コロナ禍における
バスケットボールの実技授業

流通経済大学
小谷　究

1

2020年 4月 7日

“緊急事態宣言”

↓

前期全ての授業がオンライン

2

オンラインでの授業実施方法

1. 課題提出型（レポート等）
2. オンデマンド型
   （YouTubeの限定公開等で動画を配信）
3. リアルタイム型
   （Zoom等のオンライン会議システム）

3

オフェンスとディフェンスを
表現したいけど・・・

一人しかいない !!

4

可動式マネキン

5

バスケの授業だけど・・・

ボールがない !!

6

“パーカーボール” をつくろう!!

7

8

シュート・パスなどをしたいけど・・・

ゴールも相手もいない!!

9

スキルの一部を抜き出す

10

セット
ショット

11

前期全13コマ
スライド公開中!!

YouTube

“ バスラボチャネル ”で検索

12

後期

全授業回数で入構する
学生の延べ人数を半分以下

50人クラス × 半期15回 / 2 = 375人

13

学生の延べ人数を半分以下にする方法

1. ハイブリッド型

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
オンライン 50名	対面 50名	オンライン 50名	対面 50名	オンライン 50名

体育館に50名 ➡ “密”

14

2. ハイフレックス型

	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回
A	オンライン 25名	対面 25名	オンライン 25名	対面 25名	オンライン 25名
B	対面 25名	オンライン 25名	対面 25名	オンライン 25名	対面 25名

対面とオンラインで同じ内容を学習

15

Zoomに繋いだiPad　ハンズフリーマイク

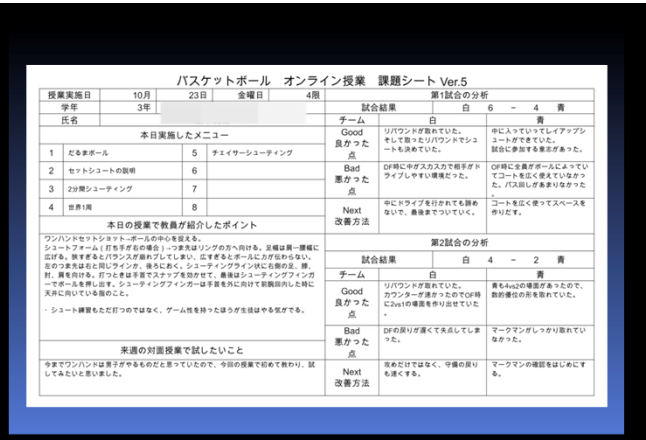
16

17

18

NBAバブル!?

19



バスケットボール　オンライン授業　課題シート Ver.5

授業実施日	10月	23日	金曜日	4限
学年	3年			
氏名				

本日実施したメニュー

1	だるまボール	5	チェイサーシューティング
2	セットシュートの説明	6	
3	2分間シューティング	7	
4	世界1周	8	

本日の授業で教員が紹介したポイント

ワンハンドセットシュート…ボールの中心を捉える。
シュートフォーム（打ち手が右の場合）→つま先はリングの方へ向ける。足幅は肩一頭幅に広げる。狭すぎるとバランスが崩れプレしまい、広すぎるとボールにカが伝わらない。左のつま先は右と同じラインか、後ろにおく。シューティングライン状に右側の足、横、肘、肩を向ける。打つときは手首でスナップを効かせて、最後はシューティングフィンガーでボールを押し出す。シューティングフィンガーは手首を外に向けて前腕回内した時に天井に向いている指のこと。
・シュート練習もただ打つのではなく、ゲーム性を持ったほうが生徒はやる気がでる。

来週の対面授業で試したいこと

今までワンハンドは男子がやるものだと思っていたので、今回の授業で初めて教わり、試してみたいと思いました。

第1試合の分析

試合結果	白 6 － 4 青	
チーム	白	青
Good 良かった点	リバウンドが取れていた。そして取ったリバウンドでシュートも決めていた。	中に入っていってレイアップシュートができていた。試合に参加する意志があった。
Bad 悪かった点	DF時に中がスカスカで相手がドライブしやすい環境だった。	OF時に全員がボールによっていてコートを広く使えていなかった。パス回しがあまりなかった。
Next 改善方法	中にドライブを行かれても諦めないで、最後までついていく。	コートを広く使ってスペースを作りだす。

第2試合の分析

試合結果	白 4 － 2 青	
チーム	白	青
Good 良かった点	リバウンドが取れていた。カウンターが速かったのでOF時に2vs1の場面を作り出せていた。	青も4vs2の場面があったので、数的優位の形を取れていた。
Bad 悪かった点	DFの戻りが遅くて失点してしまった。	マークマンがしっかり取れていなかった。
Next 改善方法	攻めだけではなく、守備の戻りも速くする。	マークマンの確認をはじめにする。

20

対面
オンライン
第1試合
観戦して分析
第2試合
ブレイクアウトでディスカッション
オンラインから対面へフィードバック
第3試合
観戦して分析
第4試合
ブレイクアウトでディスカッション

21

オンライン授業・ハイフレックス授業
公開中!!
YouTube
“ バスラボチャネル ”で検索

22