

# ワクワク、キラキラ★

令和5年度

## 楽しい フラッグフットボール！

ルールを  
守って

仲良く  
楽しく

安心・安全な

フラッグフットボール

ワクワクするね  
楽しくプレーしよう！

話し合っ  
て決めた  
作戦を使  
おうよ！



みんなで  
キラキラ 輝くよ☆

川崎市立小学校  
巡回教室用

# フラッグフットボールの魅力



言語活動の充実  
コミュニケーション能力を高める  
「動きの言語化」＝「話し合い」

- ◎ 自分の考えを相手に伝える
- ◎ 相手の話をよく聞く
- ◎ みんなで作戦を考える



ルールを工夫して  
易しいゲームを楽しめる

- ◎ ボールを持っている子と  
ボールを持たない子が活躍できる
- ◎ 役割（ポジション）を変えて  
だれでも得点できる楽しさを味わえる
- ◎ だれでもゲームに進んで取り組める
- ◎ 仲良く、楽しく活動できる

# コーチ達の共通指導 「PATROL」

## **Process** 「結果ではなく、経過を重視しましょう」

結果を評価するのではなく、経過を重視しましょう。

## **Acknowledgement** 「承認しましょう」

プレーヤーの意思を尊重し、その行動や言動を認めることが重要です。  
自分の存在を認められることが、プレーヤーにとって大きな励みになります。

## **Together** 「一緒に楽しみ、考えましょう」

## **Respect** 「尊敬しましょう、尊重しましょう」

年齢、性別に関係なく、すべての人を尊敬しましょう。

## **Observation** 「よく観察しましょう」

体調は万全か、悩み事はないか。見ていなければわかりません。「見られている」ことでプレーヤーは安心します。

## **Listening** 「話をよく聴きましょう」

自分が話すより、プレーヤーの話を聴く時間を多くとりましょう。指導者が「なってほしいプレーヤー」ではなく、プレーヤー自身が「なりたい」自分を意識し、気づかせるためには、プレーヤー自身にたくさん話す機会を作ってあげましょう。

# フラッグフットボールを やさしく、わかりやすく、親切、丁寧に教えてくれる 素敵なコーチの皆さん



モリモリ



まっちゃん



ホッピー



かきぴー



ナカヨッシー



いなか



ボス



クラッチー



ごんば



ハッピー



あっくん



ミッチー



オカベチー



きいちゃん



しばちゃん



マツ

## 児童の感想より

- ◎わかりやすい言葉で親切に丁寧に教えてくれた。
- ◎楽しかった、もっとやりたい。
- ◎褒めて（認めて）くれて嬉しかった。
- ◎笑顔で接してくれたのでコーチと楽しく話せた。
- ◎初めてのスポーツだから失敗はOKと安心させてくれた。



まほちん



サブ



やまちゃん



テケ



マーティン

# ルールの解説

## 巡回教室

攻撃3人 対 守備2人



## 藤子・F・不二雄 ミュージアムカップ

1～4年生の部 3人 対 3人

1～6年生の部 4人 対 4人



# センタースナップ で プレー開始

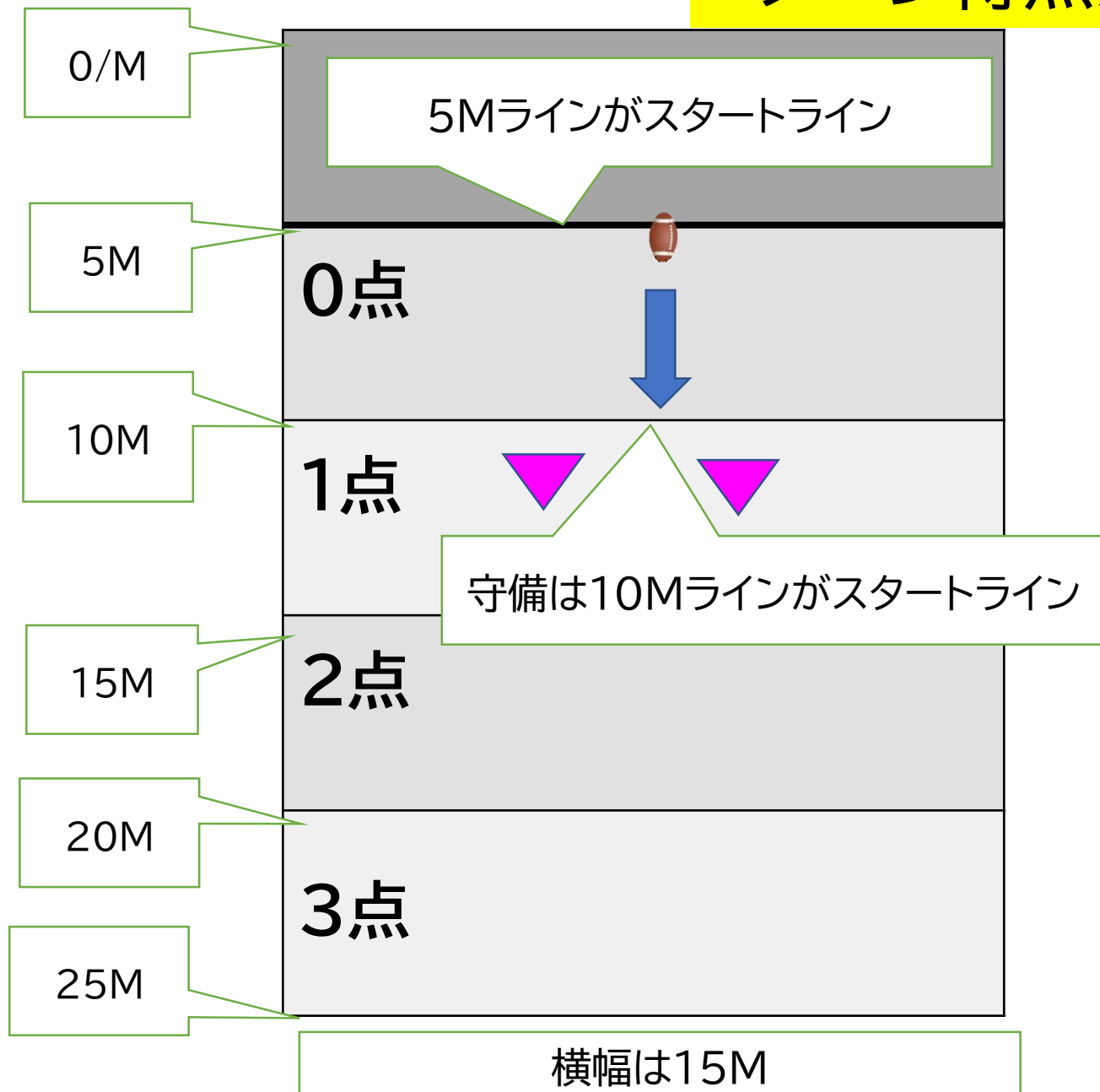
ボールの先端を地面につける



センターの頭はスタートラインから出ない



# ゾーン得点方法



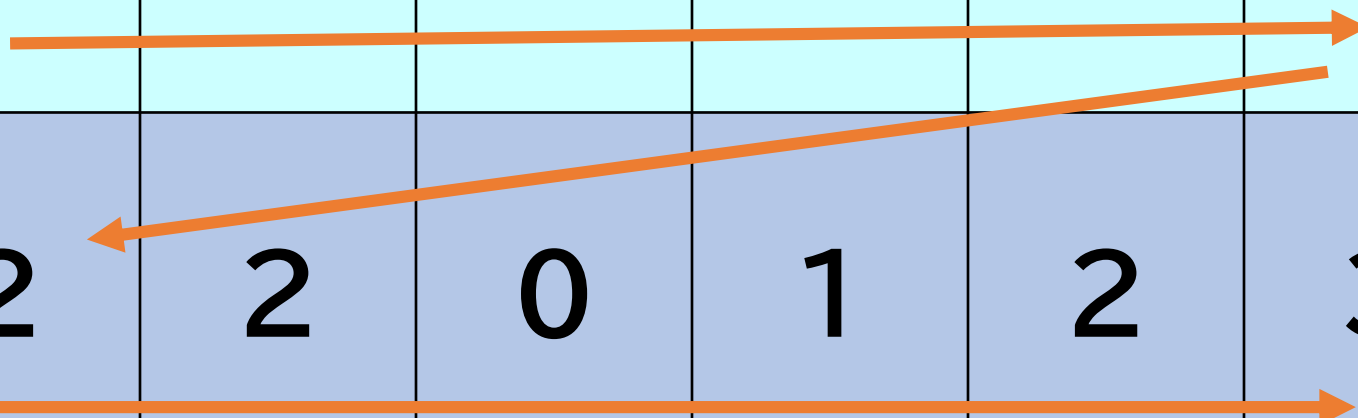
5Mラインの中央にボールを  
セットしてゲーム開始

攻撃側が守備側にフラッグを  
取られた場所(ゾーン)が得点

攻撃と守備の合計点数で  
勝敗を決める

# 得点方法 巡回教室は原則 6回まで

	1回	2回	3回	4回	5回	6回	合計
先攻チーム	0	1	2	3	2	1	9
後攻チーム	2	2	0	1	2	3	10





# ルール

- ◎フラッグフットボールでは相手と接触をしないように努めます。
- ◎攻撃側選手は、守備側選手を避けて動きます。
- ◎守備側選手は、スクリーンブロックをしている攻撃側選手を避けて動きます。

## 攻撃

- ◎ センタースナップでQBがボールを落としたりしたら0点。
- ◎ 攻撃側はスタートしたらスタートラインの内側には戻れません。
- ◎ 攻撃側のプレイヤーは7秒以内にスターラインを超えないと反則。
- ◎ スタート後、ボールを落としたり、手のひらと足の裏以外が地面に着いたら、プレー終了

## 守備

- ◎ ボールキャリアのフラッグが取られた時は腰の位置が得点です。
- ◎ 守備はセンターのスナップ後、スタートできるがスタートラインの中のゾーンには入れません。

## パスのルール

- ◎ パスはキャッチできず落としたりしたら **0点** です。
  - ◎ パッサーは(パスを投げる人)スタートラインを超えて投げる、踏んで投げる  
と反則。また、スタートラインを超えてから内側に戻って投げたら反則。
  - ◎ 特別ルール パスは難しいため**0点ゾーン**でパスキャッチできたら**1点獲得**。
- 
- ◎ パッサーはスタートライン内側のコート内で**7秒以内**どこからでもパスは  
できます。
  - ◎ 守備は空中にあるボールをはたき落とせば **0点**。
  - ◎ インターセプト(空中にあるボールをキャッチ)して相手の陣地にフラッグを  
取られないで運べば**3点獲得**。

## 巡回教室で使用するボールの例



## 巡回教室で使用するフラッグの例

タオル地のフラッグ  
ベルトはソケット型



化学繊維時のフラッグ  
ベルトはマジックテープ



# 1回目の指導

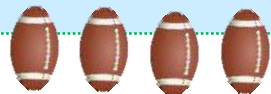
約5分間

挨拶・自己紹介



フラッグは児童数

ボールは最低4個



フラッグフットボールとは

- ◎ アメフトのルールを工夫して、誰でもが楽しめる鬼ごっこ（話し合って作戦を立てるからスーパー鬼ごっこ）
- ◎ 守りはボールを持っている人のフラッグを取る
- ◎ 攻撃も守備も身体接触を避ける  
それでもぶつかったらお互いに ごめんね

フラッグの装着と安全確認

- ◎ シャツ・イン
- ◎ フラッグは真横
- ◎ ベルトのカチャはおへそ
- ◎ 余ったベルト巻き込む

新フラッグの  
装着方法は別

練習場所の確認

3点

2点

1点

0点



A班はここで帽子赤

3点

2点

1点

0点



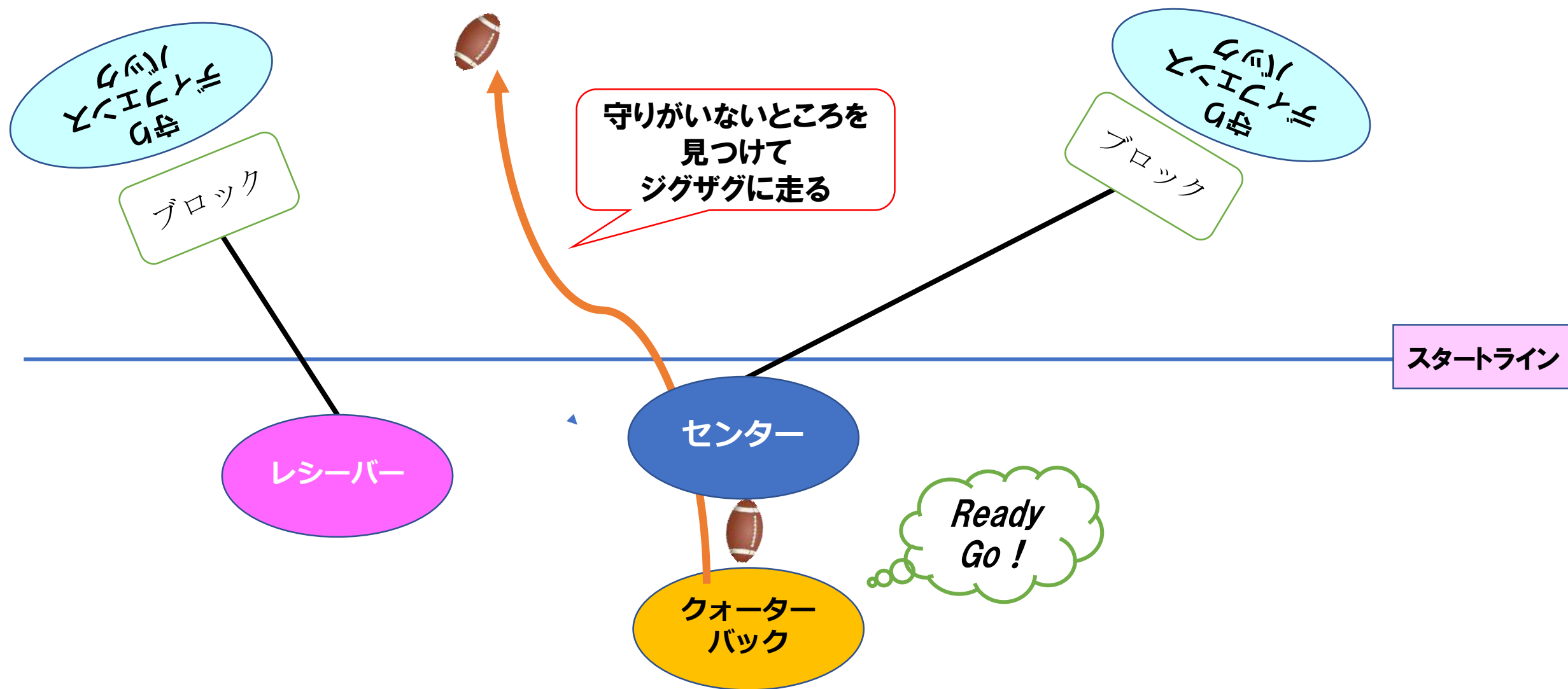
C班はここで帽子赤

B・D班はここで帽子は白

3. 4年生1回目の指導

約5分間×2回

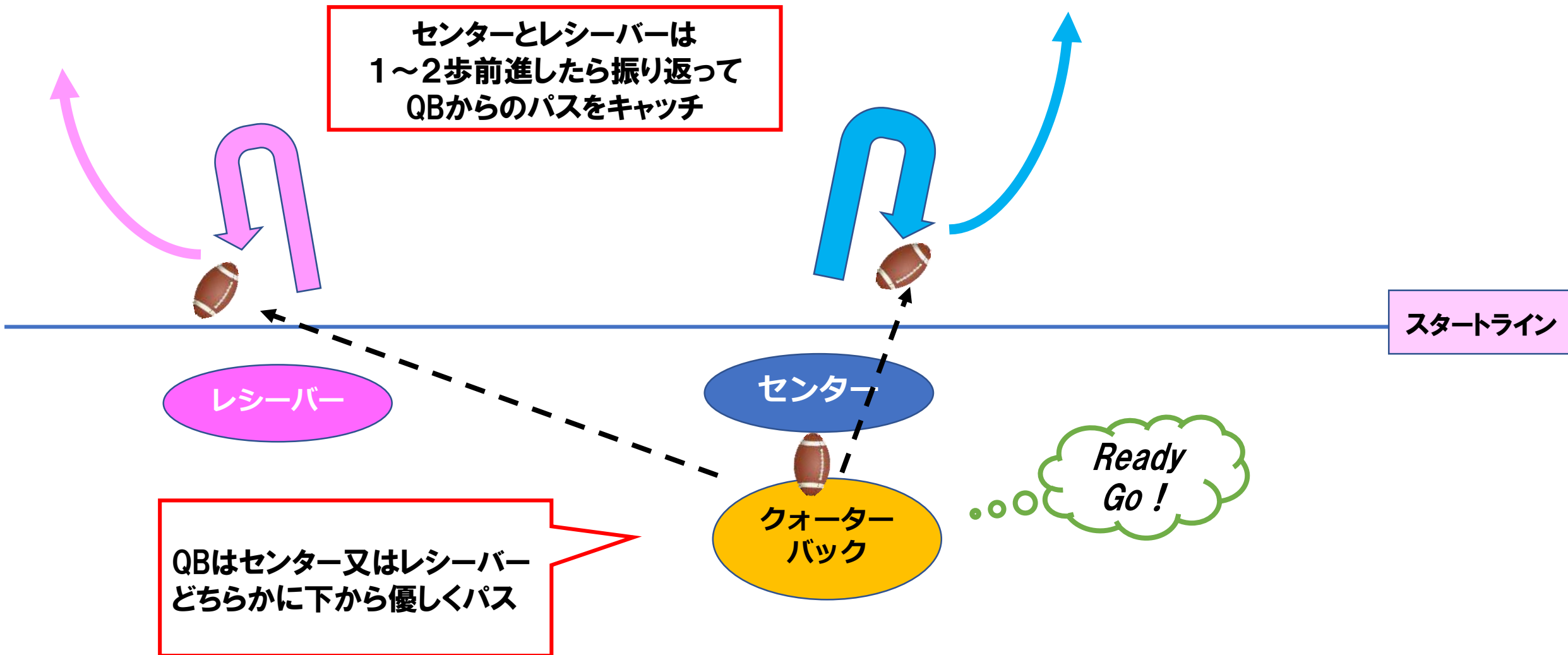
# W ブロック作戦



3. 4年生1回目の指導

約5分間×2回

# パス作戦



応用・試合で使ってね！

# パスと見せて QBが走る

センターとレシーバーは  
1～2歩前進したら振り返る  
パスをもらうふりをしてブロックに行く

ブロック

ブロック

スタートライン

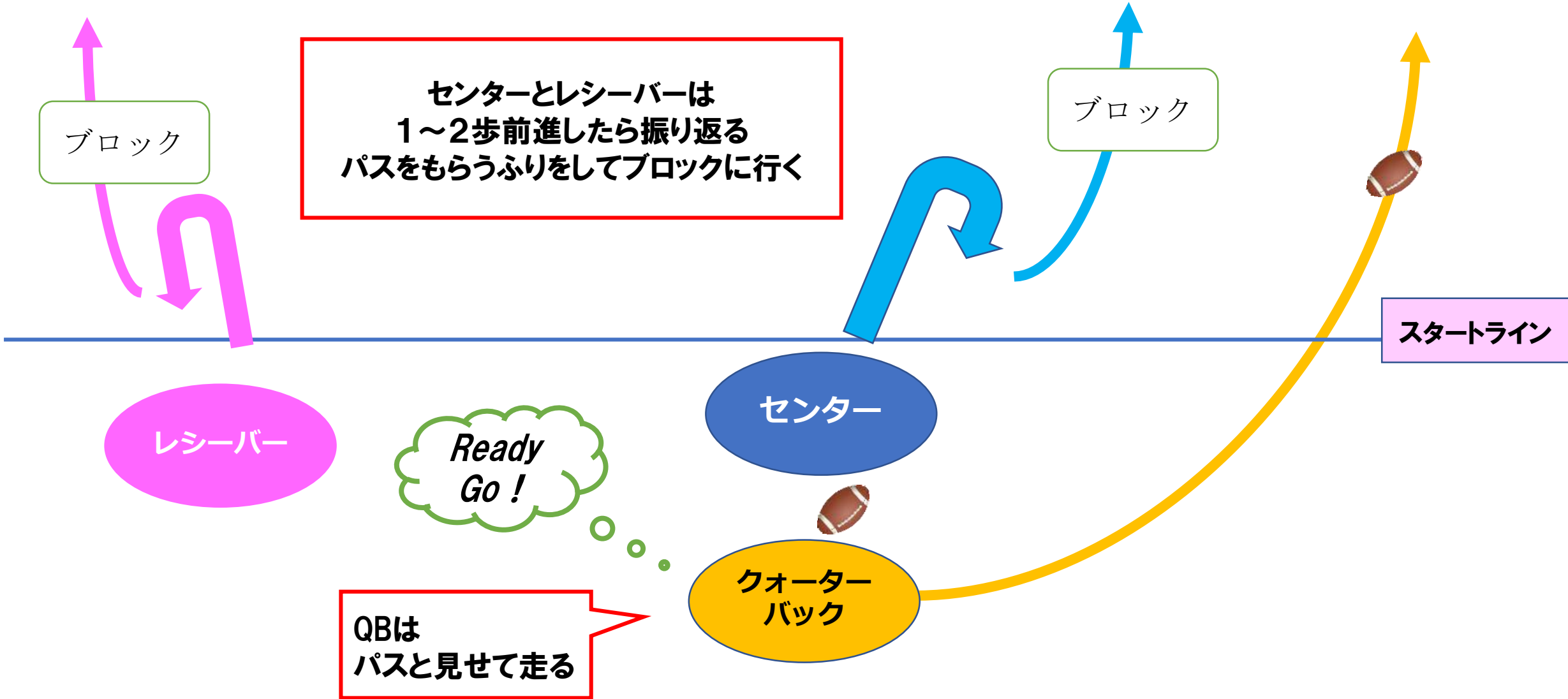
レシーバー

センター

Ready  
Go!

クォーター  
バック

QBは  
パスと見せて走る

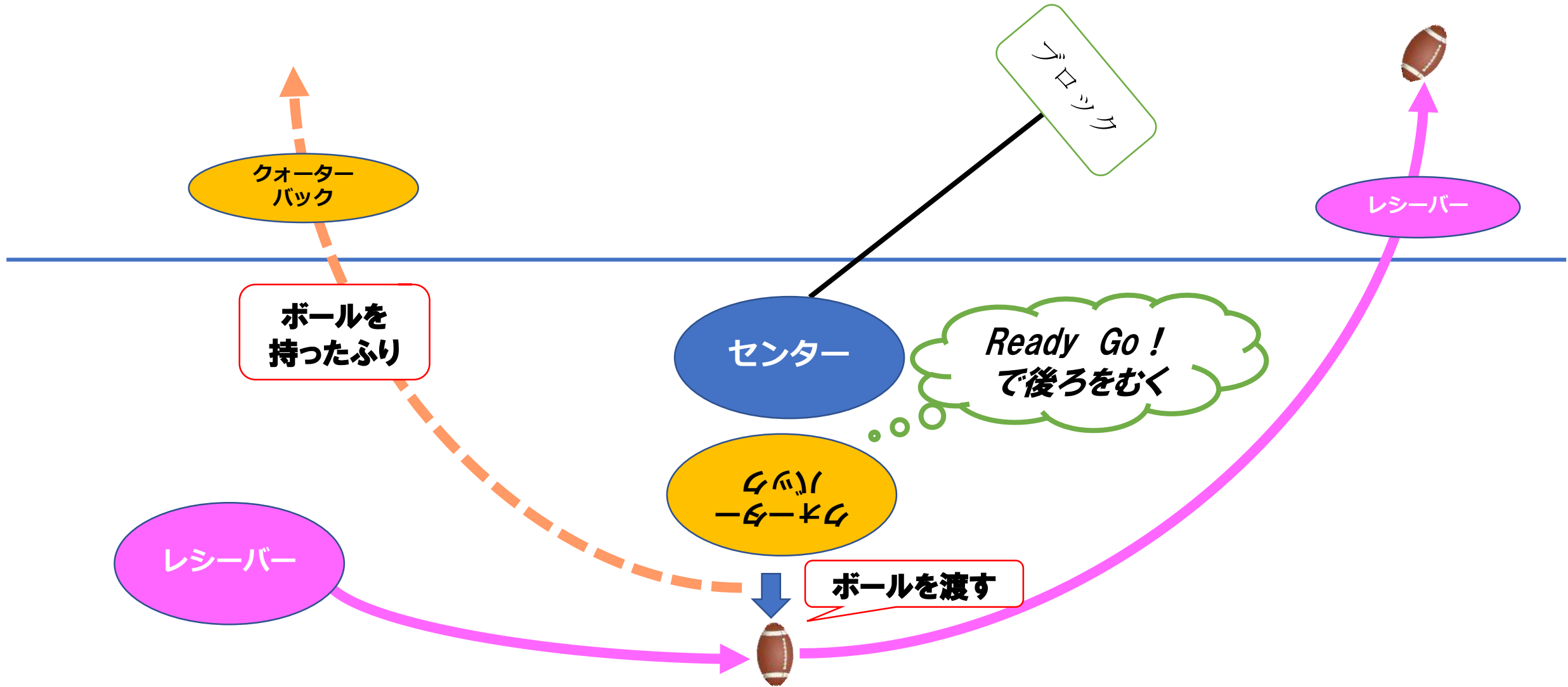




4年生2回目の指導

約5分間×2回

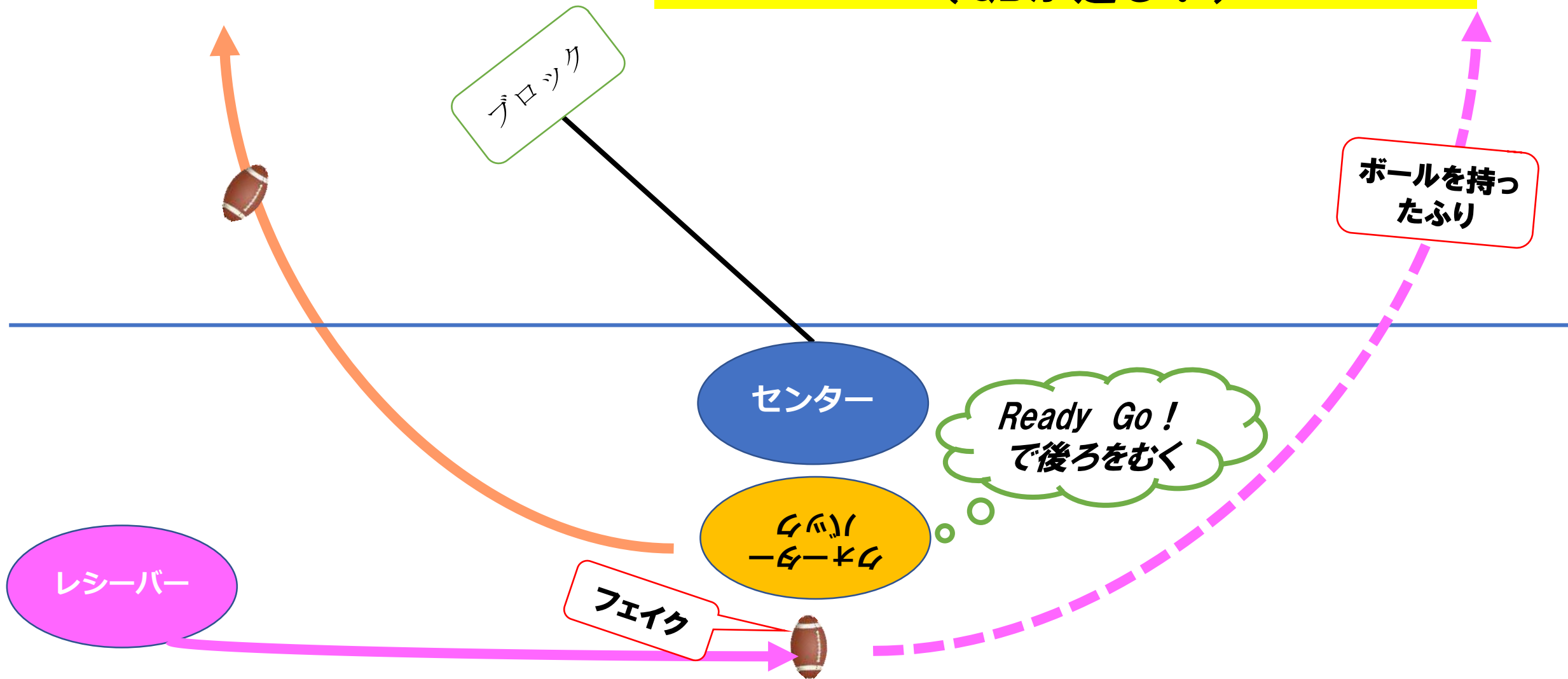
# わたすか、わたさないか作戦 (レシーバーが走る！)



4年生2回目の指導

約5分間×2回

# わたすか、わたさないか作戦 (QBが走る！)



3年生2回目の指導

かたまり作戦 その1 (ボールは背中にかくす)

約5分間×2回

Ready Go! で  
3人が集まる

レシーバー

クォーター  
バック

センター

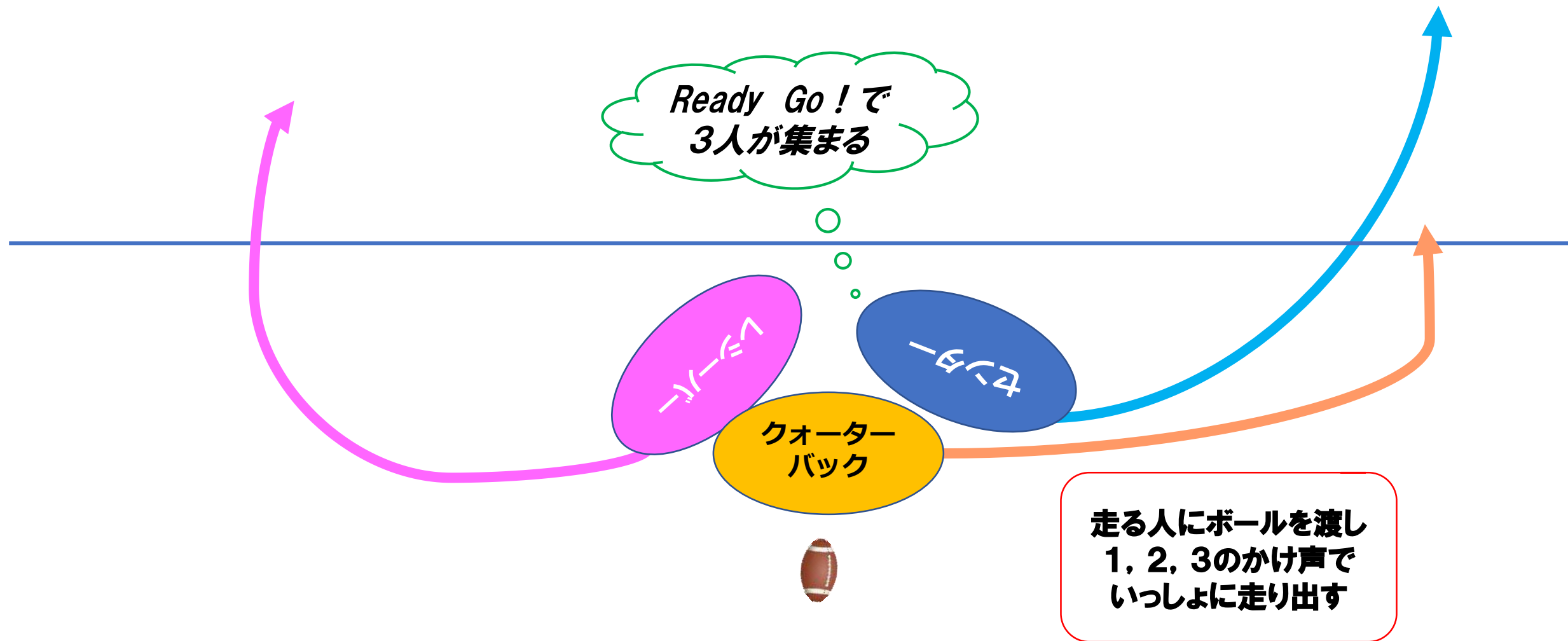
走る人の背中にボール  
を渡し1, 2, 3のかけ  
声でいっしょに走り出  
す



# 3年生2回目の指導

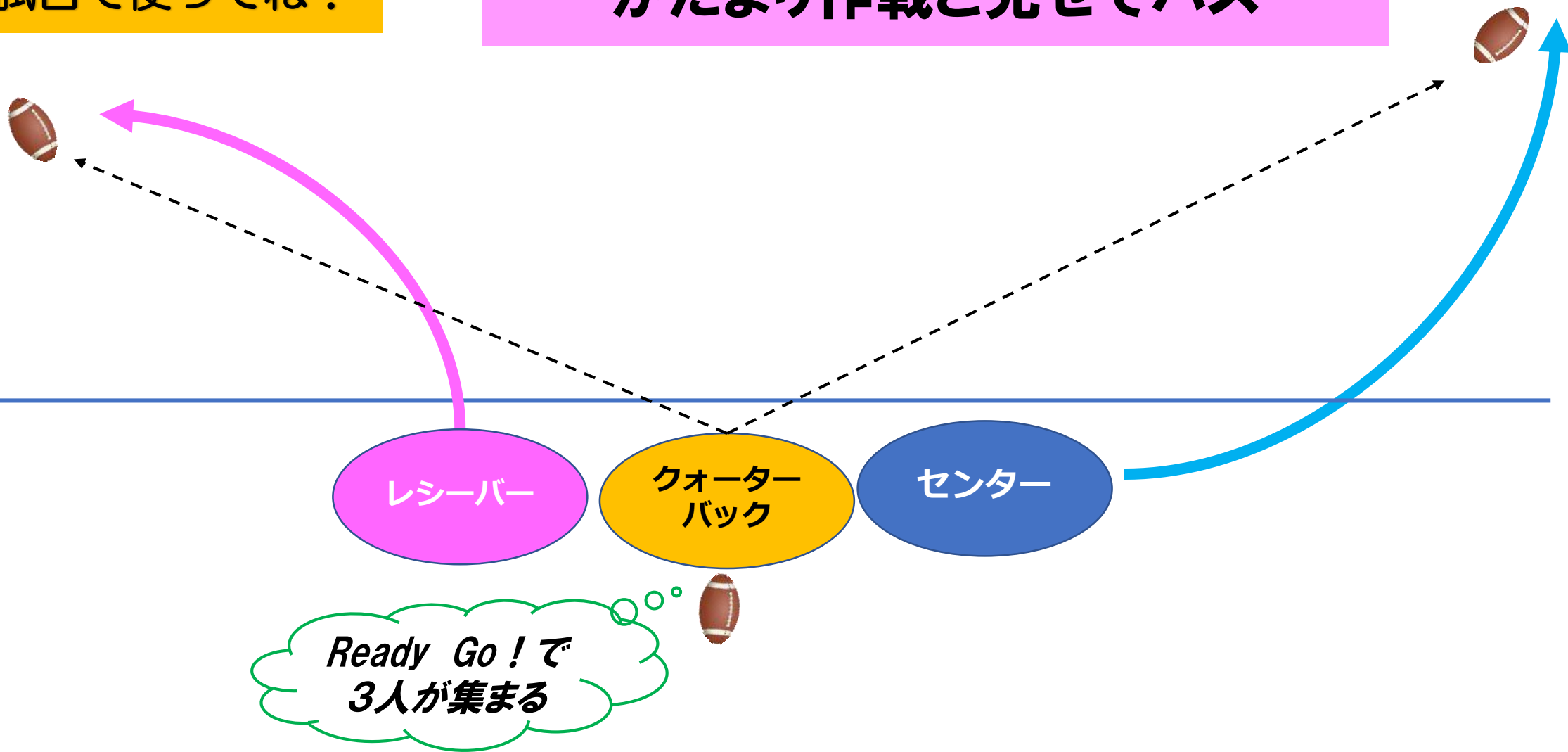
約5分間×2回

## かたまり作戦 その2 (ボールはお腹にかくす)



応用・試合で使ってね！

## かたまり作戦と見せてパス



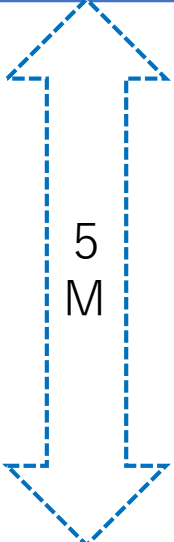
# 守り（横 作戦）

守り  
バリエーション

僕は左側を  
守るね！

僕は右側を  
守るね！

守り  
バリエーション

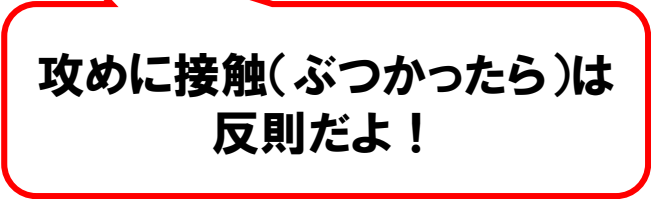
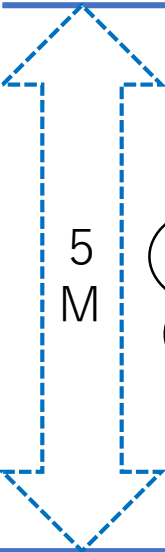


5  
M

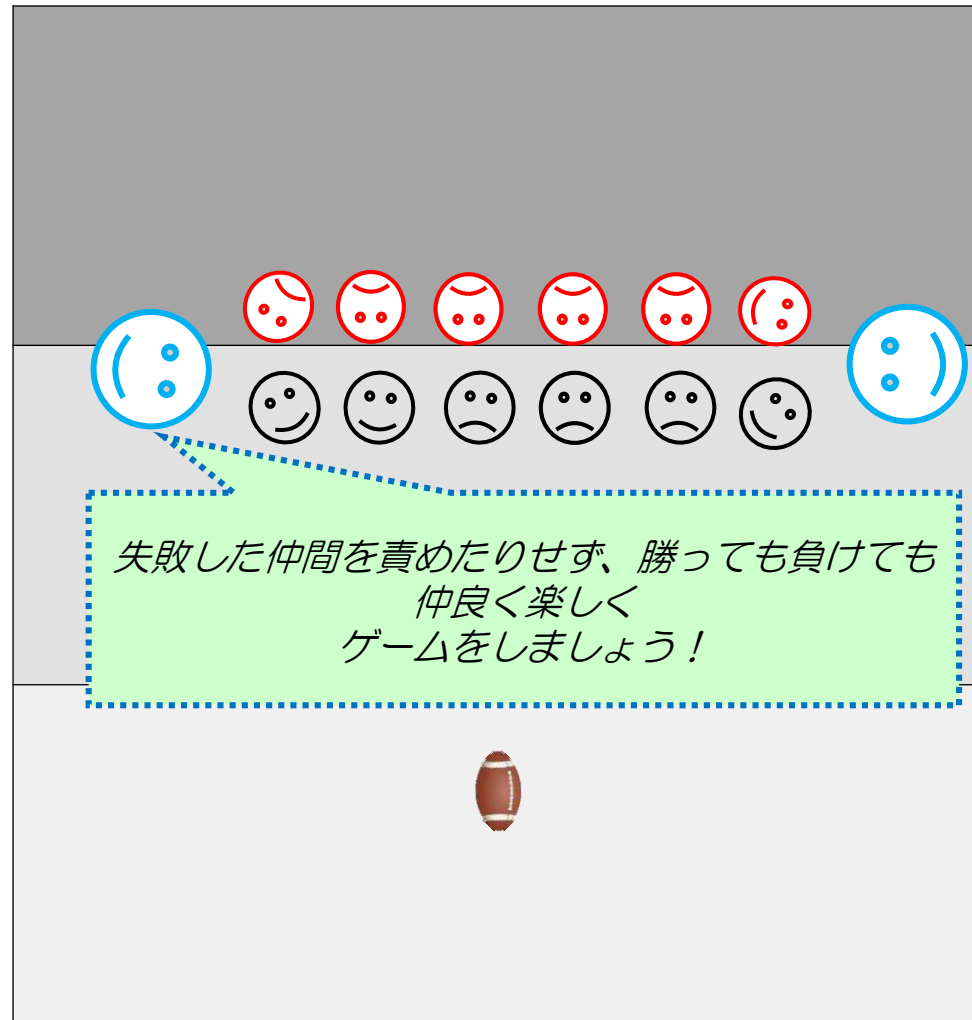
攻めに接触(ぶつかったら)したら反則だよ！

スタートライン

# 守り（縦 作戦）



スタートライン



守備側

攻撃側

では、ゲームをしましょう！

- 勝ち負けの結果にこだわらず、みんなで協力することと話し合って作戦を立てることが大切です
- 体育の授業は「仲良く・楽しく」です！

- セレモニーを行います
  - ① 向かい合って、挨拶・**握手はしない!** (コロナ対策)
  - ② ジャンケンで先攻/後攻を決める
  - ③ 先攻チームが**6回**  
(回数は残り時間・人数で決める)  
メンバーを代えながら攻撃します
- 6回攻撃したら攻守交代です  
それでは開始 ピピー  
あと3回 あと2回 あと1回 ピピー終了  
攻守交代 → それでは6回攻撃します  
開始 ピピー あと3回 あと2回 あと1回  
ピピー終了

- では、  
対戦相手を代えて、第2試合をしましょう！  
※ 残り時間に余裕があれば、第3試合を行う！

○ 授業のまとめ (感想)

片づけ

約5分間



# 作戦カード

3点

2点

1点

0点



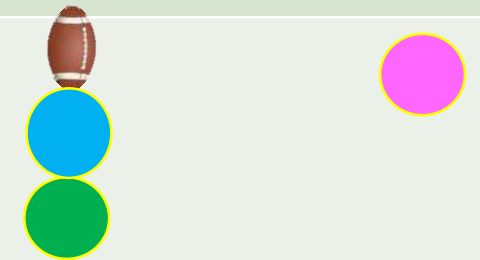
# 作戦カード

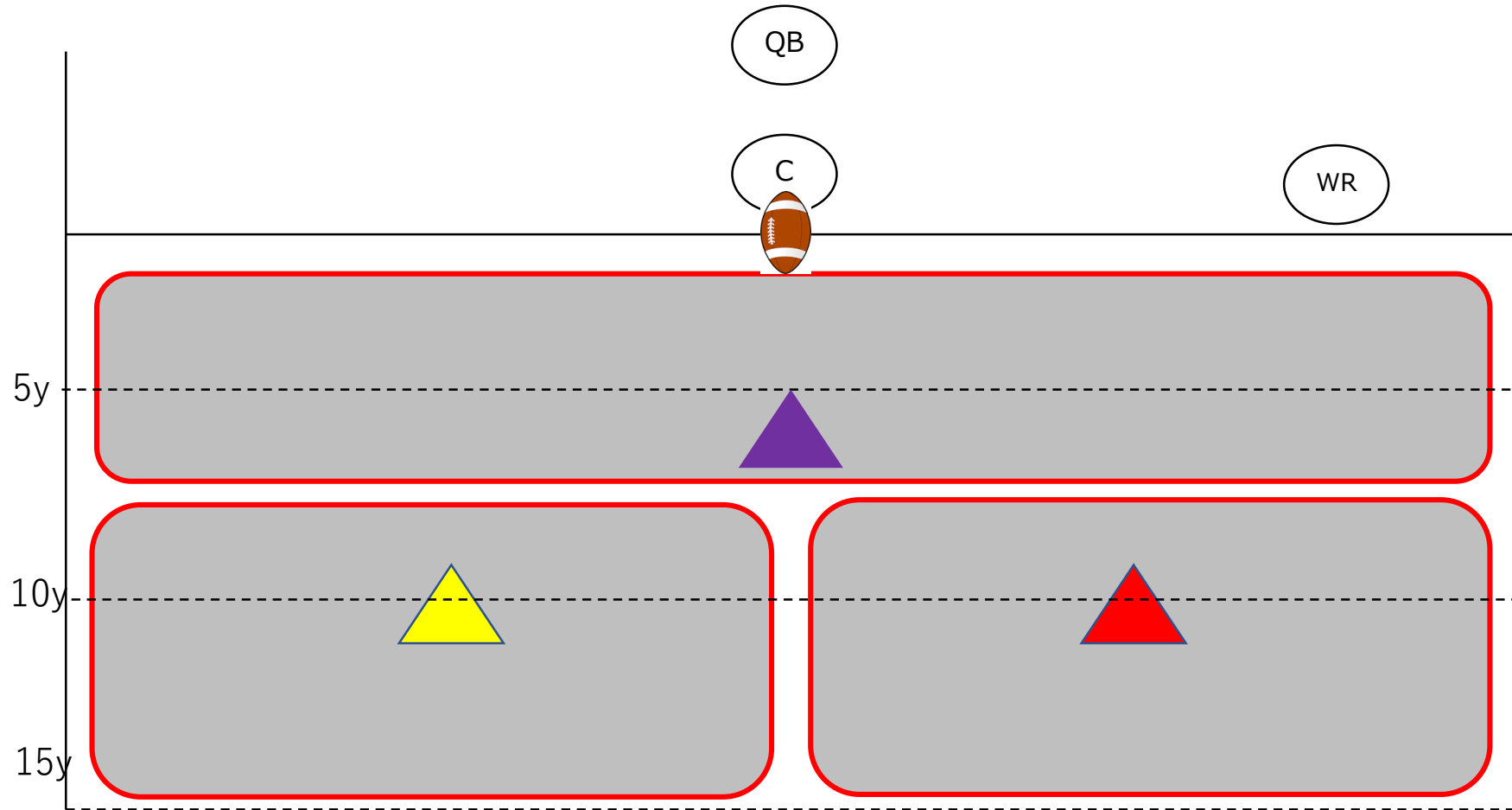
3点

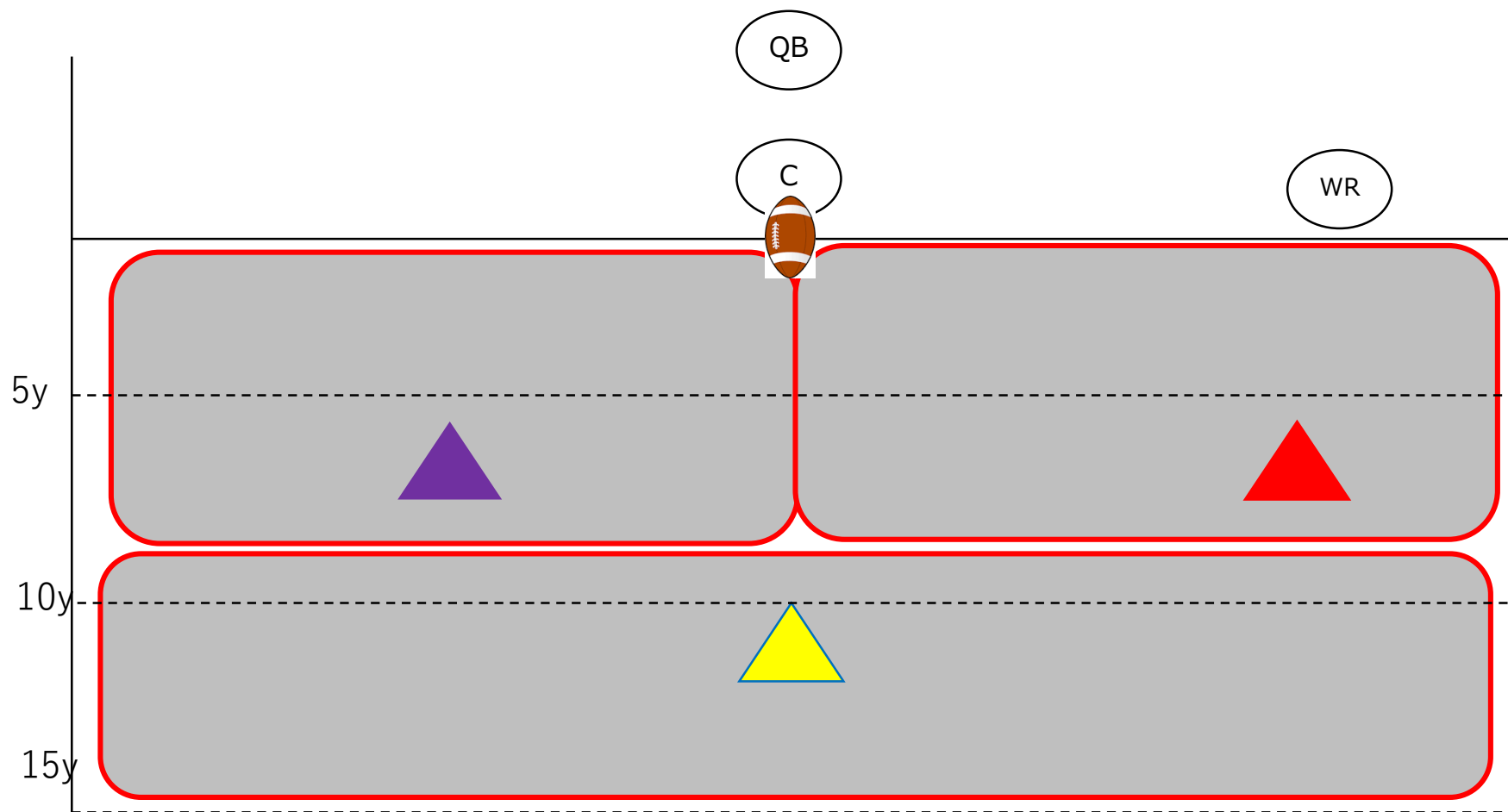
2点

1点

0点

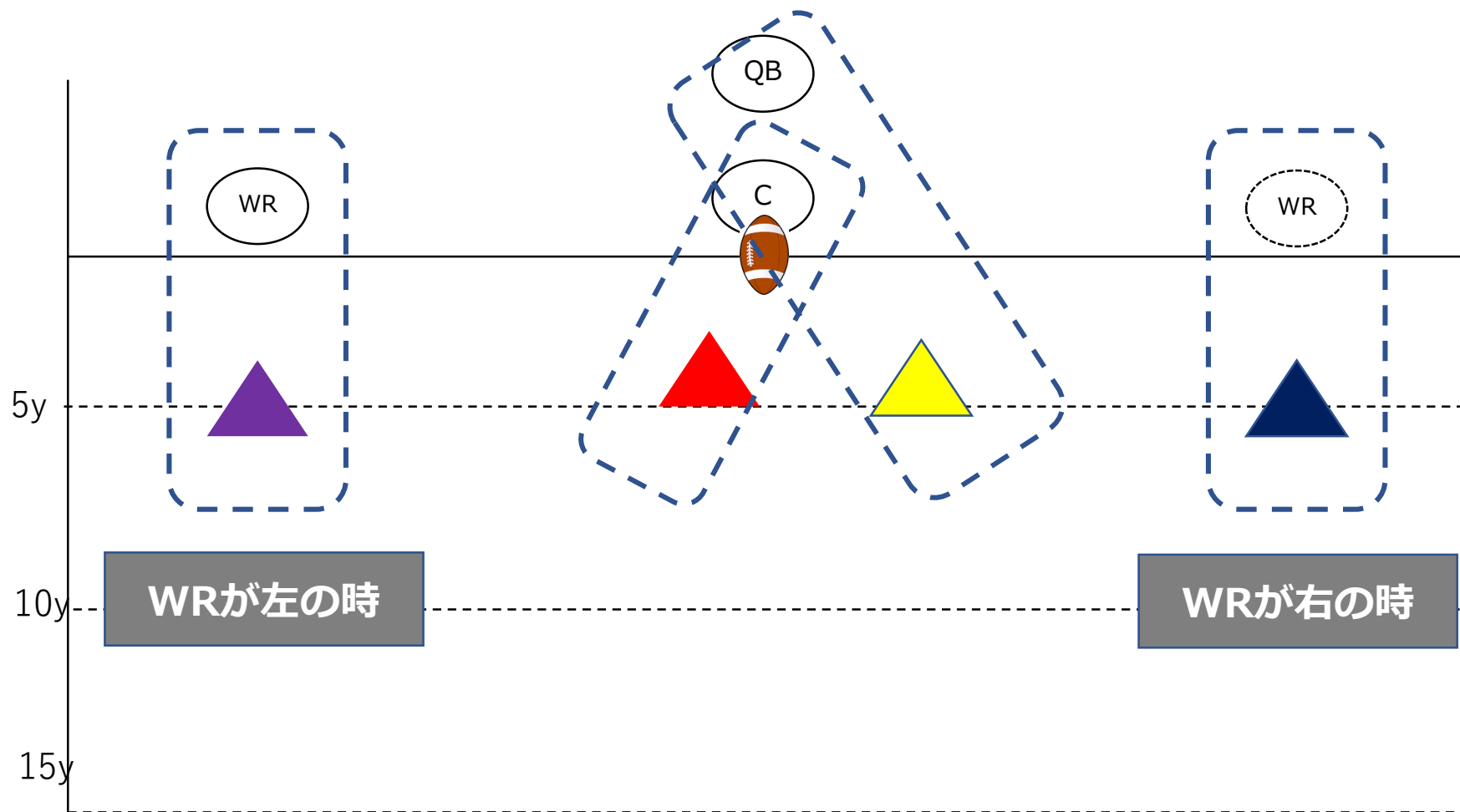






参考資料

守備3人 マンツーマン





藤子・F・不二雄 ミュージアムカップで会いましょう！



参考資料



学校教育について

# 小学校は 2020年 学習指導要領 全面実施

これからの社会が、どんなに変化して予測困難になっても、自ら課題を見つけ、**自ら学び、自ら考え、判断して行動し**、それぞれに思い描く幸せを実現して欲しい。  
そして、明るい未来を、創って欲しい。

**生きる力**（学校で学んだことが明日、そして将来につながる）**学びの、その先へ**

自ら判断し

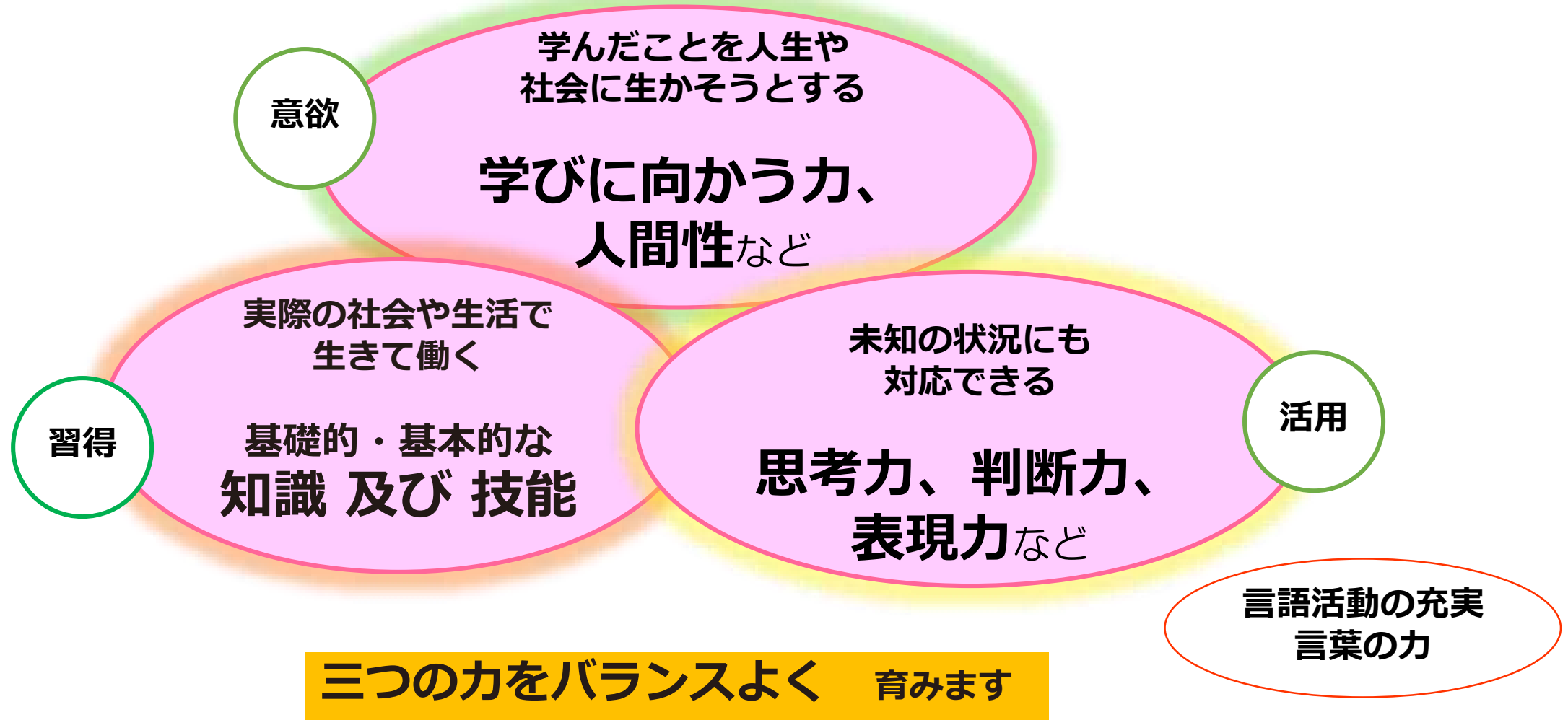
自ら考え



自ら行動する力

- ・マニュアル人間
  - ・指示待ち人間
- をつくらない

# 生きる力を育むための3本の柱





# 生きる力を育むための楽しい授業

In Put ⇒

主体的・対話的で深い学びを重視した**授業改善**

「何を学ぶか」だけでなく「どのように学ぶか」

Out Put ⇒

◎ 一つ一つの知識が  
つながる授業

◎ 見通しを持って、  
粘り強く取り組む力  
をつける授業

・ わかった！  
・ できた！  
・ おもしろい！  
・ 楽しい

◎ 共に考え、学び、  
新しい発見や  
豊かな発想が  
生まれる授業

◎ 自分の学びを振り返り、  
次の学びや生活に  
生かす力を育む授業

楽しさや喜びと感動する授業

# インクルーシブル教育 inclusive education

仲間はずれにいない・排除しない

「障害のある子ども達が、健常な子ども達と共に学び、  
共に生活して行くことが当たり前」  
という社会をつくる

巡回教室に参加

- ・車椅子使用
- ・外見では判断がつかない内面的な障害
- ・日本語がまだ理解できない
- ・ビジャープ

川崎市は

多文化共生 = 共に生きる

様々な国の方々が住んでいる街