

バスケットボールの学習指導に関する研究（第2報）

植野淳一*・森山恭行**

Junichi UENO, Yasuyuki MORIYAMA
A Study on Teaching Methods in Basketball (II)

1. はじめに

89年告示の小学校学習指導要領「ボール運動」の目標では、協力、公正や健康・安全などの態度面の育成と、運動の楽しさや喜びを味わうことができるようにするとともに、その特性に応じた技能を身に付け、体力を高めることがあげられている。また、内容については、バスケットボールの技能を身に付け、ルールを工夫したり、簡単な作戦を立てたりしてゲームができるようにすることと、互いに協力し、役割を分担し、勝敗の原因を考え、計画的に練習やゲームができるようにすることがあげられている。特に、「正確なパスを中心として攻撃する技能を養い」から「パスとシュートを中心として攻撃する技能を身に付け」に改訂され、シュート技術等の基礎技術の習得に重きをおいたものと考えられる。

しかし、年間105時間内の20%（サッカーを含む）をボール運動に充てると、およそ10時間しかバスケットボールの授業に配分できない訳であり、現実的には上記のような目標を達成することが困難な場合が多いと考えられる。特に、特性に応じた技能の習得については、身に付けやすい技術と練習時間の割に身に付けにくい技術があり、児童の運動経験や発達特性を踏まえた個別の指導が必要になってくる。

体育授業におけるバスケットボールの指導は、ただ単に競技の技能についてのみの指導にとどまらず、規則や審判やマナーについても指導することになっているが、これは、バスケットボールという一つの文化財を指導するという考え方によるものである。このことは、授業の

指導内容には、バスケットボールという一つの文化財を理解させるための指導内容と、これを一つの運動教材として考えてそのゲームができるために必要な技能の指導という両面があることを意味している。筆者らは、この両者の指導内容の取り扱い方において、その中心になるものは、やはり技能の指導であると考えている。

現在、バスケットボールを含めた「ボール運動」の授業では、学習の中核をゲームにおくことが多く、ゲームの楽しさを味わわせる指導過程がとられている。単元の始めの段階では、ゲームの全体を知る過程であり、ゲームそのものを丸ごと練習すること、つまり、ゲーム即練習という場面が多いが、ゲームの検討によりしだいに各チームの課題が明らかになるにつれて、個人技能や集団技能の練習が行われることが多くなっていくという指導過程である。このような指導過程を通して、ゲームの質は変容し、ゲームも発展していくと考えられている。

しかし、上記のようなゲームの楽しさを味わわせる指導過程の中で、特に留意しなければならないことは、自由放任型の授業になっていないかということである。小林は、「『楽しい体育』の必要性は認識していても、それが『自由放任の授業』へと短絡してしまう人は、運動技術の学習と『楽しさ』とが深い関係にあるということがわかっていないか、あるいは運動技術を指導する能力に欠ける人であるのだろうか」と述べている。また、徳永は、「子どもたちの中心的な欲求のひとつは『できるようになること』と『うまくなること』であることは疑いなく、技術指導の徹底は、子どもたちの要求である」と言っている。このような子どもたちの欲求を充足させ、チーム意識を高めていくことが指導者の大きな役割である。限られた時間内に、このような目標を達成させるた

* 島根大学教育学部保健体育研究室
** 島根県立松江高等学校

めには、まず、児童の現在の状況において最も必要とされるもの、指導することによって即座に成果をあげうるものという観点から内容を取り上げることが重要であると考えられる。

特に、導入の段階で、チームごとにゲームの反省をしたり練習課題を見つけ出させることは、非常に難しいことであるため、指導者はバスケットボールの技術の発達段階をよく理解し、「何を」「どのような順序で」指導助言すべきかをおさえておかなければならない。吉井は、初心者に対する指導内容については、できないもののうち、そのできないことの原因が、主として知らないから、あるいは体験したことがないからということに起因するものを重点的に取りあげるべきであることを示唆している。また、岩崎は、「シュート練習だけは特別に場面をつくり教えなければ上達を期することは困難のようである」と述べており、シュートを含めた基礎技術の指導は、技や力の伸長を児童に実感させ、学習意欲の高まりにつながるものであると強調している。更に、対人競技において、留意しておかなければならない重要なポイントとして、基礎技術と基礎的プレーの関係があげられる。パスやドリブルやシュートのような基礎技術がある程度身に付いていても、ゲームの場面で、相手をかわしてシュートしたり、空いたところへパスしたりする基礎的プレーになるとなかなかうまくゆかないことが出てくる。基礎的プレーをうまく展開させるためには、そのプレーを構成している基礎技術に優れていなければならないが、その上にそれらの技術をどのようにプレーすることが目的達成のために最もふさわしいかを考え、ゲームの場面で児童が「できなかったプレー」に対して適切な解決方法を指導しなければならない。現実的には、ゲームに終始している授業が多く、このことが、ゲームの質を変化させられない理由であると考えられる。

本研究では、限られた授業時間の中で上述したような目標を達成するためには、どのような指導方法がふさわしいかを探るため、まず、基礎的資料の収集として小学校高学年児童のシュート動作の特徴をパターン別に分類した。また、体育授業における特定のグループにシュートの技術指導を行うことによって、児童のシュート動作や学習に取り組む態度がどのように変容していくかを調査し、体育授業に基礎技術の指導を導入することが有効であるかどうかを検証することを目的とした。

2. 研究の方法

1) アンケート調査

松江市内の小学校21校を抽出し、5・6年生の体育を担当している教師を対象として、質問紙法によるアンケート調査を実施した。

調査期間は、平成2年10月上旬から中旬で、回収率は、21校中19校で90%であった。

2) シュート動作の分類

島根大学教育学部附属小学校5・6年生男子83名、女子85名の計168名の児童に対して、フリースローイン前方よりセットシュートを打たせ、右側方と前方より8ミリビデオカメラで撮影した。撮影したビデオテープより児童のシュート動作をパターン別に分類した。撮影期日は、平成2年10月12日、15日、16日の3日間である。

3) シュートの技術指導とシュート動作の分析

島根大学教育学部附属小学校6年2組の緑チーム8名を被験者とした。「シュートを正確に」がチームのねらいであったため、バスケットボールの授業と並行して、授業前や業間を利用して平成2年11月21日から12月4日まで7日間にわたって技術指導を行った。そして、1日ごとにテーマを設定し、指導のポイントや指導言（発問）による児童の動きの変化や感想（つぶやき）を記録した。

また、被験者8名について、指導前と指導後の2回のシュート動作をソニー社製ロータリーシャッターカメラで撮影し、ソニー社製のカラービデオプリンターよりプリントアウトされた連続写真をもとに、シュート動作の分析を行った。

3. 結果及び考察

1) アンケート調査について

授業の実態を把握するため、19校54名の教師を対象にしてアンケート調査を実施した。

表1はアンケートの質問内容と回答をまとめたものである。

バスケットボール教材に割当てている時間は、10時間が最も多く22名であった。次に11時間で10名、12時間で8名、15時間で6名となっており、22時間も割当てている指導者もいた。前述したように、バスケットボール教材に割当てられる時間はおよそ10時間程度であり、予想より多くの時間を充てている結果となった。児童の興味や関心の度合いによっても、この配当時間は変わるものであろうが、指導者がバスケットボールを重点教材として取り扱っているのではないかと推察される。

単元のねらいについては、「楽しくゲームができる」

表1 質問紙法による授業の実態調査結果（教師24名、複数回答可）

1. バスケットボール教材に割当てる時間
10時間…22名 11時間…10名 12時間…8名 15時間…6名 22時間…1名 その他…7名
2. 単元のねらい
楽しくゲームができる…44名 役割を分担しみんなで協力してゲームができる…32名
ゲームに必要な個人の技能を身に付ける…30名 ゲームに必要な集団の技能を身に付ける…29名
勝敗の原因を考え計画的に練習することができる…19名 約束やきまりを守ることができる…16名
勝敗に対して正しい態度をとることができる…8名 その他…2名
3. シュート練習が必要である理由
シュートする楽しさを味わわせるため…34名 学習意欲を高めるため…24名
すべての児童にシュートの機会を与えるため…22名 シュート技術を高めるため…15名
児童の欲求を満たすため…12名 運動量を確保するため…5名 その他…3名
4. シュートの練習方法
ドリブルシュートの練習…20名 個人練習・グループ練習・基本練習の中で行う…9名
授業の初めに準備運動を兼ねてボールを使った運動の中で行う…9名 ランニングシュートの練習…8名
リングの近くまたはゴール下でのセットシュート…5名 2対2, 3対3でシュート機会を増やしている…5名
ミドルシュートの練習…4名 競争形式で行い記録をとる…4名 フリースローの練習…3名

が最も多く44名（24.4%）であり、次に「役割を分担しみんなで協力してゲームができる」が32名（17.8%）、「ゲームに必要な個人の技能を身に付ける」が30名（16.7%）、「ゲームに必要な集団の技能を身に付ける」が29名（16.1%）であった。「楽しくゲームができる」については、“楽しく”の意味が漠然としており、そのねらいを明確につかむことはできないが、仲間と協力して、仲良くなるのびのびと活動している様子を表したものと考えることができ、このほかにも態度面に関する多くのねらいがあげられている。しかし、「ゲームを楽しむ」ためには、態度面以外のねらい、つまり、個人や集団の技能を身に付けることが必要であると考えている指導者も3割程度いる。

体育授業に技術指導の場を設けること、特にシュート練習については、ほとんどの指導者（54名中53名）がその必要性を認めている。その理由として、7割もの指導者が「シュートする楽しさを味わわせるため」、「学習意欲を高めるため」、「すべての子供にシュートの機会を与えるため」という回答をあげている。態度面の育成をねらっている指導者が多い中、ゲーム以外にシュート練習の必要性は認めてはいるものの、「シュート技術を高めるため」という回答は15名（13%）しかおらず、技能を身に付けるねらいをもった学習形態がとられていないことが推察できる結果となった。

体育授業でのシュート練習については、ほとんどの指

導者が必要性を認めており、実際の授業の中でもシュート練習の場面を設けている。最も多い練習は、ドリブルシュートやランニングシュートの練習であり、個人やグループの練習時間の中で行わせたり、準備運動を兼ねたボールを使った運動の中で行わせることが一般的であると言える。また、時間や本数を競うドリル形式のものや、2対2、3対3の練習の中で、シュートする機会をより多くするなどの配慮がなされている。しかし、ゲームの場面で多く使われているセットシュートの練習はあまりなされておらず、シュートする機会の少ない児童にとっては、シュート技能の向上やゲームの中で得点するという喜びは味わいにくいと考えられる。

2) シュート動作の分類について

先行研究では、大学生初心者に対するシュート動作（ワンハンドセットシュート）の分析を行ったが、本研究では、対象が小学生であり、ボールを両手でシュート（ボースハンドセットシュート）する児童が大半を占め、ワンハンドセットシュートとボースハンドセットシュートでは、シュート動作におけるボール・腕・手・足の動きが若干異なるため、新たにボールの正しい持ち方及びセットシュートの正しいフォームについて下記のように定義した。

- (1) 手首が楽に返せるようにボールを真横から両手でバランスよく持ち、左右の親指と人差し指で三角形を作るようにする。

- (2) 胸の前でボールを構え、その位置からボールを下げないようにする。
- (3) 両脇が開き過ぎないように構え、肘が自然に体側に接するようにしながら腕を伸ばしていく。
- (4) ボールを離れた後は、腕を伸ばしながら、両手の甲が合わさるようにして（親指が下を向いている）、指先までしっかり伸ばす。
- (5) 膝はしっかりと曲げ、屈伸を使ってタイミングよく上肢に力を伝える。

以上5つの正しいボースハンドセットシュート動作のポイントを踏まえて、「ボールの持ち方」、「ボールの上下動」、「肘の使い方」、「フォロースルー」、「膝の使い方」の5つを分類の基準とし、児童のセットシュート動作を分類した。しかし、男子児童83名、女子児童85名の内、正しいボールの持ち方をしている児童は、男子22名、女子11名であった。また、フォロースルーについても、できているのは、男子3名、女子3名しかいなかったため、「ボールの持ち方」と「フォロースルー」を除外して「ボールの上下動」、「肘の使い方」、「膝の使い方」の3つの観点からシュート動作を分類した。

児童のシュート動作について、この3つの観点から、それぞれ「正しくできているか」「正しくできていないか」を判別し、8つのシュート動作のパターンに分類することができた。

3つの基準の中で、シュート動作に最も影響を及ぼす

と考えられる「肘の使い方」をまず第一の分類基準とし、次に「ボールの上下動」、最後に「膝の使い方」の順とした。

168名の児童のシュート動作を上記の3つの基準から分類し、8つのパターンにまとめたのが図1である。

パターン1のシュート動作になる児童は、男女共0であった。

パターン2のシュート動作になる児童は、男子1名、女子5名の計6名であった。膝は使えているものの、腕の動作中に終止肘を張っており、ボールを上下動させ、左右の手のばらつきが大きい。

パターン3のシュート動作になる児童は、男子7名、女子4名の計11名であった。膝の屈伸運動が全く見られず、腕の動作だけでシュートしている。胸の前で構えておりボールの上下動もないが、肘が張った状態であり、やや硬さが感じられ、バレーボールのトスに似た動作であると言える。

パターン4のシュート動作になる児童は、男子11名、女子59名の計70名であった。女子に最も多いシュート動作であり、女子特有のパターンであると考えられる。膝の屈伸運動が見られ、胸の前で構えておりボールの上下動もないが、肘が張った状態である。（写真1を参照）

パターン5のシュート動作になる児童は、男女共0であった。

パターン6のシュート動作になる児童は、男子32名、

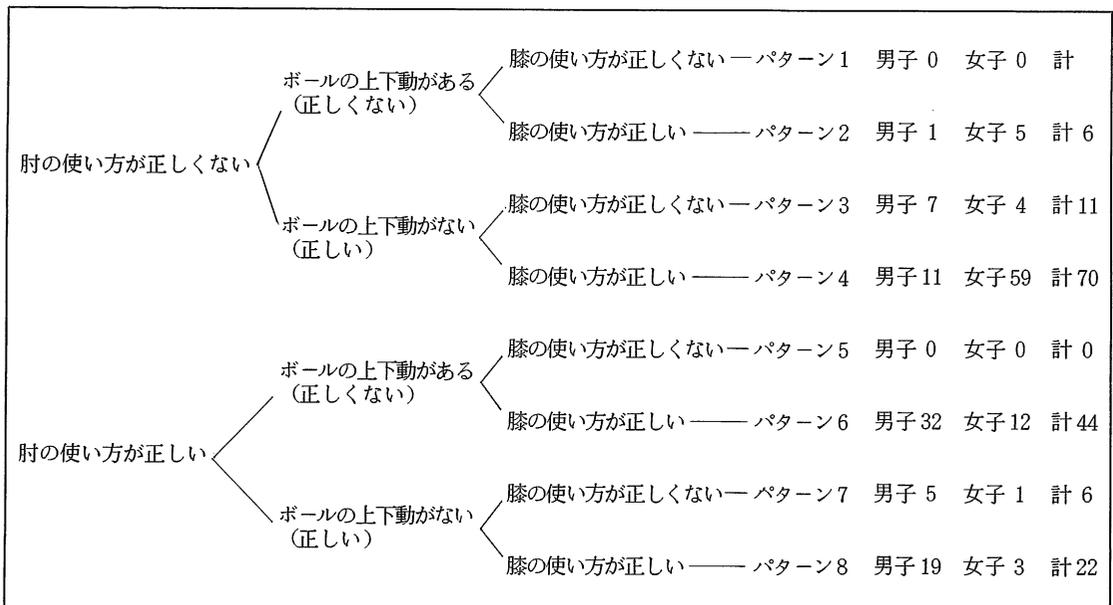


図1 児童のシュート動作の分類

女子12名の計44名であった。男子に最も多いシュート動作であり、男子特有のパターンであると考えられる。膝を使って、スムーズに重心の移動が行われているが、ボールの上下動が認められる。(写真2を参照)

パターン7のシュート動作になる児童は、男子5名、女子1名の計6名であった。膝の屈伸運動が全く見られないが、胸の前で構えたボールを素直にシュートしている。上肢だけを使ったシュート動作のように見えるが、ボールをコントロールする力を持った児童にしかできない動作であると考えられる。

パターン8のシュート動作になる児童は、男子19名、女子3名の計22名であった。膝を使ってスムーズに重心の移動が行われており、胸の前で構えたボールをスムーズにシュートに結びつけている。

以上8つのシュート動作に分類することができたが、小学校高学年児童のシュート動作は、主にパターン4、パターン6、パターン8であり、パターン4は女子に、パターン6は男子に特有のシュート動作であると考えられる。これら3つのパターンは、いずれも膝を上手に使用しており、先行研究でも明らかにされたように、膝でタイミングをとりながら、上肢に力をスムーズに伝達しているものと推察できる。しかし、パターン4の女子に多く見られるように、肘を張っていることが、ボールの操作に悪影響を及ぼしており、前述した大多数の児童ができていなかった正しい「ボールの持ち方」や「フォロースルー」と共に、なるべく早い段階で指導する必要があると考えられる。また、ボースハンドセットシュートは、チェストパス動作の延長とも考えられるので、正しいボールの持ち方と正しいパスの仕方を基礎技術の練習の中で数多く取り入れ、指導していくことが重要である。

3) シュートの技術指導とシュート動作の分析について

シュートの技術指導を行う場合、ボールに慣れさせること、ボールの持ち方を指導すること、ボースハンドシュートのフォームにつながるチェストパスの指導をすることが重要であると考えられるため、7回にわたって、8名の児童について一斉指導と個別指導をそれぞれ行った。毎回の学習テーマと学習内容及び課題練習を表2に示した。また、1回ごとの指導のポイントについて以下のようにまとめた。

〔第1回目〕

テーマ：ボールは友達！

ボールに慣れさせるため、毎回の課題として、ボールハンドリングとチェストパスを行わせるようにしたが、第1回目は、ボールハンドリングの説明のみ行った。シ

ュート練習は自由に行わせ、今までの経験から児童がどのようなシュートを打つのかを知るため、特別な指導は行わなかった。

〔第2回目〕

テーマ：チェストパスはシュートへの第一歩だ！Ⅰ

ボールをうまく持てていない児童が多いため、正しいボールの持ち方(床に置いてあるボールを両腕・両膝を伸ばしたまま体を前傾し、両手でボールを掴みながら体を起こし、胸の方へ引き寄せる)の指導を行った。次に、ボースハンドシュートのフォームにつながるチェストパスの指導を行い、シュートの導入とした。

〔第3回目〕

テーマ：チェストパスはシュートへの第一歩だ！Ⅱ

チェストパスの説明を行った時に、何故肘を張ってはいけないのかという説明を行い、自分が操作しやすい構えと、相手からはたかれにくいボールの持ち方について意識を強めた。また、味方が取りやすい正確なパスをするためには、相手の胸をめがけて投げることに、ボールを離れた時に親指の先が床に向くように指導し、親指の先を意識させることで、スナップの効いたパスができるようにした。シュートの説明については、第1・2回目の練習の時に、ボールを下げてシュートを打っている児童が多かったことから、ゲーム中では、ボールを下げてシュートを打てないことに、ボールが目から離れるほど、目標に対して正確に投げられないということに気付かせ、ボールを下ろさずにシュートするよう意識を持たせた。また、個人指導では、山なりのシュートを打つように指導した。

〔第4回目〕

テーマ：パスをするようにシュートを打とう！Ⅰ

チェストパスをする時のポイント(ボールの持ち方に注意する・パスした後は親指の先を床に向ける・しっかり腕を伸ばす・相手の胸に投げる)を児童に発表させ、ねらいの確認をした後、チェストパスの練習をした。そして、今までは前方に伸ばしていた腕を斜め前方に伸ばさせ、まっすぐ(ライン上)山なりにボールを落とすパスをすることによって、左右にぶれない正確なシュート動作を身に付ける練習とした。

〔第5回目〕

テーマ：パスをするようにシュートを打とう！Ⅱ

前回と同じテーマで、個人指導を中心に行った。ほとんどの児童は、ボールを下ろさずにシュートを打てるようになったが、シュート後の親指の向きと腕の伸ばし方が意識されていなかったため、シュート後も腕をおろさないことを指導の中心的内容とした。

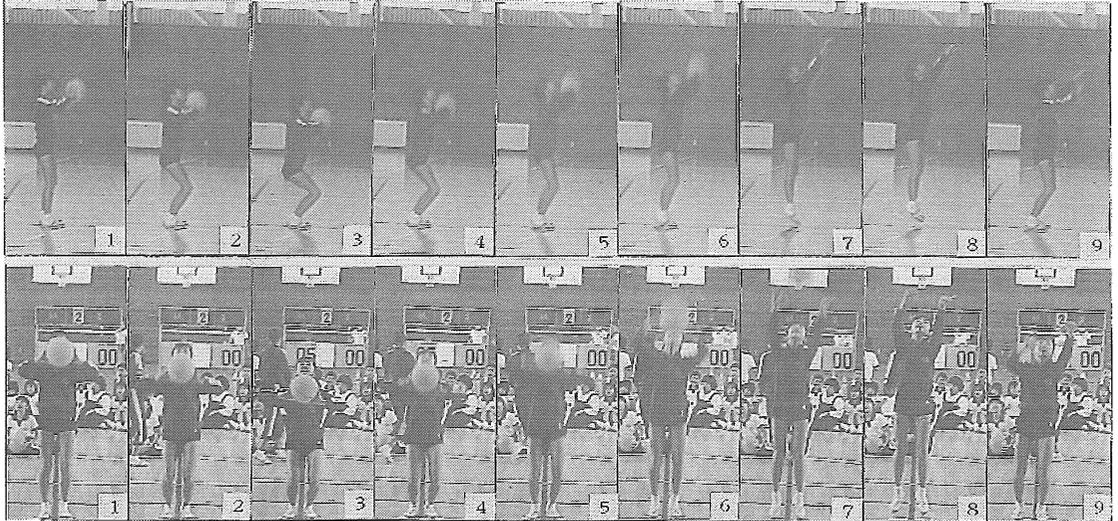


写真1. パターン4のシュート動作（女子特有のシュート動作）

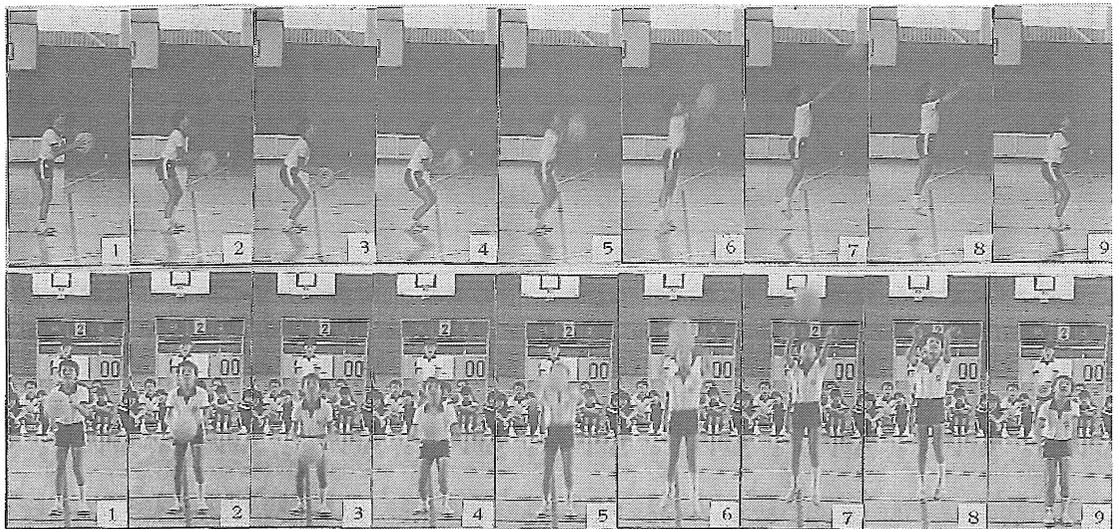


写真2. パターン6のシュート動作（男子特有のシュート動作）

〔第6回目〕

テーマ：シュートはここをねえ！

山なりのシュートが打て、ボールの飛び出していく方向も良いが、距離感がうまくつかめていない児童が出てきたため、リングの前縁部分をねらって打つことを説明したが、あまりねらいすぎて直線的なシュートにならないようにすることも指導していった。

〔第7回目〕

テーマ：今日は今までのまとめだ。頑張ろう！

今までの学習で確認してきたシュートのポイントを再

度発表させた。児童からあげられたポイントは、「親指をしっかりと外に向ける」、「山なりのシュートを打つ」、「リングの手前をねらって打つ」、「腕をしっかり伸ばして、最後まで手を残しておく」の4つであった。最後のまとめであるため、上記の4つのポイントについてのみ、個人的に助言する程度の指導にとどめた。

次に、各回における児童のシュート動作の特徴を表3にまとめた。正しくできる動作には○印、正しくできていない動作には×印、不完全な動作には△印をつけ、動作の変化が見られた日は、斜線で表している。この表よ

表2 7日間の課題練習と学習内容

<p>毎日の課題練習</p> <p>○ボールハンドリング</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. つまみあげ 右20回 左20回 2. ボールまわし 頭のまわり 各10回 腰のまわり 各10回 3. 8の字まわし 各10回 	<p>○チェストパス</p> <p>ボールの持ち方に気をつけよう！</p>
<p>学習内容</p> <p>第1回目 ボールハンドリングの説明→ボールハンドリング→学習カードの記入→シュート練習→10本シュート→学習カードの記入</p>	
<p>第2回目 ボールハンドリング→学習カードの記入→ボールの持ち方の説明→チェストパスの説明→チェストパス→シュート練習→10本シュート→学習カードの記入</p>	
<p>第3回目 ボールハンドリング→チェストパスの説明→学習カードの記入→チェストパス→シュートの説明→シュート練習→10本シュート→学習カードの記入</p>	
<p>第4回目 毎日の課題→学習カードの記入→チェストパスのポイントの確認→チェストパス→ライン上にボールを落とすシュートの説明→ライン上にボールを落とすシュート→シュート練習→10本シュート→学習カードの記入</p>	
<p>第5回目 毎日の課題→学習カードの記入→ライン上にボールを落とすシュート→シュート練習→10本シュート→学習カードの記入</p>	
<p>第6回目 毎日の課題→学習カードの記入→シュートをねらう位置の説明→シュート練習→10本シュート→学習カードの記入</p>	
<p>第7回目 毎日の課題→学習カードの記入→シュートを打つときのポイントの確認→シュート練習→10本シュート→学習カードの記入</p>	

表3 児童のシュート技術の習得状況

	学習回数	ボールの持ち方	肘	膝	ボールの上下	腕の伸ばし	手首の返し
伊藤くみん	1	○	○	○	×	×	×
	2	○	○	○	×	×	×
	3	○	○	○	△	○	△
	4	○	○	○	△	○	△
	5	○	○	○	△	○	△
	6	○	○	○	△	○	△
	7	○	○	○	△	○	△

	学習回数	ボールの持ち方	肘	膝	ボールの上下	腕の伸ばし	手首の返し
佐々木さん	1	×	×	○	○	×	×
	2	×	×	○	○	○	×
	3	○	△	○	△	○	×
	4	○	○	○	○	○	○
	5	○	○	○	○	○	△
	6	○	○	○	○	○	△
	7	○	○	○	○	○	△

	学習回数	ボールの持ち方	肘	膝	ボールの上下	腕の伸ばし	手首の返し
斉藤くみん	1	○	○	○	×	○	×
	2	○	○	○	○	○	×
	3	○	○	○	○	○	×
	4	○	○	○	○	○	×
	5	○	○	○	○	○	△
	6	○	○	○	○	○	○
	7	○	○	○	○	○	○

	学習回数	ボールの持ち方	肘	膝	ボールの上下	腕の伸ばし	手首の返し
金平さん	1	×	×	○	○	×	×
	2	△	△	○	○	×	×
	3	○	○	○	○	×	×
	4	○	○	○	○	△	○
	5	○	○	○	○	△	△
	6	○	○	○	○	△	△
	7	○	○	○	○	△	△

	学習回数	ボールの持ち方	肘	膝	ボールの上下	腕の伸ばし	手首の返し
三成くみん	1	×	○	○	○	×	×
	2	○	○	○	○	×	×
	3	○	○	○	○	×	×
	4	○	○	○	○	×	△
	5	△	△	△	△	△	△
	6	○	○	○	○	△	○
	7	○	○	○	○	△	○

	学習回数	ボールの持ち方	肘	膝	ボールの上下	腕の伸ばし	手首の返し
津田さん	1	×	×	○	×	○	×
	2	○	○	○	×	○	×
	3	○	○	○	△	○	○
	4	○	○	○	△	○	○
	5	○	○	○	△	○	○
	6	○	○	○	△	○	○
	7	○	○	○	△	○	○

	学習回数	ボールの持ち方	肘	膝	ボールの上下	腕の伸ばし	手首の返し
鳥山くみん	1	×	○	○	×	×	×
	2	×	○	○	×	×	×
	3	×	○	○	△	×	×
	4	○	○	○	○	×	○
	5	○	○	○	○	○	○
	6	○	○	○	○	○	○
	7	○	○	○	○	○	○

	学習回数	ボールの持ち方	肘	膝	ボールの上下	腕の伸ばし	手首の返し
森山くみん	1	○	○	○	×	×	×
	2	○	○	○	×	×	×
	3	○	○	○	△	○	×
	4	○	○	○	○	○	△
	5	○	○	○	○	○	○
	6	○	○	○	○	○	△
	7	○	○	○	○	○	△

り、多少個人的なばらつきはあるものの、ボールの持ち方及び肘の張りについては、2回目から3回目にかけて、正しい動作を習得することができている。しかし、ボールの上下動は3回目以降に変化は現れるものの、最後まで習得できなかった児童も2名いる。腕の伸ばしや手首の返しについても3～4回目で動作の変化が認められたが、手首の返しについては、半数の児童が最後まで習得できず、かなり難しい動作であると言える。以上のことから、3～4回目で指導した「チェストパスをシュートへの導入としたこと」と「ライン上にボールを落とすパス練習をしたこと」が効果的であったと考えられる。実際の授業では、パス練習を工夫して、輪やロープ等の用具を使用したグループ対抗のゲーム形式にしたり、個人別・グループ別で毎回記録をつけながら、進歩の度合いや達成度を確認することも必要である。

表4は、個人指導における指導言と児童の反応（動作の変化）を2名の児童について表したものである。

伊藤くんの学習前のシュート動作は、パターン6であった。ボールの上下動があり、左利きのため最後のフォロースルーで左手が強く働いてしまい、両手とも右方向に流れてしまう傾向にあった。本人は片手にするか両手にするか迷っていたが、2回目の指導で両手に戻した。しかし、4回目の指導でも、ボールの左右へのぶれについて質問したが、その理由についてはわからず、左手が強く働かないようにさせるため、5回目の指導では両手が最後まで残っているように指示した。完全な動作ではないものの、この後からはボールの方向性もよくなり、山なりのシュートを打つことだけを意識させる指導となった。

佐々木さんの学習前のシュート動作は、パターン4で

表4 個人指導における指導言と児童のシュート動作の変化

児童の取り組みとそのシュート動作	指導者の発問（指導言）	児童のシュート動作の変化及びつぶやき
<p>伊藤くん 第2回目 斜め45からバックボードに当ててシュートを打っていた。 左手で押し出すようにシュートを打っていた。</p> <p>第3回目 バックボードに直線的にシュートを打っていた。</p> <p>第4回目 シュートが届かなかったりバックボードに強く当たりすぎたりしてシュートが定まらない。 シュートが左右にぶれてしまう。</p> <p>第5回目 腕の伸ばしや手首の返しができたりできなかったりしている。</p> <p>第6回目 練習前からともうれしそくに「フリースローの所からシュートが入るようになったよ」と言ってきた。</p>	<p>「バックボードのどこに当てたらシュートが入るか知ってる？」 「左手のワンハンドにしたいの？」 「両手の方がシュートは入るよなぁ」 (斉藤くん) 「両手の方がいいんだったら両手で打つようにしましょう」</p> <p>「それじゃ強くてボールがはねかえってしまうよ。リングにそのまま入るようにやさしく山なりのシュートを打ってみよう」</p> <p>「リングの一番手前をねらって山なりのシュートを打ってごらん」</p> <p>「なんでシュートが右にいたり左にいたりするか分かる？」</p> <p>「手が残って最後までねらっている気持ちが出る時には入っているよ」</p> <p>「山なりのシュートになっている時だけシュートが入っているよ」と山なりのシュートを強調した。</p>	<p>「分ってるよ。あの四角の隅に当てたらいいんだけど入らないんだ」 「そうじゃないけど」 「両手で打ってみよう」 シュートが入った。</p> <p>距離感がつかめていないためになかなかシュートは入らないが腕を伸ばしたらいいシュート動作になってきた。</p> <p>意識している時には山なりのシュートが打てるようになった。</p> <p>「分からないよ」</p> <p>意識してできるようになった。</p> <p>さらに真剣な表情で練習に取り組んでいる。</p>
<p>佐々木さん 第2回目 かなり肘を張っている。</p> <p>肘を張ったままシュートを打っている。</p> <p>第4回目 シュート後の腕の伸ばしと手首の返しがない。</p> <p>第5回目 フリースローラインの所からシュートを打っていた。「ここからじゃ届かない」</p> <p>第6回目 「リングの手前にボールが当たっても入らないよ」</p>	<p>「リラックスして脇をしめる感じで構えてごらん。ボールを前に押し出すようにしてみよう」 「はじめに習ったボールの持ち方を思い出してごらん」</p> <p>「正確なパスをする時も最後まで腕を伸ばすでしょ。あれといっしょだよ。ボールがリングまで届いて入るかどうかわかるまで『入れー』で気持ちで腕を伸ばしてごらん」</p> <p>「じゃあもうすこし前から練習してみよう」 「今の位置から練習して確実に入るようになったらすこしずつ距離を伸ばしていこうね」</p> <p>「リングの手前に当てるんじゃなくてリングの手前をねらって山なりのシュートを打つんだよ」</p>	<p>「ボールが届かないよ」</p> <p>ボールを持った時の構えはいい打つ前にも肘が張ってしまう。</p> <p>腕の伸ばしでもできし手首もきれいに返ったシュートが打てるようになった。</p> <p>指も腕もしっかり伸びフォロースルーがともよい。</p> <p>「ああそうなんだ」</p>

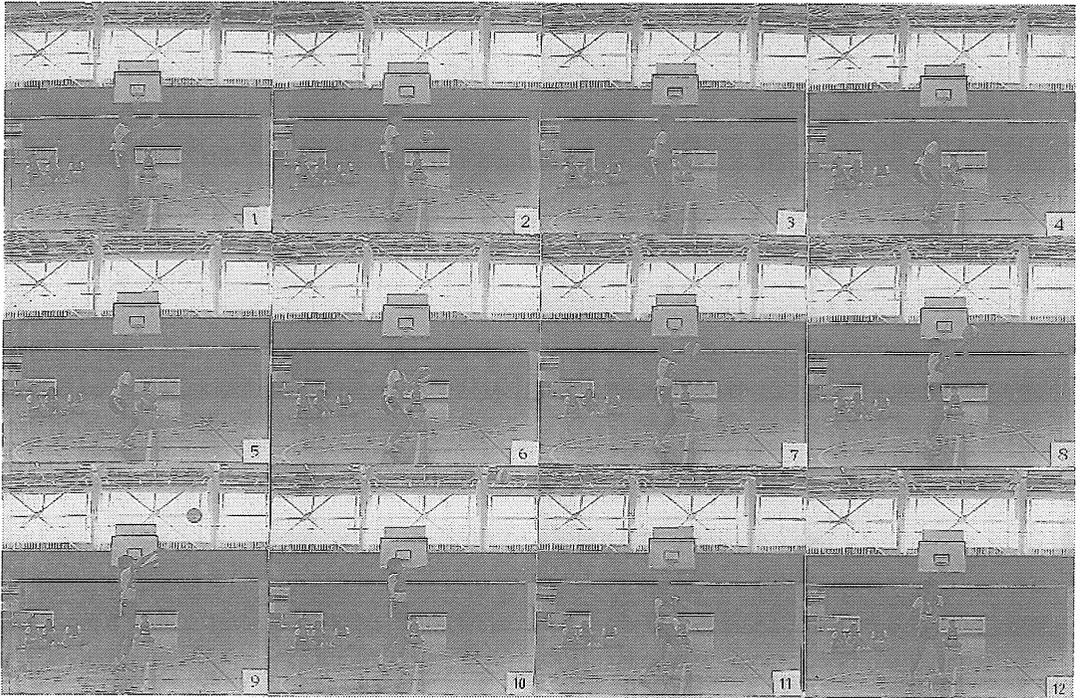


写真3-A 伊藤くんの学習前のシュート動作

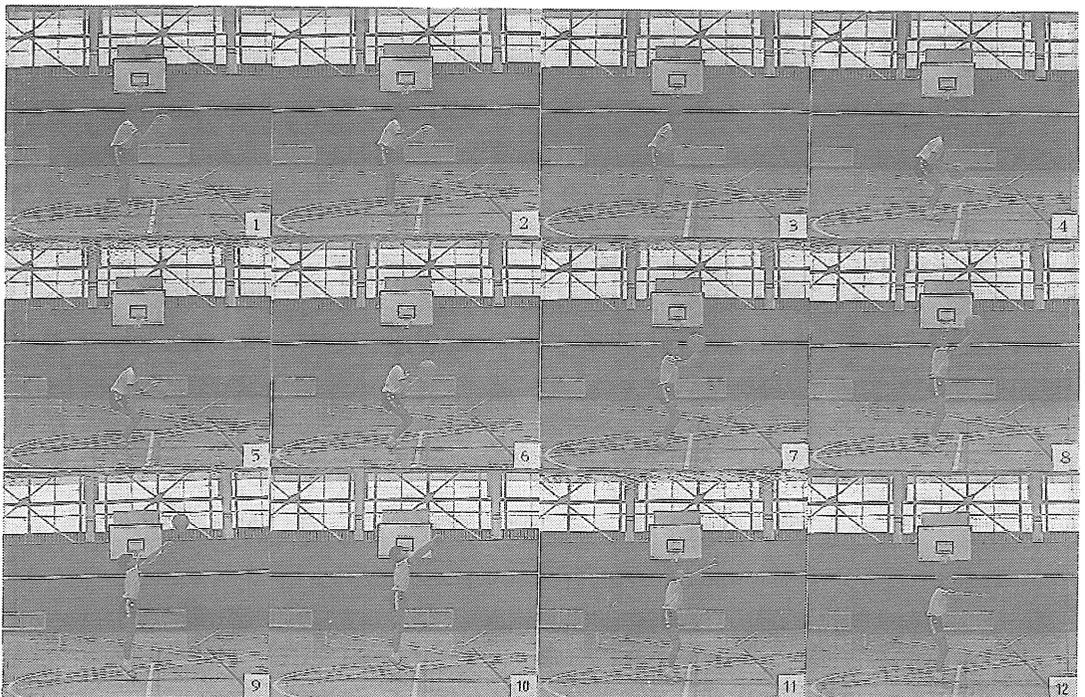


写真3-B 伊藤くんの学習後のシュート動作

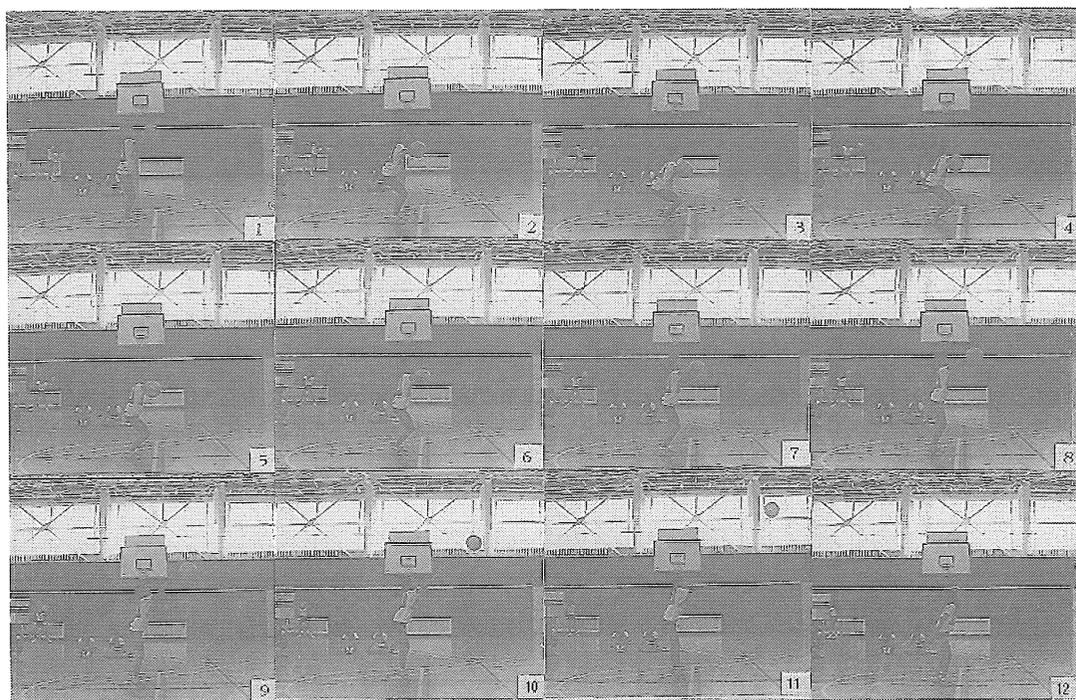


写真4-A 佐々木さんの学習前のシュート動作

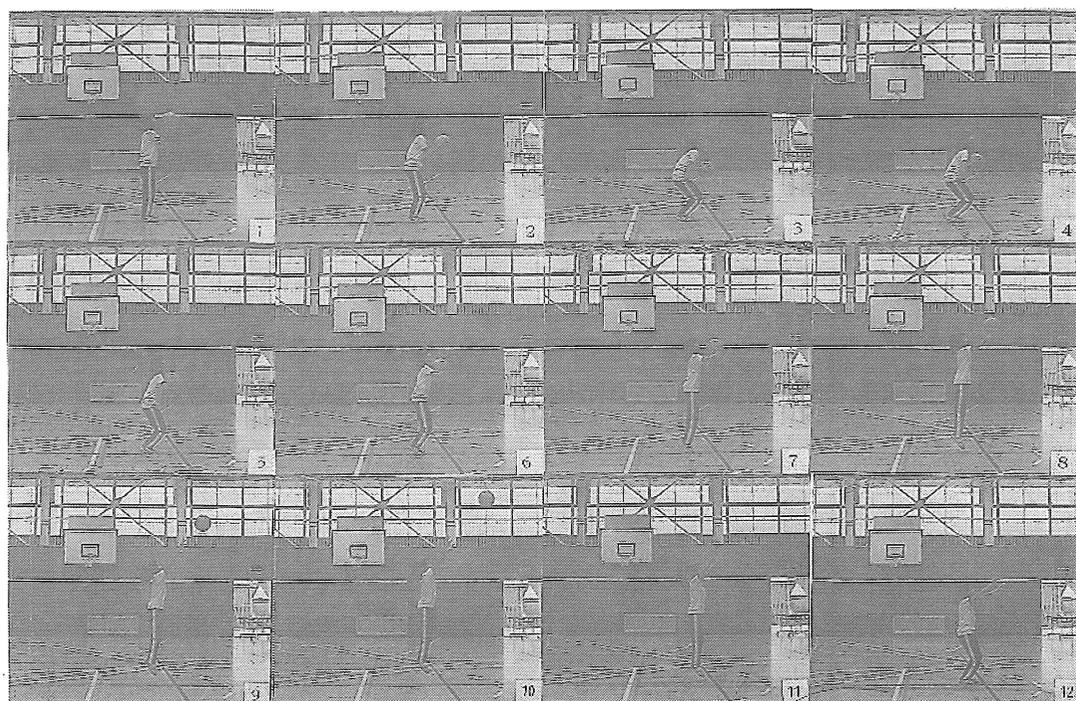


写真4-B 佐々木さんの学習後のシュート動作

あった。ボールをリングまで届かせようとして、力一杯ボールを持っているため、かなり肘が突っ張った状態であった。本人は、正しい動作は理解しているものの、シュートの動作に移ると、何とか届かせようと力んでしまうことが多い。全体的にはバランスのとれたシュート動作であり、近距離でのシュート練習に変えたことが、次のステップであった山なりのシュートを打つというねらいに、速く移行できた理由であると考えられる。当面の課題に対して、うまくゆかずに悩んでいる児童も数多く見られ、指導言の重要性を認識することができた。

写真3は、伊藤くんの学習前と学習後のシュート動作である。前述したように、左右の腕の働きが均等になったために、ボールに正しい回転を与えることができるようになり、方向性もよくなった。しかし、ボールの上下動もあり、ボールを離れた(リリース)後の手の返し(ス

ナップ動作)も不十分であった。

写真4は、佐々木さんの学習前と学習後のシュート動作である。学習前は、ボールの構えからリリースまでかなり肘の張りが見られる。膝を伸展させながら肘を張った状態でボールを前方に押し出しており、それに伴い腰も引けている。そのため、ボール及び上体の上方への移動がスムーズに行われていない。リリース後は、腕は伸ばしているが上方へは伸びておらず、手首の返しも見られない。学習後は、ボールの構えからリリースまでの肘の張りがなくなった。膝を伸展させながらボールを上方に押し出しており、ボール及び上体の上方への移動がスムーズに行われている。リリース後の手首の返しはまだ見られないが、指も伸び、腕も上方へしっかり伸びている。

以上の2名の児童を除く6名の児童についても、ほぼ

表5 技術指導後の感想文の分類

<p>＜楽しさに関するもの＞</p> <p>「すごくいい勉強になったし、教えてもらったことは、ラッキーだったと思います。」「練習は、すごく楽しかったです。」(斉藤くん)</p> <p>「シュートの練習をやってシュートが入るようになったし、パスもうまくなってよかった。そして、赤と同点のときや2点さのときもあってうれしかった。」「パスなどがよくつなげたり、シュート率も高くなってよかったです。」(伊藤くん)</p> <p>「チェストパスなどをやって、シュートも入るようになったし、パスもうまくなってよかった。」「(鳥山くん)</p> <p>「先生とやった練習は、とても楽しかったです。」「最後の赤との試合は負けてしまったけど、いい試合ができてよかったです。」「(森山くん)</p> <p>「11月からのバスケの練習は、とても楽しかったです。まずきそから1つ1つおしえてもらってよかったです。」「この練習はとてもよく立ったと思います。」「(三成くん)</p> <p>「パスのしかたもわかったし、これで赤に勝つことができましたら、さいこうにうれしい!」(金平さん)</p> <p>「私たちみどり組は、学習の前、バスケット(体育)の時、赤組さんと20てんぐらい点のさがあったのに!このバスケットの学習を始めてから、ドンドン『力』をつけて、赤組さんにもどうてんやあと2てんさの時もあったのでは、私はこの学習をして、とてもよかったと思いました!これからもつづけてやりたかったけど、これで終わりです。」「学習していてとても楽しかったけど、最後の日腰痛だったのがざんねんだった。」「(津田さん)</p>
<p>＜がんばりに関するもの＞</p> <p>「中学に行っても、バスケットをしたいと思ってるので、教えてもらったことを自分のものにしていきたいです。」「(斉藤くん)</p> <p>「これからも、もっとやっていきたいと思います。」「(伊藤くん)</p> <p>「それで、チェストパスをシュートにもいかして、シュートを打ちたい。」「これからは、チェストパスをきほんにがんばりたいです。」「(鳥山くん)</p> <p>「私たちみどり組は、これからこの学習を身に付けてこれからもがんばります。」「(津田さん)</p> <p>「わたしは、シュートやパスだけじゃなく、ドリブルとかもれんしゅうしてコツをつかめたらナーと思いました。でも、ドリブルでかけこんでパスでシュート、がんばってやっています。」「(佐々木さん)</p>
<p>＜技能上達に関するもの＞</p> <p>「緑は、みんなが大分強くなったと言ってくれます。」「(斉藤くん)</p> <p>「シュートは、特に良くなったと思います。」「(鳥山くん)</p> <p>「それから、ボールのあつかいもうまくなりました。」「チェストパスを先生にならったら、みんなも自然にチェストパスを使うようになりました。シュートも自然にうまくなっていきました。」「(森山くん)</p> <p>「10本シュートは、よかったですりわるかったですけど日に日に上達しました。」「(三成くん)</p> <p>「しかも、シュートがスポスポ気持ちのよいほどはいるようになった。」「(金平さん)</p> <p>「シュートは山なりにとか、やさしく、リングの手前をねらってと、とってもやさしくわかりやすくせつめいしてくれたので、しあいのときもどんどん入ります。パスは、あんまりよくつかわれないけど、シュートはよく入ります。」「気でも赤にかちたいです。」「(佐々木さん)</p>

同様の動作の変容が認められ、最終的にはパターン8の動作様式となった。スナップ動作を含めて児童のシュート動作を分類することで、動作様式もさらに細分化できるが、小学校高学年におけるシュート動作の完成局面はパターン8であると考えられる。

児童に正確なシュートを身に付けさせるためには、シュートの技術練習を通して、シュート動作を指導するだけでなく、「『見る位置』と『ボールの軌跡』をイメージさせる」、つまり、「『リングをよくみて』『山なりのシュートをする』ように意識させる」ことも重要である。

表5は、技術指導後の学習カードに書かれていた児童の感想文を3つの尺度より分類したものである。

今回の学習指導では、「シュートを入れたい」という願いを持った子どもたちに、シュートの指導をすることで『技能の上達』が認められた。上達と平行して、達成意欲も高まり、また上達が自信となってゲーム中の動きも積極的になり、『楽しさ』が生まれてきた。楽しいから自分からすすんで『がんばって』練習に取り組んでいた。そのため、上達も早く、ますます楽しさも深まり自主的にがんばるようになった。このような『技能の上達』・『楽しさ』・『がんばり』がうまく循環して、共に高めあっていくことができた。今回のシュート技術の練習は、子どもをやる気にさせる学習場面の設定としてふさわしいものであったと考えられる。

4. ま と め

本研究では、小学校体育科におけるバスケットボールの授業で、単元の目標を達成するために、基礎技術の指導、特にシュートの練習がどのようなねらいのもとに行われているかを調査した。また、高学年児童のシュート動作を分類し、特定のグループにシュートの技術指導を行うことによって、児童のシュート動作や学習に取り組む態度がどのように変容していったかを調査・検討し、次のような結果を得ることができた。

- 1) 松江市内の小学校19校の体育教師54名を対象にしたアンケート調査では、体育授業に技術指導の場を設けること、特にシュート練習については、「シュートする楽しさを味わわせるため」、「学習意欲を高めるため」という理由でその必要性を認めている。しかし、技能を身に付けることをねらった指導形態はとられていなかった。
- 2) 高学年児童168名のシュート動作を「肘の使い方」、「ボールの上下動」、「膝の使い方」の3つの観点か

ら8つのシュート動作パターンに分類した。女子は、膝の屈伸運動が見られ、ボールの上下動をせずに、肘を張ったまま腕を伸ばしていくパターン4のシュート動作が最も多かった。男子に最も多いシュート動作は、膝を使って、ボールを上下動させながら腕を伸ばしていくパターン6であった。パターン4の女子に多く見られた肘を張った動作や、ボールの持ち方についてはボールの操作に悪影響を与えているため、早い段階での指導が必要であることが示唆された。

3) 特定のグループの児童8名について、7日間のシュート指導を行ったが、すべての児童のシュート動作が上達した。特に、チェストパスの練習をボースハンドセットシュートの導入の練習として取り入れたことは効果的であった。また、児童の動作は、指導者の発問や指導言によって変化することが多く、ポイントを絞った適切な指導が、技術の向上につながる事が明らかになった。今回のシュート動作の指導は、子どもをやる気にさせる学習場面の設定として有効であった。

参 考 文 献

- 1) 岩崎克之助、「楽しみながら技術を身につけるには」、体育科教育、12月号、38-40、1988。
- 2) 植野淳一、渡辺悦男他「バスケットボールの学習指導に関する研究—フリースローの学習による動作の変化—」島根大学教育学部紀要（教育科学）、第19巻：1-15、1988。
- 3) 川口谷昌子、「全員がシュートを打てるバスケットボールの授業」学校体育、6月号、1990。
- 4) 小林篤、体育授業の原理と実践、杏林書院、1986。
- 5) 徳永隆治、「技術指導のワン・ポイント」体育科教育、4月号、38-41、1989。
- 6) 吉井四郎、バスケットボールのコーチング基礎技術編、大修館書店、1980。