

## アタックの技能を高めるため、仲間と学び合いながら攻撃の方法を追求していく子ども

— 中学1年「バレーボール」の実践から —

### 1 単元のねらい

攻撃（アタック）のために必要な技能に触れ、得点しやすい攻撃方法を考え、仲間と連動した動きで攻撃を行うことができる。

### 2 授業の構想

#### (1) 子どものとらえ

1年生の最初の学習である陸上競技リレーの授業では、スピードを落とすことなくバトンをつなぎ、チームの目標タイムに近づけることをねらいとして行った。次は単元の最初に行った計測後のふりかえりである。

テイクオーバーゾーンとバトンパスの時のスピードで記録が早くなることがタイムを縮めるカギだと思いました。特にバトンパスでは走り出す目印（足長を何歩にするか）がポイントだと思うので、次はみんなで協力して取り組みたいです。  
 (生徒A)

小学校での学習からバトンパス場面において大切にしたい要素が生徒それぞれにあった。最初の計測を終えた後、生徒Aはバトンを受けるために適切な距離（足長）についてさらにポイントを絞って考えていることがうかがえ、次時以降の実践にいかそうとしていた。次時ではこのふりかえりを全体に示し、バトンパスにおける適切な距離を見つけることに焦点をあて、各チームで話し合った。この後の練習では足長を変えたり、バトンを受ける姿勢を考えたりするなど、チームごとにバトンパスの早さを追求する姿が見られるようになった。

生徒は既習事項をもとに、それぞれの運動場面において必要な動きや知識を組み合わせ、より良い動き方や仲間との連動を見つけようと試行錯誤を行っていた。こうした姿はどの運動場面でも必要と考え、これ以降のどの単元においても既習事項を確認したり、異なる種目であっても似たようなポイントがあったのではないか思い返したりする場面を設け、運動のイメージがつかみやすくなるよう心がけ学習を進めた。そして、仲間と協力して活動できるよう、お互いの動きを見たり、工夫したりする時間を設けるようにした。

#### (2) 本単元において求めたい姿とそのための手立て

保健体育科の授業においては、試しの運動を行った後、その運動をより良くしていくためのポイントを探る活動と、実際に動いてみる活動がくり返される。生徒が運動の特性や楽しさ、難しさに触れ、「やってみたい」と感じる事ができれば、より良くしていくための課題解決を自ずと追求する姿がみられると考えている。

ネット型球技であるバレーボールは、ネットをはさんだ相手からのボールを捕球し、つなぎ、攻撃につなげることにおもしろさがある。誰もが攻撃（得点）できる可能性があることも特性と言える。ゴール型のバスケットボールやサッカーなどの空いたスペースに走り込み得点をねらうような動きはないが、アタックのコースやそれに対応する守備の動き方などにおいて空間認知能力がカギとなる競技でもある。しかし、ボールの動きや守備の形に合わせて瞬時に次の動作を決めることや、レシーブやトスなどのボール操作に抵抗を感じる生徒も少なくない。

事前にバレーボールに関するアンケートを実施したところ、小学校を含む今までの授業の中で楽

しかった種目について、約85%の生徒が「球技」と回答した。このうち「ゴール型」が好きと答えた生徒が最も多く、次いで「ネット型」「ベースボール型」の順であった。

バレーボールについて、「どんなところが楽しそうか」という質問に対しては「アタックが決まったとき」「ボールがつながって攻撃できたとき」「仲間と協力して攻めること」の順で回答が多かった。一方、「どんなところが難しそうか」という質問に対しての回答は「レシーブができないこと」「パスをつなぐこと」「相手コートにアタックすること」の順であった。

このアンケートの結果を踏まえ、アタックという得点につながる運動を単元の最初に経験することで、バレーボールの特性である「得点する」楽しさに触れさせたいと考えた。ゲームの中で誰もが得点の機会があり、実際にねらったコースに打つことができれば「得点したい」という思いがより大きくなっていくであろう。また、ねらうコースや強弱をつけるなどの攻撃の変化にも気づかせ、実際のゲームの中で得点する機会が増えれば、チームとしての攻撃方法が増えていくと考えた。加えて、小学校での球技の学習を思い出しながら確認し、空間を見つけて攻撃することや、仲間との動きの連携などについて考えながら学習を深めていくよう心がけた。

本単元では軽量で弾みがあり、衝撃の少ないボール（MIKASA SKV5）を使用し、簡易化したルールで行った。また、キャッチしてからのトスを認めた。これは次につなぐ相手や場所を判断する時間を設けることで、ボールに触れることへの抵抗感を減らし、意欲的にボールに関わることができるようにしたいと考えたからである。

### 3 展開計画（全10時間）

次	時	主な学習と具体的な学習・内容	◇追求する子どもの姿
1	1	○バレーボールの授業の進め方やルール、単元のねらいについて考える。	◇アタックを決めるための打ち方について考える。
	2	・バレーボールの特性について考える。	
	3	・アタック技能を身につける。 ・アタックゲームをする。 ・試しのゲームをする。	
2	4	○チームの攻撃方法を考える。	◇得点するための方法を考え、チーム練習を行いゲームにいかす。
	5	○チームごとに練習を行う。 ・チームにあった練習内容を考える。	
	6・7	○チームで考えた攻撃方法をゲーム内で実践する。 ・得点のための方法（ねらうコースやスピード）について、チーム内で増やす。  ・きょうだいチームの攻撃の様子をコート図や動画で撮影することでデータにしていく。 ・データをもとに得点を決めるための攻撃方法を考える。 ・データをもとにチームの練習内容を考える。	◇攻撃データを検証し、どのように攻撃するのかを話し合う。（作戦を立てる）
3	8・9	○学習の内容をふりかえり、攻防にねらいをもってゲームを行う。（リーグ戦） ・チームで立てた作戦をもとに試合を行う。	◇得点するために有効な作戦をゲームで実践する。
	10	・仲間の動きの方や、技術的な向上に目を向け、ふり返りを行う。	

## 4 授業の実際

### (1) アタックを決めるための打ち方について考える

バレーボールの単元を始めるにあたり、バレーボールの経験の有無や、ほかの種目でも似たような動きがないか確認した。多くの生徒がネット型の球技として、ミニバレー（ソフトバレー）やバドミントンなどを経験していた。また、相手コートに空いた場所を攻めるという点で、フラッグフットボールや、バスケットボールと似ていると答える生徒がいた。こうした経験知をもとに中学校でのバレーボールの授業を行うことを確認した。

バレーボールの特性として、誰もが得点できる可能性があることを認識させ、まず攻撃（アタック）のおもしろさに触れさせた。アタックを決めるために必要な動きを見つけるため、まず壁打ちを行った。自分でボールを投げ上げたり、ペアに投げ上げてもらったりしながらアタックに必要なポイントを考えた。その結果、以下の意見が出された。

T : アタックのポイントはどんなところにあると思う？

生徒B : ボールの真下より（自分が）少し後ろに立ち、高いところで打つと、とても打ちやすかった。

生徒C : Bさんが言ったように打つ位置は大事だと思います。だから、トスを上げる人も打ちやすいように高く余裕をもってあげてあげることも大事だと思いました。

T : トスの高さはどれくらいだと余裕がもてるの？

生徒C : 人によって違うかもしれないけど、バスケットボールのリングの高さくらいかなと思います。

T : その他に発見したポイントがありますか？

生徒D : ボールを打つ瞬間に上に向かってじゃなくて、相手コートに落とす感じで打つと強く打てた。

生徒E : Cさんが相手コートに落とす感じと言いましたが、私もそう思います。落とすときにボールの真ん中（中心）を打つと勢いよくなると思います。

生徒は打点やボールミートに関するポイントに気づきお互いにアドバイスを行っていた。また相手コートに叩きつけるように強く打つための体の使い方を考えていることもうかがえた。そこで次時以降、「①手のひらの向き②トスの高さ③ボールの中心」の3つにポイントに絞り、お互いの動きを見合ったり、動画を撮影したりして確認するように提案した。こうした活動を通じ以下のようなふりかえりが見られ、自分なりの表現でアタックのポイントを捉え始めたことがうかがえた。

ボールの中心を叩くときに手をクイとするとボールに回転がかかり、狙ったところに強く打てるのがわかりました。（生徒F）

また、強く打つための動きとして、上記3つのポイントに加え、「足の踏み込み」「肘の位置」を取り上げて確認した。

本単元では毎時間ゲームを取り入れた。チーム内で順番にトスを上げながら1分間にアタックが決まった回数を競う「アタックゲーム」や簡易化したルールで実際にローテーションをしながら行う「ミニゲーム」などである。これは「アタックを決めたい」と感じた生徒が、実際にゲームで試し、より良くするための動きを考え、実践するためである。加えて、生徒一人一人がもつネット型についての小学校での学習内容をふりかえり、球技（ネット型）の特性と言える「空間」を意識した攻防について考えさせるためでもある。

チームごとにポイントを絞り、アタック練習を重ねた。トスの位置や方向に目を向けるチームや、予め相手コート内に目印をつけ、コースを打ち分ける練習を行うチームなどそれぞれが練習内容を工夫していた。この成果をみるためのゲームでは、相手コートに決まる本数がすべてのチームで増え、さらに練習を工夫する姿が見られた。

回数／チーム	A	B	C	D	E	F	G
1回目	6	7	7	8	11	13	5
3回目	11	10	9	13	17	15	11

アタックゲームにおける成功本数の変化

授業の終わりには「今日の発見！」を考える時間を設け、その時間をふり返りどのような発見があり、次にどういかにしていくかを考えさせた。攻撃のおもしろさに触れた生徒たちは「相手のいないところを狙って得点したい」「コースに打ち分けたい」などの思いが多く見られるようになった。

また、ふり返りの記入では、「今日の発見」をもとに次時の目標設定をしたり、課題を洗い出したりした。(図1, 図2)

**今日の発見!**

アタックを打つのは、パス(1人)と打つ人が重要!  
パスする人がうまいけば、しっかりアタックできる。

**ふり返り**

今日は、アタックゲームをしました。パスする人がうまい程、アタックは、成功すると思うので、これから練習をしていく中で、パスを大事にしていきます。また、今日はやらなかったけどアタックは、ジャンプをして打つものなので、ジャンプのタイミングをしっかりとがんばりたいです。

図1

**今日の発見!** 打ちやすいトスってどんなトス? データからわかったことは?

ふんわりとした山なりのトスをするのと打ちやすくなる

**ふり返り**

トスをする時にどのようなボールが打ちやすいのかや今回の授業でもかりました。いつもは、どうすれば良いのか分からず、たまにトスをしたので打ちにくそうでしたが今回は↑にか、山とよりノコしたのび打ちやすそうでした。これからもう一回つかんでいきたいと思います。

図2

(2) 得点するための方法を考え、チーム練習を行い、ゲームに生かす攻撃データを検証し、どのように攻撃するのかを話し合う

第2次では、チーム内で攻撃方法を増やすことをねらいとして進めた。アタックが決まりやすいコースや打ち方に着目し、攻撃方法をチームで考え、課題別の練習を行いゲームにいかすように提案した。(図3)

しかし、瞬時の判断や動きが必要なバレーボールは、自らの動きをゲーム中に客観的に見るのが難しい。そこでゲームでは攻撃の内容をデータにすることを提案し学習を深めていった。アタックできた回数、得点になった成功数など生徒一人一人の動きをきょうだいチームによる客観的なデータを読み取ることで、攻撃の方法を増やすきっかけとした。

(図4)

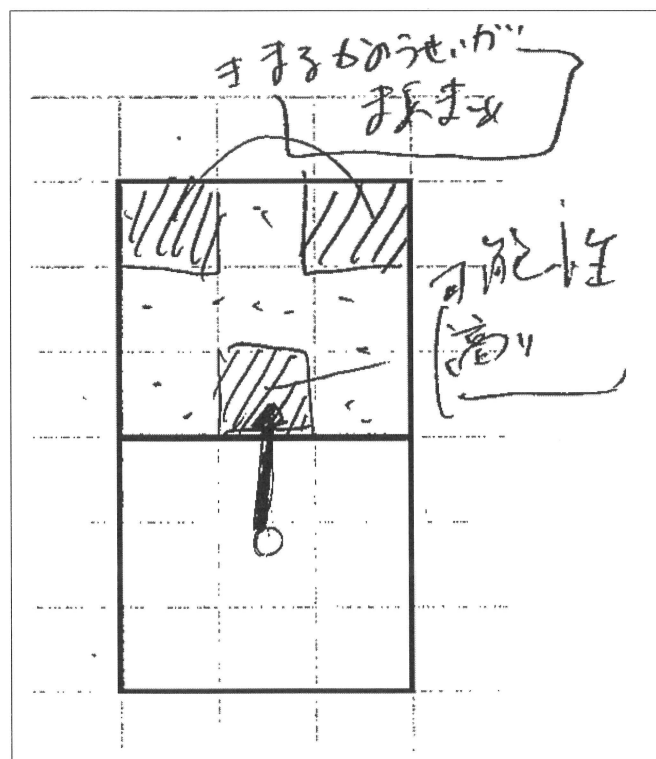


図3

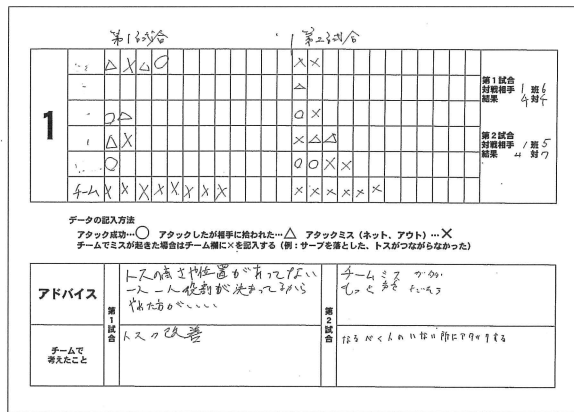


図4

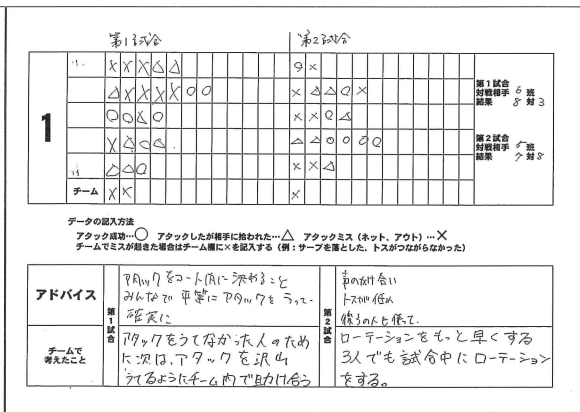


図5

ゲーム後、きょうだいチームが記入したデータ図を見て、生徒からは以下のようなふりかえりがあった。

- ・アタックの決定率が低いとわかりました。相手コートのどこが空いているかしっかり見て、そこに強く打てたらいいなと思いました。(生徒G)
- ・データ図を見ると同じ人が打ってばかりいると相手もレシーブしやすくなると思いました。だから誰が打つかわからないようにフェイントの動きとかも使ってみたいです。(生徒H)
- ・相手のサーブをきちんとレシーブできればアタックが決まることが多いとわかりました。(生徒I)

アタッカーを固定化するのではなく、誰もが攻撃できるようにフェイントやトスをあげるときの体の向きなど細かい点にまでこだわって攻撃のバリエーションを増やそうとするチームが増えた。守備に重点を置き練習を行うチームも見られ、練習・ゲームともに内容の高まりを感じる事ができた。また、きょうだいチームからのアドバイスも回数を重ねるごとにより具体的なものになり、チーム練習に生かすよう工夫していた。(図5)

そこで次にアタックが決まった場所もデータとして残すことも提案し、きょうだいチームが記録を行った。

こうした「基礎技能の獲得→試しのゲーム→より良くするための思考→練習」という流れは本校保健体育科が大切にしている、「試行」と「批評」がくり返し行われる場面でもある。試行と批評がくり返される中で、コースの打ち分けや、トスを上げる高さや方向などについて生徒から様々な願いが多く出てきた。その願いに対する改善策を考えるため、生徒は基本の練習方法をもとに工夫し、自分たちに合った練習内容を選択し、実践した。試行錯誤の学習の中で生徒から出されるふりかえりをもとに、次時以降の学習のねらいを整理し焦点化した。

単元を進めていく中で、生徒がコート図を使って示す攻撃方法が徐々に複雑になっていき、練習の中でくり返し試行錯誤する様子が見られた。(図6)

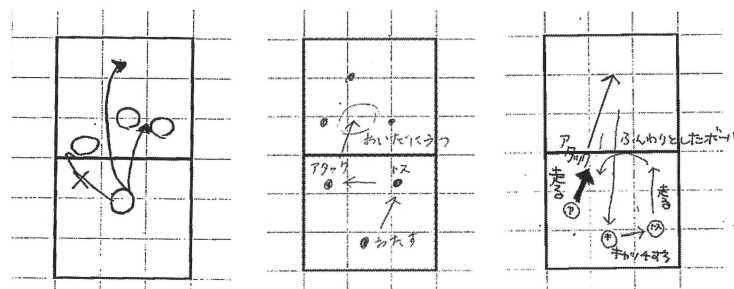


図6

第3次では、今までの学習内容を振り返り、自分たちでゲームを運営させた。いままでの学習の成果をもとに、得点するための方法や作戦について練習し、ゲーム内で実践した。仲間と立てた作戦の成否や、相手がどう反応するのかを確かめることで、さらに攻防が高度になっていった。以下に単元のふりかえりを示す。

- ・仲間と協力してアタックが決まる回数が増えたことが一番良かったと思います。相手の動き方によって攻撃の方法を変えて、それが決まるとすごうれしかったです。 (生徒J)
- ・思いっきり打つだけじゃ決まらないので、たくさん作戦を考えてみたいと思いました。 (生徒K)
- ・コート図をみて、客観的に見ることができたので、きょうだいチームと協力して得点する方法を考えることができた (生徒L)

## 5 おわりに

本単元は、今までの学習内容をいかしながら、アタックの楽しさに触れ、より多く得点できるようチームで協力して取り組むことができるよう学習を進めた。体育・保健体育科の学習において、ねらいや学習内容を次時や次単元にいかすことが系統性の観点からとても重要であると考えた。

本単元では経験知を活用しつつ、仲間と新たな課題を発見し、解決、追求していく過程を大切にしたいと考えた。単元を進める中で、生徒にとって「やってみたい」「解決したい」と感じる活動を取り入れることができるかが、学びを追求する上で必要不可欠と感じた。「やってみたい」という思いは必要感と言い換えることができる。本単元であれば「アタックを決めたい」という必要感を生徒がもてたことにより、個々の生徒、チームとして課題の解決・追求に向け、自然に動き出したと感じる。また、チームごとの練習方法を考えさせる前に、多くの練習方法を提示することも重要と考えた。練習方法を「選択」するためには自チームの課題を的確に捉えることが必要だからである。課題を的確に捉え、練習方法に工夫を加える場面が多く見られたことは、経験知をいかした学習であったと考えられる。これは必要感を連続させ、学びを深めるために重要であると感じた。

課題としては、系統立てた学習方法である。本単元では簡易化されたルールやボールの中で学習を進めた。次にネット型の球技に触れる際のポイントに本単元で学んだことがいかされるよう目標や動き方に共通点をもたせ、生徒の新たな必要感を生み出したい。ルールについては発達段階を踏まえ、よりオフィシャルなルールに近づけつつも、バレーボールを教材としてより有効なものにしていく必要があると感じる。また、その他のすべての単元においても必要感を連続して生徒にもたせることが必要である。生徒が必要感を感じることができるような手立てを探り、学習の中で生徒が「できた」という喜びを感じ、運動の心地よさに触れることができる保健体育科の授業を進めていきたい。

(文責 藤田 壮志)