

球技の授業の仕組み方・進め方

ボールから少し後方での攻防の指導

フラッグフットボールの授業

—フラフトで学ぶ作戦・戦術(小学校高学年・中学校) 解説—

林 健司 (熊本市立杉上小学校)

1. はじめに

作戦・戦術を教える学習で一番大事にしたいことは、「作戦を立ててゲームがしたい!」という子どもたちの意欲を引き出すことです。言い換えれば、「みんなで考えた作戦を使うことでゲーム(学習)が楽しくなる」という必然性を仕組むことが必要だと考えています。

しかしながら、実際の子どもたちと言うと、クラブチームや部活動等の習い事で獲得した技術・戦術を有する子もいますし、前学年までの体育授業における学習内容の差もありますので、ボール操作の技術やゲームのルール理解に大きな個人差があります。高学年になって受け持った子どもたちが「授業で初めて作戦図をかきます。」と言ってきたこともありました。

このような子どもたちに対して、小学校高学年から中学校で学ばせたい作戦・戦術とは何か? フラッグフットボール(以下フラフト)を教材に紹介していきます。

2. ルール

コートや人数は、子どもたちのゲームにおける出現可能なプレイの要素を大きく規定します。また、教えたい内容を学び取ることが

できるようにするための学習ルールも必要です。

フラフトでは、3つのディフェンス方法(マンツーマンDf・ゾーンDf・プレスDf)とその破り方としての3つのオフェンス(以下Of)方法(パス・ラン・ブロック)を教えたいと考えています。小学校高学年から中学校での学習内容を考え、次のようなゲームルールと学習ルールを設定します。

- ・ コートの広さ: 横 12~15m、縦 30m
- ・ プレイ人数: 3対3 (中学校では、内容の発展に伴って4対4、5対5まで増やしてもよい。)
- ・ グループの人数: 5人 (3人がプレイしている際に、ゲームを分析する仲間が必要なため。)
- ・ 1回の表攻撃権は3回。3回の攻撃で陣地を進め、タッチダウンを奪えるように作戦を考える。1回や2回の攻撃でタッチダウン成功した場合、残された攻撃回数分攻撃できる。
- ・ Dfは、初めの位置、マークする相手、プレス、ゾーンの選択など、守り方(作戦)を相手の3回の攻撃中は変えてはいけない。
- ・ パスカットをされたら、攻撃権が残っていても攻撃権は相手に移る。
- ・ 単元前半は、グループでのDfやOfの作戦を考えることに時間を使うため、兄弟グルー

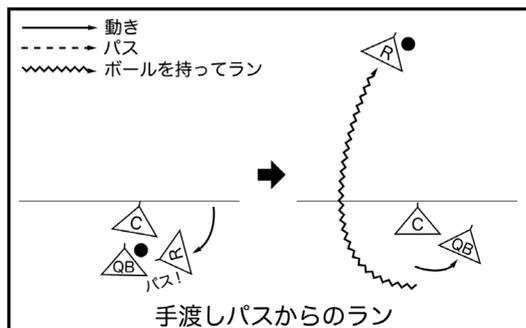
プを固定して学習内容を習得するゲームを進めるようにする。

3. フラフトで教える「作戦・戦術」

フラフトでは、次の3つのプレイを使って相手陣地に攻め入ります。

- ① ボールを持って走るランプレイ
- ② 味方へのパスプレイ（ショートパス、ロングパス）
- ③ ①②を成功させるためのブロックプレイ

したがって、攻めではこの3つのプレイからどのプレイを使うのか選んで（組み合わせて）作戦を考えることになります。



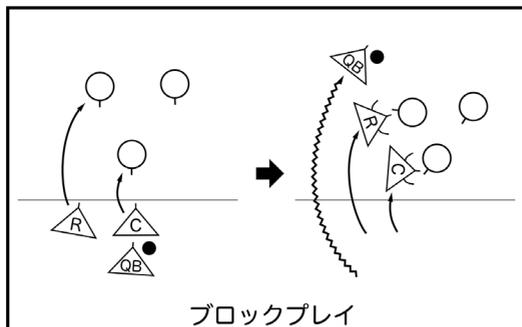
上記の図は、攻め側のプレイヤーだけの動きをかいた作戦図です。実際は、守りがついてきますので、その守りの動きも考えてかく必要があります。そこで、重要になってくるのが③のブロックプレイです。

このように、相手の守りを意識して、攻め方の作戦を考えることが重要です。また、このブロックプレイヤーの動きこそがフラフトで教えることのできる作戦・戦術のおもしろさを引き出します。

そこで、授業では、「守り方は教える」こととし、その「破り方を考えて攻撃の作戦を作る」

ことを課題として、単元前半を計画します。次の①～③はまず守りの基本形を問い、攻め方を考えさせますが、Dfが1層で守る基本形の段階では、攻め方についても数パターンの「正解」を子どもたちと一緒に確認していくことが大事です。

それでは、高学年から中学校のフラフトで教えることのできる作戦・戦術について見ていき



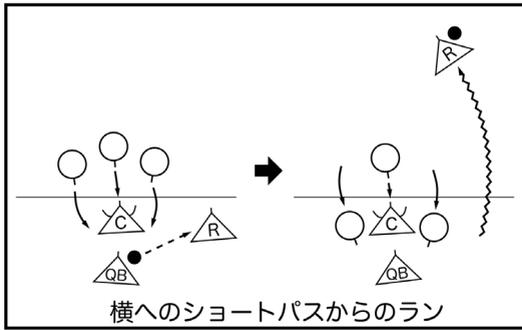
みましょう。

(1) 1層のプレスDfとその破り方

プレスDfは、3人で一気にボール保持者（クォーターバック役：以下QB）のフラッグを取りに行くDfです。3人でプレッシャーをかけるので、相手QBのフラッグを取ったり、パスミスを誘ったりする可能性は高くなります。その反面、背後や左右の空間が広く空いているため、相手攻撃のパス攻撃が決まる危険性も高いと言えます。うまくいけば相手の陣地を押し戻していくこともできる、攻撃的な守り方です。

破り方①：横へのショートパスからのラン

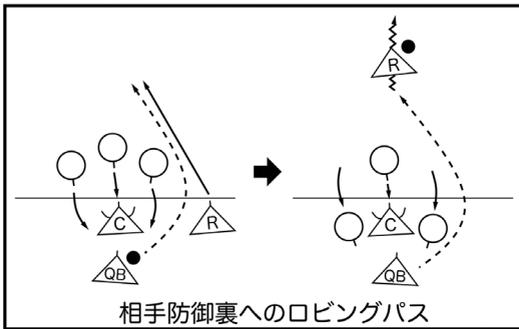
レシーバーを左右どちらかのサイドに置き、ゲーム開始と同時にそのレシーバーへパスします。相手は3人で勢いよくフラッグを取りに来るので、素早くボールを投げる必要があります。パスを受けたレシーバーは、相手防御のいない



所をランするだけで突破できます。

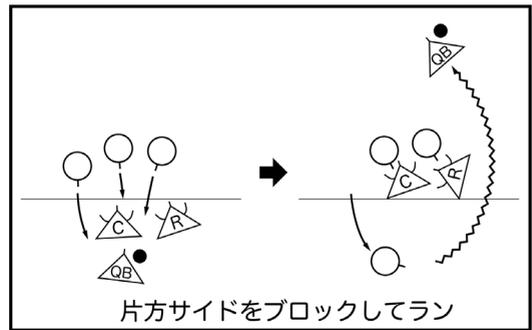
破り方②：相手防御裏へのロビングパス

レシーバーはスタートラインぎりぎりの所に位置し、ゲーム開始と同時に相手防御の裏のスペースへ向かって走りします。QBは、ゲーム開始と同時にロビングボールを相手防御裏に投げます（両手下手投げでふわっと投げる感じで）。ボールを受けたレシーバーは、相手防御のいない所をランするだけで突破できます。



破り方③：片方サイドをブロックしてのQBラン

センターの横、左右どちらかにブロッカーを配置します。センターとブロッカー2人で、QBのフラッグに向かってくる相手防御を一人ずつ内側に向かってブロックします。QBは、ゲーム開始と同時に、ブロックの外側をランし



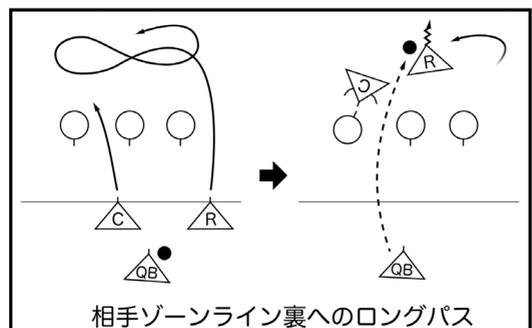
ます。逆サイドの相手防御にフラッグを取られないよう、素早くブロックのあるサイドの横に動き出す必要があります。

(2) 1層のゾーンDfとその破り方

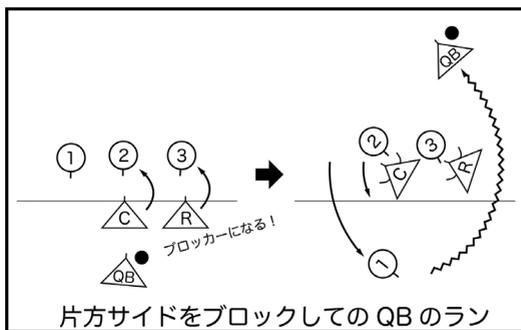
I層のゾーンDfでは、コートを左・中・右の3つに分け、一人ずつそのゾーンに入って、自分の近くを突破しようとする攻撃者のフラッグを取ったり、パスカットを行ったりする守り方です。基本的に、横一列に並んでラインを敷くような形となります。あらかじめ、どの辺りにゾーンのラインを作るのか（浅めなのか深めなのか）を話し合っておく必要があります。

破り方①：相手ゾーンライン裏へのロングパス

3人がラインを作って守るI層のゾーンDfでは、QBへのプレッシャーは全くないと言え

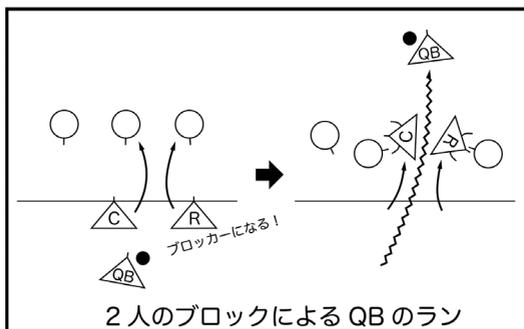


ます。そこで、レシーバーは、相手防御の裏のスペースへ動き、パスを受けます。センターは、レシーバーがパスを受けやすいよう、ブロックに入ります。QBは、あわてることなくパスが通るタイミングを待ってパスします。パスを受けたレシーバーはそのままランします。パスを受ける位置が深ければタッチダウンパスとなることもあります。



破り方②：2人ブロックによるQBラン

ゾーンDfの最大の弱点は、ゾーンとゾーンの継ぎ目です。この攻撃法では、そこを突きます。ゲーム開始後、センターとブロッカーは、相手ゾーンの継ぎ目（人と人の間）に向かって走り、間を開けるようにQBのランコースを作ります。QBは、あせらずに、ランコースが出来上がったのを確認し、そこを素早く駆け抜けます。ブロックが上手に入ると、ゾーンの継ぎ目ではなく、両サイドの一番外側にQBのランコースを作ることも可能です。



(3) 1層のマンDfとその破り方

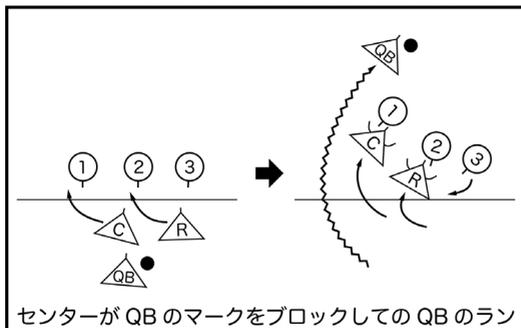
1層のマンDfは、自分のマークする相手を一人決めて、プレイ中はずっとつき続ける守り方です。ポイントとなるのは、QBのマークです。むやみにフラッグを取りに行っても簡単にかわされてしまったり、距離を離し過ぎていてパスを

自由にさせてしまったりといったミスのないようにしっかりとつかなければなりません。また、レシーバーのマークでは、裏を取られないようにしてパスカットもねらえる位置を取る必要があります。

破り方①：片方サイドをブロックしてのQBラン

センターとブロッカーを配置します。ブロッカーはセンターの近くに立ち、センターのマークとブロッカーのマークを内側へ通しこむようにブロックします。外側にスペースができたところをQBがランします。逆サイドにいる相手防御にフラッグを取られないように素早くブロッカー側へ回り込みます。

破り方②：センターがQBのマークをブロックしてのQBラン



センターはQBをマークしにくる相手を外側から内側に向かってブロックに入ります。QBは、その外側のコースをランします。

(4) プレス・ゾーン・マンDfを組み合わせた守り方の出現

3つの守り方の基本形とその破り方を理解した子どもたちは、戦術の基礎基本を学んだと言えます。そこから「応用」へとレベルアップしていく次の段階へ進みます。

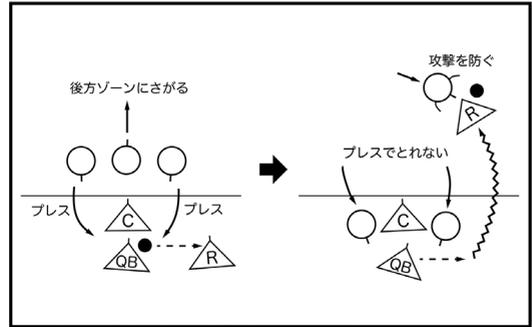
ここまで理解してきた子どもたちは、守り方を「工夫したい」という発想を持つようになります（これまでは守り方は教えられたものでした）。教えられた守り方の良さに気づき→さらにその破り方を考え出す→その破り方に対する守り方を考える…、これは攻防の関係の中で作戦・戦術が発展していくという過程を学ぶことにもなります。そこで、子どもたちの意欲を引き出すために、「これまで学んだ守り方を組み合わせる自分たちの最強の守り方の作戦を考えよう」と学習を展開していきます。

その際、攻撃において大事にしたいのは、やはり「ブロックプレイ」です。

この段階になると、子どもたちの自由な発想で2層のDfが出現してきます。幾とおりもある組み合わせの中から、いくつかの効果的な組み合わせ（守り方）とその破り方を紹介します。

① QBへプレスDf + パスやランに備えてのゾーンDf

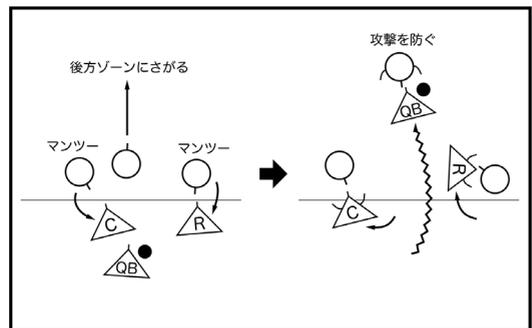
I層のプレスDfでは、ボール保持者であるQBに3人全員でプレスをかけますが、そこを1人ないし2人だけがプレスをかけるようにし、残ったDfプレイヤーは、プレスがかわされパスやランが来た場合に備えて後方に待機します。QBへのプレスが成功すればグッドです



が、プレスがかわされても1度でのタッチダウンを阻止できる守り方です。QBにプレスをかけるのが1人であれば1度でのタッチダウンを防ぎやすく、2人いくのであればより攻撃的な形になります。このようにプレスDfとゾーンDfを合わせたといっても人数のかけ方で、少々守り方の質は変わってきます。

② QBラン、レシーバーへのマンDfと突破をカバーするゾーンDf

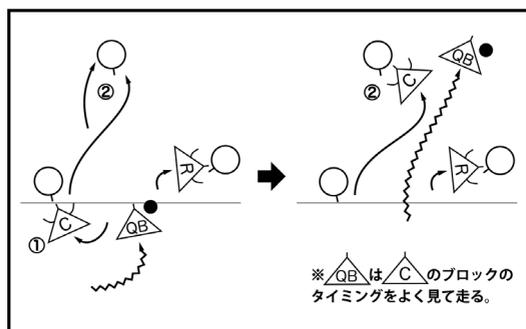
ボール保持者であるQBによるラン、ロングorショートパスを受ける可能性のあるレシーバーに対してはマンDfをとり、万が一マンディフェンスが破られた際には1度での突破を阻止できるように1人がカバーに入るゾーンDfをする守り方です。



(5) II層からなるDfの破り方

(4)で解説したような守り方は、1度でのタッチダウンが難しく、子どもたちにとってはかなり強力な守り方だと言えます。そこで、授業の展開としては、1度のタッチダウンができないのであれば「3回の攻撃権をどう使ってタッチダウンまでたどりつくのか?」といった課題に迫る展開と、「1度の攻撃で突破するにはどうすればよいか?」という課題に迫る展開が考えられます。前者であれば、その状況に応じた効果的なプレイ選択の楽しさが味わえますが、ここでは後者である1度で突破するためのヒントとなる一例を紹介します。

Dfが2層であるということは、1度突破した後さらにさらに突破しなければならないDfが待っているわけで、そこをさらにどう攻略するかを考えることになります。そこで、攻撃側が考えなければならないのは、1回の作戦中における1人のプレイヤーによる2回目の動きです。わかりやすいセンタープレイヤーの動きを例に見ていきます。



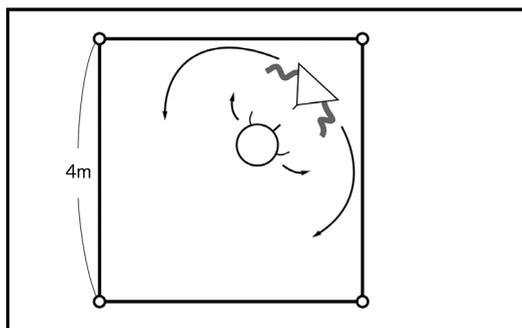
図では、センタープレイヤーが相手Dfのセンタープレイヤーをブロックした後、さらにコート後方をゾーンDfで守っている相手のブロックに動いています。このような2回のプレイ(特にブロックプレイ)がII層を1度で突破するためのカギとなります。

4. 成功する作戦のポイント

作戦図では正解と言えるものをかいていても、実際にやってみるとうまくいかないといったこともあります。その原因は、時間と空間のずれにあります。そもそも複雑になればなるほど、走り出すタイミングや走る速さ、ボールを投げるタイミングやボールの移動スピード、相手Dfの動きなど、全てを仲間と共有しタイミングが一致しないと完璧に成功することはないのです(それが一致して作戦が成功した時の喜びは格別です)。

そこで、作戦がうまくいかない場合は、できなかった結果のみに注目するのではなく、「どうしてうまくいかないのか」細かい箇所注目し、少しずつ修正していくようアドバイスをすることが大事です。複雑になればなるほどうまくいかないのが当たり前で、グループ内で仲間の子が気付けるように教師によってヒントを与えるようにしています。その際、作戦図上でのみアドバイスを与えるのではなく、実際にコート上で子どもたちと一緒に動いてみながら修正を加えていくようにしています。

5. フラフトにおける技術指導



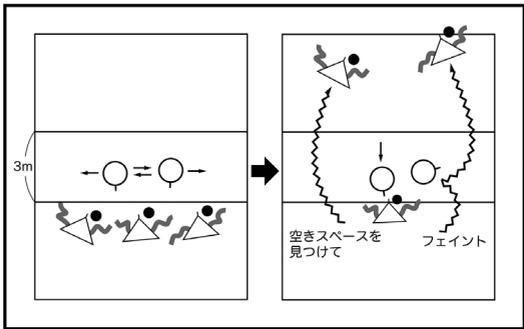
まず、フラフトでは、「作戦・戦術を教えるのだ」という立場に立って学習を計画することが大前提です。したがって、教えたい作戦・戦術を成功させるために必要な技術を習得させなければなりません。次のようなゲームを授業1単位時間の前半に設定し、技術を習得させたいと考えています。

(1) しっぽ取りゲーム (グリッド内1対1)

4m四方のグリッド内を、フラッグを腰に2本付けた逃げる役としっぽを奪う役とに分かれて10秒～15秒程度の時間、逃げる⇄奪うゲームをします。時間が来たら役割を交代してもう1度対戦します。相手を交代すると数回楽しめします。

〈身につく技術・個人戦術〉

- ・ フラッグをつかむ技術
- ・ サイドステップやバックステップ
- ・ フェイント動作



(2) しっぽ取りゲーム (ゾーン突破型)

メインゲームのコートで行います。人数は、Of 3人、Df 2人で行います。攻撃は、ボールを持ち、腰につけたフラッグ2本を取られないようセンターラインから相手陣地のエンドラインをめざして走り抜けます。守りは、相手のフ

ラッグを奪います。ただし、守り側はセンターラインから3mの所に引かれたじゃまゾーン内しか動けません。フラッグを取られないでゴールした人数を得点として、攻守交代をしながら合計得点を競います。

〈身につく技術・個人戦術〉

- ・ フラッグをつかむ技術
- ・ 相手に応じた位置取り
- ・ サイドステップやバックステップ
- ・ フェイント動作
- ・ 空いたスペースを見つけてタイミングよく走り出すこと

(3) スロー&キャッチゲーム

センターラインからQB役の子が投げたボールを走りながらレシーバー役の子がキャッチします。レシーバーは、QBがボールを投げた瞬間にセンターラインをスタートします。2人の技能を把握したうえでどの程度の距離を進めるのかを調整して、できるだけ遠くでのキャッチ成功を目指します。

〈身につく技術・個人戦術〉

- ・ 相手に合わせてボールを投げる技術
- ・ 走りながらボールの落下地点に入って捕球する技術

