勝利を目指して！

○組流リングゲーム

～自分のために・チームのために～



年

**☆勝利を目指して！○組流リングゲーム**（8時間計画）

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| １ | ２ | ３ | | ４ | ５ | | | ６ | ７ | ８ |
| はじめ  オリエンテーション | ねらい１  ○組流リングゲームのルールを作り、ゲームを楽しもう！ | |  | | | ねらい２  作戦を工夫して  ○組流リングゲームを楽しもう！ |  | | | |

**☆１時間の流れ**

|  |  |
| --- | --- |
| ０分  ５分  １２分  ２７分  ４０分 | **じゅんび・じゅんび運動（アナロゴン）**  **めあての記入・かくにん**  ①　自分のめあてと見てほしいところを伝え合う  ・ボールより前に動く　・あいている場所へ動く  ・動きながらシュート　・声をかけあう　など  **ゲーム１**  ②　みんなが同じ回数出ること  ➂　ゲームに出ていない人がどうするかが、勝ち負け  や楽しむためのポイント  **ゲーム２**  ①②を同じように進める  **ふり返り・後片付け**  ・どうしたらうまくいった？  ・どんなことがわかった？  ・どんなときに楽しかった？  ・心に残った友達の言葉は？ |

**☆はじめのルール**

・ゲームは４人vs ４人　　　　　　　　　　・ゴールが決まったらエンドラインからスタート

・１ゲームは２分３０秒×４　　　　　　　　・前後半入れ替わるときは、ボールを持った

（前半①→後半①→前半②→後半②）　　　　　チームからすぐに始める

・得点の多い方が勝利

・リングに入れたら１点

・相手の持っているボールは取らない

**☆１時間の流れ【ねらい１】**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| は  じ  め  12分 | ゲーム１ | チームで共有タイム  ５分 | ゲーム２ | ふり返り  まとめ  ８分 |
| 2分30秒×４ | 2分30秒×４ |

**☆ゲームの組み合わせ（総当たり戦）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **コート１（ステージ側）** | **コート２（入口側）** |
| **２時** | **①赤－黄**  **②青－黄** | **①青－緑**  **②赤－緑** |
| **３時** | **①赤－青**  **②赤－黄** | **①黄－緑**  **②青－緑** |
| **４時** | **①青－黄**  **②赤－青** | **①赤－緑**  **②黄－緑** |

**★１時間の流れ【ねらい２】**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| は  じ  め  ５分 | ゲーム１ | 作戦  タイム  ・  練習  タイム  １０分 | ゲーム２ | ふり返り  まとめ  ８分 |
| ５分×２ | ５分×２ |

**★ゲームの組み合わせ（同じ対戦相手と続けてするよ！）※対抗戦**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **コート１（ステージ側）** | **コート２（入口側）** |
| **５時目** | **赤－黄** | **青－緑** |
| **６時目** | **青－黄** | **赤－緑** |
| **７時目** | **赤－青** | **黄－緑** |
| **８時目** |  |  |

**★最終戦（８時目）・・・みんなでどこと対戦をするか決めようね！**

じゅんびした後，ストレッチ及び運動遊びを班ごとに行おう！

**【じゅんび】リングを出す　・ビブス（赤・青・黄・緑）**

**・ハンドボール・得点板（各コート）・かご（各チーム）**

**【コート】**

|  |  |
| --- | --- |
| **コート２　青** | **緑** |
| **コート１　赤** | **黄** |
| **ステージ** | |

**【じゅんび運動メニュー　～ストレッチへん～】**

①せのび（大きく3びょう×３）

②うでのばし（むね前・左右）（頭上・左右）

③うで回し（前回し・後ろ回し）

④前曲げ・後ろそらし

⑤足をクロス前曲げ（左右）

⑥アキレスけんのばし（左右）

⑦手首・足首・首回し

**【じゅんび運動メニュー　～ウォーミングアップ＆運動遊びへん～】**

①**コート３周**　→**《体温め＆体ならし》**

②**フリーシュートタイム　→《シュートする（入れる）感覚アップ》**

**どこからの　どんなシュートが入りやすいかな？**

**どんどんシュートを打ってみよう！君なら見つけられる！！**

③**ボール取り＆パスゲーム→《はんだん力アップ・パス＆キャッチ力アップ》**さぁみんなで○組流リングゲームを楽しもう！

**☆メンバー紹介**

|  |  |
| --- | --- |
| 赤 | チーム名 |
|  |
| 青 | チーム名 |
|  |
| 黄 | チーム名 |
|  |
| 緑 | チーム名 |
|  |



月　　日（　）　　　時目　　名前（　　　　　　　　　　　　）

☆○組流リングゲームを楽しむための「？」

動き　　　　パス（キャッチ）　　シュート





どんなパスがいいかな？

・きょりは？　　・強さは？

・方法は？

どう動けばいいかな？

・場所は？

・タイミングは？

どんなシュートがいいかな？

・ねらう場所は？　・打つ場所は？

・方法は？　　・タイミングは？

|  |  |
| --- | --- |
| ☆（　　　／　　　）のめあて | ◎　○　△ |
|  |

☆ふり返り どんな時に楽しかった？ どうしたらうまくいった？ どんなことが分かった？ 心に残った友達の言葉は？

|  |  |
| --- | --- |
| ☆（　　　／　　　）のめあて | ◎　○　△ |
|  |

☆ふり返り どんな時に楽しかった？ どうしたらうまくいった？ どんなことが分かった？ 心に残った友達の言葉は？

月　　日（　）　　　時目　　名前（　　　　　　　　　　　　）

☆チームの作戦



|  |  |
| --- | --- |
| ☆（　　　／　　　）のめあて | ◎　○　△ |
|  |

☆ふり返り どんな時に楽しかった？ どうしたらうまくいった？ どんなことが分かった？ 心に残った友達の言葉は？

|  |  |
| --- | --- |
| ☆（　　　／　　　）のめあて | ◎　○　△ |
|  |

☆ふり返り どんな時に楽しかった？ どうしたらうまくいった？ どんなことが分かった？ 心に残った友達の言葉は？

○組流リングゲームの時間が終わりました。

****☆○組流リングゲームの時間が終わりました。

これまでの学習の中で　あなたが楽しかったことや　できるようになったこと、どうしたらうまくいくか　分かったこと、がんばったことなどを振り返って書きましょう

|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |