



球技（ネット型）におけるパデル導入に関する実践報告

藤本，佳昭

(Citation)

研究紀要：神戸大学附属中等 論集, 7:11-14

(Issue Date)

2023-03-31

(Resource Type)

departmental bulletin paper

(Version)

Version of Record

(JaLCD0I)

<https://doi.org/10.24546/0100480899>

(URL)

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/0100480899>



実践報告

球技（ネット型）におけるパデル導入に関する実践報告

Practice report on the introduction of Padel in ball games (net type)

藤本 佳昭

FUJIMOTO Yoshiaki

ネット型スポーツは、基本技術獲得に多くの時間を必要とすることが多いため、ラリーができるまで時間を多く必要とする傾向がある。ラケットの操作性が易しいことから、すぐにラリーを楽しむことができ、動く範囲が大きくないことから、体力的な負荷をかけずにプレーすることができる「パデル」を教材とした。球技（ネット型）におけるプログラム作成を目指しており、今年度が、実施1年目である。今年度の実施内容・結果について報告する。

Net and wall games require a lot of time to acquire basic skills. Therefore it takes a while before a rally can be held. Padel is easy to acquire since it has a racket short. As a result, everyone can enjoy the rally immediately. In addition, since the range of movement is not large, it can be played without putting a lot of physical burden. Focusing on this padel as a teaching material, I aim to create a program for Padel. This year is the first year of implementation. I will report the implementation details and results of the year.

キーワード：パデル 球技（ネット型） 体育 指導方法

Key words: Padel Net type ball game physical education Teaching method

I はじめに

感染防止対策の観点から、教育現場では、生徒間の距離を保つことができるネット型スポーツを教材として、選択する機会が増えている。選ぶ機会は、増えているが、ネット型スポーツの選択肢は、用具・施設などの理由により、増やすことは難しい。また、ネット型スポーツは、ネットという障壁を挟んでラリーをするという特性から、ラリーが続くまで、時間を要することが多い。学び合い・教え合いを活性化させるまでに、基本技能獲得の時間が必要と筆者は感じている。中学校では、取り扱う必修領域が数多くあることから、1つの領域に多くの時間を割くことができないことが、現在の教育現場の課題として挙げられている。

現学習指導要領では、生徒が何を学んだか、何を身につけたかを明確にすることが求められている。生徒がどのように学ぶかが、生徒が何を学ん

だか、何を身につけたかを明確にする大切なポイントとなっている。主体的・対話的・深い学びという教育活動を活性化させるためには、種目の容易さ・奥深さが、大きなポイントとなると筆者は考える。

本校中等教育学校に入学する前の小学校段階で考えると球技（ネット型）というとソフトバレーボールやプレルボールをイメージするが、小学校学習指導要領解説体育編（2017年6月）に「テニスやバドミントンを簡易にしたゲーム」という例示がなされており、小学校では、テニスの簡易型ゲームとして考案された「テニピン」を導入する小学校が増えており、実践研究が進められている。

球技（ネット型）で、容易かつ、奥深いスポーツは、無いかと探していたところ、パデルというスポーツを知った。日本パデル協会のホームページには、パデルの魅力として3つ紹介されていた。

1. 老若男女誰でも楽しめるスポーツ

2. 戦術的で奥深い

3. 新感覚スポーツとして、世界中で人気沸騰

1には、パデルラケットはテニスラケットより短く、板状なのでどこに当たっても真っ直ぐ飛ぶこと。また、ラケットが短いことで手の平感覚で扱え、初心者でもすぐにボールに当てられるようになること。また、コートがテニスコートの半分程度であり、相手コートに返球が簡単なこと。最後に、周りの壁を利用して返球することができるため、動く範囲がテニスに比べて格段に狭いことで、体力的な負荷をかけずにプレーすることができることから、世代を越えて楽しむことができる。また壁に囲まれているため、ボール拾いも負担ではない。と記載されていた。

2については、壁があることによって、テニスのように一発で決めることが難しく、ショットが多種多様であることが記載されていた。

3については、スポーツ史上もっとも急激に競技者人口とコート数を増やしたスポーツであること。2020年には、IOC（国際オリンピック委員会）の承認団体である GAISF（国際スポーツ連盟機構）のオブザーバに FIP（国際パデル連盟）が加盟することが決定し、オリンピック正式種目になることが期待されていることが記載されていた。

これらの魅力は、今まさに、現場で勤務する教員が求めている新たな種目であると考ええる。特に小さいコートでプレーできることは、沢山のコートを設置することで、同時に大人数がプレーすることができる。パデルは、授業内での豊富な運動量を確保することができるスポーツであり、今年度の球技（ネット型）の種目として取り扱うことに至った。中学校の授業でパデルを採用する動きは広がり始めている。本校では、2022年7月に西日本の中学校で初めて、体育（中等1年生対象）で実施することが決まった。

II 本実践の目的

授業実践を通して、パデルというスポーツを学校体育で取り扱った時の生徒の感想などから、生徒が感じたパデルの魅力を明らかにする。学校体

育での指導法が、まだ確立されていないことから、授業実践を通して、指導法を確立することを目的とする。

III 本実践の方法

授業環境について

授業実施前に、日本パデル協会高松氏をお呼びして、体育館で実施する際のコートレイアウトについて確認を行った。

壁について

本来であれば、専用の強化ガラスと金網が壁の役割をするが、本実践は、体育館の壁を使用することで、パデルの壁として代用した。壁は、片側のコートにいるプレーヤーのみが使用できるということとした。バトミントンの支柱やネットをパデルのネットとして代用することとした。パデルのボールは、硬式テニスのボールで実施した。

これらのことから、パデルは、パデルラケットを準備することで、授業を実施することができる種目である。

授業内容について

今年度は、日本パデル協会の協力を得ることができ、提供・監修して頂いた授業プログラムにて、実践した。

指導法については、次の通りで実施した。

中等教育学校生徒（中1相当120名）に対して、20人の集団に対して、パデルの授業を実施。

日本パデル協会に、1回から4回までの指導プログラムの提供、監修を依頼し、授業実践を行った。

20人の3クラスの第1回には、日本代表総監督、日本代表候補選手による特別授業を実施した。

第2回～4回までの、3回には、パデル指導経験者をメイン指導者として、教員は、サブの指導者として授業を実施した。

そして、次の20人×3グループには、教員が、主指導者として、授業を実施した。

第1回の日本代表総監督、日本代表候補選手による特別授業後に、質問紙調査（グーグルフォーム）を実施した。

(日本パデル協会から授業内容・学習方法を提供)

【事前】

体育館下見・授業内容打ち合わせ

【1回目授業】

- ・パデルの歴史・起源，現在の世界・日本の状況について 5分
- ・ウォームアップ 5分
- ・グリップの持ち方・スイングの説明 5分
- ・ラケットワーク（10球表裏） 5分
- ・ラリー見本・ラリー 5分
- ・ボレー（選手）対ラリー 5分
- ・ストローク球出し4球 5分
- ・レボテ フォア球出し4球 5～8分

【2回目授業】

- ・ウォームアップ 5分
- ・ストロークミニラリー 5分
- ・ボレーボレーミニラリー 5分
- ・ストローク球出し4球 5～8分
- ・レボテ フォアバック球出し4球 10分
- ・コントラパレット 球出し4球 10分

【3回目授業】

- ・ウォームアップ 5分
 - ・ストロークミニラリー 5分
 - ・ボレーボレーミニラリー 5分
 - ・レボテ フォアバック球出し4球 10分
 - ・ストロークボレーでラリー練習 15分
- ストローク側はレボテでの返球に挑戦する

【4回目授業】

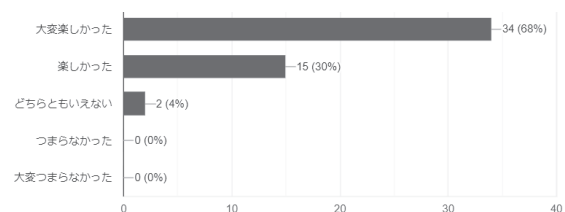
- ・ウォームアップ 5分
 - ・レボテ フォアバック球出し4球 10分
 - ・ストロークボレーで試合 30分
- ストローク側はレボテでの返球に挑戦する
5ポイント先取の試合
1面5人 順番を決め，ローテーションする

IV 結果と考察

2022年度に，球技（ネット型，パデル）を，本校1年生（中学1年生相当）を対象に教育実践を行ったところ，生徒が，1時間目で，ラリーが出来るようになり，2時間目で，ボールを出すことま

で可能となった。2時間目よりボールを生徒が出すことができる種目は，他のネット型種目では，そうないと考える。理由は，ラケットが短いことから手の平感覚で扱えることが考えられる。今回の授業実践で，初心者でもすぐにボールをラケットに当てられるようになったことから，パデルは，ラリーの技能獲得までの時間が，他のラケットスポーツと比べて格段に短かった。また，コートがテニスコートの半分程度であることから，相手コートに返球することが容易であったことも影響していると考えられる。また，周りの壁を利用して返球することができるため，動く範囲がテニスに比べて格段に狭く，体力的な負荷をかけずにプレーすることができていた。

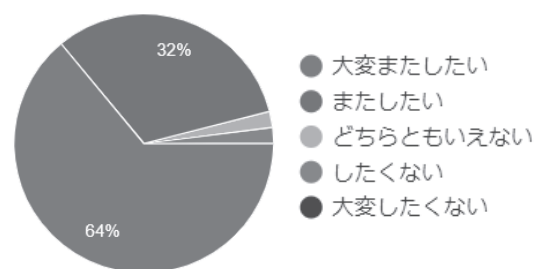
第1回授業後の参加生徒事後アンケート（グループフォームにて実施）結果は，次の通りである。（図1，図2）



回答数 50

図1 パデルを体験してみてどうでしたか？

大変楽しかった生徒は，全体の68%，楽しかった生徒は，30%，どちらとも言えないが4%という結果であった。回答生徒1名が，楽しかった，どちらとも言えないと複数回答をしているため，回答総数が51となっている。



回答数 50

図2 第1回終了時点の率直な気持ちを教えてください。

大変またしたい、またしたいという生徒が、合計で 96%，どちらともいえないが 2%，したくないが 2%という結果であった。

授業の感想について自由記述を行ったところ、上達できたという実感を得たという記述が多く見られた。またレボテ（スペイン語で跳ね返り）を学んだことから、跳ね返り・壁といったキーワードも多数出現した。（図3）体育館でのパデルは、壁は片面のみで授業を実施したが、パデルの特性である、“壁”“跳ね返り”は、体験することができ、生徒にとって印象に残っていると考えられる。

自由記述（抜粋）【上は、容易、下は、奥深さ】

パデルというスポーツは昨日はじめて知り、初めて体験しました。率直な感想を言うと、すごく難しく、最初は頭がこんがらがっていました。ですが、やっていくうちに楽しくなってきた、少しずつですが上達できたと思います。

「壁にあてて跳ね返ってきたボールを打つ」という今まで経験したことがないスポーツができて、新鮮でした。思った通りに球を返すことができず、悔しい思いをしました。上達したらもっと面白いと思いました。

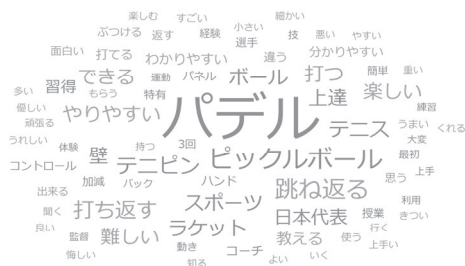


図3 1回目の授業を受けた感想

本日の授業をしてくれた高松日本代表総監督・日本代表選手にメッセージがあればどうぞ。という自由記述は、次の通りであった。

自由記述 (拔粹)

パデルの楽しさは充分伝わったし、本当に楽しかったです。パデルを応援しています。

これからもよろしくお願いします。上手くなっていくのを実感できてよかったです。

今までやった中で一番楽しかったスポーツだったので、次回の授業が楽しみです。

最後に

2023 年内に、日本国内のパデルコートが 50 面を超える見込みである。各国の普及の状況から、50 面を超えた翌年以降、急激にパデルコート数が増加する傾向がある（日本パデル協会より）。

今後、学校教育の現場で、パデルというスポーツを取り扱う学校が増えるように、本校保健体育科として、次年度以降も実践を継続させていきたいと考えている。



写真 第1回パデル授業風景（協力日本パデル協会）

謝 辭

本実践にあたってご協力くださった日本パデル協会様、パデル日本代表総監督高松様、日本代表選手の皆様、パデル神戸プラス畑様、本校生徒の皆様にご心より感謝申し上げます。

文献

(一社) 日本パデル協会資格認定委員会 (2022). 『日本パデル協会コーチ資格講習会テキスト』. (一社) 日本パデル協会.

文部科学省 (2017.7).『中学校学習指導要領 (H29 告示) 解説保健体育編』.

今井茂樹 (2021). 「個が輝く！テニス型授業 テニピンを教える指導者のためのガイドブック」

(公財) 日本テニス協会.

日本パデル協会 (2016). 「パデルを知る」.

<https://www.japanpadel.com/charm-2/charm/>.

2023 年 2 月 23 日.