

平成27年度 鳥取県小学校体育研究会夏季一泊研修会実技研修記録

◇平成27年8月10日（月）13:30～16:30

◇あやめ池スポーツセンター

「陣取り型ボールゲームの指導の在り方」

講師 東京学芸大学 教授 鈴木 秀人 氏

＜テーマ＞ 「攻防のバランス」→その運動の固有の面白さを導く

実技研修

＜事前準備＞

- ・チーム分け（全体を大きく3チームに分け、さらに1チームの中をA・Bチームに分ける）
- ・ベルトとタグをつける

※「気をつけ」をした左右の手の位置にタグがくるようにする。ゲーム中も気を付ける。

※ベルトの余った部分は巻いて短くする。（指をひっかけないように）

※ベルトとタグは必ずビブスの上にくるようにする。

＜準備運動がわりの「あそび」の内容＞

①金魚のふん（3人組）

- ・1人がボールを両手で持つ。ボールを持った人を先頭にし、三角形の形で前後左右に走ったり止まったりする。笛の合図でボールを持つ人を交代する。

※後ろの2人はボールを持っている人のお尻が見える位置にいつもついていくこと。

②1対1で握手 タグとり（2人組）

- ・右手で握手。
- ・空いている左手でじゃんけん。
- ・攻守がわかるように、守る人は片手を頭の上に置いておく。（片手が空いていると守ろうとして手を使いけがが起ることもあるため）5秒の間に攻めの人を守りの人のタグをとる。
- ・タグをとったら「タグ！」と大きな声でコールしてタグを上に掲げる。

③1対1で握手 タグとり（2人組）

- ・②と同じ要領で、攻守がわかるように、頭の上に手は置かず、攻守同時でタグを取り合う。握手する手を替えて行う。

④チーム対抗 タグとり鬼

- ・バスケットボールコートで行う。
- ・違うチームの人のタグをとったら「タグ！」と大きな声でコールし上に掲げる。
- ・自分のタグを2本とられてもアウトせずに続ける。（運動が苦手な子の運動量を確保するため。）
- ・笛の合図でチームごとに集まり、自分についているタグ（守った）の本数ととったタグ（攻めた）の本数をチーム内で合計し、合計本数が多いチームの勝ち。

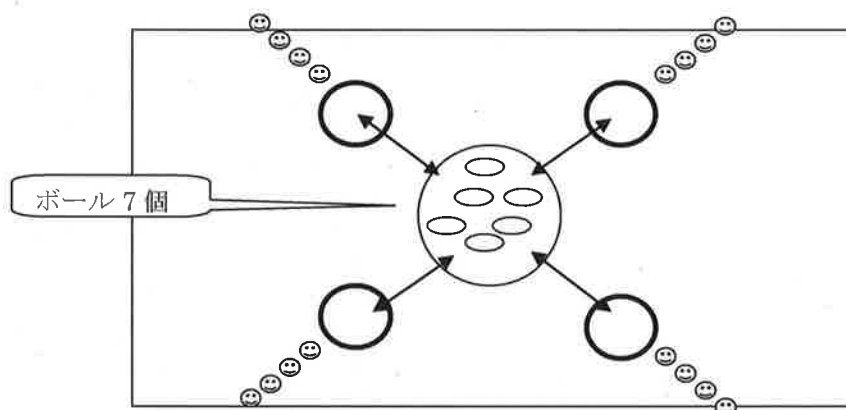
※運動が得意な子がたくさんタグをとるようだったら・・・とっていいタグは2本までに限定し、あと

はとられないように守りに徹するようルールを工夫する。子どもの実態に合わせてコートを広さを工夫する)

⑤ボール集め

- ・バスケットボールのセンターサークルの中央にラグビーボールを7つ置く。
- ・ボールを1人1つ両手で持って帰って、自チームのフラフープに置き、次の人がスタートする。
- ・センターサークルにラグビーボールがなくなったら他のチームのフラフープの中からボールをとってくる。
- ・フラフープの中に3つボールを集めたチームの勝ち。フラフープ内のボールをとるのはじゃまされない。
- ・待っている子がどのチームからボールを奪えばいいのか声をかける。
- ・他チームからボールを奪うときに走るコースでぶつからないように線を決めておいて右側通行にしておく安全が確保できる。
- ・センターサークルにボールがあるのに、他チームに取りに行ってもいいかどうかは、最短距離を考えさせる。

※ボールの数→ チーム数×2－1 個



⑥パスつきボール集め

- ・⑤の要領で行い、ボールを取った時点で両手でパスをする。
- ・遠くて届かない場合はすこし走って近づいてからパスをしても良い。

※ボールを両手で持って走る経験・ボールをスイングして下から投げる経験（ラグビー独特の技術）真横か後ろに投げる 前には投げない 子どもたちは丸いボールを前（進行方向）に投げる経験はしているが、ラグビー独特の経験はないので、準備運動で必ず経験できるようにする。

⑦円陣パス

- ・内側を向いてチームで手をつなぎ大きく広がる。右にパス。左にパス。

※両手で下から投げること

- ・チームで数を数え、30回パスをまわしたら、真ん中に集まって「トライ！」とコールして座り、速いチームの勝ちとなる。

【パス回し順序】

☆内側を向いて

1. 右まわり
2. 左まわり

☆外側をむいて

3. チームでどちらまわしにするか決めた方向まわり

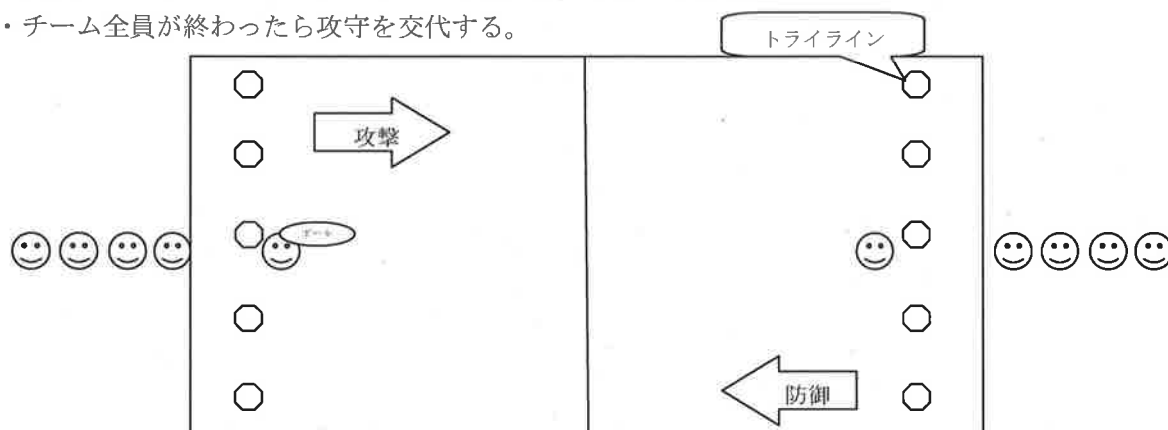
4. 3と逆まわり

※競争を取り入れると盛り上がるが、パスが片手になったり、チェストパスになったりするので両手でスイングしてパスをするということを大事にして行う。

⑧ 1対1でトライ合戦

【ルール】

- ・本来ラグビーは地面に置いてトライになるが、体育館のように床が硬いとけがにつながるので、マーカーを超えたらトライとする。
- ・攻めチーム側はボールを両手で持ち、タグをとられないように逃げてトライする。
- ・守りはバスケットボールのディフェンスみたいに両手を広げて守ってはいけない。(指がひっかかってけがにつながるため)
- ・身体接触は禁止。左右に逃げることを伝える。回転も衝突原因になるので注意する。
- ・両側からよいドンでスタートし、中央付近で1対1を行う。
- ・チーム全員が終わったら攻守を交代する。



<ゲーム>

⑧ 易しいゲーム 4対4 1対1でやったことを4対4で行う

【基本ルール】

- ・センターライン中央からのフリーパスで開始。守る側は7歩（5m）下がる。
- ・タグをとられたら、すぐに止まってパスをしなければならない。ただし、タグをとられても3歩以内でトライできたらトライを認める。
- ・トライの後は、トライをとられた側の中央からのフリーパスで再開する。
- ・とったタグを返すまで、また、とられたタグをつけなおすまで次のプレイはできない。
- ・タッチラインを踏んだり超えたりしたら、その地点から相手ボールのフリーパスとなる。守る側はスタートの時と同じように、7歩（5m）下がること。

【反則】反則が起こったら。その地点から相手ボールのフリーパスでプレイ再開。

- ・オフサイド→タグをとられた直後に行われる最初のパスはカットできない。
- ・スローフォワード→パスは前に投げられない。

☆パスはいつでもOKだが、ランニング中心のやさしいゲームを促すために、タグをとられるまで走ってごらん。タグを取られたらパスすればいいよ」と強調して声をかける。

☆攻防のバランスが崩れたとき

- ・ルールを変更して、攻守交代の場面を増やす

【発展ルール】

- ・タグを取る回数（3～5回）をチームで数えて攻守交代する。
- ・タグをとられてからのトライは3歩以内でも認められない。

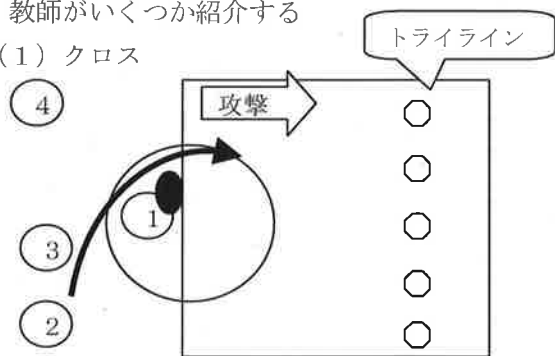
【反則】

- ・ノックオン→うまくキャッチできずボールを前に落としたら、その地点から相手ボール。
- ・オーバーステップ→タグをとられて3歩を超えて歩いたら、その地点から相手ボール。

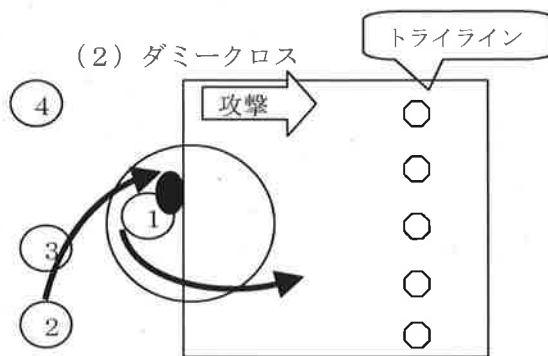
⑨作戦の工夫

- ・教師がいくつか紹介する

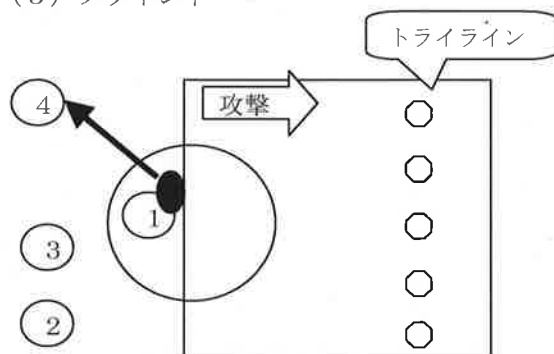
(1) クロス



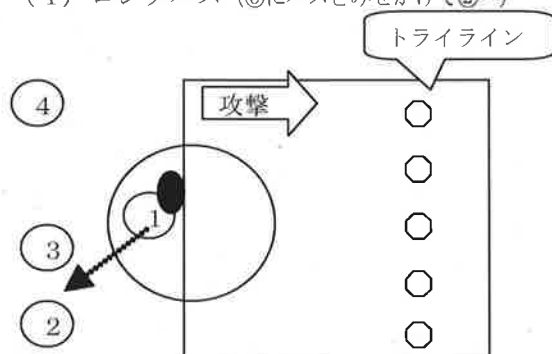
(2) ダミークロス



(3) ブラインド



(4) ロングパス (③にパスとみせかけて②へ)



※1人で攻めようとする子対策→守りは水平を保ったまま追い詰めてタグをとる

○留意点

- ・タグラグビーボールは蹴らない→サッカーボール以外は蹴るように作られていないために蹴ると破れやすい。
- ・コート横幅を広げて5対5をすると作戦も広がる→ただしそれ以上（6対6など）に人数を増やすと運動が苦手な子にボールが回らなくなってしまう。
- ・反則が起こった地点から相手ボール→守る側が5m下がった位置からプレイを再開することを徹底する→これを大切に進めないと運動が得意な子がみんなが準備できていない状態からどんどん進めてしまうことがあるから。
- ・ボールは楕円形で行う→丸いボールだと抱えても落ちてしまう。バウンドパスし始める（バウンドパスは陣取り型で扱う技術ではない）空気を抜きすぎると片手でボールを握って投げるようになってしまうので注意。
- ・ボールは両手で持つ→片手を遊ばせると防御に使ってしまうから。

記録：境港市立渡小学校 渡辺悠介

八頭町立隼小学校 奥田友香