

第6学年 「ボール運動」 バスケットボール

八幡浜市立江戸岡小学校 高橋 知宏
八幡浜市立松 蔭小学校 伊東 伸也

子どもの実態や教師の願いから、本単元で子どもに身に付けさせたい力（本実践では、「基本的技能」と「ボールを持たないときの動き」）を明確にします。基本的技能を身に付ける「ドリルタイム」で、シュートやドリブルなどの技能を高めます。そして、攻撃側に数的優位が発生する「タスクゲーム」や「+1ゲーム」などを繰り返す中で、ボールを持っていないときの動きを身に付けることができるようにしていきます。

○ 単元計画

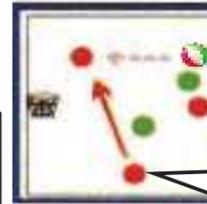
時	第1時	第2時 ~ 第6時	第7時
はじめ	○ オリエンテーション	○ めあての確認 ○ 準備運動 ○ ドリルタイム	○ 準備運動
なか	○ レディネスチェック	タスクゲーム（2対1、3対2） ゲーム（+1ゲーム）	○ リーグ戦（5対5）
おわり	○ 基本的なルール確認	○ 整理運動 ○ 感想発表・振り返り	

○ 運動のポイント

タスクゲーム ○半面コートでの2対1から3対2へ



アウトナンバー（数的優位）でゲームすることを繰り返す中で、子どもの気付きを促し、「ボールを持たないときの動き」を高めていきます。



「守りがいないところに出る」か「味方の横まで下がる」をすれば、ボールをもらえるだね。

+1ゲーム

【ルール】

- 4対3のオールコートゲーム
- ボールを取って、攻撃になったときは、1名がコートに入る。
- 相手にボールを取られ、守る立場になったら、その1名はコート外に出る。
- 1セット3分で、セットごとにメンバー交代をしていく。
- ゴール下にフリーシュートゾーン(右)を設ける。



ハーフコートからオールコートにすることで、タスクゲームで学んだことをどう生かして動けばよいか思考を働かせつつ、リーグ戦の形に近づけていきます。

作戦タイム

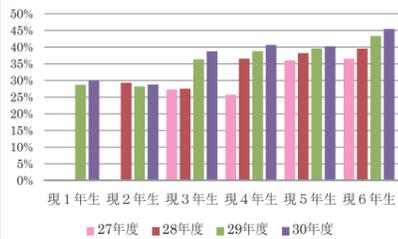


得点してない人は、守りのいないところに出ようよ！

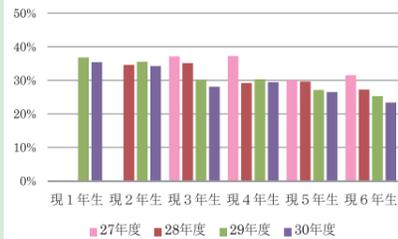
ルールの工夫 「チームの得点 = 入れた数 × 得点した人数」で、みんなが活躍！

参考文献 教師用指導資料「小学校体育（運動領域）まるわかりハンドブック（高学年）」

A級・B級の割合



D級・E級の割合



＜平成30年度 新体力テスト集計結果より＞

今年度も、愛媛県下の学校において、全種目を実施することができました。御協力・御理解ありがとうございました。昨年度に比べると、どの学年におきましても上位群（A・B級）の割合の増加、下位群（D級・E級）の割合が減少していました。各校の結果と照らし合わせるなどして御活用ください。今後もそれぞれの学年の発達段階に応じて、課題を明確にして、体力向上に向けて様々な取組をしていく必要があると考えます。

小体連だより

平成31年1月 第117号
愛媛県小学校体育連盟
発行者 松本 賢司
編集 調査広報部
〒790-0032 松山市土橋町1番地
雄郡小学校内(事務局)
TEL (089)931-3197
FAX (089)933-9931
http://syoutairen.esnet.ed.jp/

第31回愛媛県小学校陸上運動記録会を終えて

11月12日(月)、各都市大会の代表として総勢937名が愛媛県総合運動公園ニンジニアスタジアムに集結し、第31回愛媛県小学校陸上運動記録会が盛大に開催されました。開会式では、青嶋大輝さん(宇和島市立和霊小学校)と竹葉晴子さん(宇和島市立岩松小学校)が、本記録会への意気込みを力強く宣誓しました。

競技では、男子60mハードルで鬼北町立近永小学校の高平晃成さんが8秒74の記録会新記録を樹立など、熱のこもった競技が繰り広げられました。午後からの強い雨により、競技を一時中断せざるを得ない状況にもなりましたが、運営役員の先生方の御尽力と、参加各校の柔軟な対応により、競技内容を全て運営することができました。また参加児童は、陸上競技を通して、多くの仲間と交流することができました。これまで各校で陸上練習に関わっていただいた先生方、記録会の運営に携わっていただいた先生方へ厚く御礼申し上げます。今後も御支援・御協力をよろしくお願いいたします。



第54回愛媛県小学校陸上運動通信記録会報告

今年度は豪雨災害の影響を受けて、会場確保が難しい郡市がありました。中でも、郡市小体連の先生方の御尽力により、全ての大会を滞りなく運営し、子どもたちの活躍の場を整えてくださったこと、感謝申し上げます。

今年度の陸上運動通信記録会は、男子100mにおいて、四国中央市立上分小学校の森實偉大さんが12秒2の通信記録会新記録を樹立しました。標準記録通過の状況は、下記の通りです。昨年度に比べて、ほとんどの種目で通過率が上昇していることが分かります。児童の競技力向上や、良好なコンディションの中で大会運営ができたことが通過率向上につながっていると考えられます。今後も設定目標である通過率30%に対して、適正な標準記録かどうかを検証していきたいと考えています。

標準記録通過者及び通過率

種目	標準記録		通過者数(名)			参加延べ人数(名)	通過率(%)	昨年度通過率(%)	
	男子	女子	男子	女子	合計				
60m	9秒3	9秒7	244	198	442	2289	19.3	16.8	
100m	15秒1	15秒8	255	236	491	1453	33.8	31.8	
60mハードル	10秒6	11秒3	144	145	289	1142	25.3	26.1	
走り幅跳び	3m73cm	3m39cm	139	155	294	1125	26.1	21.8	
走り高跳び	1m22cm	1m15cm	109	130	239	787	30.4	27.7	
ソフトボール投げ	51m96cm	36m64cm	105	106	211	935	22.6	20.6	
400mリレー	200mトラック使用	60秒8	63秒5	14	9	23	94	24.5	23.6
	400mトラック使用	57秒5	61秒2	67	86	153	442	34.6	25.3
合計			1077	1065	2142	8267	25.9	23.4	

※リレーはチーム数

第2学年「とって・なげて レジボール遊び」ーボールゲームー

大洲市立大洲小学校 河野 覚志

勢いよく遠くへ投げること、正確に狙ったところにボールを投げることを中心に学習を進めます。投動作につながるポイントを明確に示した準備運動を行ったり、様々な当て遊びを行ったりすることで、投力を向上させることができます。

○ 単元計画

時	第1時	第2～5時	第6時
はじめ	○ オリエンテーション ・学習の進め方・約束の確認 (準備運動・場づくり)	○ 学習課題の確認 ○ 準備運動 ・補助運動	
なか	・投動作の試行 ・レジボールを使つての雪合戦遊び ・学習の振り返りの仕方の確認	○ 条件を変えた的当て遊び ○ レジボールゲーム ・1対1 キャッチボール ・2対2 1分30秒×2回～4回 (キャッチやブロックで防ぐ)	○ ゲーム大会
おわり	○ 整理運動 ○ 感想発表・振り返り		

○ 運動のポイント

準備運動



ウサイン・ボルトのポーズを真似したり、スポーツオノマトペを活用したりすることで、投動作のポイントを意識させることができます。



ボルト!

ぎゅ・ぎゅ
ぎゅ～どん!



レジボールゲーム

レジボールは、コストがかからず、一人1個のボールを準備することができます。転がりにくいので追い掛ける必要がなく、当たっても痛くありません。また、柔らかいのでつかみ投げがしやすく、滞空時間が長いのでキャッチしやすいという利点もあります。

レジボールの作り方



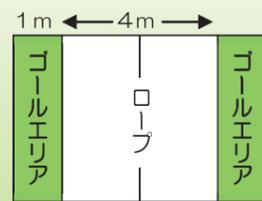
つかみやすいから、思いっきり投げられるよ。

- ①市販のレジ袋Mサイズを用意する。
 - ②レジ袋に穴あけパンチで複数穴を開ける。(中の空気を抜くため)
 - ③新聞紙7～8枚を一枚ずつ丸め、キャベツのように包んでいく。
 - ④丸めた新聞紙を穴の開いたレジ袋2枚の中に入れる。
- ※180～200g程度のレジボールが、低学年には投げやすい。



レジボールゲームのルール

- ・ネットに見立てたロープの上を越すようにボールを投げ合うゲーム。
- ・ゴールエリアにボールが落ちれば1点。
- ・ブロックやキャッチでボールを防ぐ。
- ・ロープの高さは1m80cm程度に設定する。



ロープを意識することで、肘の位置を高く保つことができ、投動作が習得できます。



第3・4学年「レッツ チャレンジ」ー鉄棒運動ー

伊方町水ヶ浦小学校 曾我 智一

子どもたちが、基本的な上がり技や支持回転技、下り技に取り組み、それぞれの自己の能力に応じた技ができるようにすることが「喜び」「楽しさ」につながります。チャレンジマップを活用すると、なお効果的です。

○ 単元計画

時	第1時	第2～8時	第9時
はじめ	○ 準備運動 ○ めあての確認		
なか	○ オリエンテーション ・学習の進め方 ・技のイメージやポイント	○ 補助逆上がり ○ 前回り下り ○ ひざ掛け振り上がり	○ 組み合わせた技 ○ 既習技の中から選択練習 ○ 発展技の練習
おわり	○ 整理運動 ○ 学習のまとめ		○ わくわく発表会

○ 運動のポイント

補助逆上がり

逆上がり補助具や登り棒の利用することで、逆上がりが習得しやすくなります。
・逆上がり補助具の利用



・登り棒の利用

登り棒ですと、スムーズに回ることができるよ。



3歩で回るとお腹と鉄棒が離れず回れるよ。腕も伸びずに回れるよ。

蹴り上げる歩数を、2歩、1歩と少なくしていくとよいです。



易くして、逆さの感覚や回転の感覚をつかませましょう。

膝掛け振り上がり



鉄棒に掛けていない方の膝をしっかり伸ばして振るよ。

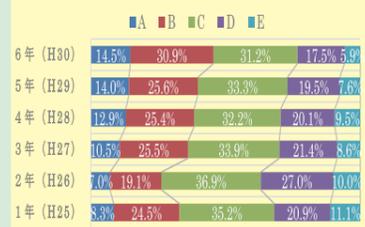


逆上がりと後方支持回転前回り下りを組み合わせた技にも挑戦しよう。

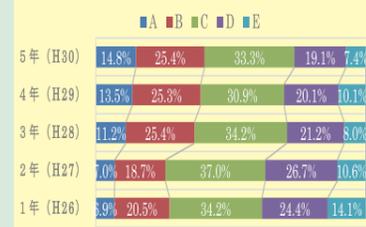
掛けていない方の脚を伸ばしてしっかり振らせましょう。頭が下になる(逆さになる)ことで、より強く脚を振ることができ、回れるようになります。



現6年生の変化



現5年生の変化



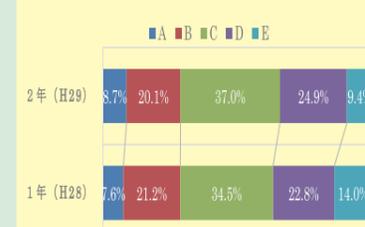
現4年生の変化



現3年生の変化



現2年生の変化



<学年別追跡調査の結果より>
どの学年においても、3年生以降での伸びが目立ちますが、逆に低学年時期での上位群(A級・B級)の割合の伸びがあまり見られないことが分かります。このことから、低学年時期での運動遊びの授業改善を考えてみられるのもいかがでしょうか。今後も、小体連だよりで子どもの体力向上に関する様々な取組や授業のワンポイントを紹介していきますので、ぜひ参考になさってください。