

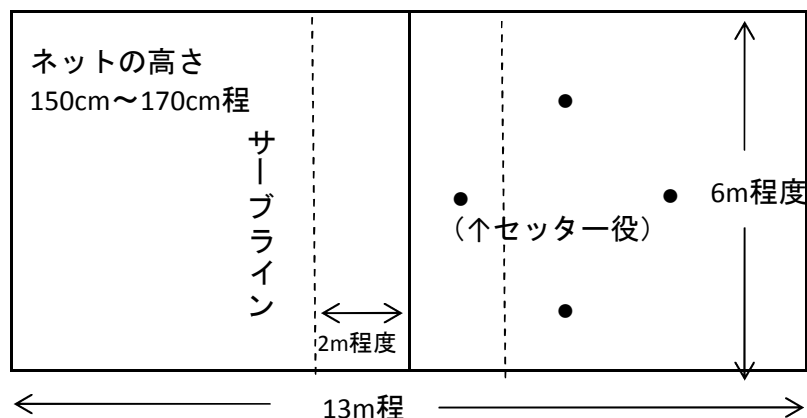
ソフトバレーボールを基にした易しいゲーム（中学年）

キャッチバレー

○教材の特長

- ・中学年のネット型のゲームは、「ラリーが続く」ように工夫していく必要があります。
- ・そこで、「キャッチバレー」では、ラリーの面白さを味わえるように、はじく（レシーブ）技能を軽減し、キャッチしてボールを確実につないでいけるようにボール操作を易くしています。
- ・また、ボールを味方に素早くパスすることで、3段攻撃を意識した動きを学ぶことができます。

○コート図



< 3 段攻撃を意識した動き >



レシーバーは、キャッチしてセッター役に素早くパスします。



セッター役は、キャッチして素早くアタッカー役に向けて投げ上げます。



アタッカーは、キャッチして素早く相手コートに返球します。



< サーブ >



相手が受けやすいボールを、下から両手で投げ入れます。



慣れてきたら、アタッカーは、キャッチしないではじいて相手コートに返球します。

○準備物

- ・ボールは、ライトドッジボールなど受けやすいボールを使います。
- ・コートは、横13m 縦6m を目安にしましょう。（バドミントンコートを使うとよいでしょう。）
- ・ネットの高さは、150cm～170cmを目安にしましょう。
- ・得点板、ラインテープ など

○ルール

- ・4人対4人でゲームを行います。
- ・ボールをはじかないでキャッチして、3回で相手コートに返球(攻撃)するゲームです。
- ・ボールをキャッチしたときは、すぐに味方にパスをしてボールをつないで返球(攻撃)します。
- ・慣れてきたら3本目は、キャッチしないではいいて相手コートへ返球(攻撃)していきましょう。
- ・サーブは、サーブラインより後ろに位置し、中央付近から相手が受けやすいボールを下から両手で投げ入れて行います。
- ・得点したチームのサーブで始めます。
- ・ラリーポイント制でゲームを進めていきましょう。

例) はじめの段階では、5点先取で勝ち！ → 慣れてきた段階では、10点先取で勝ち！
または、時間制にして、5～7分の間に得点の多い方が勝ち！としてもよいでしょう。



セッター役は、ネットを背に動くように指導しましょう。



常にボールの方向に
体を向けることが大切
です。

○指導上のポイント

- ・ボールを長く持っしまい、ゲームの流れが止まりがちになる状況のときには、素早く味方にパスするように声をかけていきましょう。
- ・2回目(セッター役)の動き(組み立てる)が大切になります。ボールのもらい方は、ネットを背に動くように指導しましょう。
- ・2回目にボールをキャッチする人をセッター役、3回目に相手コートに返す人をアタッカー役と呼びますが、はじめから役割を固定する必要はありません。
- ・はじめの段階では、ひとつのプレイが終了するごとに、ローテーションしてゲームを進めるといろいろなポジションでの役割を学習することができます。5人の場合は、一人ぬけてローテーションするとよいでしょう。
- ・学習が進んだ段階では、3回目(アタッカー役)の動き方の工夫をチームの作戦としていきましょう。その際には、役割を固定するなどして、いろいろな攻撃パターンをチームで見つけていくことが学習課題となります。

例) はよい攻撃、おとり攻撃、ひとり時間差攻撃 など ボールを持っていない子ども(アタッカー役)の動き方を学習課題にしていきましょう。

- ・1回、2回では相手コートに返球しないように声をかけ、3段攻撃につながるようにボールを持っていない子どもの動きを高めるようにしていきましょう。そのためには、常にボールの方向に体を向け、「1, 2, 3」と声をかけながらボールをつなぐように指導していくことが大切です。
- ・単元後半で「キャッチ」できる回数やできる人を制限し、はじく(レシーブ)動きを取り入れていくと、高学年のソフトバレーボールにつながっていきます。
- ・判定や得点は、審判チームをつくり審判をしたり、得点を数えたりする役割を与えていくとよいでしょう。審判チームをつくれな場合はセルフジャッジとし、判定に迷った場合は両チームのじゃんけんによって決めてもよいでしょう。