

# 体力テストの結果に基づいた初等体育科授業におけるボール運動 「ゴール型」フラッグフットボールの実践について

Practice of flag football teaching in physical education on based fitness test for elementary school.

橋本 晃和

HASHIMOTO Akikazu  
(御坊市立塩屋小学校)

本山 貢

MOTOYAMA Mitsugi  
(和歌山大学教育学部)

## 抄録

本研究では、和歌山県内の児童・生徒の体力低下の課題を解決する一つの授業提案として、初等体育科の授業実践案を施行し、和歌山県教育委員会のモデルとなる初等体育科授業実践案を提案することを目的とした。特に本研究では事前に児童の体力測定の結果を活用することで、児童の体力の格差を考慮してどのような授業計画を構想し、充実した授業ができるかについて、今回はボール運動「ゴール型」フラッグフットボールの単元で検討した。

**キーワード**：初等体育科授業、ボール運動、授業実践、フラッグフットボール

## 1. はじめに

文部科学省は昭和39年以来「体力運動能力調査」を実施して、国民の体力・運動能力の現状を明らかにし、体育・スポーツ活動の指導・助言を広く行ってきた。しかし、昭和60年頃から子どもの体力・運動能力の低下が続くとともに、現在では、肥満などの生活習慣病の増加が深刻な社会的問題となっている。

体力とは、「単に調整力、瞬発力、持久力などを要素とする運動をするための基礎となる身体的能力だけでなく、生活習慣や健康的な生活の視点から総合的にとらえることである」と定義されている。体力は、人間の活動の源であり、健康の維持のほか意欲や気力といった精神面の充実が大きくかかわっており、豊かな人間性や自ら学び自ら考える力といった「生きる力」の重要な要素となるものである。また、人間の発達・成長を支え、創造的な活動にするために大切な役割を果たし、生涯にわたって充実した生活を送り、明るく活力のある社会を維持形成していく基礎となるものである。将来を担う子どもの体力を向上していくことは、我が国の将来の発展のためにも重要な課題である。

そんな中、子どもの体力が低下している状況を鑑み、子どもの体力の状況を把握・分析し、子どもの体力の向上に係る施策の成果と課題を検証するため、平成20年度に「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」が実施された。そして、それらの結果を基に全国各都道府県や市町村で、体力向上プランに向けた新プランの作成や対策が検討され始めた。

和歌山県では毎年、新体力テストの結果を分析し、

体力低下の実態把握に努め、さらに市町村による体力の平均値に大きな格差があることを明らかにしている。平成18年度より、和歌山県教育委員会は和歌山県内のすべての小学校・中学校・高等学校で体力テストを実施するように指導し、体力の現状を把握することのみならず、児童や生徒に対して体力向上に向けた指導・助言が的確に行えるような取り組みや工夫が行われている。また「紀州っ子の体力向上委員会」を組織し、事業化を図っている。事業内容として運動機会の保障・環境作りを目指して、県内の子どもたちが興味を持って運動できるようなゲーム的要素や競争的要素を含んだ「きのくにチャレンジランキング」事業、子どもの体力及び情緒面の改善に向けた「屋外運動場芝生化促進」事業、指導者講習会、実践報告書の作成と配布、市町村で「地域の特色を生かしたプログラム実践」事業、体力データを活用した体力ファイルの作成と配布、紀州っ子体力アッププランを作成する等の「体力づくり」事業などがある。平成22年度からは、指導力アップを目指し、小学校・中学校・高等学校の体育主任研修会の開催や「体育・保健体育授業改善部会」で小学校8校・中学校8校・高等学校2校で授業研究会を開催し、その実践事例集を作成し配布を行うなど、「体育授業のレベルアップ」事業を実施することで体力向上に向けた取り組みが行われてきた。このような施策や活動が行われたことが一因となり、平成23年度の和歌山県の体力・運動能力調査の結果では、全国レベルより低い体力テスト種目が減少し、全国と同レベルの体力テストの種目が倍増するなどの成果を上げている<sup>2)3)4)</sup>。

そこで本研究は、「体育・保健体育授業改善部会」の

実践において、初等体育科授業におけるボール運動「ゴール型」フラッグフットボールの実践として実施し、効果を検証し、指導案を提案することを目的とした。

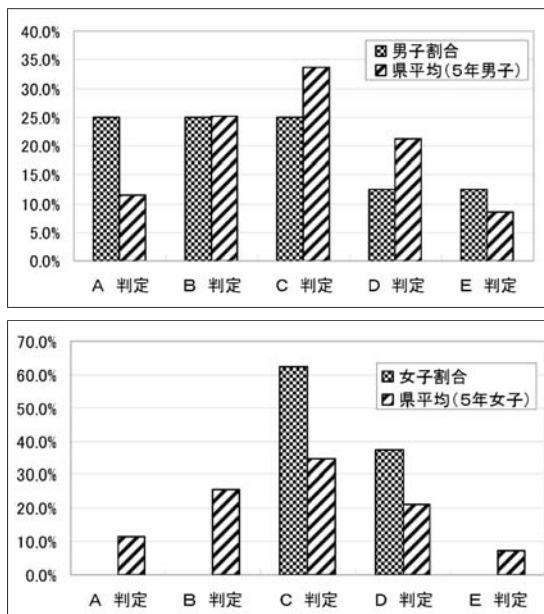
## 2. 体育科学習指導案

本研究は体力測定の結果に基づいたボール運動「ゴール型」フラッグフットボールについての指導案を作成し、単元11時間のうち、10時間目の授業案を検討した。本研究の指導案は、児童の体力を踏まえた指導案作成であり、さらに授業の指導と評価を一体化させた「単元構造図」を検討した点に特色がある。単元の開始前の体力測定の結果では、本研究で対象とした児童の体力・運動能力調査の特徴として、男子では和歌山県ゴールデンキッズ育成選手（GK）に選ばれようとする運動能力の突出して高い児童もいれば、ボール投げや立ち幅跳び等で体の使い方が極端にできなくて力を発揮できない児童もおり、体力の二極化が生じている児童を対象としての指導である。また女子では、体力判定が5段階評価で最も低いE判定の児童は見られないものの、体力が高い評価（A・B判定）の児童もない。和歌山県の体力・運動能力調査結果と比較しても男女ともに体力が高い集団とは言えない。本研究は、こうした体力・運動能力調査の結果も踏まえて児童の体力の実態を把握し、児童の体力レベルに合わせ、授業実践例を検討した。

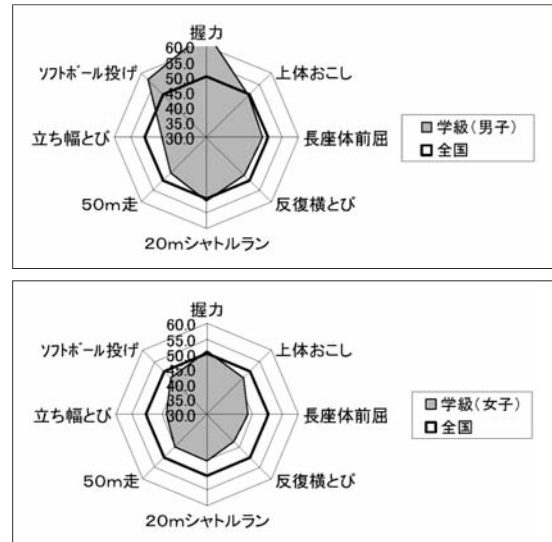
日時は平成23年11月4日（金）3限 10:30～11:15（本時10/11）、場所：御坊市立塩屋小学校体育館、学級：5年（男8名 女子8名 計16名）、単元名：「ボール運動「ゴール型」フラッグフットボール」である。

指導にあたっての体力・運動能力の事前調査結果は以下の図1・2に示した。

### ①H.23児童生徒の体力・運動能力調査結果から見た児童の実態



〔図1〕体力判定別人数表（男女別）



〔図2〕Tスコアによる全国比較図（男女別）

### ②児童観・教材観・指導観について

#### 〔児童観〕

体力・運動能力調査結果からわかるように、男子はABC判定児童が全体の75%を占める。特に地元の少年野球に所属している児童が多く、ソフトボール投げや握力については、全国平均を大きく上回る結果となっているが、その他の項目では、シャトルランを除き、全国平均を下回る状況である。女子はすべての児童がC判定（約6割）、D判定（約4割）で、体力的にはほとんど差がない状況である。そのため運動に対する苦手意識からリーダーを積極的に引き受ける児童が少ない。総じて、学級としては、決して体力の高い集団ではないことが伺える。

体育の授業では、ほとんどの児童が、一生懸命に取り組むことができる。しかし、なかなか技術が習得できない児童も見受けられる。

これまでの授業実践においてマット運動では、苦手意識が先行する児童がいるため、授業ではわかることを意識して、ポイントをみんなで考えたり、意見を出し合ったりしながら学習に取り組んだ経緯がある。自信がなくて、意見をあまり言えない児童が多いという特徴がある。

#### 〔教材観〕

フラッグフットボールはゴール型に属した「陣取り型」のボール運動である。ゴール型のボール運動の多くは戦術的に最も複雑で難しい課題があり、その上に技能的な難しさが加わってしまうと、学習が困難になり、その楽しさに触れることが出来ないと言う場面がよく見られる。

一方、フラッグフットボールはボールを持って走ることが出来るし、ラグビーのようにボールを前に投げてはいけないという制約もないので技能的な難しさが随分と緩和されるという利点があり、また攻守もはっきりと分かれていてワンプレー毎にゲームが止まり、ハドル（作戦会議）があるので自分の役割が把握

しやすく、戦術も理解しやすい。

これらの要素からボール操作がしやすく、戦術的な課題が見えやすいボール運動であると言え、ゴール型の醍醐味である戦術や作戦をゲームの中に取り込むことができる。また状況判断やボールを持たないサポートの動きは他のゴール型のゲームに反映させることができ、「ボール運動の動きの原点」となる要素が含まれている。

〔指導観〕

フライングフットボールは、ボール運動のサッカーやバスケットボールと違い、ほとんどの児童が初めて学習する運動であり、みんなが同じスタートラインで始められるため、技能差が少なく、児童も先入観を持たずに、楽しんでフライングフットボールに取り組めるという特徴がある。そのため指導がしやすい<sup>5)~10)</sup>。

フライングフットボールの醍醐味のひとつに、自分たちで立てた作戦通りにプレーが成功すると面白さや興味が高まる。授業では、その達成感や喜びをみんなで共有させ、チームの練習の中でパスやランの練習を取り入れてスキルの向上を目指し、また、ハドル（作戦会議）での話し合い活動で意見を出し合っていく。その中で、作戦を立てる時に、「ボールを運ぶ」「おとりになる」「壁になってガードする」といった役割があり、チーム全体でプレーをする必要があることを気付かせるとともに、その手立てとして、ホワイトボードを各チームに持たせ、一人ひとりの動きを確かめられるようにすると指導助言がスムーズに行える。また、

その中で、作戦が機能しているチームを取り上げ全体に返すことでより深められる。そうした、グループ活動を通して、作戦が成功した喜びや達成感をみんなで共有させるとともに、自分達が考えた作戦が成功へとつながったという達成体験を増やしていくことで自信を持たせていくことができる。

単元の目標

(技能)

簡易化されたゲームで、ボール操作やボールを受けるための動きによって攻防をすることができる。

(態度)

運動に進んで取り組み、ルールを守り助け合って運動をしたり、場や用具の安全に気を配ったりすることができる。

(思考・判断)

ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てたりすることができる。

指導と評価の計画(単元構造図)を【別紙】に示した。本時の目標(全11時間 本時10/11)


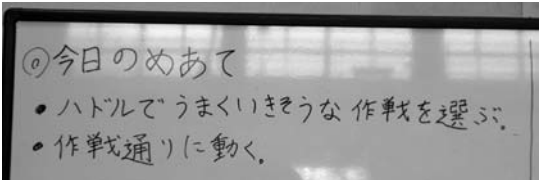


(思考・判断)

試合の状況に応じてハドル（作戦会議）の中で、うまくいく作戦を選択することができる。

(技能)

作戦通り〔自分の役割（壁やおとりになる）を把握〕にゲームの中で動くことができる。

本時の展開(全11時間 本時10/11)

時間	学習活動・内容	◆教師の支援(指導) ◇評価規準【評価方法】
5分	<p>○準備運動をする。 ○本時のめあてを確認する。</p> 	<p>◆児童に授業の中で使う体の部分を意識させる。 ◆学習のめあてを提示して本時のねらいを確認する。</p>  <p>◆前時で成功した作戦や効果的な動きしていたグループを紹介する。</p>
10分	<p>○チームで練習をする。</p> 	<p>◆チームの課題にあった練習を行っているか確認し、必要があれば支援を行う。</p> 



- ・対面パス
- ・円陣パス
- ・扇パス
- ・手渡しパス
- ・3対2(3)のミニゲーム
- ※作戦に基づいて

25分 ○ゲームを行う。



- 1班対2班 ※審判3班
- 2班対3班 ※審判1班
- 3班対1班 ※審判2班



- 5分 ○活動を振り返る。
- ・学習カードに記入する。
  - ・発表する。



○整理体操をする。



- ◇試合の状況に応じてハドル（作戦会議）の中で、うまくいく作戦を選択することができる。  
（思考・判断）【観察・学習カード】



- ◇作戦通りにゲームの中でプレーすることができる。  
（技能）【観察・学習カード】



- ◆作戦が成功したり、失敗したりした理由を振り返らせる。
- ◆良かった作戦をとりあげ全体に紹介する。



### 3. 考察

#### 3.1. 成果

本単元を作成するにあたり、児童が初めて出会うフラッグフットボールであったので、単元の計画に非常に悩んだ。遊びの要素を始めに取り込んでから本格的なゲームにつなげていくことも考えたが、今回はルールづくり、ランやパスを使った作戦と攻撃、そしてゲームをするという流れで単元の計画を組んだ。児童はフラッグフットボールに対して大変興味を示し、とても授業を楽しみにしていた。

ルールづくりに関しては、ルールの変容が容易であるニュースポーツの特徴を活かして、児童の実態に合うように、丁寧に授業を進めていった。外せない初めのルールは、こちらから提示したが、それ以外のルールは、児童とゲームの中でどうするかを話し合いながら、ひとつずつ積み上げていった。ルールは児童の目に見える形で紙にして配り、審判も自分たちで行い試合を進めて行くことができた。お互いに役割を分担して複数の目で試合を見ることもできたので、足りない部分を補い合うこともできた。初め「ルールがわからない」と言っていた児童も「フラッグフットボールがわかってきたから楽しい」という感想に変わってきた。ルールが付け加え整理されていくうちに、塩屋小学校のフラッグフットボールができあがって行くのを感じ、ニュースポーツの特徴が活かされた。

フラッグフットボールの醍醐味である、「作戦をみんなで成功させる喜びを児童に味わってほしい」と考えていたので、作戦を考えることやその作戦には全員に役割があることを理解させ、実践することに重点をおいて授業を進めた。その中でもラン攻撃の作戦を丁寧に行った。「おとり」や「壁」といったボールを持たない役割の重要性を感じさせることができ、全員でタッチダウンを目指すことができた。また作戦をワークシートに書いて考えることで自分の役割や動きを把握し確認できるようにもした。しかし、一部の児童の中には、作戦がイメージできず、動きがわからない児童もいた。そこで作戦ボードを用いた。ホワイトボードとマグネットで自分の動きが目に見え、とてもイメージがわきやすく、作戦の動きや役割を把握したり確認

したりするのにホワイトボードを使うことはとても有効であった。さらにホワイトボードが話し合い活動を進めるのをスムーズにしてくれたのでハドルやチーム練習がとても効率的になっていった。

児童はフラッグフットボールの特性を捉え、とても楽しんで活動的であった。タッチダウンができたときは、女の子も抱き合って喜んでいて、自分達の作戦通りに行くことに喜びを味合わせることができた。

フラッグフットボールの授業は御坊市全体で取り組み、教諭同志でお互いの授業を話し合い検討する場をたくさん持った。そのため競技の特性や授業の内容についても深め合うことができた。

#### 3.2. 課題

学習カードをグループで書かせたため個人の振り返りがあまりできていない場面がみられた。個人の支援をする手立てとして学習カードを個人で書かせる等、学習カードの内容にも改善工夫していく余地があり課題が残った。

3チームでゲームと審判を回したが、ゲームとゲームの間で作戦を振り替えさせる時間がとれなかったため、ゲームで使った作戦をチームの中で反省して次のゲームに活かすということがなかなかできにくかった。





チームやゲームの組み方をもっと工夫する必要があった。

全員での作戦の成功に重きを置いていたので、「かわす」「切りかえる」等の個人の技能を向上させる内容があまりとれなかった。チームの練習の中や個人の練習で個人の技能を習得できるような内容も必要であったと考える。

研究協議の際に、児童がフラッグフットボールを理解してしっかり動いていたので、ルールをもっと高度なものにして内容をもっと競技のレベルの高いものを目指してもいいのではないかという意見が出された。今後の課題であると考えた。

#### 参考文献

- 1) 文部科学省中央教育審議会 (2002)：子どもの体力向上のための総合的な方策について (答申)。
- 2) 和歌山県教育庁学校教育局健康体育課 (2011)：平成23年度全国体力・運動能力調査結果状況～、和歌山県。
- 3) 第6期きのくに教育協議会 (2006)：紀州っ子の体力アップをめざし、健やかな体を育むために、和歌山県。
- 4) 和歌山県教育庁学校教育局健康体育課 (2011)：平成23年度健康体育課学校体育班事業プラン、和歌山県。
- 5) 坂本 桂：【教科の情報化】フラッグフットボール
- 6) 坂本 桂：前転の「奥深さ」を実感しよう
- 7) 有田市立保田小学校坂本桂：目の前の子どもたちにどのような学びをほしょうするか～フラッグフットボールの授業で何を教えるの?～
- 8) 創文企画：学校体育研究同志会編 「みんなが輝く体育③小学校中学年体育の授業」
- 9) 一般財団法人日本フラッグフットボール協会ホームページ，<http://www.japanflag.org/index.html>
- 10) 紀の川市立粉河小学校森奥健太：ボール運動（ゴール型：タグラグビー）単元計画の作成 新学習指導要領に対応した単元計画の構造図

学習カード等の資料

### フラッグフットボール記録カード

( ) 班  
月 日 ( )

◇ チームのめあて(がんばること)

◇ ゲームの結果

ゲーム①(VS 班) 対 ゲーム②(VS 班)

◇ ゲームで使った作戦

ゲーム①  
1回目( ) )  
2回目( ) )  
3回目( ) )

◇ 「学習をふりかえって」

項目	態度	プレーについて						審判
		攻げき			守備			
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 5px;">                     ◎…よくできた                      ○…できた                      △…もう少し                 </div>	協力して練習する	パス	ラン	パスキャッチ	タッチダウン	フラッグをとる	ボールをとる	
	進んで取り組む							
チームのメンバー								

### フラッグフットボール作戦カード

( ) 班

作戦名

パス

ラン

ラン

パス

ブロック

○

○

○

○

### 作戦名

パス

ラン

ラン

パス

ブロック

○

○

○

○



別紙

指導と評価の計画(単元構造図)

御坊市立塩屋小学校 授業者 橋本 晃和

<p>① 単元名 主 指導要領の位置 小学校第5学年 ボール運動(ゴール型:フラッグフット)</p>	<p>④ 学習指導要領解説の記載内容 ボール運動(1)は、アはパスやネットボール及びサッカー、イはフットボール、ウはフットボールを主として取り扱うものとするが、これらに替えてそれぞ れに代り、エはフットボール以外の他のボール運動を指導することもできるものとする 。なお、学校の実態に応じてウは取り扱わないことができる。</p>
<p>③ 学習指導要領の内容 次の運動の楽しさや喜びに 触れ、その技 能を身に付け ることができ るようになる ようにする。 ア ゴール型 では、簡易化 されたゲーム で、ボール操 作やボールを 受け取るため の動きによっ て、攻防する こと。</p>	<p>ア ゴール型のゲームに進んで取り組むこと。 イ ルールやマナーを守り、友達と助け合って練習や ゲームをすること。 ウ 用具の準備や片付けで、分担された役割を果たす こと。 エ 場の危険物を取り除いたり場を整備したりすると もに、用具の安全に気を配ること。 ア ゴール型やネット型、ベースボール型の楽しいゲー ムの行い方を知り、プレーヤーの数、コート、広さ、プ レーヤーの制限、得点の仕方などのルールを選ぶこと。 イ チームの特徴に応じた役割を知り、自分のチーム の特徴に応じた役割を立てること。</p>
<p>② 単元名 主 指導要領の位置 小学校第5学年 ボール運動(ゴール型:フラッグフット)</p>	<p>ア ゴール型のゲームに進んで取り組むこと。 イ ルールやマナーを守り、友達と助け合って練習や ゲームをすること。 ウ 用具の準備や片付けで、分担された役割を果たす こと。 エ 場の危険物を取り除いたり場を整備したりすると もに、用具の安全に気を配ること。 ア ゴール型やネット型、ベースボール型の楽しいゲー ムの行い方を知り、プレーヤーの数、コート、広さ、プ レーヤーの制限、得点の仕方などのルールを選ぶこと。 イ チームの特徴に応じた役割を知り、自分のチーム の特徴に応じた役割を立てること。</p>



○フラッグフットボールのルールについて  
試合の開始は、審判の「セオ、レディー、ゴー」の合図で  
スターターが、QBにボールをスナップ(準備)する。  
コート外に出た場合は、その時点で攻撃終了。  
フラッグを取られたら攻撃終了。  
\*攻守交代は、攻撃を回終了した時とする。

○このゲームのルールを知り、学習の意図を述べ、  
○このゲームのルールを知り、学習の意図を述べ、  
○このゲームのルールを知り、学習の意図を述べ、



① 運動の技能  
① 作戦で決めた場所をめがけてパスを投げる  
ことができる。  
② 作戦で決めたスペースに走りこむことができ  
る。  
③ 作戦で決めた場所に行つて壁となって相手  
の受けきを防ぐことができる。  
④ 相手の動きを見てフラッグを取ることで  
できる。  
⑤ 作戦通りに動くことができる。

② 運動の関心・意欲・態度  
① 進んで取り組むことができる。  
② ルールを守る協力することができる。  
③ 分担された役割を果たすことができる。  
④ 安全面の確認をすることができる。

③ 運動の思考・判断  
① みんなが楽しめるルールを考えたり、選ん  
だりしている。  
② 他の児童の良いプレイに気づき、取り入れ  
ている。  
③ チームの特徴を生かすために、「どうい  
う作戦を立てればよいか」を考えている。

<p>主に観察による評価部分</p>	<p>主に学習ノート等による評価部分</p>
--------------------	------------------------