決を進める。
- (3) 準備物  
バスケットボール 12個      ゼッケン 36枚      得点板 3台  
グループノート 6冊      作戦ボード 6個
- (4) 指導過程

	学習内容	生徒の活動	指導者の活動○と評価◎
導入 (10)	集合 点呼 本時の流れ	グループごとに整列する。 本時の内容を確認する。	出欠確認 健康チェック ○ 学習案を提示し、本時の内容を説明する。 ○
展 開 (35)	ウォーミングアップ スキルテスト	パス&ランやシュート練習でからだを動かす。 3種類のシュートについてテストを行う。	計時する。 ○ 個人の課題に取り組んでいるか。 ◎
	3on3	ランキングの場所に移動する。 勝敗により移動して次のゲームを行う。 1ゲーム2分のゲームを2回行う	計時する。 ○
	ゲーム(リーグ戦)	1分30秒ごとに交替しながらゲームを行う。	計時する。 ○ チームの課題に取り組んでいるか。 ◎
まとめ (5)	集合 まとめ かたづけ	グループごとに整列する。 練習やゲームでうまくできた点や課題を確認する。	まとめを聞きながら学習の方向についてアドバイスする。 ○◎ 健康チェック ○