

領域名：ゴール型（バスケットボール）

|      |  |     |  |
|------|--|-----|--|
| 学籍番号 |  | 氏 名 |  |
|------|--|-----|--|

本時の目標：

- ・決まりやすい位置からのシュートの行い方について理解することができるようにする。
- ・決まりやすい位置でのシュートの技能を用いて簡易的なゲームを行うことができるようにする。

【知識及び技能】

|         | 時間 | 学習内容と活動                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 指導上の留意点・評価の観点・シナリオ等 |
|---------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 活動<br>① | 0分 | <p><b>1. 集合</b></p> <p><b>2. 本時の目標と流れの確認</b></p> <p><b>3. その場でドリブル練習</b></p> <p>1) ペアでボール1つ。1人が行い、1人が見る。</p> <p>2) 教師の合図で利き手でドリブル（30秒）</p> <p>3) 教師の合図で逆の手でドリブル（30秒）</p> <p>4) ペアの人がアドバイスをしたら、交代。</p> <p><b>4. ドリブル鬼の練習手順の説明</b></p> <p>〈ルール〉</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・鬼はボールを持たず、鬼以外はボールを持つ（鬼と逃げる役は1:1で）。</li><li>・逃げられる範囲を設定する。</li><li>・鬼はボールを奪いに行き、ボールを奪うことができたなら、奪われた人と鬼を交代する。</li><li>・1ゲーム、1分間行う。</li></ul> <p><b>5. 練習の実施</b></p> <p><b>6. 見本&amp;ポイントの再確認</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・1回戦が終わったところでポイントを確認する。上手な人にコツを聞くことも可。</li></ul> <p>ポイントの例：</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ボールを見ずに顔をあげて回りを</li></ul> |                     |

|     |                             |                                                                                                                                                                                |  |
|-----|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|     | 15分                         | <p>みる。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ボールと相手の間に自分の体を入れる。</li> </ul> <p>7. 再度、練習</p> <p>8. 集合・</p>                                                                 |  |
| 活動② | 課題となる活動②：決まりやすい位置からのシュートの練習 |                                                                                                                                                                                |  |
|     | 0                           | 1. 集合・次の活動の説明                                                                                                                                                                  |  |
|     | 5分                          | 2. チームでのシュート練習の手順の説明                                                                                                                                                           |  |
|     | 10分                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>・下図1のように隊形を変更し、示された流れで練習を行えるように実際に児童を配置につかせたりして、説明を行う。</li> <li>・逆サイドの練習も行う。</li> <li>・1分練習×2、1分力試し×2（時間を測って本数を数える）</li> </ul>          |  |
|     | 15分                         | 3. 集合・ポイントの共有                                                                                                                                                                  |  |
| 活動③ | 0分                          | 1. 集合・説明                                                                                                                                                                       |  |
|     | 5分                          | <p>2. ハーフコートでの2対2の侵入ゲームのルールを紹介</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・実際にコートに児童役を配置させて一連の流れを確認する。</li> <li>・2対2ゲームの課題ポイントを説明する。</li> <li>・活動時間を設定して、活動に取り組ませる。</li> </ul> |  |
|     | 6分                          | <p>3. 2対2の侵入ゲームの実施</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題ポイントに基づいて、積極的にフィードバックを行う。</li> </ul>                                                                          |  |
|     | 13分                         | 4. 集合・結果発表と活動に対する講評をする                                                                                                                                                         |  |

|  |      |                                                                                          |  |
|--|------|------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・勝敗について伝える</li> <li>・出来栄えについて口頭で評価をする。</li> </ul> |  |
|  | 15 分 |                                                                                          |  |

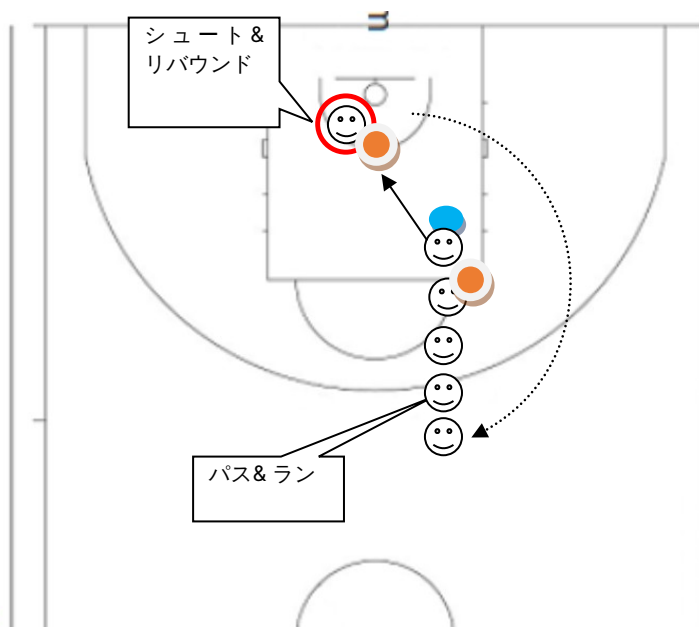
## 1 チームでシュート練習の隊形及び活動の流れ

### <準備>

- ・ケンステップとマーカーを図のように配置する。
- ・ボールは2球使う。

### <活動の流れ>

- ・シュートを打つ人は、ケンステップに向けて走りこむ。
- ・パスを出す役割の人は、走り込んだ人の走る先のスペースに向けてボールをパスする。
- ・シュートを打つ人は、ボールを受けて、体向きをゴールの方向に変えてシュートを打つ。シュートを打った後は、リバウンドして、ボールを拾い、待機している次の人に渡し、列の一番後ろに並ぶ。
- ・パスを出した人は、次のシュートを打つ役割の人になるため、パスを出した後、ケンステップに向けて走りこむ



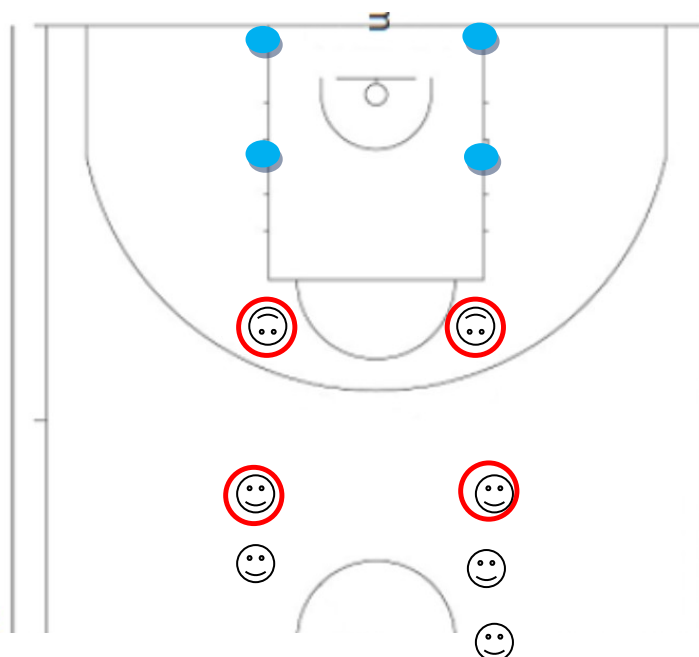
## 図2 2対2侵入ゲーム

### <準備>

- ・5m 四方でマーカーを置き、フリーエリアを作成 (フリーエリアは、5m 四方程式度)
- ・ディフェンスとオフェンスの初期位置にケンステップを配置する。

### <活動の流れ>

- ・先攻チーム・後攻チームを決める。
- ・ディフェンスからのリターンパスでスタート。
- ・オフェンスは、パスとドリブルで、フリーエリアの侵入を目指す。
- ・ディフェンスは、フリーエリアの侵入を防ぐ。なお、ディフェンスは、フリーエリアではオフェンスの邪魔をすることができない。パスカットは可能。



- ・ オフェンスは、フリーエリアに侵入したら、シュートを打つ。打てるシュートは1本まで。リバウンドからの継続はなし。
- ・ リングに当たったら1点。リング内に入ったら3点。
- ・ シュートを打つ、ラインを割る、ディフェンスに取られるなどで攻撃が切れたら、初期位置に戻り、リターンパスで再度スタートさせる。
- ・ 一連の流れをそれぞれのチームで3分ずつ行い、勝敗を競う。（時間は調整してください）

<課題ポイント>

## 2対2の場合

課題：ボールを非保持者のフリーになる動き、2人でスペースを作る動き

- ① ボール非保持者は、ボール保持者から離れた位置に動き、パスをする距離を空ける。
- ② ボール非保持者にディフェンスが1人ついてきたら、そのディフェンスを剥がす動きをする。  
剥がす動きの例：ゆっくりマークのディフェンスに近づく動きから素早く離れて受ける。

マークのディフェンスの視界から外れた位置から、ボールをもらいたい方向に素早く動く  
など

上級課題：ボール保持者の動き

- ① ボール非保持者が走り込む先のスペースにパスを出す。
- ② ボール非保持者が侵入するスペースをあける。（必要に応じて、ドリブルでゴールから遠ざかったり、サイドに向けて位置取りを変えたりする）

<シナリオ>