

# 「5年生のフラッグフットボール」

牧野満 (奈良・下田小)

## 1. 実践のねらい

久しぶりに5年生を担任することになり、3学期にフラフトの実践を行った。実践を始めるにあたり、次の3つのことを実践で試してみようと思った。

### <1>寒さの克服

寒い冬の時期に行うので、できる限りハドルの時間(記録の時間)を少なくしようと一番に考えた。フラフトの致命的な欠点は、ゲームが連続しないことだ。その上記録やハドルで体が冷えきってしまう。最終的には運動場でのグループノートへの記録は行わず、作戦表(それぞれのQBが活躍できるカード)をだけを用いてそれを元にゲームをしようと思った。

### <2>戦術・戦略の学習に重きを置く

フラフトの教える内容を作戦・戦術・戦略とした場合、多くのフラフト実践は、作戦・戦術に重点を置いた実践が多いのではないかと思う。わかる内容を突き詰めると3対3を最終形とするが、戦術・戦略を楽しむためには、ダウン制と4対4は欠かせないと考える。3対3までの学習は4対4のゲームを楽しむための下位のゲームとして位置づけた。

### <3>ランとパスの併用

従来はラン→パスという流れでその必然もなく教えていたが、ランとパスを併用して教えることにした。その場の状況判断でパス、ランの選択をさせることが、戦術、戦略を教えることにつながると考えるからである。

## 2. 目標

- ①「ラン」「パス」の戦術を学び、意図的なフラフトの攻撃ができる。
- ②状況に合った作戦を選択して、各自が動くことができる。
- ③メンバーの特性に応じた作戦を立て、協力した攻撃ができる。

## 3. 実践経過(全18時間)

	ゲーム様相	学習内容など
最初から最後までリーグ戦	①インベーダーゲーム	ボールの数を減らしていく
	②王様インベーダー(4:4)	最終は4:4にするため
	③2:1ラン	左右・フェイント左右の4つのラン作戦
	④2:2ラン	・事前の作戦合意の必要性に気づく。
	⑤2:1パス「キャッチゲーム1」	・正確なパス、正確なキャッチを目指す。
	⑥2:1パス「キャッチゲーム2」	投げ手・受け手の意思疎通を図る。
	⑦2:2パス	
	⑧3:2パス(パス+ラン)	・状況によってラン有りを認める。
	⑨3:2ラン・パス	・ゲイン制(進んだ地点から次の攻撃が始まる)
	⑩3:2スイッチ	・4つのパターン(スイッチ左右、スイッチダミー左右)
	⑪3:2ラン・パス・スイッチ	
	⑫3:3ラン・パス・スイッチ	
	⑬4:4ダウン制	・ダウン制(ハーフラインまで達したら3回の攻撃)
	⑭攻めの作戦づくり	試しの4:4→グループの課題を知る。
	⑮~⑰4:4ダウン制	QBが成功できる作戦を作る
	⑱まとめ	フラフトの授業を振り返る。

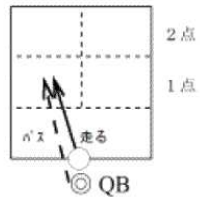
①~④ 従来のフラフト実践によくある流れなので省略。

### ⑤⑥ 2:1パス「キャッチゲーム」

#### 「キャッチゲーム1」

##### <やり方>

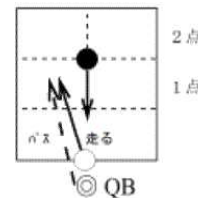
- ・(QB-レシーバー)の同じペアでの攻めを3回連続で行う。
- ・4通りのパス(右ロング、左ロング、右ショート、左ショート)で、どこでもらうのかを予め決めておく。
- ・2チームで競い合い、合計 点の多い方が勝ちとする。
- (ロングパス2点、ショートパス1点)
- ・10秒以内にパスをする。



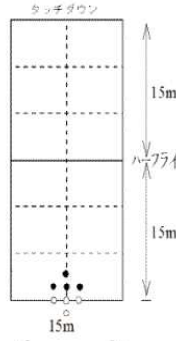
#### 「キャッチゲーム2」

##### <やり方>

- ・ディフェンスを加える。
- ・笛の合図があれば、QBは守りにタオルを取られないようレシーバーにパス。
- ・レシーバーはノーバウンドでパスを取ったら「キャッチ!!」とさけび、その地点で止まる。取った地点によって、1点、2点と決まる。(ロングパス2点、ショートパス1点)
- ・ディフェンスは、タオルを取りに行ったり、パスの妨害をしたりする。
- ・ボールを落としたり、カットされり、タオルを取られたら点数にならない。



### フラフトのコート



⑩まではハーフコート  
⑪からはオールコート  
※大まかなルールとしては⑩以降は、3回以内の攻撃でハーフラインを越えれば、更に3回の攻撃ができる。このメンバーチェンジはしない。同

「パス」を教える上で大切なことは、「どこに投げる=どこでもらう」がわかっていないと作戦は成功しない。漠然と「パス」を導入するのはなく、作戦につながるようなものでなければ意味がないと考え。「キャッチゲーム」を取り入れた。これはボールを取ることを目的なので、本当は守りが必要ない。しかし、この後で2:2をすすむとすれば、QBが余裕でボールを投げるのではなく、時間的に余裕のない所でのパスをさせようという意図から、ディフェンス一人を置くことにした。この守りは、ひたすらQBサックに行く。少しの時間的余裕を確保するために、10mの所が適当だった。



### ⑦「2:2パス」は教える中身があるのか?

「キャッチゲーム」でパスの作戦(4カ所の投げる場所=受け取る場所)を教え、パス成功率が上がったのにも関わらず、「2:2パス」となると全く生かされない。QBは時間のない中、慌ててパスしないといけない上に、パスする味方(レシーバー)にはもう一人のディフェンスがついている。そんな状況の中でのパスなのでほとんど通らない。ここで何を教えるのだろうか?もっと作戦を練って...という意見もあるだろうが、それにはかなり練習する時間が必要だ。或いは、ラン攻撃を併用させてというやり方もあるだろう。しかし、ここでは正確な「パス」を教えたいので、この実践では2:2は不要の時間だったように思える。

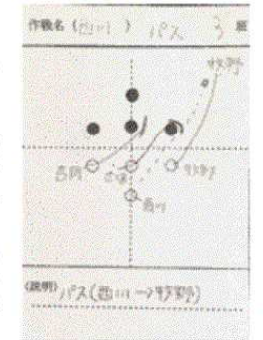
### ⑧「3:2」ランとパスの併用

パスを教える中で、状況によってはランも有りということにした。レシーバー2人にディフェンスが2人がマークして、QBが走れる状況である。この場合は、パスするよりもQBがそのまま走った方が進むことができる。その場の状況を見て、QBの咄嗟の判断をさせようと考えた。しかし、実際はそうではなかった。パスではなく始めからランを選択してプレイする場面がたくさん見られた。また、個人プレイで上手に抜いて得点を重ねるチームがいくつかあった。パスを教えようとしているのに、ランの学習になってしまっていた。これは、前時の「2:2」で、パスは通りにくいという負の意識付けをしたためだったと思う。やはり「パス」は「ラン」と切り離して教えるべきなのだろうか?

### ⑬「4:4」以降

何をわからせたいのか?というよりもダウン制のゲームのおもしろさ(作戦選択のおもしろさ)を知ってもらおうと思ったので、⑩時間目以降は、グループノートは運動場を持って行かず、作戦カード(12cm×8cm)だけ持ってゲームに臨ませた。5人グループなので5通りの作戦ができる。それぞれのカードには、誰がその作戦に出て、どこに誰がいてどう動くのかが書かれている。プレイごとに作戦カードを見て、残りの距離と相談しながら、見合った作戦を選択する。(同じ人の作戦ばかりにならないようにすることの指示が一方では必要である。)

プレイが終わったら、ゲームを観察していた残り1人(1チーム5人なので)の所に集まり、すぐに次の作戦を5人で選択する。時間もかからず、すぐにプレイを開始することができた。また、作戦を取捨選択して行き、成功しない作戦は作り替えて行った。



## 4. 実践を終えて

「フラフトは寒い」という素朴な子どもの声に応えようと思い始めた今回の実践だった。そのためには、記録の時間を最低限に抑えることを第一に考えた。「4:4」以降はグループノートも運動場を持って行かず、作戦カードだけを持ってゲームに臨んだ。一回一回のプレイの反省を記すモノがないのだが、それでも十分ゲームを行うことができた。ゲーム中は、作戦の反省を一つ一つのプレイ後にするわけだが、それは、一人一人の動きがどうなのか?という判断よりは、作戦そのものが適不適かという子どもの判断に変わって行ったように思える。ダメな作戦をボツにして新しい作戦を考えることができた。また、ダウン制を用いることによって、確実なランでタッチダウンを狙ったり、距離の残る場合は一発逆転のパスを用いたりして、得点できるための有効な作戦を考えることができた。

一方で実践上の課題も残る。子どもの用いた作戦の多くはラン、スイッチだった。パスが危険と思ったようでなかなか選択しなかった。これは「2:2パス」で余りにもパスは危険だと感じたようである。パスとランを併用して教えることが果たして良いのかどうか?答えを見い出せていない。

最後に。多くのフラフト実践は3人までだが、私はずっと4対4にこだわってきた。4人がいると、チーム全体で攻撃、守備をしている感じになる。(みんなで攻めて、みんなで守る)「わからせることが多すぎて、何を教えたのか分からない」という批判もあるが、戦術を中心に教えることを第一に考えると4対4も有りではないかと思うのである。



# フラッグフットボール(1) ( )班 月 日( ) (記録 )

(1)王様インベーダーをしよう (王様の数:5人→2人→1人)

## ○チーム分け

試合は5人→4人でします。チームで順番を決めて交代で出ます。(5~10) 見ている人はコーチになります。

※コーチの役割……ゲームをしている人は、一生けん命走っているの、今の動きがよかったのか悪かったのかわかりません。それを外から見て、どうだったのかを教えてあげるのが、コーチの役目です。ゲームが終わると、すぐにコーチの所に行って、どうだったのかを聞きましょう。

・コーチの順番(5人チームは、王様がゲーム後に記録する)

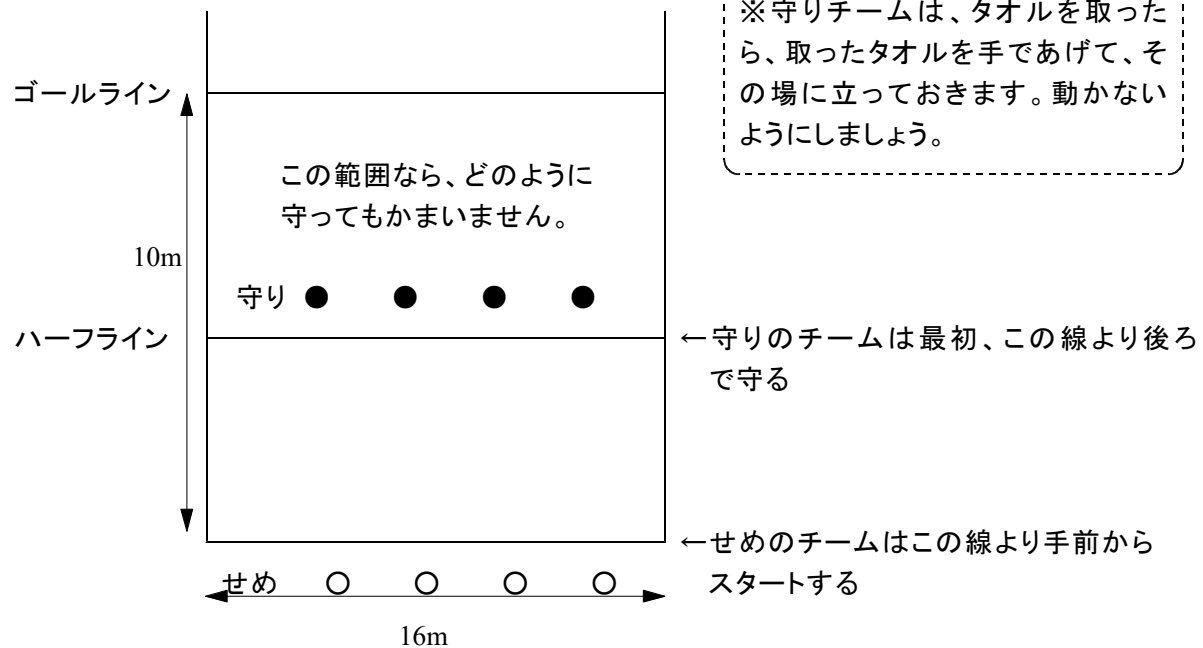
( A ) → ( B ) → ( C ) → ( D ) → ( E )

## ○ルール

- ・王様(ボールを持っている人)が、ハーフラインをこえれば1点。
- ・相手のゴールラインまで入れば得点。
- ・王様のフラッグが取られるか、横のラインから出るとアウト。
- ・王様以外の人、王様が得点できるように助ける。
- ・相手に軽くふれるのはよいが、おしたり、ぶつかったりすると反則
- ・自分のじん地であれば、どこからスタートしてもよい。
- ・審判のふえの合図で始める。
- ・試合時間は30秒。(ゲームの準備も30秒)



## ○コート



※守りチームは、タオルを取ったら、取ったタオルを手であげて、その場に立っておきます。動かないようにしましょう。

## ○ゲームの記録 (コーチが記録します)

	王様	タッチダウンしたら…… (ゴールラインまでいく)	得点 (点)						
1	(王様5人) 一人に1個ボールを持つ。	1人1点							
2	(王様5人) 一人に1個ボールを持つ。								
3	(王様2人)	王様1人3点							
4	(王様2人)								
5	A(王様)	<table border="1"> <tr><td>B</td></tr> <tr><td>C</td></tr> <tr><td>D</td></tr> <tr><td>E</td></tr> <tr><td>A</td></tr> <tr><td>B</td></tr> </table> 王様1人5点	B	C	D	E	A	B	
B									
C									
D									
E									
A									
B									
6	B(王様)								
7	C(王様)								
8	D(王様)								
9	E(王様)								
10	A(王様)								
合計									

○成功させるためにはどのようにしてせめたらいいでしょうか。見つけたこと、わかったことをたくさん書きましょう。

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# フラッグフットボール(2) ( )班 月 日( ) (記録 )

(2)王様インベーダーをしよう その2 (王様の数:1人)

今回からチームで1個のボールになります。一人がボールを持ち、その人(王様)がゴールしたら1点、または2点になります。ほかの人は守りのチームから王様をまもる役になります。まもり方は、両手を広げて、相手の来るのをふせぎます。ただし、ぶつかりに行ったり、だきついたりするのは反そくです。

試合は4人です。チームで順番を決めて、交代で4人ずつ出ます。

・コーチの順番

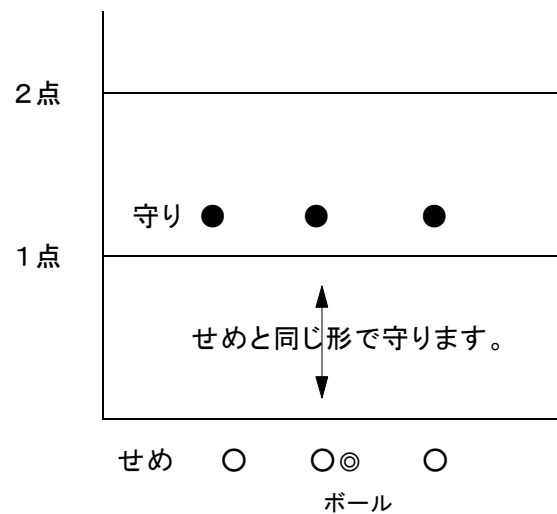
( A ) → ( B ) → ( C ) → ( D ) → ( E )

## ○ルール

- ・同じメンバーで3回連続して行う。(王様は毎回かわる)
- ・王様(ボールを持っている人)が、ラインをこえれば1点か2点。
- ・王様のフラッグが取られるか、横のラインから出るとアウト。
- ・王様以外の方は、王様が得点できるように助ける。
- ・相手に軽くふれるのはよいが、おしたり、ぶつかったりすると反則
- ・守りチームは、せめチームと同じ形(フォーメーション)で守る。
- ・審判のふえの合図で始める。
- ・試合時間は30秒。(ゲームの準備も30秒)



## ○コート



※守りチームは、タオルを取ったら、取ったタオルを手であげて、その場に立っておきます。動かないようにしましょう。

←守りのチームは最初、この線より後ろで守る

←せめのチームはこの線より手前からスタートする

**○ゲームの記録** (コーチが記録します) いいプレーが出たら忘れずに書いておくこと!!

◎メンバー3人の組み合わせ やったら斜線で消して行きます。

ABC → DEA → BCD → EAB → CDE → ABD → BCE → ACD → BDE → ACE → はじめに

	メンバー (王様になる人を○でかこむ)	せめた人が次の守りもする。	コーチ
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
	合計		

○成功させるためにはどのようにしてせめたらいいでしょうか。

見つけたこと、わかったことをたくさん書きましょう。

.....

.....

.....

.....

フラグフットボール(3) ( )班 月 日( ) (記録 )

(3)◎2:1のゲームをしよう 「作戦を試そう」 (攻撃2人:守備1人) <5人チーム>

◎チーム分け

試合は攻撃2人、守備1人です。残りの人はコーチの役目。

ボールを持つ人(王様)を**QB(クォーターバック)**、QBを守る人を**ガード**といいます。

☆攻撃の順番

(前の記号が**QB**・後の記号が**ガード**) ※守備はAから順番に1プレイごとにかわる。

AB→CD→EA→BC→AD→BE→AC→BD→CE→DE

※やった所は/ (斜線) で消します。→できなかった所は次回から始める。

◎今日のめあて

作戦を成功させるための大事なことを見つけよう!

☆攻撃側

- ・下の4つの作戦をすべて行い、どの作戦が自分(たち)に合っているのかを確かめる。
- ・QB、カードの大切なことを見つけよう。

☆守備側

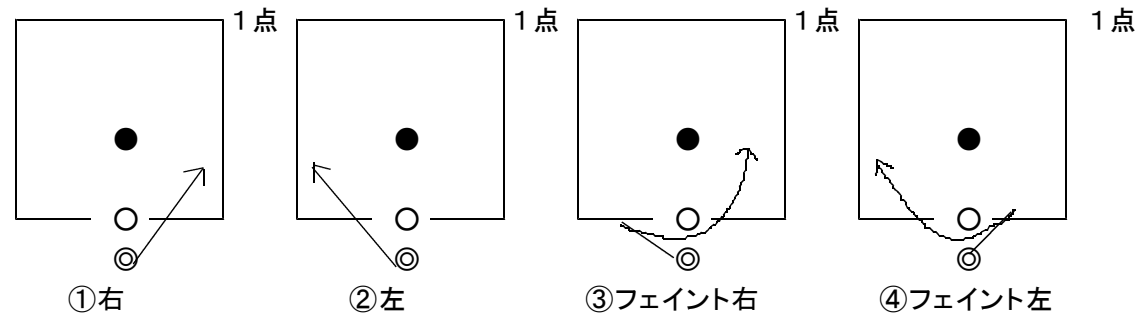
- ・ガードをかわして、QBのフラッグを取ろう。

◎ルール

- ・(QB-ガード)の同じペアでの攻撃は3回連続で行う。
- ・QBがハーフラインをこえれば、攻撃成功。(1点)
- ・QBのタオルが取られるか、QBが横のラインから出るとアウト。
- ・ガードは、QBが得点できるように助ける。
- ・相手に軽くふれるのは仕方ないが、おしたり、ぶつかったりすると反則。
- ・自分のじん地であれば、どこからスタートしてもよい。
- ・守備は、スタートラインをはさんで、ガード・QBの正面に位置する。
- ・審判のふえの合図で始める。(ピー・ピッ) 試合時間は30秒。



◎作戦 ☆始める前に、QBとガードで、どの作戦で攻めるか決めておきます。



◎ゲームの記録 (コーチが記録します)

	作戦の 番号	Q B	ガ ー ド	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ)	得点
V S ( 対 ) 勝 ・ 負	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
	6				
	7				
	8				
	9				
V S ( 対 ) 勝 ・ 負	10				
	11				
	12				
	13				
	14				
	15				
	16				
	17				
	18				

◎感想

<ゲームを通してわかったこと>

・  
・  
・  
・  
・

# フラッグフットボール(4) ( )班 月 日( ) (記録 )

(4)◎2:2のゲームをしよう「作戦を試そう」 (攻撃2人:守備2人) <5人チーム>  
 今回は守りが2人になっているので、前の時間と比べて、攻めにくなっています。だからこそ、2人で作戦を立ててプレイをすることが大切になってきます。

## ◎チーム分け

試合は攻撃2人、守備2人です。残りの人はコーチの役目。  
 ☆攻撃の順番  
 (前の記号がQB・後の記号がガード ※攻めの2人がそのまま守備につく。

AB→CD→EA→BC→AD→BE→AC→BD→CE→DE

※前の時間の続きから始めます。やった所は/(斜線)で消します。

## ◎今日のめあて 作戦を成功させるための大事なことを見つけよう!

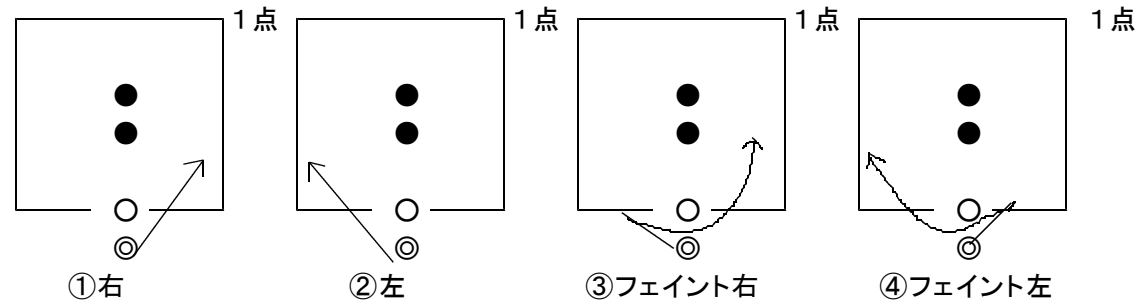
- ☆攻撃側
- ・下の4つの作戦をすべて行い、どの作戦が自分(たち)に合っているのかを確かめる。
  - ・QB、ガードの大切なことを見つけよう。
- ☆守備側
- ・ガードをかわして、QBのフラッグを取ろう。
  - ・どんな守り方があるのかを考えよう。

## ◎ルール

- ・(QB-ガード)の同じペアでの攻撃は3回連続で行う。
- ・QBがハーフラインをこえれば、攻撃成功。(1点)
- ・QBのタオルが取られるか、QBが横のラインから出るとアウト。
- ・ガードは、QBが得点できるように助ける。
- ・相手に軽くふれるのは仕方ないが、おしたり、ぶつかったりすると反則。
- ・自分のじん地であれば、どこからスタートしてもよい。
- ・守備は、スタートラインをはさんで、ガード・QBの正面に位置する。
- ・審判のふえの合図で始める。(ピー・ピッ)試合時間は30秒。



## ◎作戦 ☆始める前に、QBとガードで、どの作戦で攻めるか決めておきます。



## ◎ゲームの記録 (コーチが記録します)

	作戦の 番号	QB	ガード	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ)		得点
V S (対) 勝・負	1					
	2					
	3					
	4					
	5					
	6					
	7					
	8					
	9					
V S (対) 勝・負	10					
	11					
	12					
	13					
	14					
	15					
	16					
	17					
	18					

## ◎感想

<ゲームを通してわかったこと>

攻め

- ・
- ・
- ・
- ・

守り

- ・
- ・
- ・
- ・

フラッグフットボール(5) ( )班 月 日( ) (記録 )

(5)◎2:1(パス)のゲームをしよう「キャッチゲーム」(攻撃2人:守備1人) <5人チーム>  
 今日からパスの学習に入ります。フラフトでは、1回の投げきで前へのパスは1回だけ行うことができます。ただし、スタートのライン(スクリメージライン)より、後ろから投げなければいけません。フットボールを投げことにも慣れ、パスを覚えると、攻めの作戦のはばが広がります。今回はねらった所に正確にパスを通すことに慣れるために、「キャッチゲーム」をします。

◎チーム分け

試合は攻撃2人、守備1人です。残りの人はコーチの役目。

☆攻撃の順番

(前の記号がQB・後の記号がレシーバー ※守備はAから順番に1プレイごとにかわる。

AB→CD→EA→BC→AD→BE→AC→BD→CE→DE

※前の時間の続きから始めます。やった所は/(斜線)で消します。



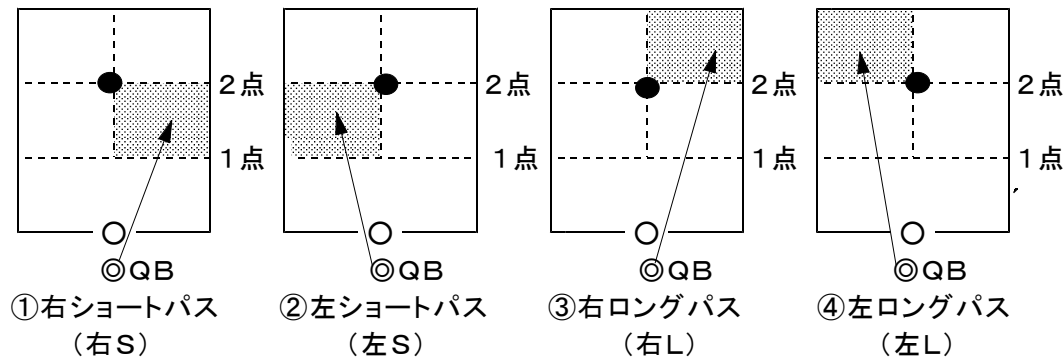
◎今日のめあて QBはレシーバーに正確に投げて、パスを成功せよう。

- ・作戦で考えた所に正確なパスを投げよう。
- ・レシーバーは決められた所にすばやく動き、ボールをキャッチしよう。

◎ルール

- ・(QB-レシーバー)の同じペアでの投げきは3回連続で行う。
- ・4通りのパス(右ショート、左ショート、右ロング、左ロング)で、どこに投げるのか(どこでもらうのか)を予め決めておく。
- ・笛の合図があれば、守りにタオルを取られるまでに、レシーバーにパスを投げます。
- ・レシーバーはノーバウンドでパスを取ったら「キャッチ!!」とさけび、その地点で止まります。取った地点によって、1点、2点 と決まります。(ロングパス=2点、ショートパス=1点)
- ・ボールを落したり、守りにカットされたりしたら点 数になりません。
- ・守備は、タオルを取りに行ったり、パスのぼう害をしたりする。
- ・審判のふえの合図で始める。(ピー・ピッ)試合時間は20秒。

◎作戦 ☆始める前に、QBとレシーバーで、どの作戦で攻めるか決めておきます。



◎ゲームの記録 (コーチが記録します)

	作戦 右S・左S 右L・左L	QB	レシーバー	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ)	得点
V S (対勝・負)	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
	6				
	7				
	8				
	9				
	10				
	11				
	12				
	13				
	14				
	15				
	16				
	17				
	18				

◎感想

<ゲームを通してわかったこと>

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

フライングフットボール(6) ( )班 月 日( ) (記録 )

(6)◎2:1(パス)のゲームをしよう「キャッチゲーム」(攻撃2人:守備1人) <5人チーム>  
 今回も「キャッチゲーム」の続きです。4つの作戦のどれにするのか、あらかじめ決めておきます。QBは正確なパスをなげるためには、できるだけ待って(タオルを取られてはダメですが)ボールを投げるようにします。レシーバーは、すぐに動いて、QBに体を向けてボールを受けます。

◎チーム分け

試合は攻撃2人、守備1人です。残りの人はコーチの役目。

☆攻撃の順番

(前の記号がQB・後の記号がレシーバー) ※守備はAから順番に1プレイごとにかわる。

AB→CD→EA→BC→AD→BE→AC→BD→CE→DE

※前の時間の続きから始めます。やった所は/ (斜線)で消します。



◎今日のめあて

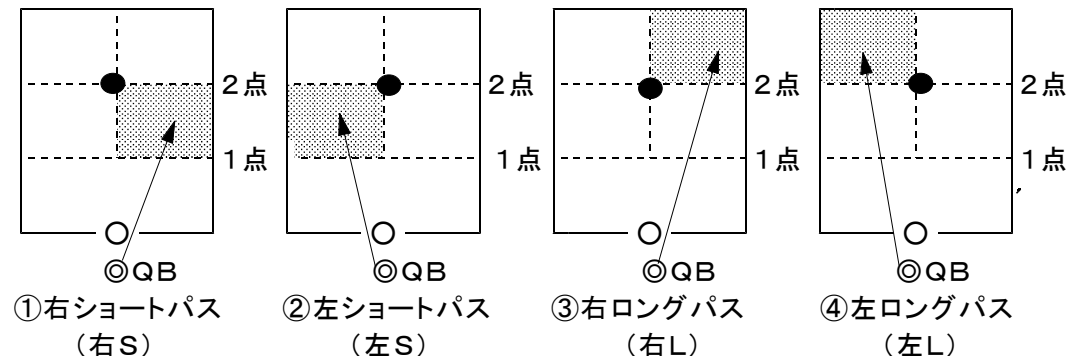
QBはレシーバーに正確に投げて、パスを成功せよう。

- ・作戦で考えた所に正確なパスを投げよう。
- ・レシーバーは決められた所にすばやく動き、ボールをキャッチしよう。

◎ルール

- ・(QB-レシーバー)の同じペアでの攻めきは3回連続で行う。
- ・4通りのパス(右ショート、左ショート、右ロング、左ロング)で、どこに投げるのか(どこでもらうのか)を予め決めておく。
- ・笛の合図があれば、守りにタオルを取られるまでに、レシーバーにパスを投げます。
- ・レシーバーはノーバウンドでパスを取ったら「キャッチ!!」とさけび、その地点で止まります。取った地点によって、1点、2点と決まります。(ロングパス=2点、ショートパス1点)
- ・ボールを落としたり、守りにカットされたりしたら点数になりません。
- ・守備は、タオルを取りに行ったり、パスのぼう害をしたりする。
- ・審判のふえの合図で始める。(ピー・ピッ)試合時間は20秒。

◎作戦 ☆始める前に、QBとレシーバーで、どの作戦で攻めるか決めておきます。



◎ゲームの記録 (コーチが記録します)

	作戦 右S・左S 右L・左L	QB	レシーバー	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ)	得点
V S (対) 勝・負	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
	6				
	7				
	8				
	9				
V S (対) 勝・負	10				
	11				
	12				
	13				
	14				
	15				
	16				
	17				
	18				

◎感想

<ゲームを通してわかったこと>

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

(7)◎2:2(パス)のゲームをしよう。(攻撃2人:守備2人) <5人チーム>

パスの学習の続きです。守りが2人になるので、投げき側は、どこに投げてどこでもらうのかをしっかりと覚えておかないと得点できません。前の4つのパスの投げきに、QBランの1つを加えます。4つの作戦から1つを選んで投げきします。※状況によってはQBラン

◎チーム分け

試合は攻撃2人、守備2人です。残りの人はコーチの役目。

☆攻撃の順番

(前の記号がQB・後の記号がレシーバー ※投げきした2人が守備につく。

AB→CD→EA→BC→AD→BE→AC→BD→CE→DE

※前の時間の続きから始めます。やった所は/(斜線)で消します。



◎今日のめあて

<投げき>

- ・QBは作戦で考えた所に正確に投げてパスを成功せよう。
- ・レシーバーは決められた所にすばやく動き、ボールをキャッチしよう。
- ・QBは状況に合わせて走ろう。

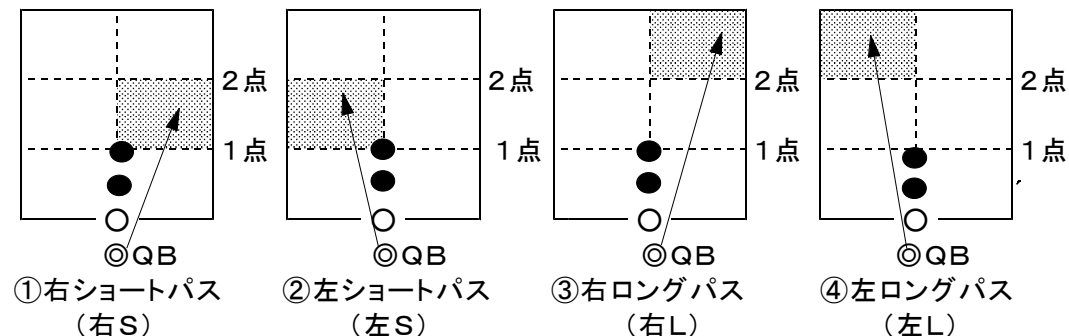
<守り>

- ・2人で守るやり方を見つけよう。

◎ルール

- ・(QB-レシーバー)の同じペアでの投げきは3回連続で行う。
- ・4通りのパス(右ロング、左ロング、右ショート、左ショート)で、どこでもらうのかを予め決めておく。※ただし、レシーバーに相手がいるときはQBが走ってもよい。
- ・笛の合図があれば、守りにタオルを取られるまでに、レシーバーにパスを投げます。
- ・レシーバーはノーバウンドでパスを取ったら「キャッチ!!」とさけび、その地点で止まります。取った地点によって、1点、2点 と決まります。(ロングパス=2点、ショートパス1点)
- ・ボールを落としたり、守りにカットされたりしたら点 数になりません。
- ・守備は、タオルを取りに行ったり、パスのぼう害をしたりする。
- ・審判のふえの合図で始める。(ピー・ピッ)試合時間は20秒。

◎作戦 ☆始める前に、QBとレシーバーで、どの作戦で攻めるか決めておきます。



※状況によっては、QBラン(得点は1点)

◎ゲームの記録 (コーチが記録します)

	作戦 右S・左S 右L・左L	QB	レシーバー	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ) ※QBランでの得点はQBラ1とかく	得点
V S (対) 勝・負	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
	6				
	7				
	8				
	9				
V S (対) 勝・負	10				
	11				
	12				
	13				
	14				
	15				
	16				
	17				
	18				

◎感想 ・ゲームを通してわかったこと

<攻め>

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

<守り>

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・



フラグフットボール(8) ( )班 月 日( ) (記録 )

(8)◎3:2(パス)のゲームをしよう。(攻撃3人:守備2人) <5人チーム>  
 2:2のパスは成功率が低かったようです。それも当然、守りがQBすぐ来てパスする時間がなくなるし、レシーバーにも相手チームがつくので大変です。今回は、攻めの人数を1人増やして3人で攻めることにします。作戦は4つのパスの攻げきに、QBランの1つを加えて行います。

◎チーム分け

試合は攻撃2人、守備2人です。残りの人はコーチの役目。  
 ☆攻撃の順番  
 (先頭の記号がQB・後の記号がレシーバー ※攻げき以外の2人が守備につく。  
 ABC→DEA→EBC→CAD→BDE→ABE→CBD→DAB→BAD→EDC

◎今日のめあて

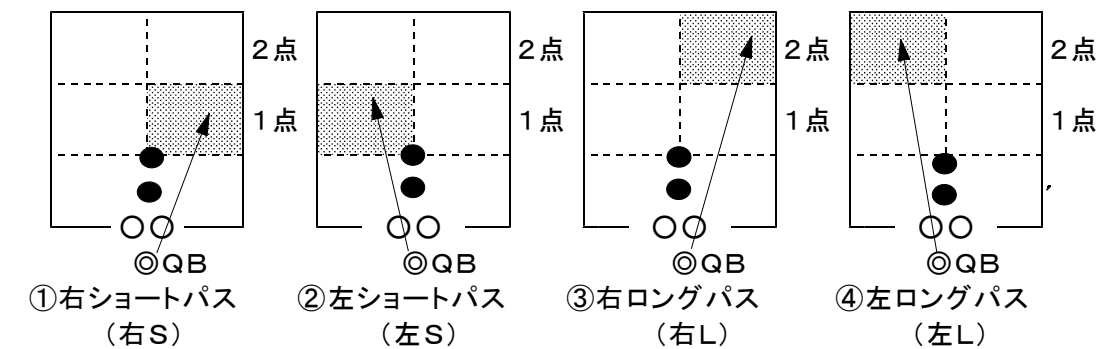
- <攻げき>  
 ・QBは作戦で考えた所に正確に投げてパスを成功せよう。  
 ・後の2人は?→2人がレシーバーになる?  
 1人がレシーバー、一人はガード?  
 ・QBは状況に合わせて走ることも考えよう。  
 <守り>  
 ・2人で守るやり方を見つけよう。



◎ルール

- ・(QB-2人)の同じ3人での攻げきは3回連続で行う。
  - ・4通りのパス(右ロング、左ロング、右ショート、左ショート)で、どこでもらうのかを予め決めておく。
  - ・笛の合図があれば、守りにタオルを取られるまでに、レシーバーにパスを投げます。
- <新ルール>  
 ・守りチームにはじめのラインより後ろでタオルを取られるとマイナス1点(-1)となる。

◎作戦 ☆始める前に、QBとレシーバーで、どの作戦で攻めるか決めておきます。



※状況によっては、QBラン(得点は1点、2点)

◎ゲームの記録 (コーチが記録します)

	作戦 右S・左S 右L・左L	QB	レシーバー (ガード)	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ) ※QBランでの得点はQBラ1・2とかく 相手チームに取られた場合は-1とかく	得点
					↓
V S (対) 勝・負	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
	6				
	7				
	8				
	9				
	10				
	11				
	12				
	13				
	14				
	15				
	16				
	17				
	18				

◎感想 ・ゲームを通してわかったこと

<攻め>

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

<守り>

- ・
- ・
- ・
- ・
- ・

# フラグフットボール(9) ( )班 月 日( ) (記録 )

(9)◎3:2(ラン・パス)のゲームをしよう。(攻撃3人:守備2人) <5人チーム>

これまで学習してきたラン・パスの作戦を使ってゲームを行います。ランの作戦4つ、パスの作戦4つです。どの作戦が得点しやすいのかを見つけましょう。大切なのは2人で作戦を理解した上でプレイすることです。



## ◎チーム分け

試合は攻撃3人、守備2人です。残りの人はコーチの役目。  
 (先頭の記号がQB・後の記号がレシーバー ※攻げき以外の2人が守備につく。  
 ABC→DEA→EBC→CAD→BDE→ABE→CBD→DAB→BAD→EDC

※前の時間の続きから始めます。やった所は/ (斜線) で消します。

## ◎今日のめあて

どんな攻め方、守り方が有効なのかをゲームを通して見つけよう。

<攻げき>

・どのような作戦が有効なのか?

<守り>

・2人でどのように守ったらよいのか?

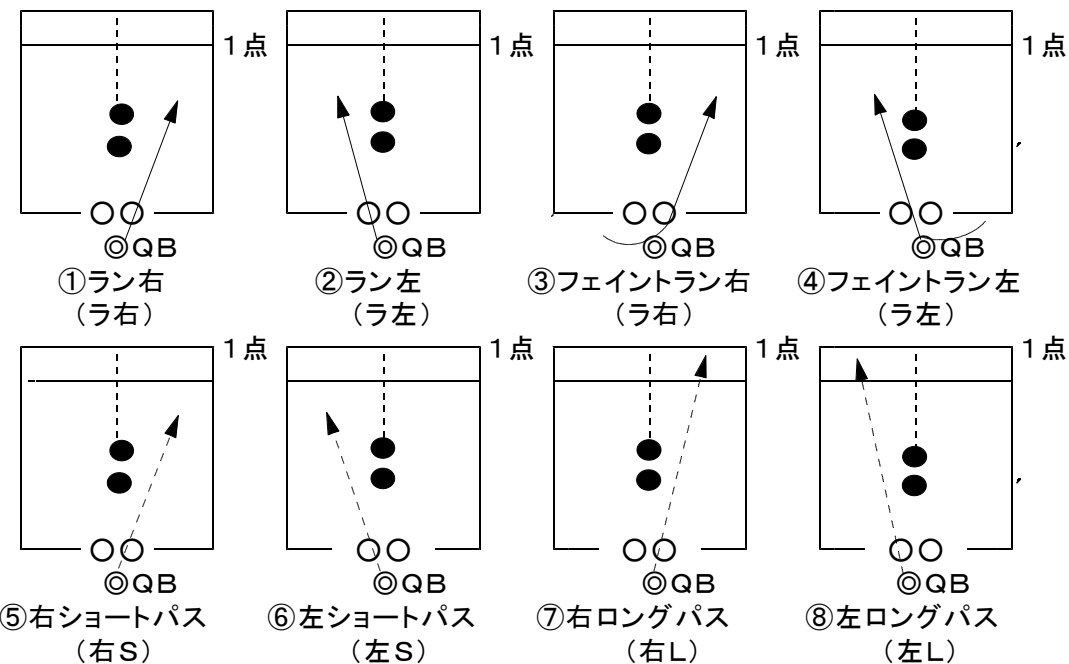
ゲイン制とは...

3回の攻げきで1点を目指したらよいので、ランで少しでも前に進むか、パスで一気に距離をかせぐか、残りの距離によって作戦を考えよう!

## ◎ルール

- ・QB-ガード(レシーバー)の同じペアでの攻げきは3回連続で行う。
- ・審判のふえの合図で始める。(ピー・ピッ) 試合時間は20秒。
- 《新ルール》ゲイン制
- ・3回の攻げきで1点(タッチダウン)をめざします。進んだ所から次の攻げきが始まります。

## ◎作戦 ☆始める前に、QBとガード(レシーバー)でどの作戦で攻めるか決めておきます。



## ◎ゲームの記録

☆・コーチ=前にQBをした人が次のプレイの記録をします。

・残りが審判になります。審判は1回の攻げきで、どこでタオルが取られたかをしっかり見る。  
 ☆結果の欄には、「作戦通りうまく行って成功◎」「作戦通りに動けたけど失敗○」「作戦通りに動けなかったが、成功△」「作戦通りに動けず、失敗×」のいずれかの記号を記入します。

	作戦番号	得点結果 ◎○△× ↓ 得点	QB	レシーバー	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ)	コーチ	審判
V S (対) 勝・負	1						
	2						
	3						
	4						
	5						
	6						
	7						
	8						
	9						
	合計						
V S (対) 勝・負	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						
	17						
	18						
	合計						

## ◎感想

・ゲームを通してわかったこと(どんな攻め方、守り方が有効でしたか?)

<攻め>

・  
・  
・

<守り>

・  
・  
・

# フラグフットボール(10) ( )班 月 日( ) (記録 )

(10)◎3:2ラン(スイッチ)のゲームをしよう。(攻撃3人:守備2人) <5人チーム>

ランの攻げきにはもう一つの作戦があります。それは、スイッチ(フェイク)です。これは、味方にパスをしたり、しなかったりして、相手をだます作戦です。ボールを持っているのがQBなのか、RB(ランニングバック)なのか分からず、相手をまどわし、空いた場所に走り出します。

## ◎チーム分け

試合は攻撃3人、守備2人です。残りの人はコーチの役目。

(先頭の記号がQB・後の記号がレシーバー ※攻げき以外の2人が守備につく。

ABC→DEA→EBC→CAD→BDE→ABE→BCD→DAB→EAC→CDE

※前の時間の続きから始めます。やった所は/(斜線)で消します。

## ◎今日のめあて

<攻げき>

・スイッチを成功させるためには、どのようなことに気をつけたらよいのか?

<守り>

・まどわされないためには2人でどのように守ったらよいのか?



## ◎ルール

- ・QBーガードーRBの3人での攻げきは3回連続で行う。
- ・審判のふえの合図で始める。(ピー・ピッ)試合時間は20秒。
- ・今回は、1点、2点ラインを使う。

## ◎作戦 ☆始める前にQBとRB(ランニングバック)でどの作戦で攻めるか決めておきます。

「3:2」スイッチの攻めのパターンは、次の4通りです。

※「スイッチ」とは、QBがボールをRB(ランニングバック:後ろから走ってくる人)にわたすこと。

<QB>の動きを中心に考えると

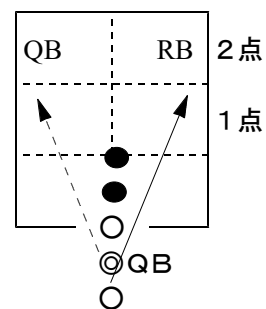
QBが

①スイッチ左

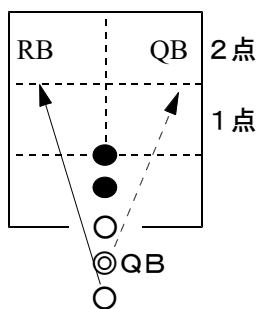
②スイッチ右

③スイッチなし左

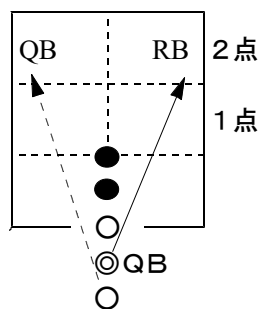
④スイッチなし右



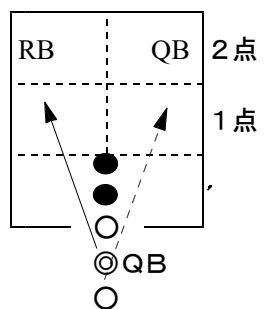
RBがボール  
QBがダミー  
(パスする)



RBがボール  
QBがダミー  
(パスする)



RBがダミー  
QBがボール  
(パスしない)



RBがダミー  
QBがボール  
(パスしない)

## ◎ゲームの記録 (コーチ=QBをした人が次のプレイの記録をします。)

☆結果の欄には、「作戦通りうまく行って成功◎」「作戦通りに動けたけど失敗○」「作戦通りに動けなかったが、成功△」「作戦通りに動けず、失敗×」のいずれかの記号を記入します。

	作戦番号	得点結果 ◎○△× ↓ 得点	QB	G		成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ)	コ ー チ	審 判
					RB			
V S ( 対 ) 勝 ・ 負	1							
	2							
	3							
	4							
	5							
	6							
	7							
	8							
	9							
	合計							
V S ( 対 ) 勝 ・ 負	10							
	11							
	12							
	13							
	14							
	15							
	16							
	17							
	18							
	合計							

## ◎感想 ・ゲームを通してわかったこと(どんな攻め方、守り方が有効でしたか?)

<攻め>

・  
・  
・

<守り>

・  
・  
・

# フラグフットボール(11) ( )班 月 日( ) (記録 )

(11)◎3:2(ラン・パス)のゲームをしよう。(攻撃3人:守備2人) <5人チーム>  
 これまでに学習してきた「ラン」(フェイント・スイッチ)「パス」の作戦を生かしたゲームを行います。どのような場面で、どんな作戦を使ったらよいかを考えてプレイしましょう。

## ◎チーム分け

試合は攻撃3人、守備2人です。残りの人はコーチの役目。

(先頭の記号がQB ※攻げき以外の2人が守備につく。

ABC→DEA→EBC→CAD→BDE→ABE→BCD→DAB→EAC→CDE

※前の時間の続きから始めます。やった所は/(斜線)で消します。

## ◎今日のめあて

<攻げき>・どのような作戦が有効だったのかを見つけよう。

<守り>・どのような守り方が有効だったのかを見つけよう。



## ◎ルール

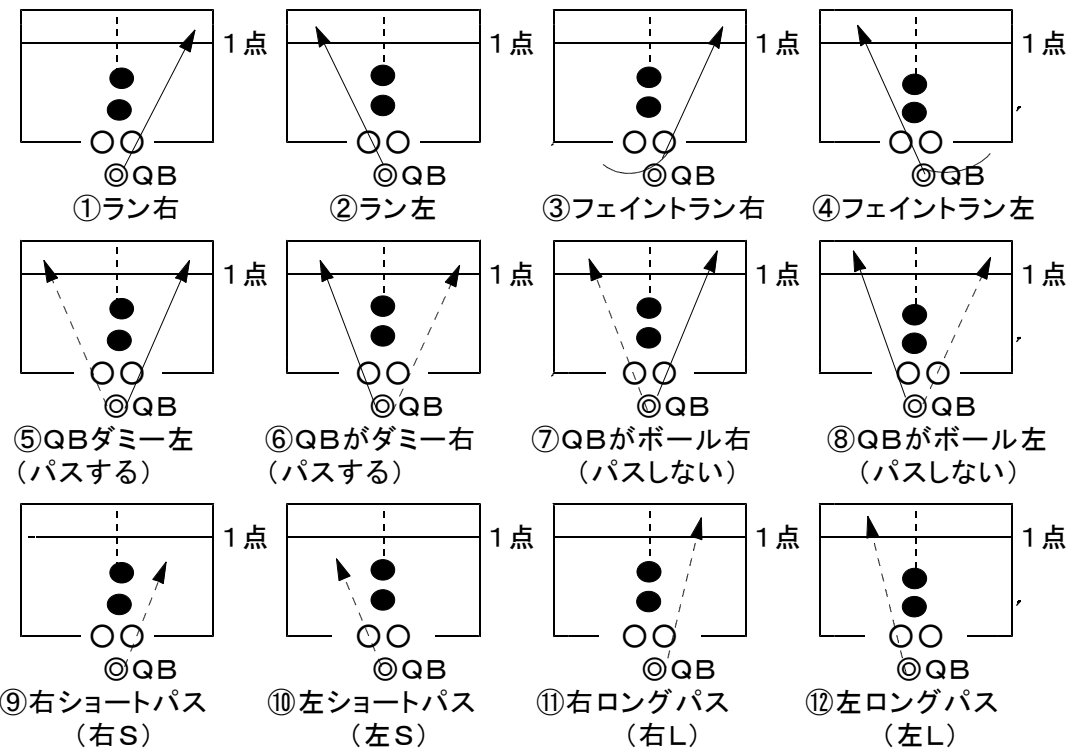
・3人での攻げきは3回連続で行う。

・審判のふえ(ピー・ピッ)の合図で始める。・作戦タイムは20秒以内。

≪新ルール≫インターセプト

・守りチームがパスしたボールを取ったら、その時点で攻めと守りが入れかわり、守りチームが始まりのラインまで走りこんだら1点(攻めはマイナス1点)となる。

## ◎作戦 「3:2」の攻めは次の12通りです。



## ◎ゲームの記録 (コーチ=QBをした人が次のプレイの記録をします。)

☆結果の欄には、「作戦通りうまく行って成功◎」「作戦通りに動けたけど失敗○」「作戦通りに動けなかったが、成功△」「作戦通りに動けず、失敗×」のいずれかの記号を記入します。

	作戦番号	得点結果 ◎○△× ↓ 得点	Q B	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ)	コー チ	審判
V S ( 対 ) 勝 ・ 負	1					
	2					
	3					
	4					
	5					
	6					
	7					
	8					
	9					
	合計					
V S ( 対 ) 勝 ・ 負	10					
	11					
	12					
	13					
	14					
	15					
	16					
	17					
	18					
	合計					

## ◎感想 ・ゲームを通してわかったこと(どんな攻め方、守り方が有効でしたか?)

<攻め>

・  
・  
・

<守り>

・  
・  
・

# フラグフットボール(12) ( )班 月 日( ) (記録 )

(12)◎3:3(ラン・パス)のゲームをしよう。(攻撃3人:守備3人) <5人チーム>  
 これまでに学習してきた「ラン」「フェイント」「スイッチ」「パス」の作戦を生かしたゲームを行います。どのような場面で、どんな作戦を使ったらよいかを考えてプレイしましょう。

## ◎チーム分け

試合は攻撃3人、守備3人です。残りの人はコーチの役目。  
 (先頭の記号がQB ※攻めき以外の3人が守備につく。)

ABC→DEA→EBC→CAD→BDE→ABE→BCD→DAB→EAC→CDE



※前の時間の続きから始めます。やった所は/(斜線)で消します。

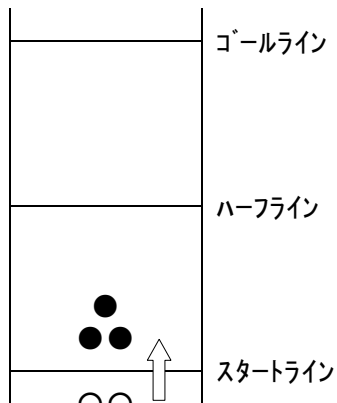
## ◎今日のめあて

<攻めき>・どのような作戦が有効だったのかを見つけよう。  
 <守り>・どのような守り方が有効だったのかを見つけよう。

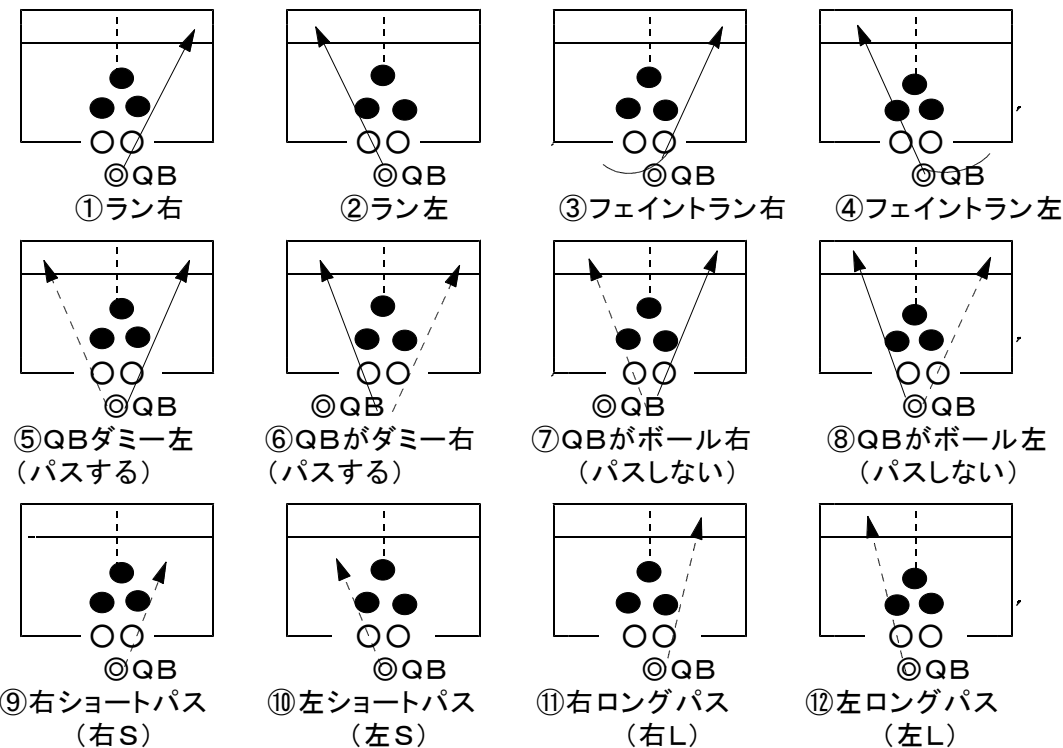
## ◎ルール

《新ルール》 ダウン制

- ・攻めきで3回以内にハーフラインまで来ると、新たに3回の攻めきができる。
- ・ゴールラインに行くと1点となる。
- ・ハーフライン、ゴールラインまで行くとQBは交代する。



◎作戦 「3:3」の攻めは次の12通りです。(守りチームは鏡になる。)



守りチームは攻めチームと同じフォーメーション(鏡)でなされます。

## ◎ゲームの記録 (コーチ=プレイヤー以外の2人が記録をします。)

☆結果の欄には、「作戦通りうまく行って成功◎」「作戦通りに動けたけど失敗○」「作戦通りに動けなかったが、成功△」「作戦通りに動けず、失敗×」のいずれかの記号を記入します。

相手	作戦番号	得点結果 ◎○△× ↓ 得点	QB	成功または失敗した原因 (うまくいったところ・失敗したところ)	コーチ
V S (対) 勝・負	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
	6				
	7				
	8				
	9				
	10				
	11				
	12				
	13				
	14				
	15				
	合計				
V S (対) 勝・負	1				
	2				
	3				
	4				
	5				
	6				
	7				
	8				
	9				
	10				
	11				
	12				
	13				
	14				
	15				
	合計				

フラッグフットボール(13) ( )班 月 日( ) (記録 )

(13) 4:4の攻めの作戦づくり「タッチダウンできる作戦をつくろう」 (5人チーム)

**○今日のめあて**

☆攻撃側

グループのメンバー全員が、タッチダウンできる作戦を作ろう。

◎その人に合った作戦を立てよう。(何が得意か?をよく考えよう)

※QBはローテーションします。

**○チーム分け**

ABCD→BCDE→CDEA→DEAB→EABC

作戦名	ラン	パス	スイッチ
	◎説明		
	-----		
	-----		
	-----		

作戦名	ラン	パス	スイッチ
	◎説明		
	-----		
	-----		
	-----		

作戦名	ラン	パス	スイッチ
	◎説明		
	-----		
	-----		
	-----		

作戦名	ラン	パス	スイッチ
	◎説明		
	-----		
	-----		
	-----		

作戦名	ラン	パス	スイッチ
	◎説明		
	-----		
	-----		
	-----		









