

令和3年度 授業評価・授業研究報告
授業科目名：球技1（バスケットボール）
保健体育講座 石井浩一

1. 授業概要

科目区分：中等教育コース・保健体育
科目名：球技1（バスケットボール）
担当教員名：石井浩一
登録学生数：33

1-1 授業の目的

侵入型のボールゲーム（バスケットボール）の個人技能を高め、グループ戦術・チーム戦術およびルールについての理解を深める。学校体育や地域社会におけるボールゲームの指導に役立つ技能と知識を習得する。

1-2 授業の到達目標

- 1-2-1 スポーツおよび体育教材としてのボールゲームの位置づけと意味について説明できる。
- 1-2-2 ルールと審判法について説明できる。
- 1-2-3 基本的なボールコントロールを行うことができる。
- 1-2-4 グループ戦術・チーム戦術を理解し、そのための学習方法を説明できる。
- 1-2-5 主体的に実技実習に取り組むことができる。

1-3 関連するDP(ディプロマ・ポリシー)

- 1-3-1 教育と教職に関する確かな知識と得意とする分野の専門的知識を修得している。(知識・理解)
- 1-3-2 教育活動に取り組むための十分な技能を身につけている。

1-4 授業の方法、形態

1回目はガイダンス、2回目にスキルチェック（個人技能の習熟度の点検）を行い、受講生の習熟度を把握した。またバスケットボールの成り立ちに関するレポートを提出させた。3回目以降は、授業内容にあるとおり、分習法と全習法を繰り返し行った。授業終盤にはミニユッツ・レポートを提出してもらい、受講生の理解度を把握した。授業形態は対面である。

1-5 授業の内容

- 第1回：ガイダンス
- 第2回：ファンダメンタル(基本姿勢と構え、フットワーク、ハンドワーク、ボールハンドリング)
- 第3回：ファンダメンタル（ボールキープ、シュート、ドリブル、パス&キャッチ、リバウンド&ルーズボール）
- 第4回：1対1のオフェンス（オフェンスの基本原則、アウトサイドエリアでのオフェンス、インサイドエリアでのオフェンス）
- 第5回：1対1のディフェンス（ディフェンスの基本原則、ボール保持局面のディフェンス、ボール非保持局面のディフェンス、ポストマンに対するディフェンス）
- 第6回：コンビネーション・オフェンス&ディフェンス（コンビネーション・オフェンスの原則、パス&ラン）
- 第7回：コンビネーション・オフェンス&ディフェンス（コンビネーション・ディフェンスの原則）
- 第8回：ファストブレイク（2メン、3メンのトランジション）
- 第9回：ファストブレイク（アウトナンバー・プレイ）
- 第10回：チーム・オフェンス（チーム・オフェンスの基本的な考え方、フリーランス・オフェンス）
- 第11回：チーム・オフェンス（パターン・オフェンス、プレスに対するオフェンス）
- 第12回：チーム・ディフェンス（チーム・ディフェンスの基礎、マンツーマンディフェンス）
- 第13回：チーム・ディフェンス（ゾーン・ディフェンス）
- 第14回：トレーニング、審判法
- 第15回：コンディショニング、審判法、DP対応調査

1-6 今年度、特に意識して取り組んだこと

- 1) 学生の理解度を聞き取り、レポートなど

によってしっかり把握したうえで、指導に当たったこと。

- 2) 3X3 (スリー・エックス・スリー) を導入し、その有効性について検証したこと。

1-7 3X3 の有効性についての省察

バスケットボールというゲームを簡潔に説明すると、相対する 2 チーム (1 チーム 5 人) が一定の時間、同一コート内でボールの所有とシュートの攻防をめぐる直接対峙しながら、得点の多寡を競う侵入型のシューティングゲームということになる。バスケットボールは、野球やアメリカンフットボールのように攻守の明確な交代がなく、攻守は常に表裏一体である。このような 5 人制のバスケットボールの特性は受講生にとって学習を難しくしている要素でもあると思われる。

筆者がこれまでバスケットボールの授業を担当してきて特に学生が難しいと認識している (と思われる) 点は、攻めが 5 人、守りが 5 人、計 10 人が同一コートに入っている状況で、自分がどこにどう動いてよいかわからないということである。特に未習熟の学生においては、パス、ドリブルといった基礎技術の未熟さも相俟って、特にオフ・ザ・ボール、すなわち自分がボールを保持していない場面での動き方がわからず、ゲームは結局、パス、ドリブル、シュートの比較的うまいプレイヤーによって進められ、どう動いてよいかわからないプレイヤーはほとんどボールに触れることなくゲームが終了してしまうことが起こる。

バスケットボールは得点の多寡を競うゲームであるから、どこにどう動いてよいかわからないという状況が常態化することは、結局ボールタッチの回数が減り、シュートチャンスもめぐってこない。そうなると、結局バスケットボールの面白さ、楽しさを体感できずに授業が終わってしまうことになる。ではどのような教材を取り入れれば、5 人制バスケットボールの難しさを段階的に解消することができるのだろうか。この点について、本授業でははじめて 3X3 を導入し、5 人制バスケットボールの難しさを段階的に解消するうえでの 3X3 の有効性について考察することにした。

「球技 1 (バスケットボール)」は中学校・高等学校のバスケットボールの授業を想定し

て行ってきたが、受講生の大半は初等教育コース・小学校サブコースの学生であることを踏まえ、小学校、特に高学年のボール運動も視野に入れて時間を割くことにした。

因みに、受講生に対して「3X3 を知ってますか」と尋ねたところ、バスケットボール経験者以外はほとんど 3X3 のことを知らなかった。また、東京オリンピック 2020 の正式種目として行われたこともほとんど知らなかった。ゆえに、まず 3X3 というバスケットボールの新しい種目がすでに確立しているということ、ルール解説を含めて周知する必要があった。筆者は本授業 15 回のうち、2, 3, 4, 12, 13 回目で 3X3 を取り扱った。しかし、初期の回は筆者が 3X3 のルールについてあまりよく理解していなかったこと、3X3 に当てた時間数が少なかったこともあり、不十分な内容になってしまった。

こうした反省から、授業終盤の 12, 13 回目は 3X3 のみの授業とした。初期の回は口頭だけだったルールの説明は、資料を使って可視化し、ムードルにもアップすることで学生が理解しやすいようにした。13 回目の授業後には、受講生に 3X3 の有効性について理解できた点、理解できなかった点についてミニッツ・レポートを書いてもらった。

1-7-1 3X3 の利点

ミニッツ・レポートに書かれた 3X3 の利点は以下のことがらであった。

- 5 人制に比べてさぼれない。
- ボールをアーク (5 人制の 3 ポイントライン) から出して試合が始まるので、オフフェンス、ディフェンスの入れ替わり、展開が早く、効果的な練習ができてよい。
- 多くのコートを使える。
- 5 人制に比べてボールに触る機会が多い。
- 必ず全員がボールに触れるので、何もせずに時間がたつことがない。
- ボールを持っていない時の動きを理解することができ、攻撃も守備も考えながら動くことができる。
- 少ない人数で行えるため、授業中に多くの運動時間を取ることができる。
- 3 人という少数なので、全員がボールを持っていない時の動きやボール操作をできる。
- 一人ひとりのボールに触る時間が増える。
- 5 人制の 1 コートで 2 試合できるので、子

どもたちの運動時間を確保できる。

- ボールに触る時間が増えた。
- 動かなきゃゴールしなきゃと思わせる。

1-7-2 3X3の難点

- （5人制とは）ルールが違う点が多くあるため説明に時間がかかる。
- ずっと速攻しているみたいでしんどい。
- 3人目のプレイヤーの動き方がわからなかった。
- フリーでの動き方

以上のように、本授業の受講生からは3X3の利点は多くあげられたが、難点は少なかった。では、5人制バスケットボールの難しさを段階的に解消するために3X3は有効なのかという設問について、ミニユツ・レポートの記述から考えてみたい。

レポート記述の「利点」で多かったのは、ボールの触回数が増える、多くなるである。このことは、5人制バスケットボールで起こりがちな、ボールにほとんど触れずにゲームが終わってしまうことを解消し、プレーに参加する機会を増やすことにつながる。他の利点としてあげられているのは、多くのコートを使え、多くの人数が一度にプレーでき、生徒の運動時間の確保にもつながることをあげている。

難点としては、「ルールの説明に時間がかかる」とあるが、どのスポーツも新しい種目の理解には時間がかかる。バスケットボールを創案したJ.ネイスミスも当時の受講生にルールを理解させるのは時間がかかったことだろう。したがって、実技をまじえて丁寧に説明すれば、この難点は解消されるだろう。

次に、3人目の動き方、フリーでの動き方（がわからない）については、おそらく2対2のコンビネーション、たとえばピック&ロールをしている時に、3人目のプレイヤーはどうしたらよいのか、という発問だと理解する。この点については、再度実技をまじえて説明する必要があると考える。

次に、「ずっと速攻しているみたいでしんどい」は、3X3のルール上、5人制よりプレーが寸断される時間帯が少ない。結果的に体力的にきつくなってくるのだが、実は利点も含んでいる。それは5人制の速攻（ファストブレイク）の学習にもなるというこ

とである。速攻という戦術は、走りながら、守備側の動きを見ながらボールを操作し、どう動くのか判断しなければならない。5人制ではこのような難しさがあるが、3X3の構造によって「スペースに走りこむ」ことが省略されていることもあり、走る力、投げる力が優れていなくても、意思決定の早さ、正確さによって速攻場面に参加できる。つまり、ハーフコートで速攻の学習ができるということになる。

2 3X3の有効性

本授業では、5人制バスケットボールの難しさを段階的に解消するために、教材としての3X3は有効に作用するのかという検証を行った。検証の結果は以下のようにまとめることができる。

- ①3X3はより多くのボールタッチを可能にする。
- ②3X3では相対的なプレー時間が増加する。すなわち、5人制であれば2面で20人だが、3X3なら4面で24人が同時にプレーすることができる。
- ③5人制よりも3X3の方がより均等にゲームに関与できる。
- ④他のハーフコート・ゲームでは起こらない速攻場面を学習することができる。すなわち、1対1、2対2、3対3、4対4、5対5などのハーフコート・ゲームでは速攻場面の学習はできないが、3X3はハーフコート・ゲームであっても速攻場面の学習ができるようになっている。
- ⑤戦術が複雑でない。
- ⑥1対1の向上が見込まれる。すなわち3人なので、必然的に1対1で攻める場面が増え。結果、1対1の学習に効果的である。

これらの事柄から、5人制の難しさを段階的に解消するために3X3は有効に作用することが導き出された。また、3X3はバスケットボールの新種目としてすでに確立しているわけであるから、5人制に発展させるために3X3を利用するのではなく、3X3で完結する授業があってもよいと考える。例えば、15回のうちの7回を3X3のみとし、残り7回（1回はガイダンスとスキルチェック）を5人制バスケットボールとする組み立ても今後行っていきたい。