

感染症拡大防止策を講じた 授業づくり

【球技】ゴール型（サッカー）例

※この動画は令和3年3月時点で作成したものです。

福岡県体育研究所



ポイント

- ・ 少人数グループで
- ・ 対戦相手を限定して
- ・ 使用する用具を減らして
- ・ 接触場面を減らして
- ・ プレイ空間を制限して
- ・ 近接を伴う活動の時間を全体の 1 / 3 程度に
- ・ 授業後は必ず石けんで手洗いを

【目指すゲームの様相】

安定したボール操作と空間を作り出すなどの動きによって
ゴール前への侵入などから攻防をする

【技能（例）】

〈ボール操作〉

- ・ゴールの枠内にシュート
- ・味方が操作しやすいパスを送る
- ・守備者とボールの間に自分の体を入れてボールをキープする

〈ボールを持たないときの動き〉

- ・ゴール前に広い空間を作り出すために、守備者を引きつけてゴールから離れる
- ・パスを出した後に次のパスを受ける動きをする
- ・ボール保持者が進行できる空間を作り出すために進行方向から離れる
- ・ゴール前の空いている場所をカバーする

【目指すゲームの様相】

状況に応じたボール操作と空間を埋めるなどの動きによって空間への侵入などから攻防する

【技能（例）】

〈ボール操作〉

- ・ 防御をかわして相手陣地やゴールにボールを運ぶ
- ・ 味方が作り出した空間にパスを送る
- ・ 空いた空間に向かってボールをコントロールして運ぶ
- ・ 守備者とボールの間に自分の体を入れて、味方と相手の動きを見ながらボールをキープする
- ・ 隊形を整える時間を作るためにボールを動かす

〈ボールを持たないときの動き〉

- ・ 自陣から相手陣地の侵入しやすい場所に移動する
- ・ シュートしたりパスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動する
- ・ 侵入する空間を作り出すために、チームの作戦に応じた移動や動きをする
- ・ 得点をとるためのフォーメーションやセットプレイなどのチームの役割に応じた動きをする
- ・ チームの作戦に応じた守備位置に移動し、相手のボールを奪うための動きをする
- ・ 味方が抜かれた際に、攻撃者を止めるためのカバーの動きをする
- ・ 一定のエリアから得点をしにくい空間に相手や相手のボールを追い出す守備の動きをする

【球技】 ゴール型（サッカー）

少人数グループでの活動例①（ウォーミングアップ）

「鬼からマーカーを守る鬼ごっこ」 （4人1組）

【ねらいの例】

〈次の年次以降〉

- ・相手や味方の位置を確認して、ポジションを修正して守る

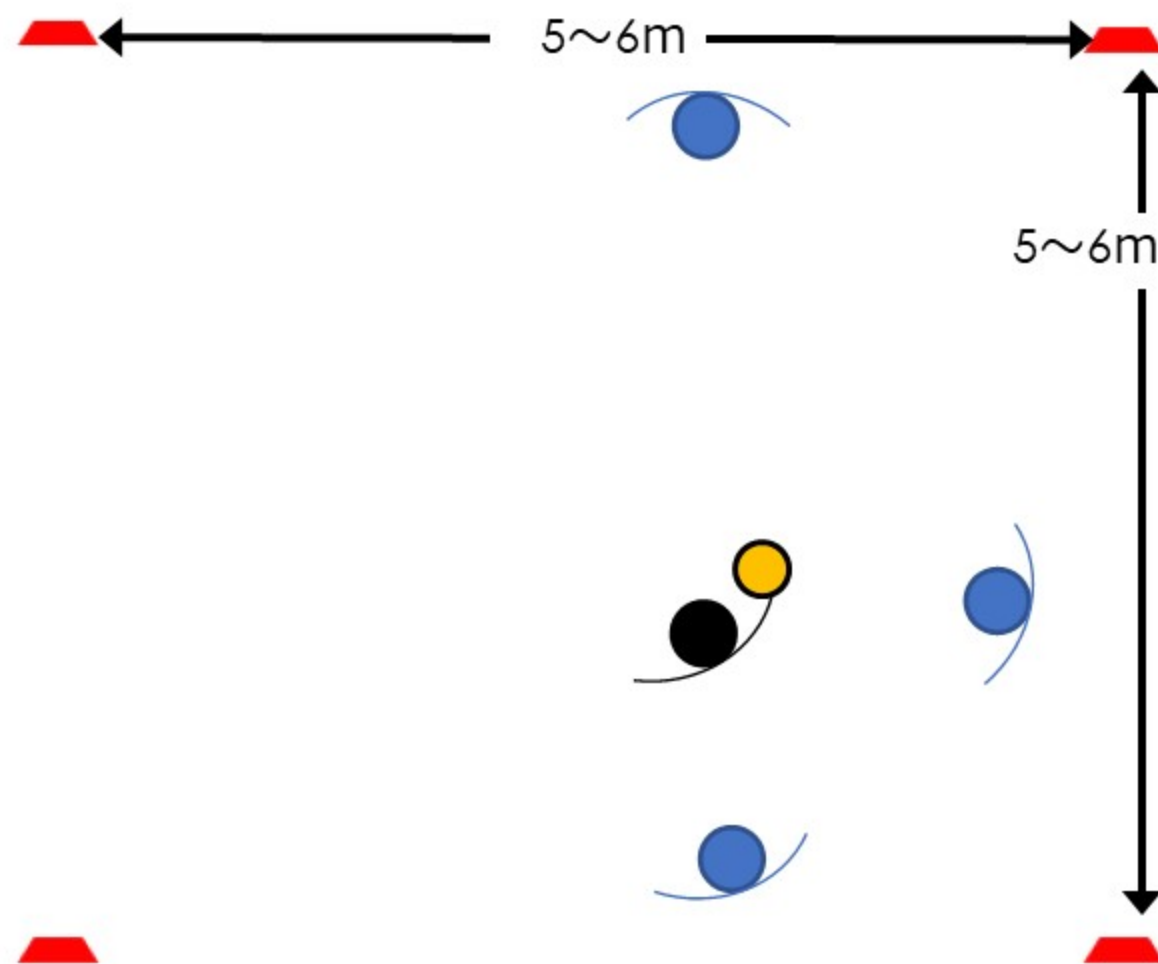
【ルール】

- ・守備側は3人で4つのコーンを守る
- ・鬼は1人
- ・ボールを手に持った鬼が、マーカーを踏む（もしくはボールでコーンを触る）と鬼を交代する
※鬼の順番はあらかじめ決めておく
- ・鬼は、守備側の人や踏んでいるマーカー（もしくは触れているコーン）には、触れることができない

【準備物】

- ・マーカー×4個（守備側の人数より多くする）
- ・ボール×1個

- ・・・守備×3人
- ・・・鬼×1人
- ・・・ボール



【球技】 ゴール型（サッカー）

少人数グループでの活動例②（ウォーミングアップ）

「鬼ごっこ」 （6人1組）

【ねらいの例】

〈入学年次〉

- ・味方から離れる動きや人のいない場所へ移動する

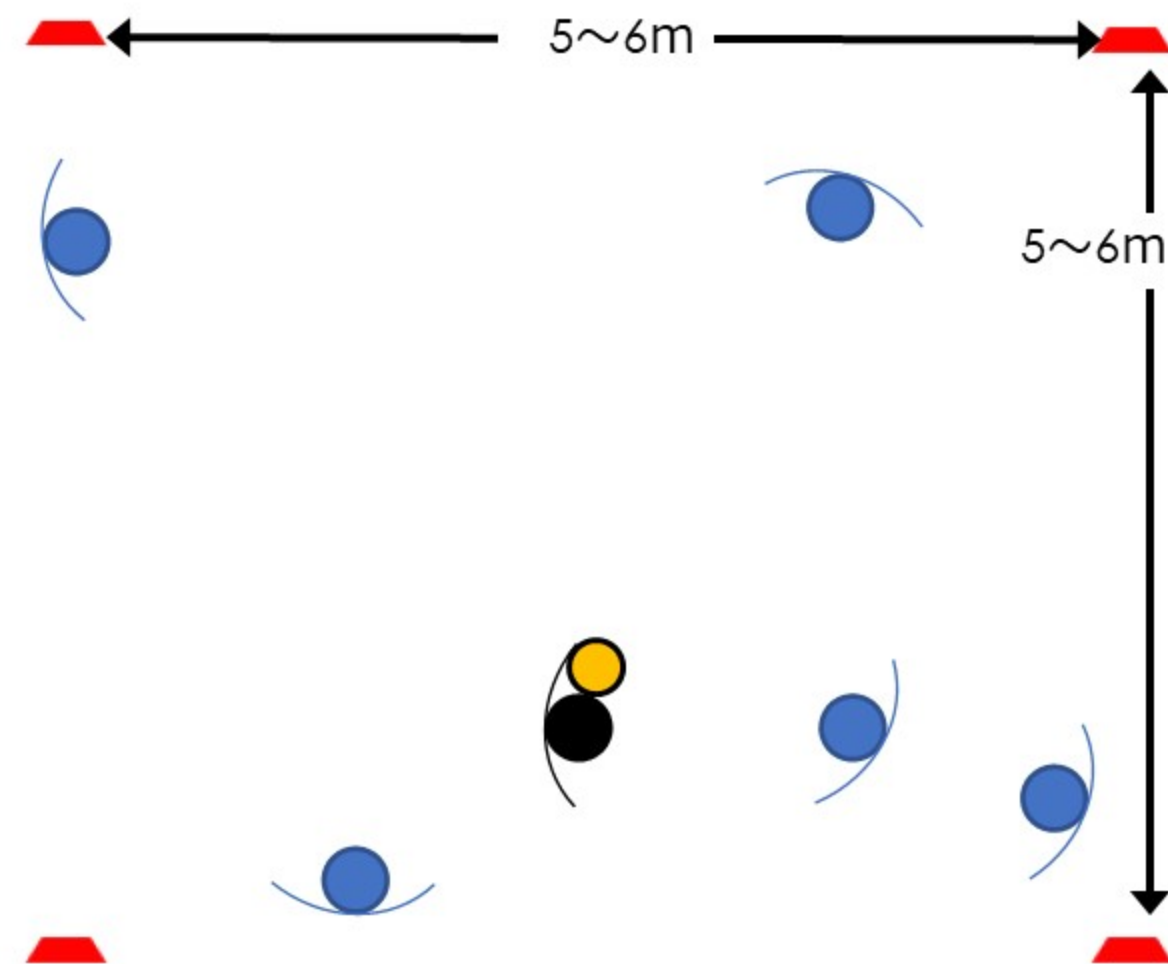
【ルール】

- 鬼はボールを手に持ち、マーカー（コーン）を踏んでいない人をボールでタッチする。（マーカーを踏んでいる人にはタッチできない。）
- タッチされた人は鬼と交代する
- 1つのマーカーに触れられるのは1人
※後からマーカーに触れる人が優先となり、次の人がマーカーに触れた場合は、先に触れていた人が、必ずマーカー離れなければならない。

【準備物】



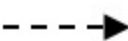

- ・マーカー（コーン）×4 ※守備側の人数より多く
- ・ボール×1

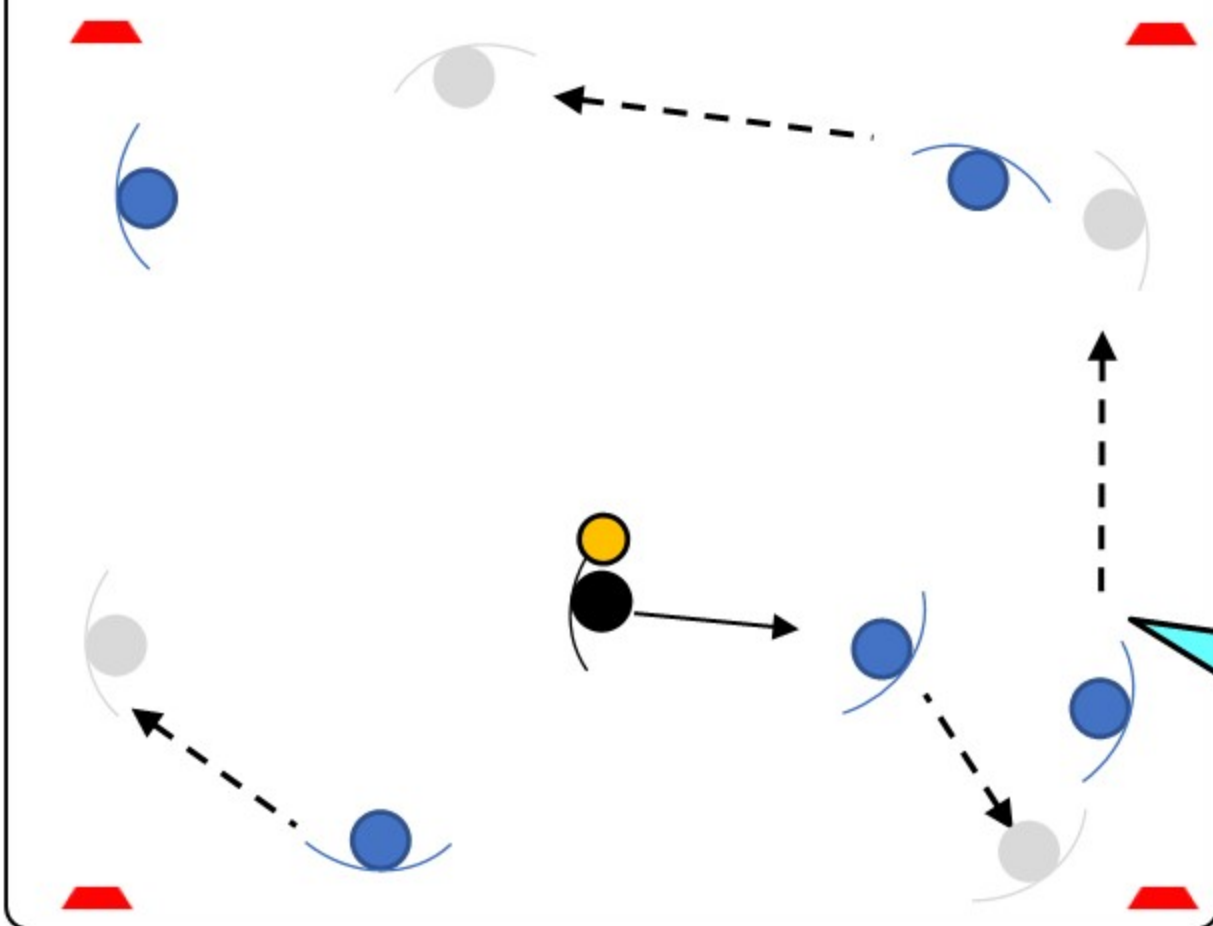
- . . . 守備×5人
- . . . 鬼×1人
- . . . ボール



【球技】 ゴール型（サッカー）

少人数グループでの活動例②（ウォーミングアップ）

-  . . . 守備
-  . . . 鬼 ※30秒程度で鬼交代
-  . . . ボールを持たない人の動き
-  . . . 鬼の動き



ポイント

- ・ 鬼は手でボールを持つ
（投げて守備者に当てない）
- ・ 授業後は必ず石けんで手洗い

【こんな姿が見られるように】

- ・ 味方から離れる
- ・ 動きや人のいない場所に移動する

【ねらいの例】

〈入学年次〉

- ・ゴールの枠内にシュートをコントロール
- ・味方が操作しやすいパスを送る
- ・パスを出した後に次のパスを受ける動き

〈次の年次以降〉

- ・シュートしたり、パスを受けたりするために味方が作り出した空間に移動する
- ・味方が次に動く空間を予測したパス

【ルール】

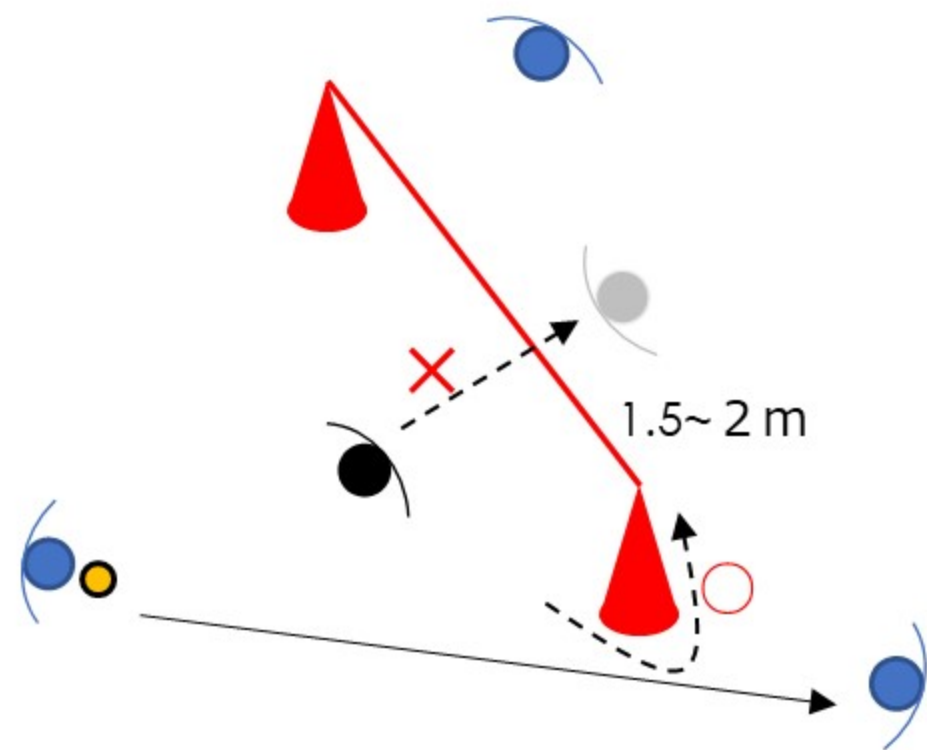
- コーンの間をボールが通過したら得点（どちら側から通過しても得点）
- 守備者はゴールラインを越えて移動できない

【準備物】

- ・ボール
- ・ビブス
- ・コーン×2（バーやゴム等につないでも可）

【図の見方】

- （青）・・・攻撃×3人
- （黒）・・・守備×1人 ※30秒～1分で守備者交代
- >・・・ボールを持たない人の動き
- ~>・・・ボール保持者の動き（ドリブル）
- >・・・パス（シュート）によるボールの動き



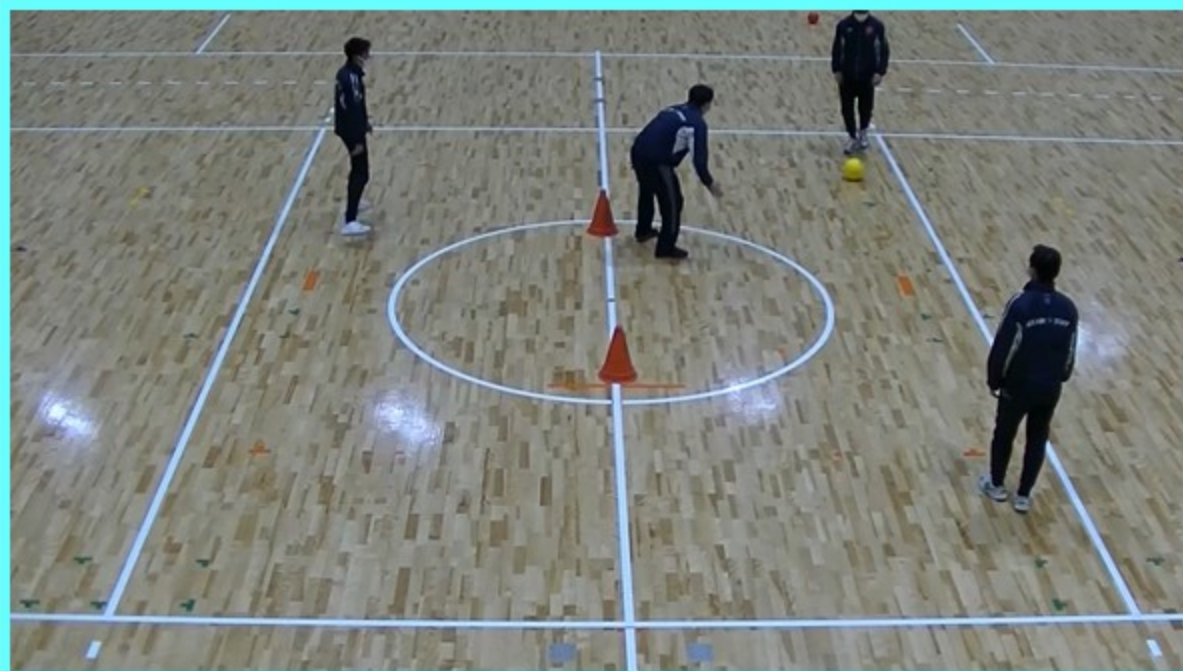


ポイント

- ・ ビブスは共用しない
- ・ 接触場面を減らして



- ・ 生徒の技能に応じて、ゴール幅を調整しましょう
- ・ 映像ではフットサルボールを使用していますが、新聞ボールを使うと、遠くまで転がりにくくなります



「3対3」



ポイント

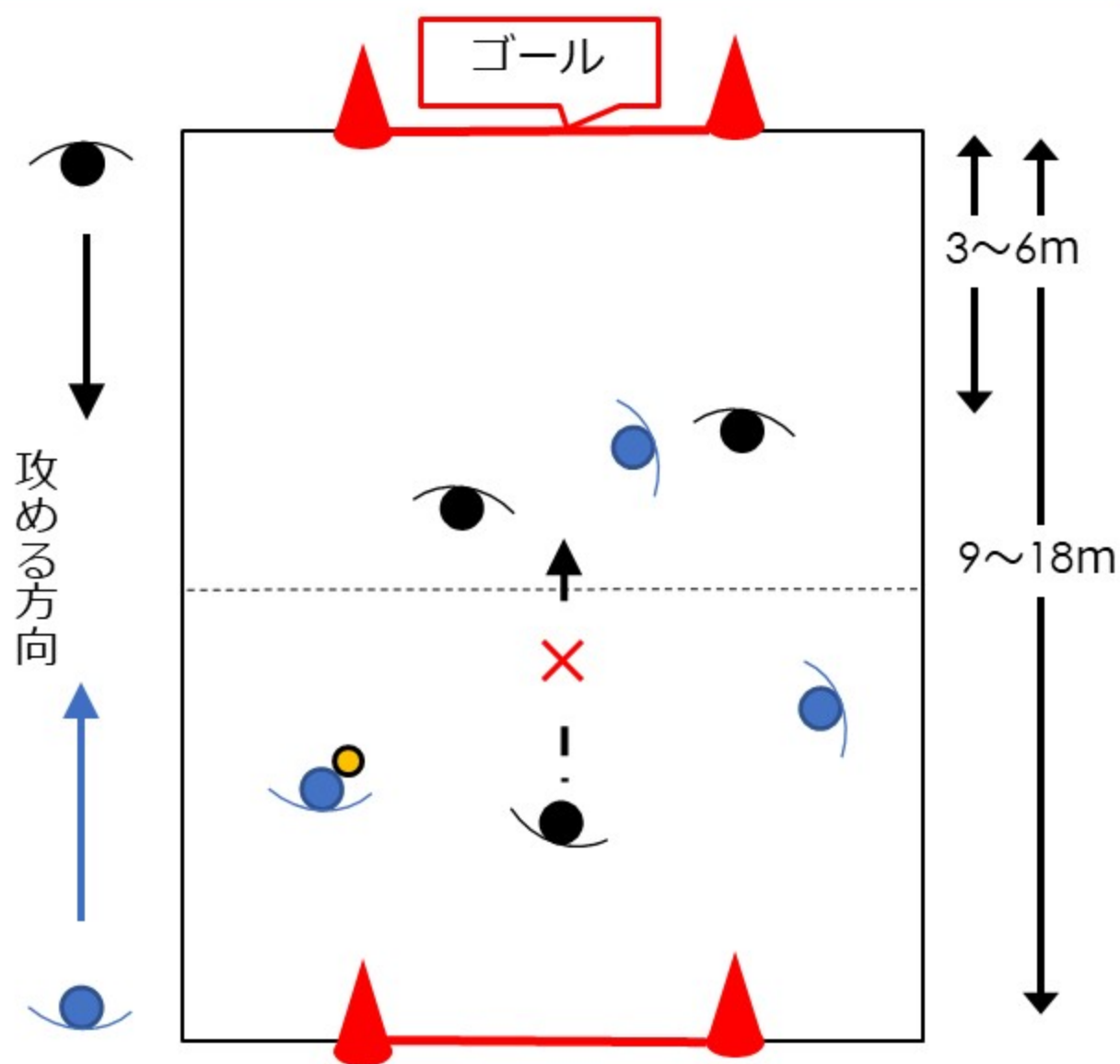
- ・ 接触場を減らすためのルール工夫

【ルール】

- 守備者は、パス (もしくはシュート) されたボールしか触れることしかできない。
- ハーフラインより自陣側には守備側は2人までしか入れない。
- コーンの間をボールが通過したら得点。

【準備物】

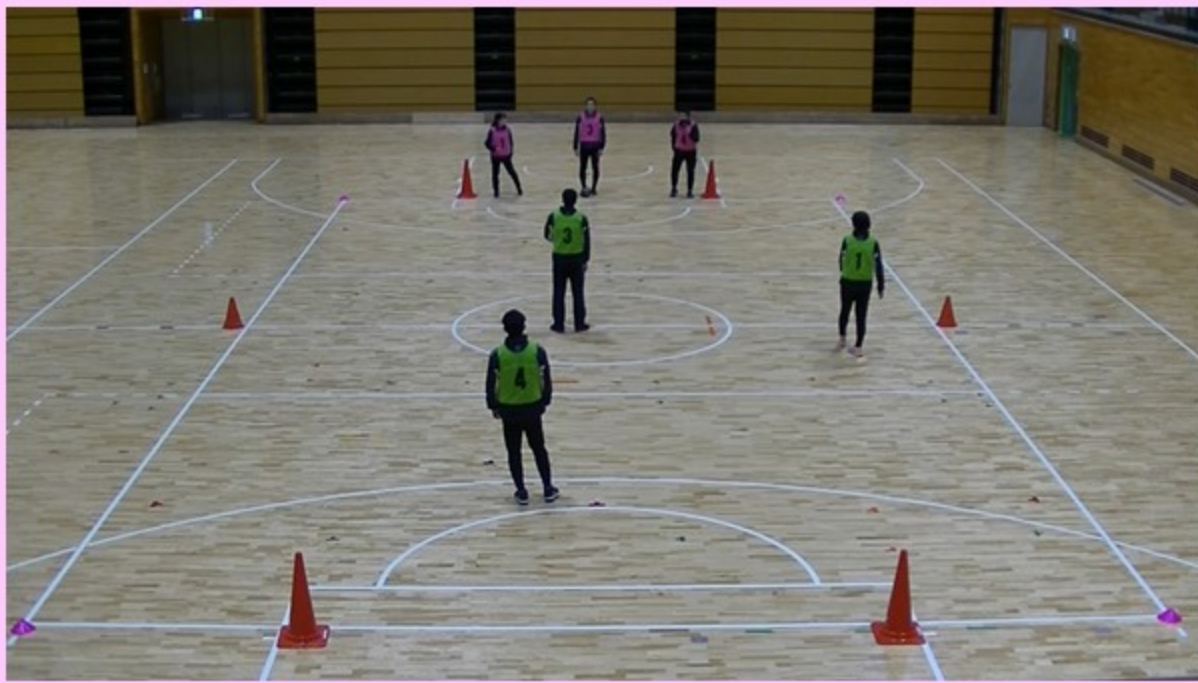
- ・ カラーコーン (マーカー) × 4
- ・ ボール・ビブス
- ・ ラインテープ (体育館の場合)
- ・ 石灰かマーカー等 (グラウンドの場合)





ポイント

- ・ 少人数グループで
- ・ 対戦相手を限定して
- ・ 接触場面を減らして



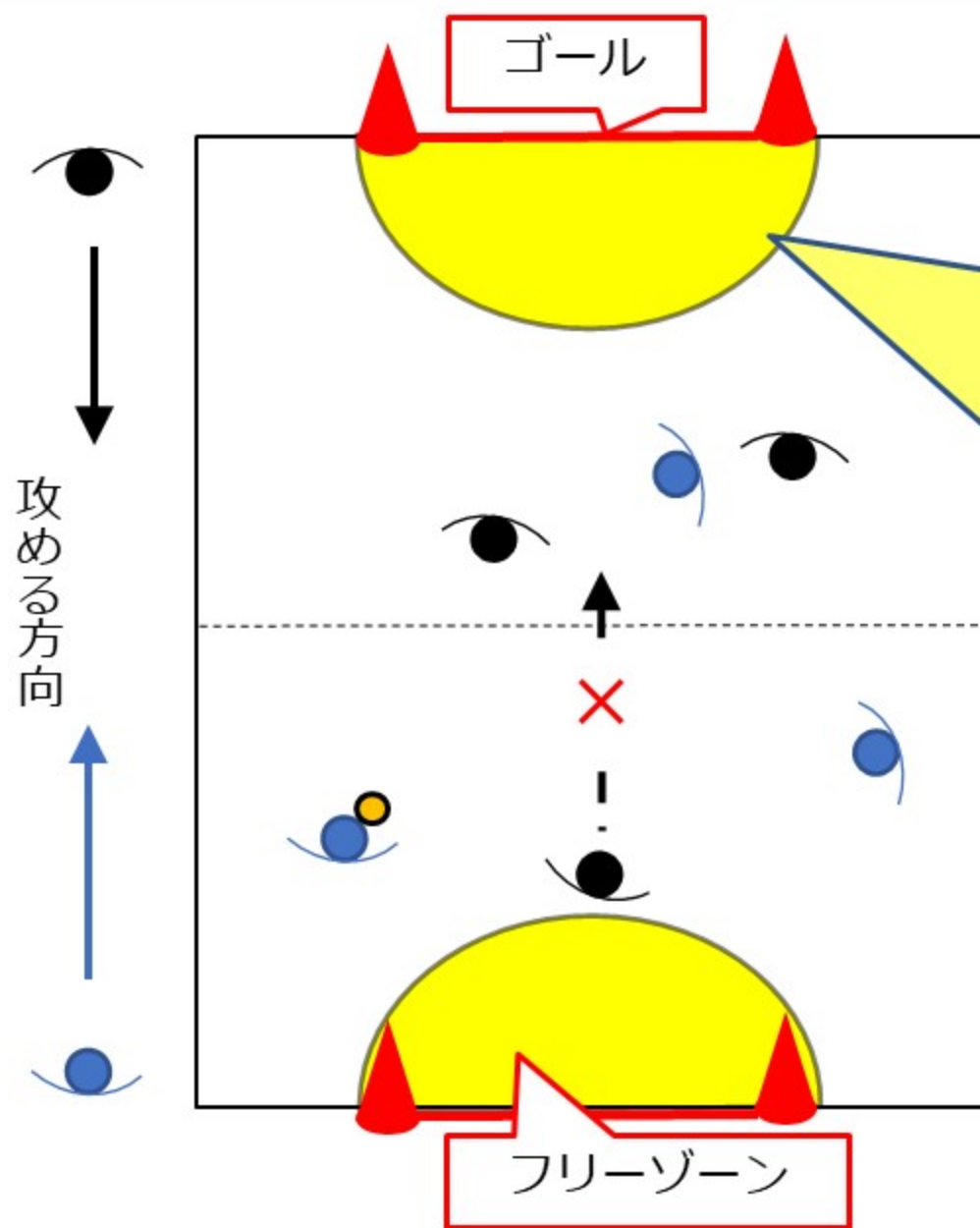
【行い方の例】

- ・ 一定の時間で攻守を交代する
- ・ ゲーム開始・再開時は攻撃側のゴールラインからドリブルもしくはパスでスタートする
- ・ 攻撃をスタートするまでは、守備側は相手コートに入ることができない

【ルールの工夫例】

- ・ 攻撃側は全員がボールに触れたらシュートを打つことができる





【得点しやすくする ルールの工夫例】

- ・ゴール前にフリーゾーン
(守備側が入れないスペース)
を設定する。

- ・ゴールの幅を広げる

など

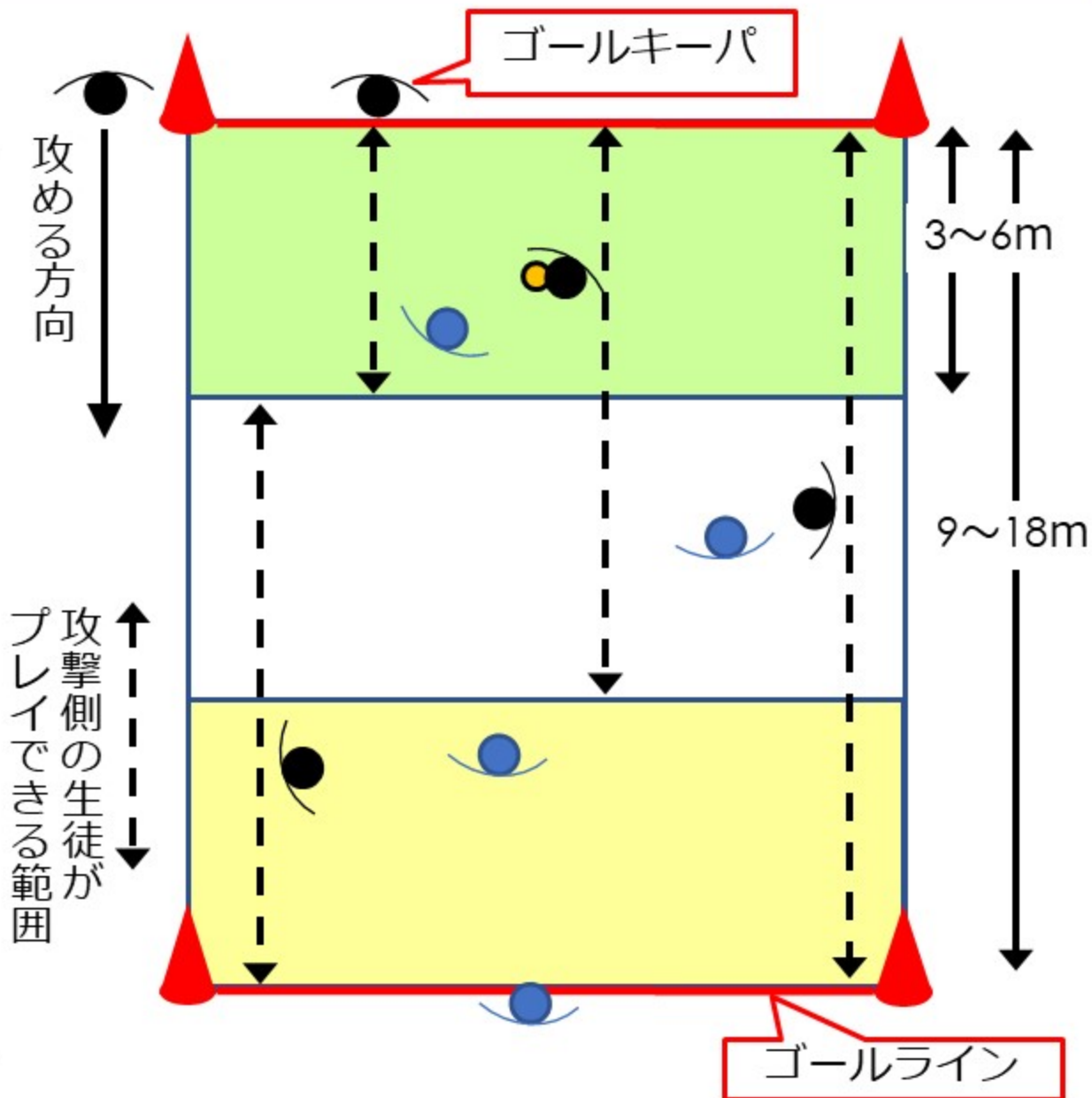
「4対4」 (エリア別アウトナンバーゲーム)

【ルール】

- コーンの間をボールが通過したら得点
- 攻撃 (ボール保持) 側は、自分の担当エリアと隣のエリアでプレイする (入る) ことができる (ゴールキーパーはゴールラインから1つ前のエリアまでボールを足で触れることができる)
- 守備側は、自分の担当エリアだけしか入ることができない。
- 守備者は、パス (もしくはシュート) されたボールしか触れることしかできない。

【準備物】

- ・カラーコーン (マーカー) × 4
- ・ボール・ビブス
- ・ラインテープ (体育館の場合)
- ・石灰かマーカー等 (グランドの場合)





ポイント

- ・ プレイ空間を制限して
- ・ 接触場面を減らして



- 守備側は、自分の担当エリアだけしか入ることができない。
- 守備者は、パス（もしくはシュート）されたボールしか触れることしかできない。



「4対4」

（エリア別アウトナンバーゲーム）

【行い方の例】

- ・ 担当するエリアをローテーションで回す
- ・ ローテーションで仲間の動きを分析する

【ルールの工夫例】

- ・ 攻撃側は全員がボールに触れたらシュートを打つことができる

【ボール操作を易しくする

用具の工夫例】

- ・ フットサルボール
- ・ 新聞ボール

