

運動の特性にふれ、わかる、できる、かかわることをめざした、ソフトバレーボールの
段階的な指導の工夫

～ソフトバレーボールの授業実践を通して～

1 設定理由

児童の体力の現状として、基礎的な体力・運動能力の低下、好んで運動をする児童とそうでない児童の二極化、生活習慣病の低年齢化など、様々な課題が叫ばれている。子どもたちの中には、唯一運動している時間が体育の授業しかない児童も多い。体育の学習では、体力向上のみならず、できた喜びを実感させたり、チームの中での存在感を持たせたりすることにより、自己肯定感を育むことができる。心と体を一体としてとらえ、運動する意欲や気力の充実、運動することの楽しさを味わわせていくことと同時に、友だちとかかわり合いながら学習を進めていくことが重要である。これらを解決するためには、ゲームのルールを段階的に正規のルールに近づけていき、多くの児童がネット型の特性にふれながら、ゲームの楽しさを味わえるように工夫していく必要がある。また、グループ分けでは、運動能力水準上位児童と低位児童とが同じグループにならないようにすることで、どの児童も積極的に学習にとりくみ、友だちとかかわりながら学習を進められるのではないかと考えた。

このように、ネット型ゲームにおけるルール変更に伴う技術の習得をめざした段階的指導とグループ分けにおける工夫を通して、ネット型ボール運動の特性にふれ、楽しさを味わいながらできるようになる喜びを感じ、技能を高め、友だちとかかわることのできる授業づくりをめざしていきたいと考え、本主題を設定した。

2 研究仮説

4年間の系統性を整理し、ゲームのルールを段階的に正規のルールに近づけていき、グループ分けの仕方を工夫すれば、バレーボールの特性にふれ、友だちとかかわり合いながら技能を高めることができるであろう。

3 研究内容

- (1) 運動の特性にふれるための段階的指導
- (2) グループ分けの工夫
- (3) 教具・学習カードの工夫

4 結 論

- ゲームのルールを段階的に正規のルールに近づけて学習を進めたことで、それぞれの学年での学習内容が焦点化され、技能面を向上させることができた。技能面の向上によりバレーボールの特性に触れさせることができた。
- グループ分けを運動能力水準上位・下位で分けたことで、グループ内での声かけやアドバイスがしやすい環境になり、児童どうしがかかわり合う場面が増えた。
- ルールを段階的に正規のルールに近づけたが、少し複雑だった。ワンバウンドを認めたルールだったことで、ワンバウンドでとろうかノーバウンドでとろうかという児童の意思決定場面が増えてしまった。バレーボールの特性にふれるのであれば、ノーバウンドでないといけないなどのルール設定も必要。

1 研究主題

運動の特性にふれ、わかる、できる、かかわることをめざした、ソフトバレーボールの段階的な指導の工夫

～ソフトバレーボールの授業実践を通して～

2 主題設定の理由

児童の体力の現状として、基礎的な体力・運動能力の低下、好んで運動をする児童とそうでない児童の二極化、生活習慣病の低年齢化など、様々な課題が叫ばれている。子どもたちの中には、唯一運動している時間が体育の授業しかいない児童も多い。体育の学習では、体力向上のみならず、できた喜びを実感させたり、チームの中での存在感を持たせたりすることにより、自己肯定感を育むことができる。心と体を一体としてとらえ、運動する意欲や気力の充実、運動することの楽しさを味わわせていくことと同時に、友達とかかわり合いながら学習を進めていくことが重要である。

学習指導要領の5・6年の内容「ボール運動の(1)技能-I ネット型」には、「操作しやすいボールを用いたり、ボール操作についての制限を緩和することを通して、連携プレーによる攻撃やそれに対応する守備がしやすくなるように簡易化されたゲームをする。」と表記されている。

ボール運動(ネット型)の学習において、以下のような課題があると考えられる。

- ボールを受ける、返す等の技能で個人差がでてきてしまい、技能が低い児童が高い児童にアドバイスをする等のかかわりが、なかなかできないことが多い。
- 能力が高い児童だけでゲームを進めてしまい、ゲームにほとんど参加できない児童がいる。
- 技能差のある児童が同じチームにいてミスが増えたり、ラリーが続かなかったりすることが能力の高い児童にとってストレスとなってしまう。
- 運動が苦手な児童は、失敗を責められるのではないかと消極的な動きになってしまう。
- 児童の運動量を確保しようとルールを簡易化しすぎてしまい、ボール運動本来の特性にふれられずに単元が終わってしまう。

これらを解決するためには、ゲームのルールを段階的に正規のルールに近づけていき、多くの児童がネット型の特性にふれながら、ゲームの楽しさを味わえるように工夫していく必要がある。また、グループ分けでは、運動能力水準上位児童と低位児童とが同じグループにならないようにすることで、どの児童も積極的に学習に取り組み、友達とかかわりながら学習を進められるのではないかと考えた。

このように、ネット型ゲームにおけるルール変更に伴う技術の習得を目指した段階的指導とグループ分けにおける工夫を通して、ネット型ボール運動の特性にふれ、楽しさを味わいながらできるようになる喜びを感じ、技能を高め、友達とかかわることのできる授業づくりをめざしていきたいと考え、本主題を設定した。

3 研究目標

児童がバレーボールの特性にふれ、友達とかかわり合いながら学習が進められる効果的な方法を授業実践を通して明らかにする。

4 研究仮説

4年間の系統性を整理し、ゲームのルールを段階的に正規のルールに近づけていき、グループ分けの仕方を工夫すれば、バレーボールの特性にふれ、友達とかかわり合いながら技能を高

めることができるであろう。

5 研究の方法

- ① 対象 茂原市立東部小学校 5年3組27名（男子14名，女子13名）
- ② 実施期間 2017年 （9時間）
- ③ 単元名 ソフトバレーボール
- ④ 分析方法 形成的授業評価，診断的・総括的授業評価，触球回数，発話記録

6 研究の実際

(1) 系統性を意識したルールの設定について

3年生から6年生でルールを徐々に正規のルールに近づけていながら，段階的に「ネット型ゲーム」（バレーボール系）の学習を進めていくことで，問題となる技能的な面の障害を徐々に取り除いていく。これにより，次の動きの判断や，次の動きへ移行するための時間的・精神的余裕が生まれ，バレーボールの特性を味わうことができるようになると考えた。

ルールの設定については，3年生の学習では，レシーブ，トス，スパイク全ての局面でキャッチを認め，ネットに区切られたコートの中で攻防を組み立て，相手コートにボールを落とし，得点を競うことの楽しさを味わわせた。4年生では，スパイクの局面だけに焦点をあて，ゲームにスパイクを取り入れた。ネットをはさんだボール運動の楽しさや，ゲームの流れを理解した上で，バレーボールの魅力の一つであるスパイクの技術を習得させた。5年生では，レシーブの局面に焦点をあて，スパイクに加えレシーブの技術を習得させ，ゲームに取り入れた。そして，6年生では残りのトスの局面に焦点をあて学習を進めていった。このように，段階的にボール操作についての制限を緩和していきながら，バレーボールの特性にふれることで，一つ一つの技能が焦点化され，それぞれの段階での技術が習得しやすくなる。その習得した技術や知識を基に，仲間とかかわり，チームの連係による攻撃や守備によって，攻防することをねらった。

※段階的なルールの移行

	1チーム の人数	サーブ	返球	段階的なルールの設定
3 年 生	4～5人	両手下手投げ 2回連続失敗で 相手の得点	必ず3回 で相手コ ートに返 す	レシーブ・トス・スパイク，すべての局面をキャッチして行う。ボールを持って歩くことはできない。（相手コートにボールを落とすことを焦点化）
4 年 生				レシーブ・トスはキャッチして行う。3本目は必ずスパイクをする。ボールを持って歩くことはできない。（スパイク技術の習得に焦点化）
5 年 生			3回ま で相手コ ートに返 す	トスのみキャッチしてもよい。ボールを持って歩くことはできない。レシーブ・スパイクをする。（レシーブ技術の習得に焦点化）
6 年 生				レシーブ・トス・スパイクをする。（トス技術の習得に焦点化）

※資料編P1～4参照

(2) グループ分けについて

グループ分けについては、実態調査からボール運動における技能にとっても差があることが分かった。また、これまでの実践の経験から運動能力水準低位の児童から上位の児童への積極的な声かけやアドバイスをすることが難しいことを感じていた。そこで、運動能力水準の上位グループと下位グループとに分け、チーム内には自分と同じくらいの技能を持った児童で構成した。さらに上位グループと下位グループとで兄弟チームを設定し、一緒に活動したり、ゲームの分析を行ったりするなど、協力しながら学習を進めていく場面を意図的に創出した。そうすることで児童同士のかかわり合いがしやすくなるとともに、技能の向上にも効果的ではないかと考えた。

(3) 教材・教具の工夫について

ボールはMIKASAのレッスンバレーボールを使用。素材はEVA（特殊スポンジ）製で柔らかく弾力がある。重さは180グラムあり、ボールの落下速度は正規のバレーボールに近い。ビニール製のソフトバレーボールだと、片手で簡単に扱えてしまうことで、両手でのレシーブの基本が身につかないのではないかと考えた。また、ボールが軽く、落下速度も遅いため、ボールの落下地点に入りやすい反面、風などの空気抵抗によりボールが揺れるなどの影響がある。また、正規のバレーボールだと硬く、小学生にとっては体や腕に当たったときの痛みや怖さによって、こちらが意図した学習課題を解決できないのではないかと考えた。そこで今回は、児童の安全面とバレーボールの特性に触れさせることを念頭におき、このボールの使用を考えた。



(4) 場の工夫について

① コートの広さ（バドミントンコート 13.4×6.1m）

バレーボール正規の広さで行ってしまうとスペースが広がってしまい、レシーブが難しくなってしまうと考えた。また、1チームの人数を4～5人というルールと児童の触球回数を増やしたいという思いからバドミントンコートが適当であると考えた。

② ネットの高さ 170cm（上位グループ） 155cm（下位グループ）

上位グループと下位グループとでネットの高さを変えた。上位グループのネットが155cmの高さだと、スパイクが鋭角に打ち下ろされてしまい、レシーブが困難になってしまうことが想定された。高さを上げることで、レシーブができるくらいのスパイクが返ってきて、ラリーが続き、よりバレーボールの楽しさを感じられると考えた。また、下位グループについては実態調査から、4年生時に習得したスパイクの技術が定着していない児童が多く見られたため、155cmの高さで行うことで、スパイクをネットにかけることを減らすことを期待した。

(5) 掲示物の工夫

① 児童自身がそれぞれの課題を解決するために、技能面における課題ごとの問題点を示し、それらの解決策と同時に練習方法を示したフローチャートの掲示物を作成し、掲示をした。※資料編P5～6

②レシーブの正しい姿勢を「レシーブの基本姿勢」として鏡の横に拡大して掲示した。気を付けるポイントなどを示し、自分の姿を鏡で見ながら練習させることで、技能習得を目指した。※資料編P7

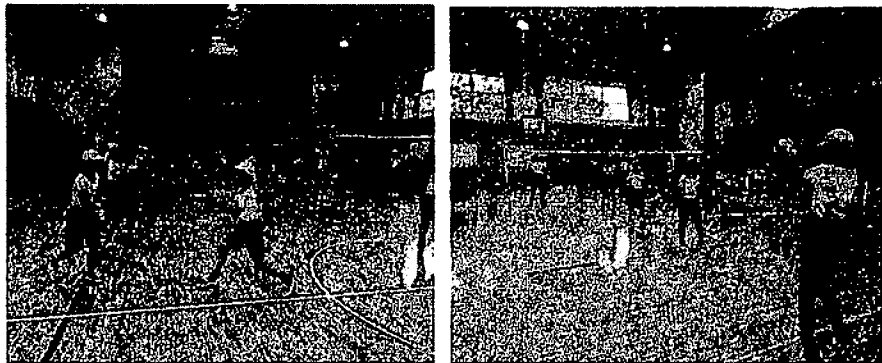


③ 作戦集として、オフェンス・ディフェンス時における作戦の例を示した。児童はそれをもとに作戦を決めた。※資料編P 8～9

(6) 基本的な技能定着について

基本的な技能を定着させるために、授業の前半にサーキット形式でレシーブに関する場を多く設定し、体験させた。音楽をかけながら気持ちの高揚をねらい、グループごとに楽しく運動する中で様々な感覚を養うことができた。今回は5年生時にレシーブ技術の習得に特化したメニューを紹介する。

基本的な技能定着のためのサーキットの様子



○バケツキャッチ

身につく技術…ボールを正面でレシーブする動き

【やり方】

- ① 2人組で向かい合う。(バケツを持つ人・ボールを持つ人)
- ② バケツを両腕ではさみ、おへその前で固定する。(構えの姿勢)
- ③ 両手下手投げで正面や左右へボールを投げる。
- ④ 投げられたボールの正面に動き、バケツでキャッチする。
- ⑤ キャッチしたボールを返し、くり返す。

【注意点】

- ① バケツをおへその前から動かさないでキャッチする。バケツを動かすのではなく、自分が動きキャッチする。



○バケツ上下キャッチ

身につく技術…レシーブをオーバー・アンダーでするかの判断力

【やり方】

- ① 2人組で向かい合う。(バケツを持つ人・ボールを持つ人)
- ② バケツを両手で持ち、構えの姿勢で待つ。
- ③ 両手下手投げでレシーブする人の前後へボールを投げる。
- ④ 投げられたボールに対して、高いボールの場合は頭の上、低いボール場合はおへその辺りで、バケツでキャッチする。

【注意点】

- ① キャッチする際には、大きな声で『上 (ウエ)』か『下 (シタ)』と言いながら行う。



○面作りレシーブ

身につく技術…レシーブする腕の角度や面の向きを調整する力

【やり方】

- ① 2人組で向かい合う。
- ② ビート板をひじを伸ばして両手で持ち、構えの姿勢で待つ。
- ③ 両手下手投げで正面や左右へボールを投げる。
- ④ 投げられたボールの正面に動き、ビート板でレシーブする。

【注意点】

- ① ビート板でのレシーブができるようになったら、切ったホースを両手で持ちレシーブに挑戦する。

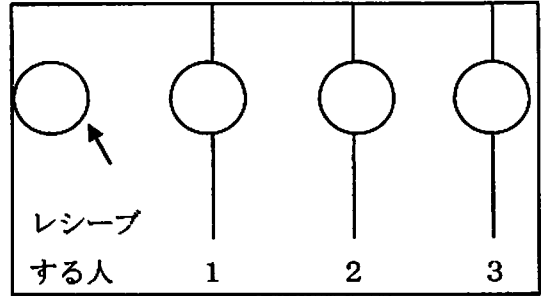


○きょりコントロール

身につく技術…レシーブしたボールのきょりを調整する力

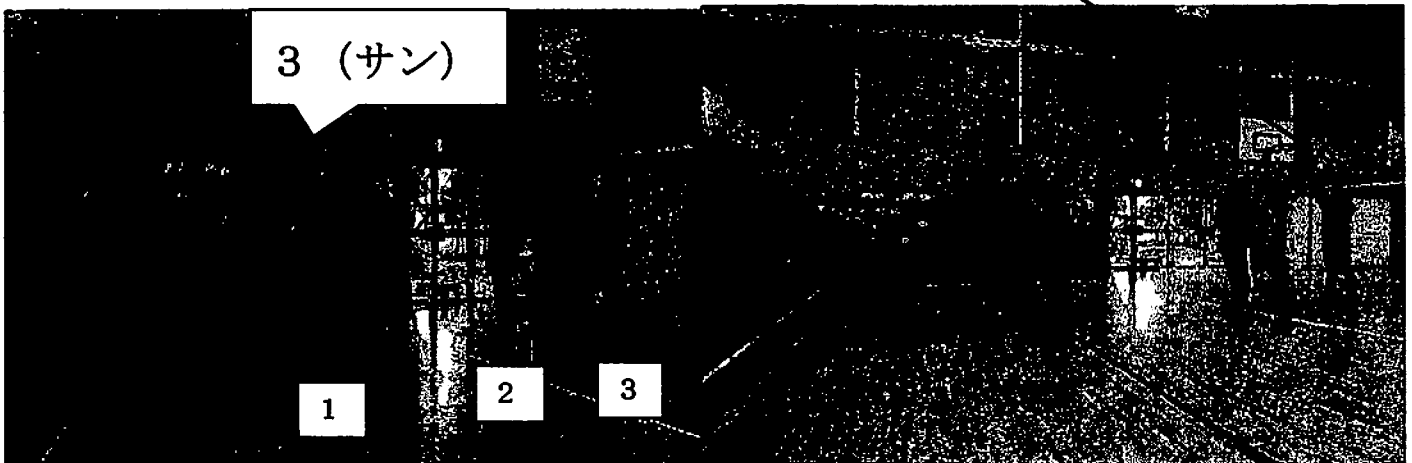
【やり方】

- ① 4人組で行い、レシーブする人は構えの姿勢で待つ。
- ② 1にいる人が、1（イチ）・2（ニ）・3（サン）のいずれかの数字を言いながら両手下手投げでボールをレシーブする人の正面に投げる。
- ③ レシーブする人は、言われた数字の人をねらってレシーブする。
- ④ 言われた数字の人がノーバウンドでキャッチできれば成功。



【注意点】

- ① キャッチする人は前後には動けないが左右には動ける。



○ダッシュレシーブ

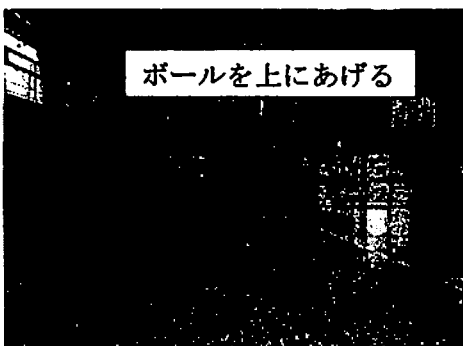
身につく技術…素早くボールの下に入る力・ボールに対する反応

【やり方】

- ① 2人組で向かい合う。
- ② 構えの姿勢で待つ。
- ③ ボールを両手で上にあげて止まる。レシーブする人が準備できたら下におろして、両手下手投げで正面へボールを投げる。
- ④ レシーブする人は、ボールが下におりた瞬間に前へダッシュする。投げられたボールに応じて、前後に動きながらレシーブする。

【注意点】

- ① ボールをよく見て、素早くボールの下に入る。



(7) 付箋紙を利用した、学習カード（話し合いカード）の活用 ※資料編P11

児童がめあてに向かって課題解決学習を進めるためには、各自がどのような課題があるのかを分かなければならない。そこで、ゲームの間を利用し、自分たちの良かった点（青）・課題（赤）を付箋紙に書いておき、課題を明確にすることで、話し合いの時間がより活発になるようにした。また、兄弟チームの分析係からの情報も参考にして話し合いをさせた。カードの中を、めあて・レシーブ・スパイク・声かけ・フォローの動きという項目に分けることで、焦点をしぼって話し合いが進むように工夫をした。



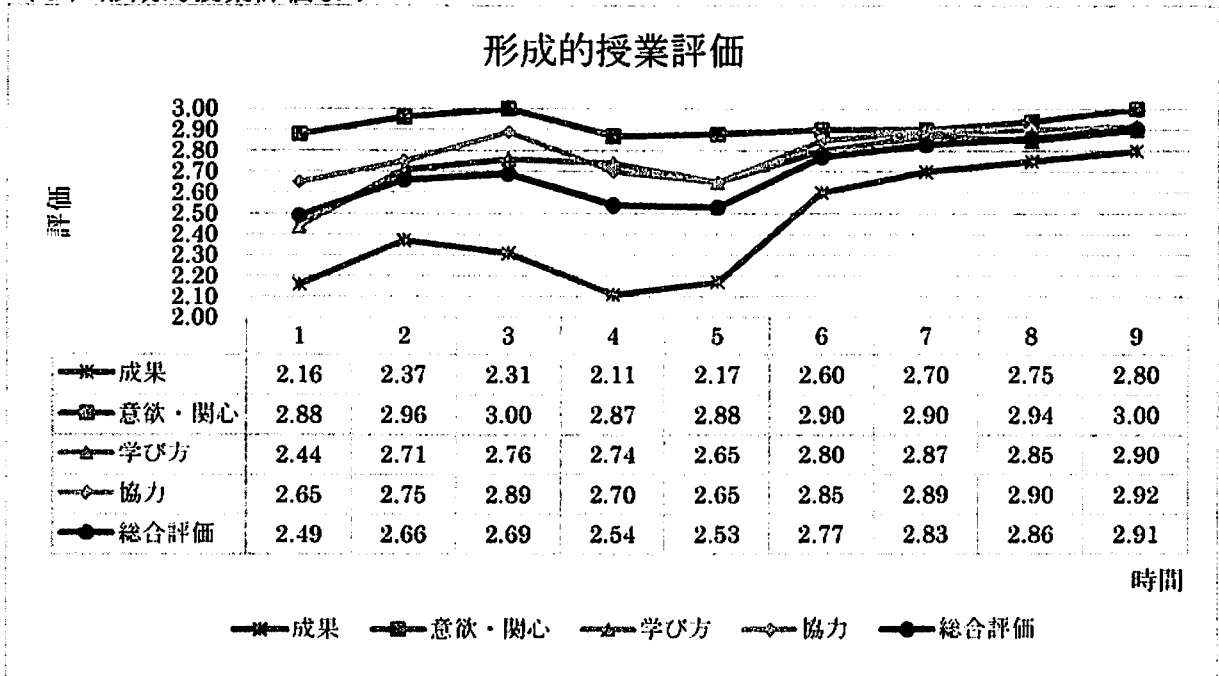
(8) 兄弟チームによる試合分析

兄弟チームでお互いのゲームを見合い、ゲーム分析をさせた。ゲームをする際に、兄弟チームの分析係にみてもらう点を記入したチームカードを渡す。分析係はその点を中心にゲームを観察し、カードに記入していく。兄弟チームでの教え合いやかかわり合いにつながった。



7 結果の考察と分析

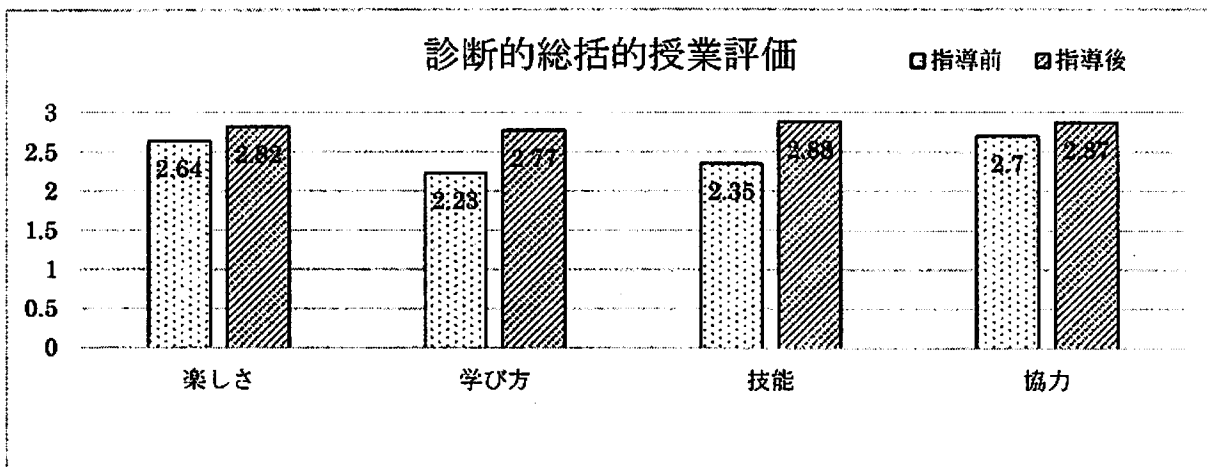
(1) 形成的授業評価より



全体的に見ると、どの項目も同じような変化が見られた。「意欲・関心」については毎時間高い数値を示していたが、単元中盤では若干の落ち込みが見られた。児童にとってなによりもゲームの勝敗が意欲に大きく影響していて、関わっていることが分かった。単元の後半になると、ゲームの勝敗より、自分たちの課題が解決できたかやチームの特徴を生かした作戦が成功

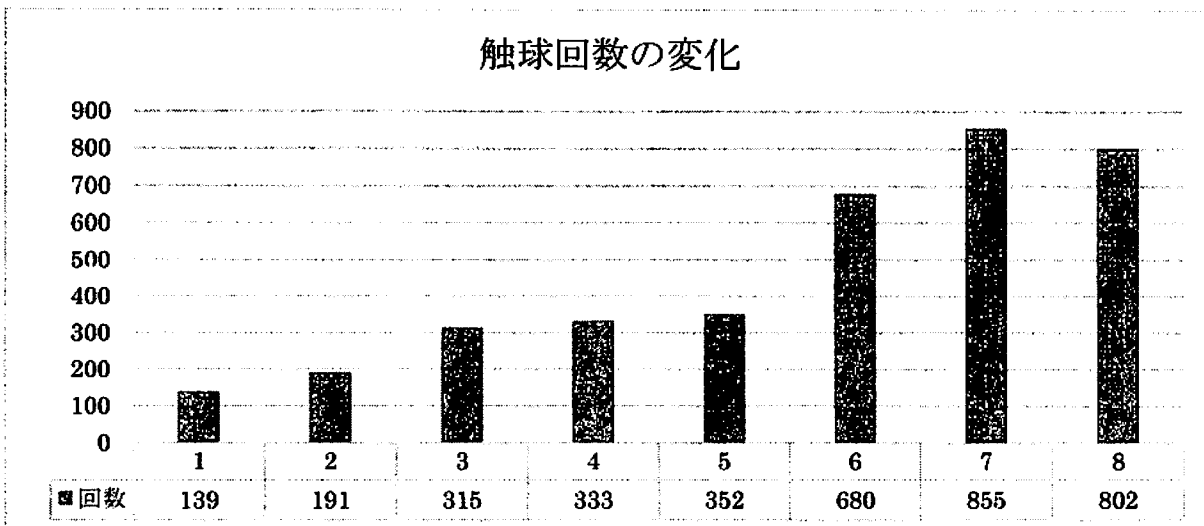
したかなどの方に視点があてられるようになり、数値が安定してきたものと考えられる。「総合評価」を見ると、2時間目と6時間目に急な上昇傾向がみられる。これは1時間目のオリエンテーションを受けて、2時間目から実際にソフトバレーボールの試合をし、アタックを決めたことやみんなでボールをつなぐことで意欲的に取り組んだことが考えられる。また6時間目では、2時間目から5時間目までとは違い、学習の中心がメインゲーム1・2となり、よりゲームの中で児童自身が課題を見つけ、解決できるようになったからだと考えられる。同様に「学び方」と「成果」と「協力」の項目も6時間目に急上昇している。毎時間、学習の導入時に行ったドリルを6時間目からは、チームごとに自分たちの課題に合った場を選ばせて行ったことや、メインゲーム1と2の間に話し合いの時間を設定して話し合わせ、そこで課題を明確にし、チーム練習を行ったのちにメインゲーム2を行ったことが要因だと考えられる。

(2) 診断的・総括的授業評価より



すべての項目において単元前と比べて向上した。特に「学び方」と「技能」の項目が大きく伸びていることが分かる。「技能」については、ゲームのルールを段階的に正規のルールに近づけ、今回の単元ではレシーブに焦点をあてて学習が進められたことによって、運動ができるようになったという自信を持つことができたと考えられる。「学び方」については、課題解決のための掲示物を用意したことで、児童自身がそれぞれの課題を解決するための手立てを理解し、自分たちで解決することができたことが要因だと考えられる。また、毎時間チームのめあてと個人のめあてを学習カードで決めさせ、仲間と教え合ったり、話し合ったりする活動を通して、できた喜びを感じることができたからだと考えられる。

(3) メインゲームにおける触球回数の変化より



※ゲームの時間は、1時間目4分間、2～5時間目6分間、6時間目から12分間

毎時間に行ったメインゲームにおける、サーブを除いた児童の総触球回数をみると徐々に増えていることがわかる。このことから、レシーブやフォローなどの技能が高まり、ラリーが続いていることが分かる。また、ゲーム中にどんな声をかけたらよいかをまとめた掲示物で声かけについて示したことで、声をかけ合いながらゲームをするようになり、ボールを譲り合ってしまう場面が少なくなったことも要因だと考えられる。ラリーが続くことでよりバレーボールの特性に触れることができた。

(4) 話し合いにおける児童の発言の変化より

2時間目	発言なし
3時間目 ～	○レシーブしたボールをみんながよくとれていた。 ○レシーブがうまくできなかった。
5時間目	○ボールにあまりさわれなかった。 ○声をだせなかった。 等
6時間目 ～	○レシーブが正面に入れなかった。 ○レシーブの時、うまく面が作れなくて、ちがう方へボールがいったしまった。
9時間目	○スパイクの時は、準備ができたなら手を挙げて呼ぼうよ。 等

運動能力水準の下位グループから抽出児童を設定し、話し合い時の会話の様子を見てみると、単元の前半では、ほとんど発言ができていなかった。発言した内容を見ても、自分やチームのプレーに関する事実しかなかった。それが単元の中盤からは、うまくいかなかったことの原因や次回のゲームでの改善点などを少しずつ発言できるようになってきた。これは、グループ分けによって自分と能力が近い仲間たちでゲームができたことで話しやすい環境ができたことと、掲示物等で技能面に関する知識が身に付き自信を持って言えるようになったことが要因だと考えられる。また、うまくいかない原因を発言しているということから、児童は正しいレシーブをするための方法を理解していることが分かる。正しいレシーブの姿勢や練習方法を掲示物等で示したことで、児童は理解できたのだと考えられる。

8 成果と課題について

(1) 成果

研究仮説より

4年間の系統性を整理し、ゲームのルールを段階的に正規のルールに近づけていき、グループ分けの仕方を工夫すれば、バレーボールの特性にふれ、友達とかかわり合いながら技能を高めることができるであろう。

①仮説について

- ・ゲームのルールを段階的に正規のルールに近づけて学習を進めたことで、それぞれの学年での学習内容が焦点化され、技能面を向上させることができた。技能面の向上によりバレーボールの特性に触れさせることができた。
- ・グループ分けを運動能力水準上位・下位で分けたことで、グループ内での声かけやアドバイスがしやすい環境になり、児童同士がかかわり合う場面が増えた。
- ・技能面が向上したことで、話し合いの場面では、自信を持って自分の意見を言えるようになった。

②単元全体を通して

・掲示物で技術習得のための方法や、考えられる課題に対する解決策を示したことで、児童は技術を習得するための手立てを理解することができた。そのことで、練習の意味や仕方が分かり、効率的に技能を向上させることができた。

・学習カードを工夫したことで、話し合い活動が活発になった。また、兄弟チームの合計得失点でゲームの勝敗が決まるというルールにしたことで、兄弟チーム同士での教え合いや励まし合い、かかわり合いが増えた。

(2) 課題

・ルールを段階的に正規のルールに近づけたが、少し複雑だった。ワンバウンドを認めたルールだったことで、ワンバウンドでとろうかノーバウンドでとろうかという児童の意思決定場面が増えてしまった。バレーボールの特性にふれるのであれば、ノーバウンドでないといけないなどのルール設定も必要。

・ゲームの際にアタック・レシーブなどの機会が少ない児童がいた。できるだけ運動機会を平等に与えられるような工夫が必要。

参考文献

○千葉県茂原市立鶴枝小学校 平成26年度6年1組体育科学習指導案

「チャレンジ! キャッチバレーボール Season II !!」

永野 和哉

○第66次長生教育研究集会 体育教育部会提案レポート

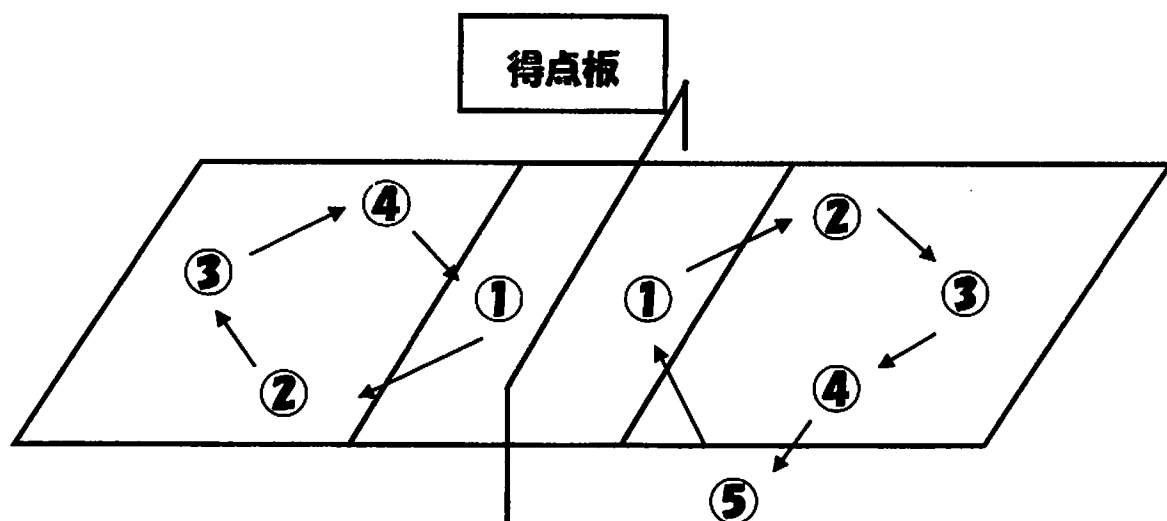
「誰もが楽しく意欲的に取り組めるボール運動(ネット型)の指導のあり方」

千葉県長南町立長南東小学校 中村 寿昭

資料

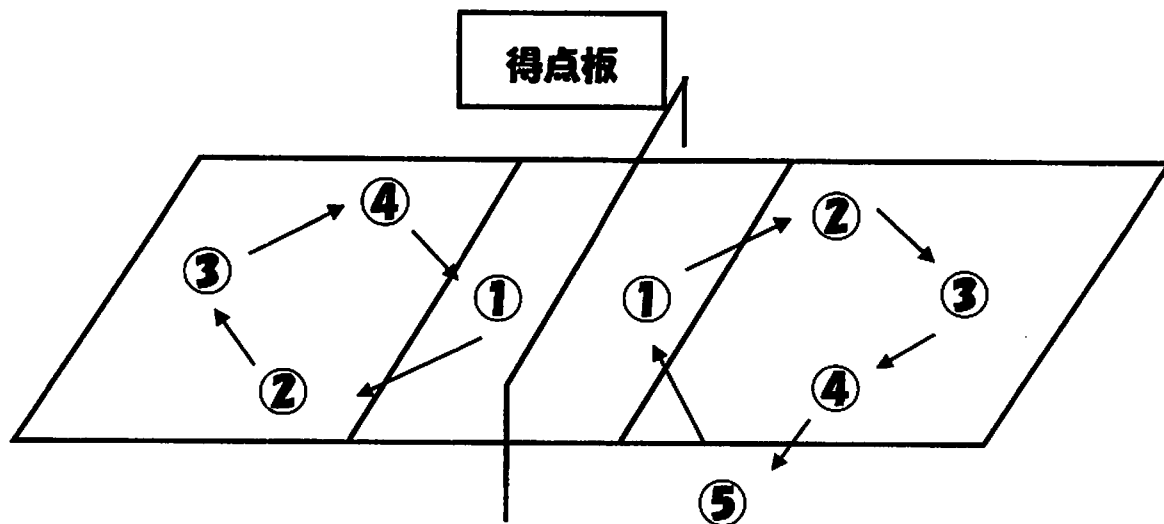
3年 キャッチバレー ルールカード

1. ボールはソフトバレーボールを使う。コートはバドミントンコートを使う。ネットの高さは cm。
2. 4対4でゲームを行う。(1チームは4~5人)
3. 1試合は 分。または、 点先取で試合終了。
4. レシーブ、トス、スパイクのプレー全てをキャッチで行う。
5. サーブは下図②の位置にいる人が両手の下手投げで入れる。
※ラインよりも奥に投げる。2回連続ミスは相手の得点で相手サーブ。
6. 必ず3回で相手コートに返す。
7. 最初の1本目のみワンバウンドOK。
8. ネットに触れてはいけない。触れた時にプレーが終わり、相手チームに1点。
9. ボールを持って歩いてはいけない。
10. 1点ごとにローテーション(サーブ権が来たら時計回りで行う)



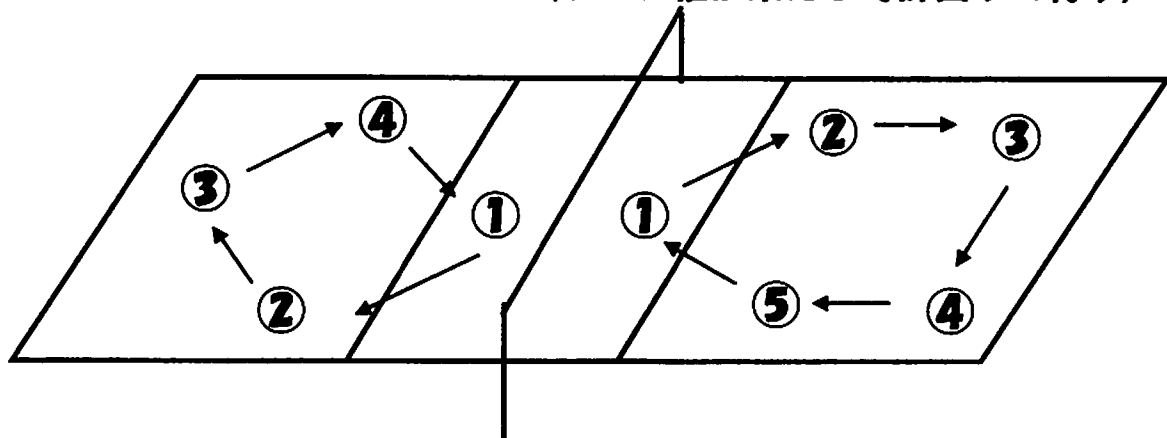
4年 スパイクバレー ルールカード

1. ボールはソフトバレーボールを使う。コートはバドミントンコートを使う。ネットの高さは cm。
2. 4対4でゲームを行う。(1チームは4~5人)
3. 1試合は 分。または、 点先取で試合終了。
4. レシーブ、トスのプレーをキャッチで行い、3本目はスパイクを打つ。
5. サーブは下図②の位置にいる人が両手の下手投げで入れる。
※ラインよりも奥に投げる。2回連続ミスは相手の得点で相手サーブ。
6. 必ず3回で相手コートに返す。
7. 最初の1本目のみワンバウンドOK。
8. ネットに触れてはいけない。触れた時にプレーが終わり、相手チームに1点。
9. ボールを持って歩いてはいけない。
10. 1点ごとにローテーション(サーブ権が来たら時計回りで行う)



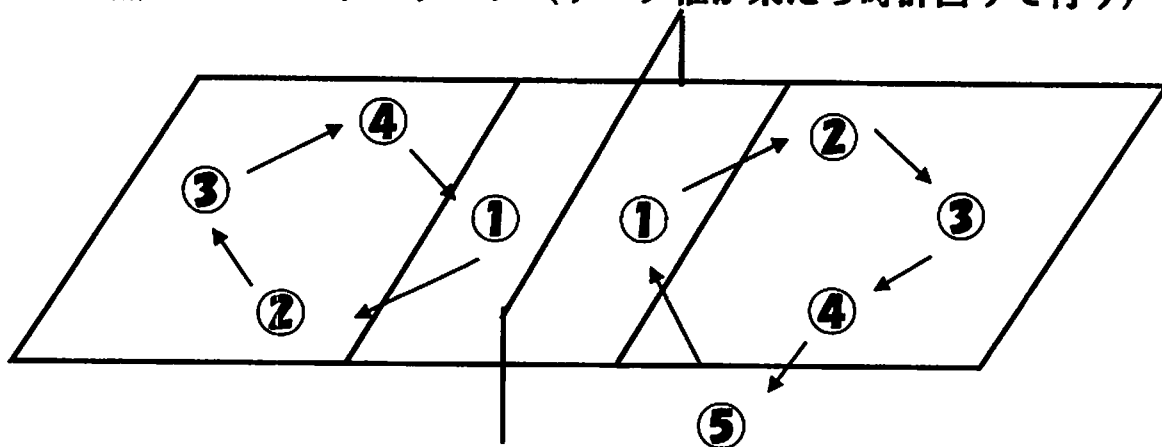
5年 キャッチトスバレー ルールカード

1. ボールはソフトバレーボールを使う。コートはバドミントンコートを使う。ネットの高さは cm。
2. 4対4か5対5でゲームを行う。(1チームは4~5人)
3. 1試合は 分。または、 点先取で試合終了。
4. 2本目のみキャッチしてもよい。(トスのプレー)
5. 最初の1本目のみワンバウンドOK。
6. サーブは②の位置にいる人が両手の下手投げで入れる。
※ラインよりも奥に。2回連続ミスは相手の得点で相手サーブ。
7. 3回までに相手コートに返せばよい。
8. ブロックはスタンディングブロックのみOK。
9. ネットに触れてはいけない。触れた時にプレーが終わり、相手チームに1点。
10. ①ノーバウンドでレシーブ→②キャッチトス→③スパイクで決まったら2点。
それ以外のプレーは全て1点。
11. 1点ごとにローテーション(サーブ権が来たら時計回りで行う)



6年 バレーボール ルールカード

1. ボールはソフトバレーボールを使う。コートはバドミントンコートを使う。ネットの高さは cm。
2. 4対4でゲームを行う。(1チームは4~5人)
3. 1試合は 分。または、 点先取で試合終了。
4. 最初の1本目のみワンバウンドOK。
5. サーブは②の位置にいる人が両手の下手投げで入れる。
※ラインよりも奥に。2回連続ミスは相手の得点で相手サーブ。
6. 3回までに相手コートに返せばよい。
7. ブロックはスタンディングブロックのみOK。
8. ネットに触れてはいけない。触れた時にプレーが終わり、相手チームに1点。
9. ①ノーバウンドでレシーブ→②トス→③スパイクで決まったら2点。それ以外のプレーは全て1点。
10. 1点ごとにローテーション (サーブ権が来たら時計回りで行う)



レシーフの課題を解決するには

今の自分

原因

解決方法



オーバーでとるかアンダーでとるかまよってしまう

オーバーでとるかアンダーでとるかの判断がおそい

上・下バケツキャッチで判断を早くしよう



レシーフしたボールがセッターの位置に運ばない

ボールの正面に入れていない

バケツキャッチで正面に入れるようにしよう

レシーフしたときのうでの面がセッターのほうに向いていない

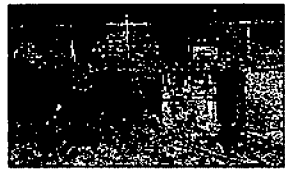
面作りビート板レシーフで面の向きをセッターに向けよう



レシーフしたボールが後ろにいったしまう

うでの角度が悪い(うでがお腹からはなれている)

面作りビート板レシーフで面の向きをセッターに向けよう



レシーフしたボールがネットをこえたり、セッターにとどかなかったりする

距離のコントロールができていない

距離コントロールパスでコントロールできるようなしよう



足が動かなくて、レシーフできない

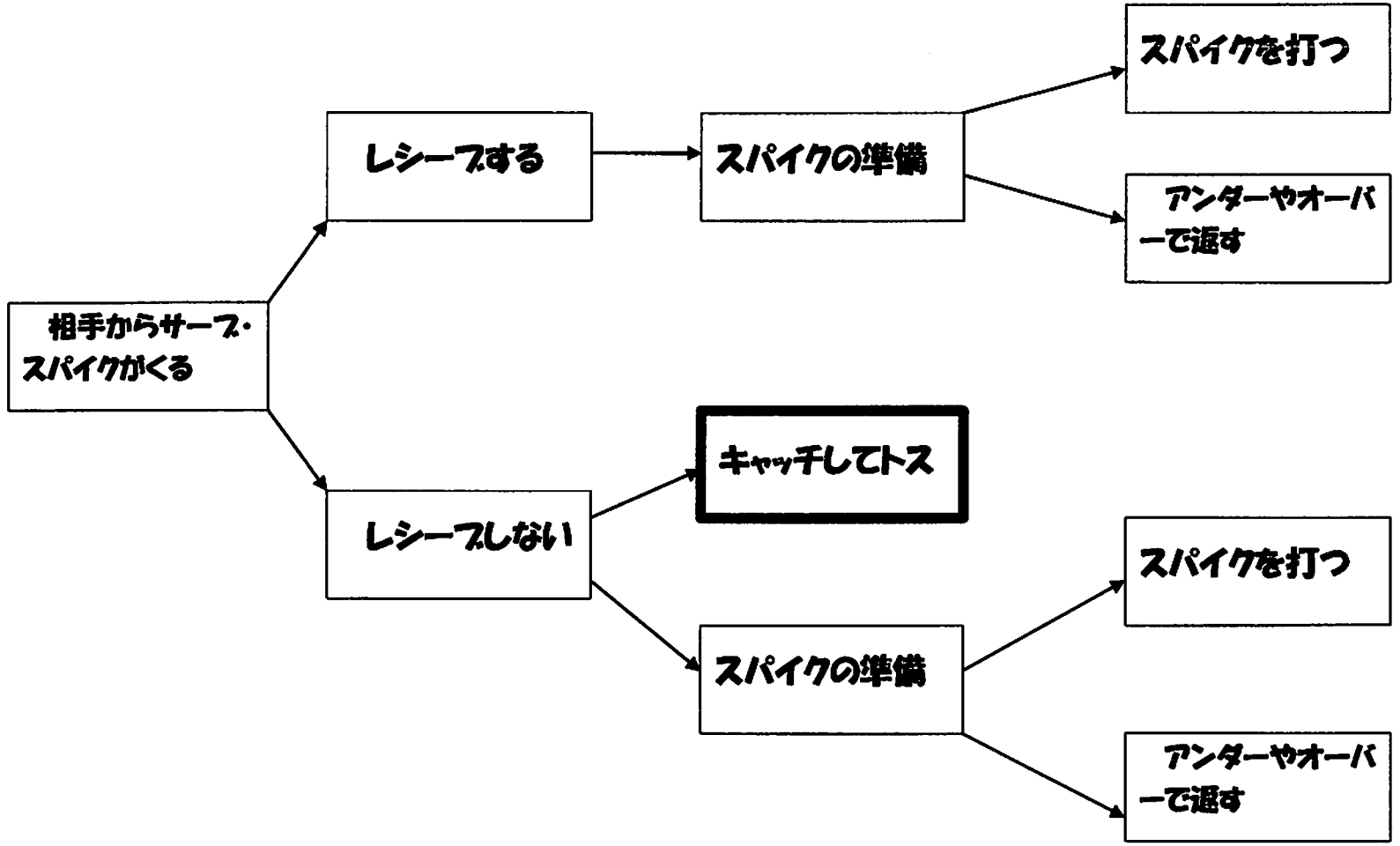
足がとまった状態でレシーフしようとしている

ダッシュレシーフで足を動かしてすばやくレシーフの体制を整えよう

9

ゲームでの動き方

9



☆ 自分がボールにさわらないときは、ボールをさわっている人の方に体を向けよう！

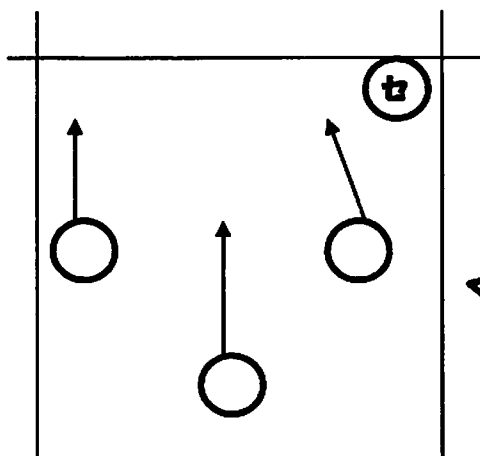
レシーブ基本姿勢の写真を見て、良い姿勢をマネしてみよう

【見るポイント】

- 手の平と手の甲を重ね、親指同士を合わせ、軽く組もう。
- ひじを伸ばし、体とうでをボール1個分あけよう。
- 組んだ手の親指の先は、下にむけよう。
- 足は肩幅くらいに広げよう。
- ひざを曲げて、こしを落とそう。
- 重心を前にかたむけよう。
- あごを引いて、ボールをとらえる位置を見よう。
- ボールを赤い目印の辺りでとらえよう。

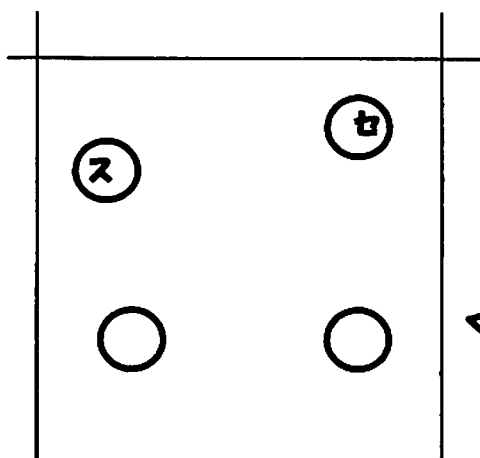
オフェンス作戦集

○ 全員こうげき作戦



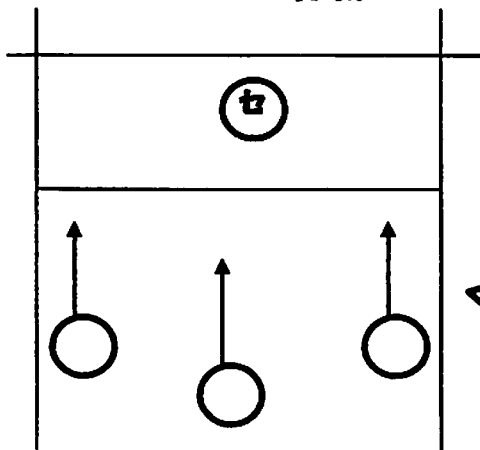
セッターの位置を右はしに移動させて、3人全員がスパイクを打てるようにする。スパイクを打つ人は大きな声で、トスを呼ぼう。

○ スーパーエース作戦



レフトの位置の人をスパイクに専念させて、2人でレシーフをする。レシーフは苦手だと、スパイクが得意な人がいる場合は試してみよう。(ライトの位置の人でもできる。)

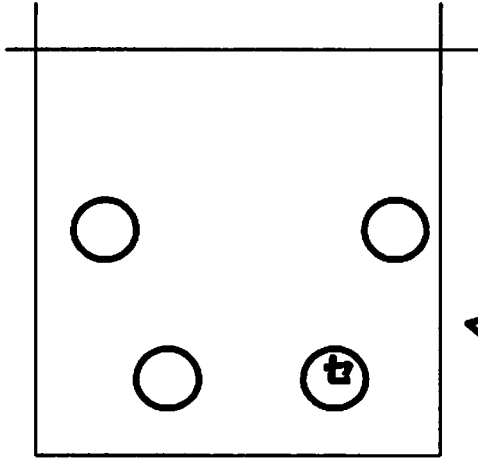
○ バックアタック作戦



セッター以外の3人がコート後方を守り、サーブライン付近にトスされたボールを打つ。ネットからはなれたトスを打つので、背が低い人がいる場合に試してみよう。

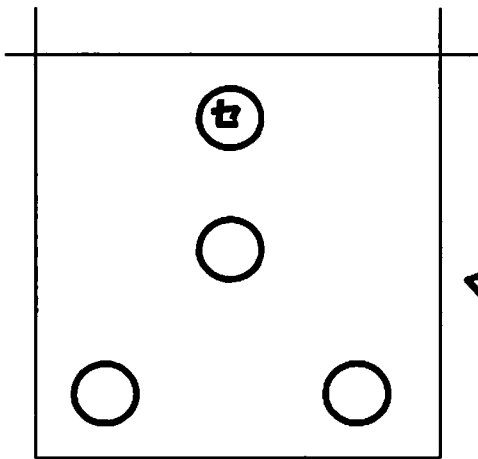
フェイス作戦集

○ オールDF作戦



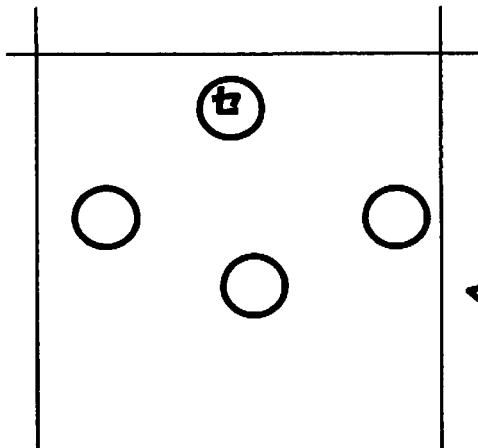
セッターもレシーフに入って、全員でレシーフをする。レシーフを全員でがんばって、スパイクにつなげよう。

○ フェイントはチャンス作戦



コートの中真ん中にレシーフする人を置いて、フェイントボールや弱いスパイクを確実にとる。真ん中でレシーフする人は、ボールを高く上げてスパイクの準備の時間を作ってあげよう。

○ ノーバウンドレシーフ作戦



セッター以外の3人が前進守備をして、ノーバウンドレシーフをねらい、2点プレーをふやそう。

チームカード

チーム名 _____

1 チームのめあて

2 試合結果

試合結果			
メイン1		メイン2	
	対		対
	対		対

3 兄弟チームによる分析 (アナリスト名 _____)

名前	見てもらうところ ()	

4 チームの良かったところ

5 チームの悪かったところ

チームの特徴

6 次回がんばるところ

1 単元名 ボール運動「ソフトバレーボール」

2 単元について

(1) 一般的な特性

① 機能的特性

- 軟らかい素材のボールを使用するため、他の球技スポーツと比較した際にボールに対する恐怖心が少ない。そのため、誰にでも気軽に楽しむことができる運動である。
- ボールを手で操作するため、トス（パス）やキャッチ、スパイクが成功する喜びや面白さを味わいやすい運動である。
- トス（パス）やレシーブ、スパイクの技能の向上や三段攻撃のバリエーションが増えていくことで、白熱したゲーム展開が期待される運動である。

② 構造的特性

- コートがネットで分離された攻守分離型のゲームである。そのため、ボールを奪い合うための身体接触がなく、児童が安心してゲームパフォーマンスを発揮することができる運動である。
- トスの動作について、キャッチを許容する。そのことにより、スパイクやレシーブをすることが焦点化され、それらの動作を実行しやすい運動である。
- レシーブ、トス、スパイクの3つの役割が与えられるため、運動技能水準上位児のみが活躍することがなく、一人一人に活躍の場面が保障される運動である。

③ 効果的特性

- 相手の打球に応じた動きが必要とされるため、敏捷性や巧緻性を高めることができる運動である。
- 相手コートのどこに打ち分けるのか、レシーブの型や守備位置の選択等の状況判断を身に付けることができる運動である。
- チームプレーが重要となる。そのため、友達にアドバイスしたり、得点するための戦術を考えたりする中で、児童同士がかかわり合いを深めることが期待できる運動である。

(2) 児童から見た特性

- チームでボールをつなぎ、得点を決めることができたときに、楽しさや達成感を感じることのできる運動である。
- 少人数によるチームで、ローテーションをしながらゲームが進んでいく。そのため、ボールに触球する機会が保障され、運動技能水準下位児にとっても楽しみやすい運動である。
- 軟らかいボールを使用するため、児童がボールに対する恐怖心を持ちにくく、比較的安心して活動することができる運動である。

(3) 児童の実態 (男子14名, 女子13名) 計27名

本学級の児童は、明るく活発な児童が多く、体を動かすことを好む児童が多い。休み時間には、縄跳びやサッカー、鉄棒運動などをして運動に親しんでいる。一方で高学年となり、一部の児童は、外遊びの機会が少なくなっている様子も見られる。

体育学習に関するアンケートでは、体育を「好き」と回答する児童が24名(89%)、「どちらでもない」が2名(7%)、「嫌い」と回答する児童が1名(4%)と学級の半数以上が体育の学習について好意的である。また、「どちらでもない」と回答した児童の2名について、1名はボール運動は好きと回答していて、種目によって好き嫌いが分かれていた。そのため、体育に対して悪い印象をもっているわけではない。しかし、もう1名はボール運動が嫌いと回答している。

「ボール運動は好きですか」の問いには、20名(74%)の児童が「好き」と回答しており、学級の多くの児童が本単元で展開する種目に期待感を抱いている様子がうかがえる。第4学年時に実践した「スパイクバレーボール」の経験から、ネットをはさんだボール運動の楽しさや、ゲームの流れを理解しているからだと考えられる。

「あなたの声かけで、友達が上手になったり、できるようになったりした経験がありますか。」という問いには9名(33%)の児童が「はい」と回答している。ほとんどの児童が、自分よりも技能の高い児童に対して、どのような声をかけてあげればよいのか分からないと回答していた。技能ポイントが分かる学習カードの準備や声かけの仕方の例などを紹介するとともに、グループ分けなどにおいても留意していくことが必要だと考えられる。

技能面の実態調査から、高いボールをキャッチする技能が劣っていることが分かる。そのことから、単元を通したドリル運動において、素早く落下地点に入り、キャッチする体験を数多く積み重ねていきたい。また、スパイクの調査では、ほとんどの児童が相手コートにスパイクをすることができている。技能が高い児童の中には、相手チームがレシーブすることが困難になるような強烈なスパイクをする児童もいた。ネットの高さを上げるなどの配慮が必要になると考えられる。

課題としては、体育を「嫌い」と回答する児童1名とボール運動が嫌いと回答している児童1名に意欲的に取り組ませることである。2名は共通して運動有能感が低く、特に「得意ではない、足手まといになってしまう。」など、身体的有能感の認知が低い。これは、学習中に技能の高い友達から強い口調でできなかったことを責められてしまった過去の体験が強く残っていることが原因として挙げられる。アンケートに「上手な人達とは別のチームにしてほしい。」などの要望も書かれていたため、留意しながら進めていきたい。

かかわり合いについては、友達を応援したり、励ましの声をかけたりできるように促していく。さらに、学習カードの活用やチームで作戦を考えたり、プレーを振り返ったりするなどの話し合い、かかわり合う場面を意図的に仕組み、学習が更に盛り上がっていくよう進めていきたい。

実態調査結果 (質問紙による)

項目 質問	質 問 内 容	観 点
1	あなたは体育が好きですか。	運動への 関心・意欲・態度
2	あなたは「ボール運動」が好きですか。	
3	あなたの声かけで、友達が上手になったり、できるようになったりした経験がありますか。	
4	友達の声かけで、友達が上手になったり、できるようになったりした経験がありますか。	
5	各局面においてのよりよい状況判断を理解している。	運動についての 思考・判断
6	場面に応じたアドバイスや声かけをすることができる。	
7	自分の役割や次にとるべき行動を考えながら活動している。	
8	友達のアドバイスやよい動きを取り入れようとしている。	
9	ボールを真上に投げ、手を10回以上叩いてキャッチすることができる。(3/5成功)	運動の技能
10	両手でのアンダーハンドで狙った所に返せる。(3/5成功)	
11	両手でのオーバーハンドで狙った所に返せる。(3/5成功)	
12	相手コートにスパイクすることができる。(3/5成功)	

児童名	質問 ◎○の 割合 (%)	関心・意欲・態度				思考・判断				技能			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
男児A	100	◎	○	○	○	○	○	○	◎	○	○	○	○
男児B	91	◎	◎	○	△	◎	◎	◎	◎	○	○	○	○
女児C	91	◎	○	△	◎	◎	○	○	◎	○	○	○	○
女児D	83	◎	◎	◎	◎	○	◎	○	◎	△	△	○	○
男児E	83	◎	◎	◎	◎	◎	○	○	◎	△	△	○	○
男児F	100	◎	◎	○	○	○	◎	◎	◎	○	○	○	○
女児G	91	◎	◎	○	◎	○	○	◎	◎	○	△	○	○
男児H	91	○	◎	○	◎	◎	○	◎	◎	△	○	○	○
男児I	83	◎	◎	◎	◎	△	○	○	◎	△	○	○	○
男児J	100	◎	◎	◎	○	○	◎	◎	◎	○	○	○	○
女児K	75	◎	◎	△	△	○	△	◎	◎	○	○	○	○
男児L	83	◎	◎	◎	◎	○	○	○	◎	△	△	○	○
男児M	66	○	△	△	◎	○	△	○	○	△	○	○	○
男児N	83	◎	◎	○	◎	○	◎	○	◎	△	△	○	○
男児O	100	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎	◎	○	○	○	○
女児P	100	◎	◎	○	◎	○	◎	◎	◎	○	○	○	○
女児Q	100	◎	◎	○	◎	○	○	◎	◎	○	○	○	○
女児R	91	◎	◎	○	○	○	○	◎	○	△	○	○	○
女児S	91	◎	○	○	◎	○	◎	○	◎	△	○	○	○
女児T	100	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎	○	○	○	○
女児U	83	△	○	◎	○	○	◎	○	◎	△	○	○	○
男児V	66	◎	○	△	○	◎	○	△	○	△	△	○	○
男児W	91	◎	◎	○	◎	○	○	◎	◎	○	△	○	○
男児X	75	◎	◎	○	△	○	○	○	◎	△	○	○	△
女児Y	83	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	△	△	○	○
女児Z	50	◎	○	△	◎	◎	△	△	◎	△	○	△	△
男児a	50	◎	◎	△	△	△	△	△	○	○	△	○	○
◎○の割合 (%)		96	96	77	85	92	85	88	100	48	66	96	92

◎：はい

○：どちらともいえない

△：いいえ

Q 9～12 については教師による評価

(4) 教師の指導観

本単元では、学習指導要領の「E ボール運動」の「イ ネット型」の中から「ソフトバレーボール」を取り上げ進めていく。しかし、初めからバレーボールの正規のルールをそのまま採用し、空中を移動するボールをノーバウンドで操作していくことは、児童にとって難易度が非常に高く、チームの連係による攻撃や守備によつての攻防の実現は極めて困難だと考えられる。

そこで、3年生から6年生でルールを簡易化しながら、段階的に「ネット型ゲーム」(バレーボール系)の学習を進めていくことで、問題となる障害を徐々に取り除いていく。これにより、次の動きの判断や、次の動きへ移行するための時間的・精神的余裕が生まれ、バレーボールの特性を味わうことができるようになると考えられる。まず、3年生の学習では、レシーブ、トス、スパイク全ての局面でキャッチを認め、ネットに区切られたコートの中で攻防を組み立て、相手コートにボールを落とし、得点を競うことの楽しさを味わわせたい。次に4年生では、スパイクの局面だけに焦点をあて、ゲームにスパイクを取り入れていく。ネットをはさんだボール運動の楽しさや、ゲームの流れを理解した上で、バレーボールの魅力の一つであるスパイクの技能を習得させていく。さらに5年生では、レシーブの局面に焦点をあて、スパイクに加えレシーブの技能を習得させ、ゲームに取り入れる。そして、6年生では残りのトスの局面に焦点をあて学習を進めていく。このように、段階的にボール操作についての制限を緩和していきながら、バレーボールの特性に触れることで、一つ一つの技能が焦点化され、それぞれの段階での技能が習得しやすくなる。その習得した技能や知識を基に、仲間とかかわり、チームの連係による攻撃や守備によつて、攻防することができるようになるのではないかと考える。

グループ分けについては、実態調査から運動技能水準の上位グループと下位グループとに分け、チーム内には自分と同じくらいの技能を持った児童で構成する。さらに上位グループと下位グループとで兄弟チームを設定し、一緒に活動したり、ゲーム分析を行ったりするなど、協力しながら学習を進めていく場面を意図的に創出する。最終的なメインゲームでは兄弟チームの合計点により勝敗を決定することにより、兄弟チーム間の連携が強まることをねらっていく。また、1チームの人数を4～5人とし、ローテーションをすることで運動量の確保やレシーブやトス、スパイクなどを必ず経験できるようにする。

そして、さらに本単元のねらいにせまっていくなために、取り扱う教材や教具、場の設定などを以下のようにして進めていく。

① 教材、教具の工夫

- ・ バレーボールのルールを簡易化したゲームを扱うことにより、意図的なセットを経由した攻撃が実現できるようにしていきたい。※別紙参照
- ・ 基礎技能向上を図るためのサーキットトレーニングを行うことにより、ゲームに必要なとってくる基礎的・基本的な技術向上を図っていきたい。※別紙参照

② 場の工夫

- ・ コートの広さ (バドミントンコート 13.4×6.1m)
- ・ ネットの高さ 175cm (上位グループ) 155cm (下位グループ)

③ よいプレーや次時のめあてを共通理解するための場の設定

- ・ 学習のまとめに各チームのよいプレーを紹介し、共有する時間を設定する。また、チーム毎に次時のめあてを明確にさせる。それによつてプレーの幅が広がったり、運動有能感が向上したりし、めあてに向かって意欲的に取り組んでいくことをねらってきたい。

3 単元目標

(1) 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する。

イ ネット型では、簡易化されたゲームで、チームの連係による攻撃や守備によって、攻防を
 すること。 (技能)

(2) 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ようにする。 (態度)

(3) 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ように
 する。 (思考・判断)

4 評価規準

	運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
評価規準 内容のまとめ(領域)ごとの	<ul style="list-style-type: none"> ボール運動の楽しさや喜びに触れることができるよう、進んで取り組むとともに、ルールを守り助け合って運動しようとしたり、運動する場や用具の安全に気を配ろうとしたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ルールを工夫したり、自分のチームの特徴に合った作戦を立てたりしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ネット型について、簡易化されたゲームで攻防をするためのボール操作やボールを持たないときの動きを身に付けている。
単元の評価規準	<ul style="list-style-type: none"> 集団対集団で競い合う楽しさや喜びに触れることができるようネット型のゲームに進んで取り組もうとしている。 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しようとしている。 用具の準備や片付けで、分担された役割を果たそうとしている。 運動をする場を整備したり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ネット型のゲームの行い方を知るとともに、簡易化されたゲームを行うためのルールを選んでいる。 チームの特徴に応じた攻め方を知るとともに、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てている。 効果的な攻め方を知るとともに、チームに合った作戦を選んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ネット型では、簡易化されたゲームで、チームの連係による攻撃や守備をするための動きができる。
学習活動に即した評価規準	<ol style="list-style-type: none"> ① 集団対集団で競い合うための練習やゲームに進んで取り組もうとしている。 ② 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しようとしている。 ③ 用具の準備や片付けで、分担された役割を果たそうとしている。 ④ 運動をする場の危険物を取り除いたり、用具の安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。 	<ol style="list-style-type: none"> ① ネット型(ソフトバレーボール)のゲームの行い方を知っている。 ② みんながネット型の楽しさや喜びに触れることができるよう、プレー上の制限、得点の仕方などのルールを選んでいる。 ③ チームの特徴に応じた攻め方や守り方を知り、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てている。 ④ 効果的な攻め方や守り方を知り、チームに合った作戦を選んでいる。 	<ol style="list-style-type: none"> ① ボールの方向に体を向けて、その方向に素早く移動することができる。 ② 味方が受けやすいようにボールをつなぐことができる。 ③ チームの連係による攻撃や守備によって、攻防をすることができる。

5 指導と評価計画（9時間扱い）

時間		1	2	3	4	5	6	7 (本時)	8	9	
第5学年	学習の流れ	○集合、整列、あいさつ ○用具や場の準備 ○準備運動									
		ゲームに必要な技能を身に付け、スムーズにゲームを進めることができる。 オリエンテーション 1 学習課題の確認 ○学習の進め方 ○学習の約束 2 試しのゲーム ○体験する ○課題を見つける 3 話し合い ○課題について ○気づいたこと 4 サーキット ○説明を聞く ○練習をする 5 学習の感想 ○カード記入 ○話し合い			1 準備運動 ○サーキット ○ドリル ○ラリーゲーム 2 学習課題の確認 ○めあての確認 3 タスクゲーム ○レシーブゲーム 4 メインゲーム ○キャッチトスバレー 5 振り返り ○兄弟チームとの反省会 6 学習のまとめ ○カード記入 ○チームインタビュー			チームの特徴を生かした作戦を考え、チームの連係による攻撃や守備によって攻防ができる。 1 学習課題の確認 ○めあての確認 2 準備運動 ○サーキット ○ドリル ○ラリーゲーム 3 メインゲーム1 ○キャッチトスバレー 4 話し合い 5 メインゲーム2 ○キャッチトスバレー 6 振り返り 7 学習のまとめ ○カード記入 ○チームインタビュー			キャッチトスバレー大会 1 学習課題の確認 ○めあての確認 ○兄弟チームとの打ち合わせ 2 メインゲーム ○キャッチトスバレー 3 単元のまとめ ○カード記入 ○MVP ○インタビュー
		○整理運動、あいさつ ○後片付け									
指導と評価の機会	関・意・態	用具、場の安全		④		②		①		③	
	思考・判断	② ルールを選択		行い方	①	作戦を立てる	③		④ 作戦の選択		
	技能	体の向き	①	ボールをつなぐ	②					③ 攻撃や守備の攻防	

6 本時の指導

(1) 目標

- ボールを状況に応じて片手や両手でレシーブし、チームの連係による攻撃や守備によって、攻防することができるようにする。 (技能)
- 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しようとするようにする。 (関心・意欲・態度)
- ◎ チームの特徴に応じた攻め方や守り方を知り、自分のチームの特徴に応じた作戦を立てることができるようにする。 (思考・判断)

(2) 展開 (7/9)

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援 (○), 評価 (☆)	用具・資料
はじめ	10分	<p>1 集合, 整列, 挨拶を行う。 ○用具と場の準備を行う。</p>	<p>○ 機敏な集団行動と元気な挨拶ができるようにする。 ○ 服装や健康状態の確認をする。 ○ 協力して素早く準備するように声かけをする。</p>	<p>・支柱 ・ネット ・ボール ・バケツ ・ビート板</p>
		<p>2 準備運動を行う。 ○サーキット ○ドリル ○ラリーゲーム</p>	<p>○ ゲーム中の動きを意識しながら活動するように声かけをする。 ○ 本時の運動で使用する部位を意識しながら活動させる。 ○ 良い動きや, 言葉がけをしているチームをすかさず認め称賛する。</p>	<p>・棒 ・ぶら下がったボール ・学習カード</p>
		<p>3 学習課題の確認をする。</p>		
		<p>チームのめあてを達成するには, どのような作戦を立てればよいだろうか。</p>		
		<p>○学習の流れとめあての確認</p>		
<p>4 メインゲーム1を行う。 ○キャッチトスバレー ※ルールは別紙参照 ※試合時間は2分</p>	<p>○ スポーツマンシップの精神のもと, 審判係の判定に従うようにさせる。 ○ 分析係の人は兄弟チームの試合をよく観察するよう声かけをする。 ○ 係の仕事に対し, 責任を持って臨むように助言する。</p>	<p>・得点板 ・学習カード ・記録カード ・分析カード ・ハンドホイッスル ・対戦結果表 ・審判の仕方が書かれた掲示</p>		
<p>5 話し合い, 練習 ○チーム</p>	<p>○ 話し合いの観点として話し合いカードの「チームのめあて」, 「レシーブ」, 「スパイク」, 「声かけ」, 「フォローの動き」を中心に話し合うように声かけをする。 ○ 話し合いから, 自分達のチームの課題にあった練習を選択して活動させる。 ○ チームの課題に応じた練習方法を見つけられないチームには, 練習方法の効果が書かれた掲示物を参考にするように助言する。</p>	<p>・話し合いカード ・作戦ボード ・分析カード</p>		

<p>な か</p>	<p>25 分</p>	<p>6 メインゲーム2を行う。 ○キャッチトスバレー ※ルールは別紙参照 ※試合時間は4分</p>	<p>☆ チームの特徴に応じた攻め方や 守り方を知り、自分のチームの特徴 に応じた作戦を立てているか。 (観察・カード)</p> <p>○ メインゲーム1と同様にゲーム をするように助言する。 ○ メインゲーム1の反省や話し合 いで出た作戦を生かしてゲームを するようにする。 ○ 兄弟チームとの合計点が勝敗に 関わることを意識させる。 ○ 児童の自信や意欲を高めるため に、よいプレーは積極的に称賛す る。</p>	
<p>ま と め</p>	<p>10 分</p>	<p>7 学習のまとめ ○学習カードの記入をする。 ○チームインタビュー</p> <p>8 整理運動をする。</p>	<p>○ コの字型に集合させ、児童それぞ れの顔が見やすい環境をつくる。 ○ 個人のめあてが達成できた児童 は赤帽子にさせる。 ○ 学習カードを基に、チームの良か ったところ、悪かったところ、次回 がんばるところを発表させ、次時の めあてを持たせる。</p> <p>○健康状態を確認する。</p>	<p>・学習カード</p>

目指せ！HERO!!(ドリルの結果) 名前 _____

1	バケツキャッチ 10 / 0 本	距離コントロール 6点 / 12点
2	バケツキャッチ 10 / 10 本	距離コントロール 12 / 12点
3	バケツキャッチ 10 / 10 本	距離コントロール 12 / 12点
4	バケツキャッチ 10 / 10 本	距離コントロール 12 / 12点
5	バケツキャッチ 5 / 5 本	距離コントロール 7 / 12点
6	バケツキャッチ / 5 本	距離コントロール / 12点
7	バケツキャッチ / 10 本	距離コントロール / 12点
8	バケツキャッチ / 10 本	距離コントロール / 12点

ふりかえりカード

時間	めあて	今日のプレー (◎・○)				思ったことや感じたことを書こう
		レ	ス	声	フォ	
1	レシーブがスムーズにできる。	○	○	○	○	スパイクがあまり強くない。
2	しっかりスパイクを決める。	◎	◎	○	◎	レシーブがスムーズだった。 声かけがあまりできなかった。
3	レシーブがスムーズにできる。	◎	◎	◎	◎	はげましがあまりできなかった。
4	スパイクの強さをしっかりやる。	◎	◎	◎	◎	今日はスパイクもレシーブも スムーズにできてきた。
5	レシーブのきりを正確にする。	○	○	◎	◎	レシーブが弱くアセムーに なってきた。
6	相手から来たボールを 必ずレシーブでセーブする。	○	○	○	○	ムバでやろうとしてレシーブ のミスが多くなった。
7	ムバウンドからムバウンドの 見分けをしっかりとやる。	○	○	○	○	レシーブの角度が良かったことが あった。
8	見守					
9	最後まで頑張ったことを 褒めてくれる。	◎	◎	◎	◎	失敗してもはげましかつてし て良かった。優勝することが できた。

レ・・・レシーブ ス・・・スパイク 声・・・味方への声かけ フォ・・・味方へのフォローの動き