

2024年度 JBAバスケットボール授業研究会
「各年代のバスケットボール授業における『楽しさ』の追究」

大学での授業

「効率的なシュートを考える大学授業の実践」

静岡大学 グローバル共創科学部/人文社会科学部
JBA 指導者養成委員会学校体育推進WG

祝 原 豊

自己紹介(現在)



①所属(静岡大学 准教授)

- ・グローバル共創科学部/地域創造学環、人文社会科学研究科
体力科学(子どもや中高齢者の体力、健康づくりのツール)の研究
専門科目 / 一般健康体育科目 を担当

②バスケットボールに関連した活動

- ・静岡大学体育会女子バスケット部(東海2部リーグ)を指導
- ・国民体育大会静岡県代表成年女子 監督(令和元年～)
- ・地域でバスケットボールや運動遊びをテーマとした講習会
- ・東海学生バスケットボール連盟 理事、静岡県バスケットボール協会 代議員
- ・日本バスケットボール学会 監事

③その他 主な活動

- ・日本スポーツ協会 スポーツ少年団指導育成部会 部会員
- ・日本スポーツ協会 スポーツ少年団リーダー養成WG 班長
- ・日本ウォーキング学会 諮問委員
- ・東海体育学会 理事
- ・静岡県スポーツ少年団本部委員会 委員

④資格など

- ・日本スポーツ協会 コーチデベロッパー(修了)、コーチ2
- ・日本バスケットボール公認 C級 コーチ/審判員
- ・小学校、中学校、高等学校 教諭免許状(専修)
- ・日本レクリエーション協会 レクリエーション・インストラクター

今回のアウトライン

- ① 自己紹介
- ② 対象となる**学生と大学授業の状況**
- ③ 大学生にとっての**楽しさ**をどう捉えるか？
- ④ 楽しさのkeyとなるポイント **「シュート」**
- ⑤ シュートを考える **「JBA 選手育成ゲームモデルより」**
- ⑥ **実践例**の紹介
 - ・レイアップシュートの分解
 - ・アウトナンバーの導入 **「2on0、2on1」**
 - ・アウトナンバーの展開 **「オールコート2on1+1、3on2+1」**
 - ・セットシュートの応用 **「ノックアウトシュートゲーム」**
 - ・アウトナンバーの応用 **「リンクマンゲーム(4on4+1)」**
 - ・イーブンナンバーの打開 **「ミートほか」**
- ⑦ まとめ

大学生や大学授業の状況①

対象や条件について...

① 対象となる大学生

- ・一般教養としての体育？教員養成？専門種目？
👉『楽しさ』の追究より... **一般体育** (or 教員養成)
* 担当教員は、バスケ等を専門としないケースあり

② 学生の状況

- ・授業ないし種目を**選択**した学生(≠必修)
👉 ある程度の**意欲・体力・専門性**を持ち合わせている
- ・男女ともに受講、**体力(体格等)の差**が大きい
- ・バスケや他の種目に競技として関わる学生
- ・**理解度**はある程度高く、同水準であることが多い

③ 授業としての**内容と目標設定・評価**

- ・**学習指導要領はなく**、大学理念に沿って担当教員に委ねる
👉 教員で設定し**シラバス**にて明示される
- ・90分×15回(合計時間)で構成されることが多い
- ・授業後に学生による「**授業評価アンケート**」を実施



○授業科目名

○キーワード

健康 生涯スポーツ バasketボール 運動と身体の関係^①

○授業の目標

健康とは、すべての人が願う心とからだの状態であり、この条件のひとつとして、適度な運動習慣は欠かせません。そこで本授業では、共にゲームを楽しみながらスポーツの持つ価値に触れるとともに、必要な知識を習得し、自ら運動に親しむ姿勢を身につけ、生涯スポーツの礎とする力を身に付けます。

○授業計画

1. ガイダンス、クラス分け、オリエンテーション^①
 2. 個人戦術: ボールハンドリング、シュートの基本(レイアップシュート)^②
 3. 個人戦術: パッシングドリル、レイアップシュートの応用^③
 4. 個人戦術: エリア攻防を意識したセットシュート^④
 5. 個人戦術: ドリブルドリル、オンボールマン 1 対1の攻防^⑤
 6. グループ戦術: アウトナンバーの攻撃(2メンドリル・2対1の攻め方)^⑥
 7. グループ戦術: アウトナンバーの攻撃(3メンドリル・3対2の攻め方)^⑦
 8. グループ戦術: イーブンナンバーの攻撃(2対2)、マンツーマンディフェンス^⑧
 9. グループ戦術: スクリーンを使っての攻撃(2対2、3対3)^⑨
 10. チーム戦術: マンツーマンディフェンスに対するチームオフェンス^⑩
 11. チーム戦術: ゾーンディフェンスとその攻撃^⑪
 12. ミニリーグ戦①、基本的な審判方法^⑫
 13. ミニリーグ戦②、基本的技術の応用^⑬
 14. ミニリーグ戦③、基本的な戦略の共有^⑭
 15. ミニリーグ戦④、理解度・定着度チェック^⑮
- * 15 回目は授業を行い、別途 1 回のオンライン授業を行います^⑯

○成績評価の方法・基準

実技や内容の理解度(30%)、授業での取り組み姿勢・目標達成度(40%)、レポート(30%)とし、総合的に評価

大学生や大学授業の状況②

スライドの内容は動画でご確認ください

学生授業アンケートの結果①

調査年度：2024年度（第1期）

調査対象：1004200160

調査期間：2024年4月1日～2024年4月30日

調査項目：授業内容、授業方法、授業態度、授業評価

項目	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
授業内容	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
授業方法	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
授業態度	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
授業評価	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

授業アンケート結果②

調査年度：2024年度（第1期）

調査対象：1004200160

調査期間：2024年4月1日～2024年4月30日

調査項目：授業内容、授業方法、授業態度、授業評価

設問文

設問1 この授業の欠席回数を教えてください。

設問2 自分は、この授業のために、授業時間外の学習（予習・復習）を積極的に行った。

設問3 自分は、この授業の内容が、主体的に学ぶことができた。

設問4 この授業について、関連資料を読んだ、友人と議論した、図書館を活用した等。

設問5 教員は授業の内容を分かりやすく説明する努力をしていた。

設問6 教員は学生の反応を確かめながら、双方向性のある授業を行う努力をしていた。

設問7 シラバスや第1回目のガイダンスで説明された内容が授業に反映されていた。

設問8 成績評価の方法と基準が明確に示されていた。

設問9 コメントペーパー、スール、電子掲示板などが活用されていた。

設問10 この授業の内容を理解することができた。

設問11 この授業を受けたことにより、新しい知識や考え、技術が身に付いた。

設問12 この授業の内容は興味深い、知的好奇心が刺激された。

設問13 この授業を受けたことにより、さらに当該、周辺分野を学んでみたいと思った。

設問14 授業の方法全般（講義の大きさ、資料、板書の見やすさなど、内容を除く）で満足が得られた。

設問15 授業の内容全般（授業方法を除く）で満足が得られた。

設問16 総合的に判断して、この授業は満足できる授業であった。

設問17 オンライン授業回の授業内容を理解することができた。

設問18 総合的に判断して、オンライン授業回は満足できる授業だった。

設問19 教員は、オンライン授業回の要領方法について適切な説明を行っていた。

設問20 この授業を履修して、多様性が尊重される社会づくりに今後自分も貢献したいと思うようになりましたか。

大学生にとっての楽しさ？

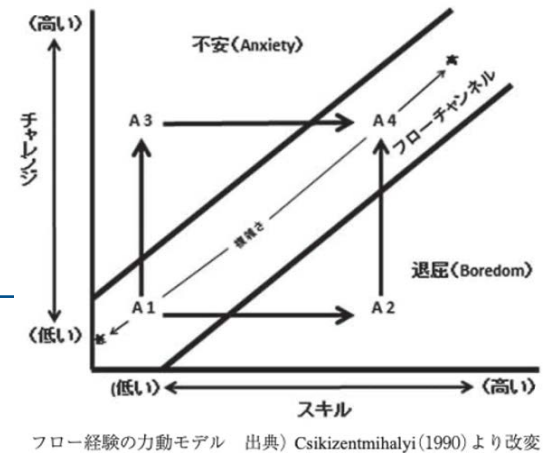
「大学生の状況」×「授業における“楽しさ”」？

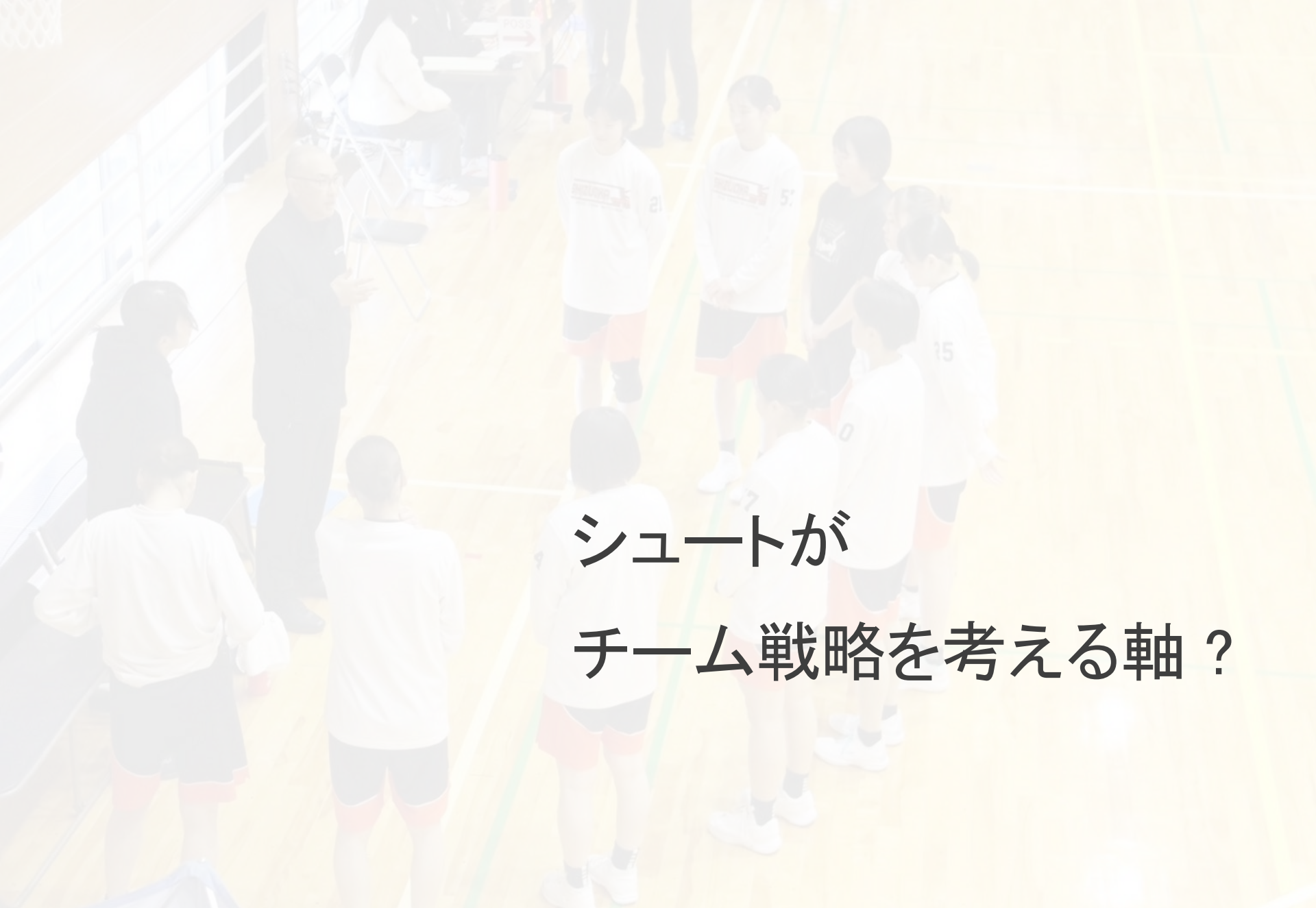
- 視点
- ・知的好奇心
 - ・**キャリア**に有用
 - ・**能動的**
 - ・達成感、スキル獲得
 - ・新しい**コミュニティ**の創出

👉 楽しさ ≡ **愉しさ**(主体性、内面、意識・感情)

○着目点 《**シュート**やシュートに関わること、**チーム戦略**》
なぜなら…

- ①90分×15回で**獲得**や**定着**を感じやすい
- ②**チーム戦略を考える軸**になる
- ③そもそもシュートに関心(特に3P)



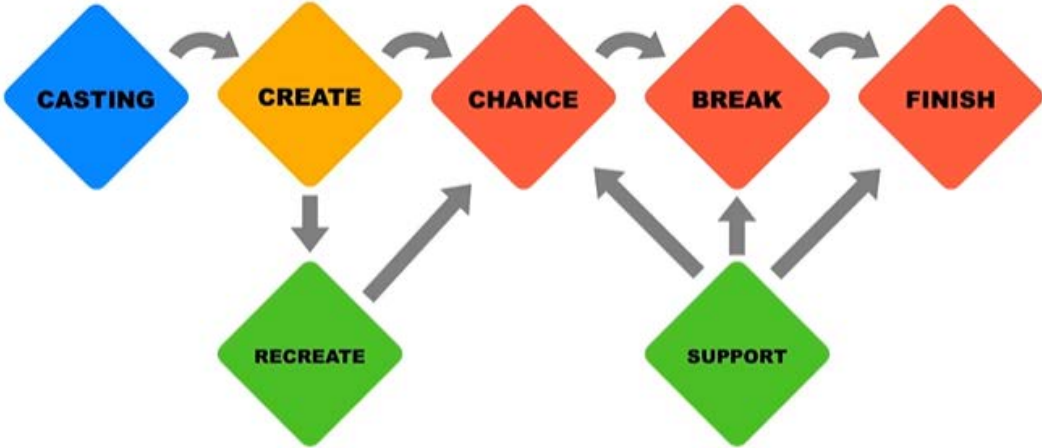


シュートが チーム戦略を考える軸？

バスケットをシュートから考えるヒント

② チーム戦略を考える軸になる

ゲームモデルとは



1. キャスティング：配役する局面

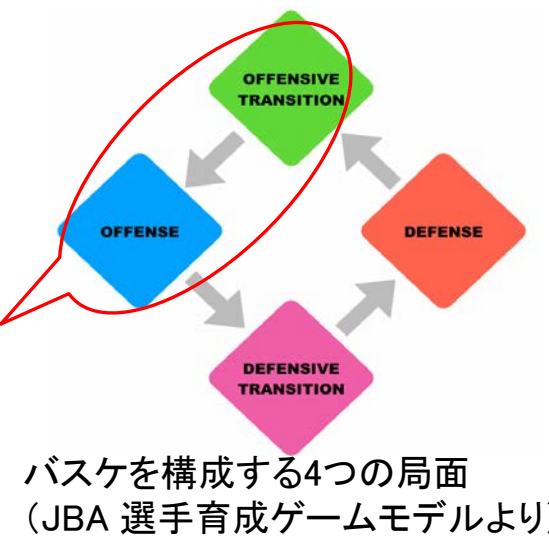
2. クリエイト：チャンスを作る局面（リクリエイト）

3. チャンス：オープン、カウンター、ミスマッチができた局面

4. ブレイク：打開しようとしている局面

5. フィニッシュ：シュートを打とうとしている局面





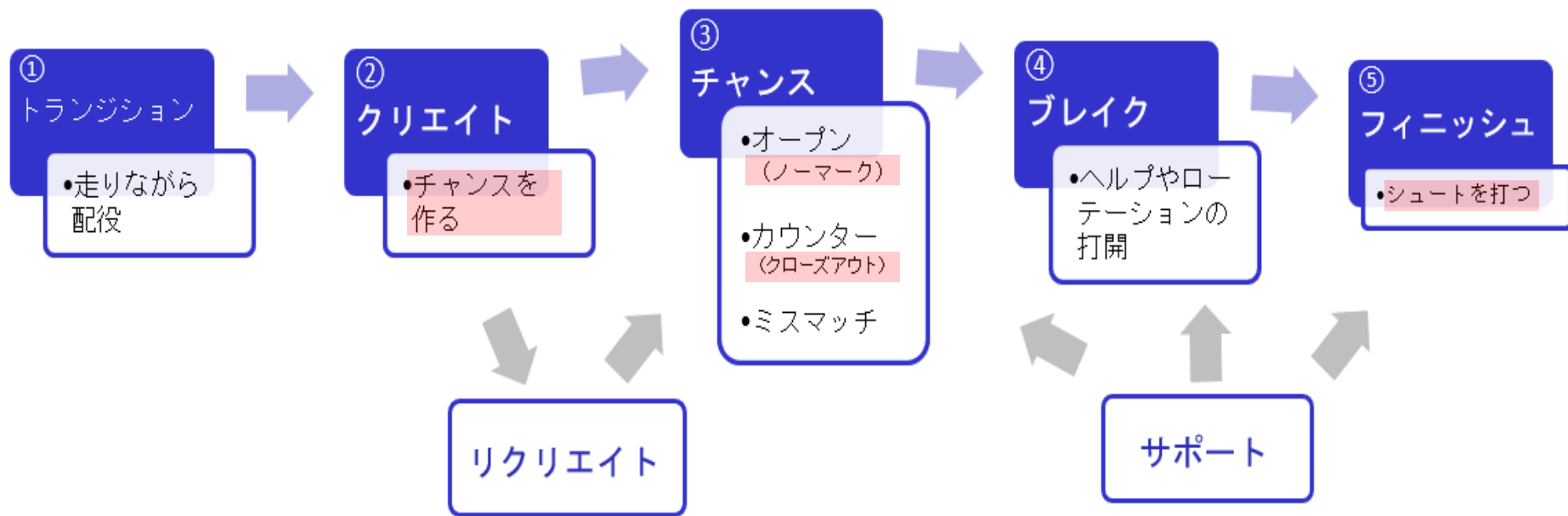
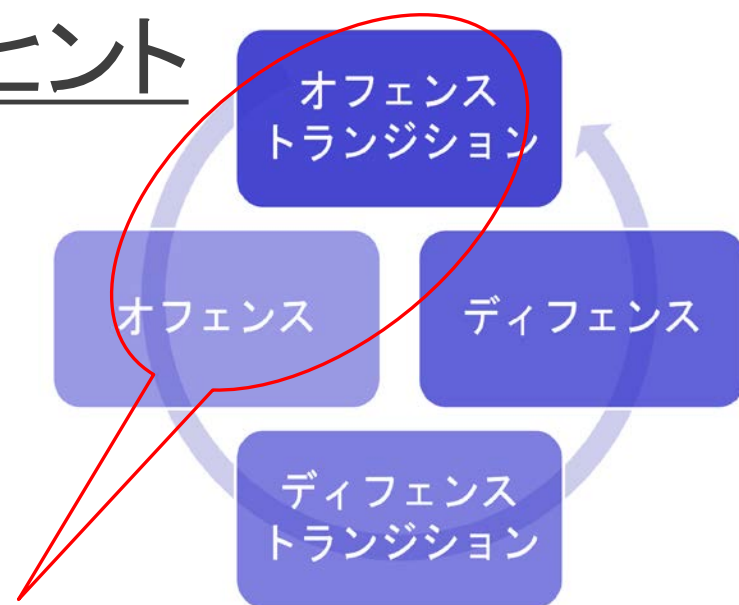
鈴木良和
(JBAユース育成事業U14 / U15男子ナショナル育成キャンプ担当、
男女ジュニアユースアカデミー担当)

<http://www.japanbasketball.jp/training/documents/>

バスケットをシュートから考えるヒント

② チーム戦略を考える軸になる

バスケットを構成する4つの局面
(JBA 選手育成ゲームモデルより)



どんなシュートに着目するか？

《レイアップシュートと40%(目標)のミドルシュート》

考えたポイント・ねらい

- ①レイアップシュートは獲得可？
「走る・跳ぶ・投げる」をタイミングよく、
強弱をつけて表現👉複雑・困難では？
- ②2種類のシュートで戦略に深み
- ③「何を」+「なぜ」「どうやって」を一緒に考える

留意した点

- ①コンタクトを伴うシュートは怪我を誘発？
- ②一人でプレーが完結する可能性
👉対人競技ながら、フリーで放つシュートを強調



“効率的な” シュートを考える大学授業

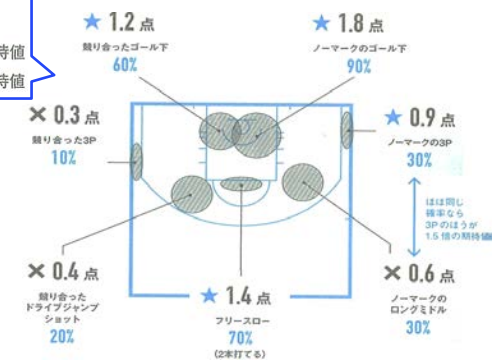
実践例の紹介

- ①レイアップシュートの分解
- ②アウトナンバーの導入 「2on0、2on1」
- ③アウトナンバーの展開 「オールコート2on1+1、3on2+1」
- ④セットシュートの応用 「ノックアウトシュートゲーム」
- ⑤アウトナンバーの応用 「リンクマンゲーム(4on4+1)」
- ⑥イーブンナンバーの打開 「ミートほか」

実践例の紹介①

期待値の出し方

2ポイント(P)シュート 2点×(成功率)=期待値
3ポイント(P)シュート 3点×(成功率)=期待値



(鈴木良和, バスケットボールの教科書 2, 2016)

「レイアップシュート」

期待値の高いシュート≡《効率的なシュート》

前準備

・「自身の2歩の場所を
探そう」+2人組で考える

本時key: タイミング(2歩)

①ラグビー

②ドリブル(自身からのパス)

③パス (他者からのパス)

本時後

・毎回ウォーミングアップ
(獲得、バリエーション)

①ラグビー

②ドリブル(距離合わず)

②ドリブル(距離OK)

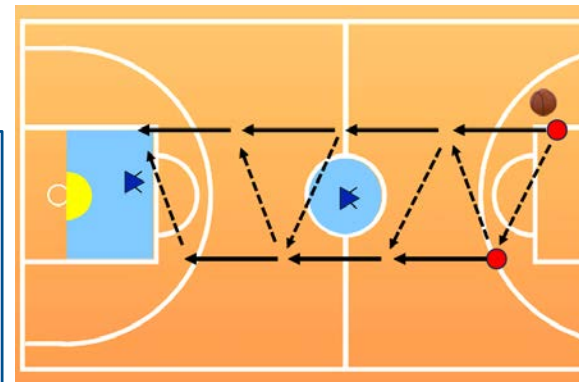
③パスから

実践例の紹介②

「アウトナンバー」の導入

アウトナンバー導入「2on0→2on1→2on1×2」

オフェンスが**数的に有利な状況**
(ゲームをイメージし 考える場を作る)



前準備

- ・左右のレイアップシュートに触れている

本時key: 段階的に複雑に

- ①2人の距離
- ②走りながらの難しさ
- ③徐々にゲームへ近似

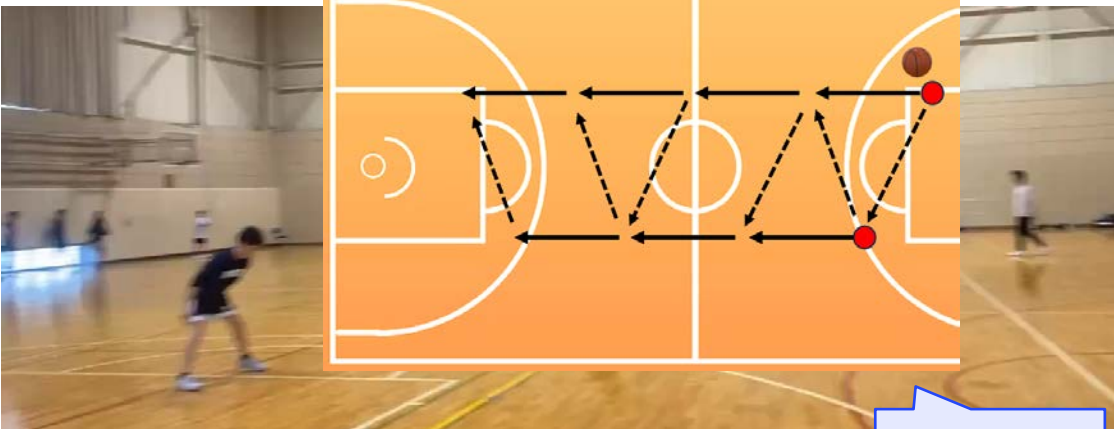
本時後

- ・《**効率**》を意識しながら
- ・状況に応じ条件を工夫



2on0

2on0(ボール2つ)



2on1×2

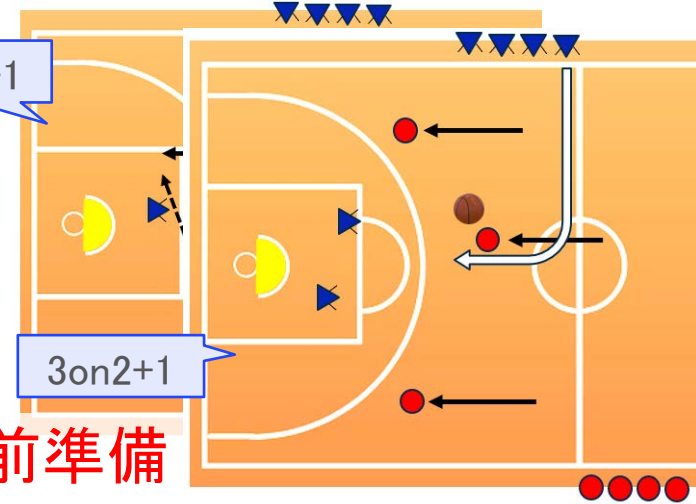
実践例の紹介③

「アウトナンバー」の展開

「アウトナンバー」でのシュートをねらう

2on1+1 → (3on2 →) 3on2+1

*ゴール付近でのディフェンスはナシ



- ・2on1の攻略を理解
- ・レイアップが50%

本時key: 優先順位を説明

- ①自身のレイアップ
- ②ゴールとの間に人がいればパスを選択

本時後

- ・誰もシュートチャンス
- ・チーム意識の加速



2on1+1



3on2+1

実践例の紹介④

・レイアップシュート
・40%(目標)のミドルシュート

「ノックアウトシュートゲーム」(セットシュート)
一列に並ぶ→順にシュート→外れてもリバウンド&シュート→追い抜かれたら負け



前準備

- ・40%のシュートを探る
- ・2人組交互シュート

本時key: 必要な要素を包含

- ①1,2本目の各重要性
- ②ミート、リバウンド

* 体力差があってもOK

本時後

- ・シュートへの興味が加速
- ・期待値との関連補足



ノックアウトシュートゲーム

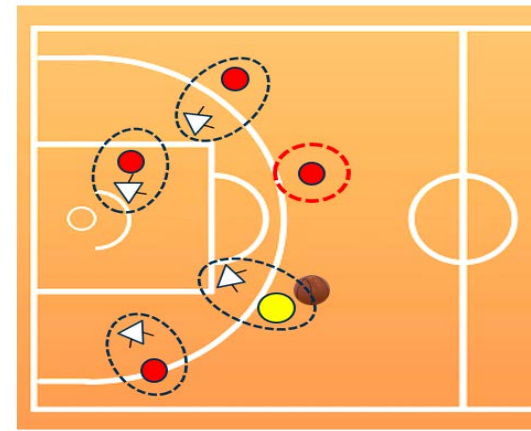
実践例の紹介⑤

「アウトナンバー」の応用

「リンクマンゲーム」で アウトナンバーを演出

4on4 に「常にオフェンス」の一人を加える

＊ 経験者や体力のある学生を配置



前準備

- ・アウトナンバー理解
- ・経験者の課題を伝える

本時key:《効率的》シュート

- ①レイアップねらう
- ②40%ミドルシュート
- ③得意なシュート(3Pも)

本時後

- ・多く学生が関わる、コンタクトの少ないシュート



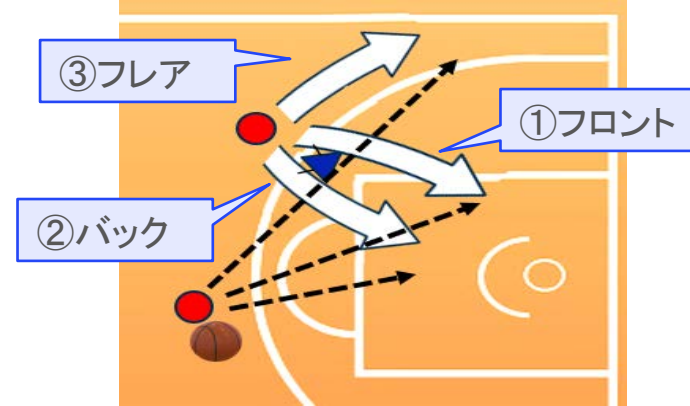
4on4+1 リンクマンゲーム

- ・赤4人vs白4人に、黄1人のリンクマン
- ・リンクマンは仲間のシュートを演出(自身のシュートは積極的にはしない)

実践例の紹介⑥

「イーブンナンバー」の打開

ボールのもらい方(ミート)を3種類→
1on1 → 2on2 → 3×3(ゲーム)



前準備

- ・期待値と関連した理解

本時key: クリア、優先順位

①フロントカット

②バックカット

③フレアークット、④戻る

本時後

- ・立ち止まることが減る
- ・ゴール付近が混雑？
- ・到達度によりスクリーンも紹介



①フロントカット



②バックカット



④対応したから戻る

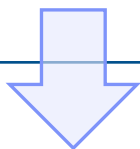


3 × 3

まとめ

「各年代のバスケットボール授業における『**楽しさ**』の追究」

大学での授業 《**効率的な**》シュートを考える大学授業の実践



*バスケで用いる**プレー**等の名称を必要に応じて紹介

- より**多くの学生**がより**多くの機会**を**安全**に得る
- 実際の**ゲームに近い条件**で、ゲーム感覚で…
- 獲得可能なシュートを切り口に**考えを巡らせる**

能動的な活動を通して「**する、みる、支える、知る**」の
スポーツとの**多様な関わり方**の**きっかけ**を獲得