

1 単元名 短距離走・リレー

2 運動の特性

(1) 一般的特性

一人一人が全力で走りながらバトンを受け渡し、相手チームと競走したり、記録を高めたりすることが楽しい運動である。

(2) 子どもから見た特性 省略

3 仮説と学習の手立て

(1) 市教研体育部の研究仮説

子どもが健康な生活を送ったり、運動に意欲的に取り組んだりするための様々な学習の手立てを工夫すればよいだろう。

(2) 学習の手立て

《手立て1》

運動の特性を十分に検討した上で、子どもの願いを大切に学習の道すじを工夫すればよいだろう。

① 学習の道すじの工夫

本学級は体育の学習を進める上で「協力（団結）して頑張りたい」「互いに励まし合ったり、課題を伝え合ったりしたい」という思いを抱いている子が非常に多かった。また、「一生懸命に最後までやりぬきたい」「真剣に取り組みたい」という願いもあった。これらのことをうまく達成できるような道すじを構成し、チームの仲間と技能や記録を向上させたり、他のチームと勝敗を競い合ったりすることで達成感や充実感を十分に味わえるようにしたい。

めあて①では、「テークオーバーゾーンを有効に利用してリレーを楽しむ」ことをねらいとし、よりよいテークオーバーゾーンの使い方を考えたり、バトンパスの基本的な行い方を練習したりする時間とする。リレーで最も大切にしなければならないことは、テークオーバーゾーンをうまく使った減速の少ないバトンパスを行うことである。本学級は、ボールを握るように手のひらを出して受け取ったり、前走者に体や顔を向けながらリードしたりする子が非常に多かったことが挙げられる。これでは走る方向に体が向かず、結果スピードを出してのリードを行うことはできない。減速の少ないスムーズなバトンパスを目指すために、テークオーバーゾーンの使い方やバトンパスの仕方など、子どもたちが必要とする資料を掲示して自由に振り返ったり、子ども同士で課題を伝え合ったりする時間を確保したい。

めあて②では、チーム対抗でいろいろな競走を楽しむことをねらいとする。単元の前半（めあて②-1）では、めやす記録を設定して各チーム自身の記録の伸びを得点化して競走する時間とする。めあて①で取り組んだスムーズなバトンパスを生かすことで記録が伸びていく楽しさに触れさせるとともに、記録をさらに向上させるためにはどうしたらよいか考えられるようにしたい。また、単元の後半（めあて②-2）では、本来のリレーの勝敗決定方法である「早くゴールしたチームが勝ち」という真剣勝負をする。めやす記録ではなくゴールしたその瞬間に勝敗が決まるという緊迫した状況だから

こそ感じる勝つことの喜びや負けることの悔しさを味わえるようにしたい。また、その喜びや悔しさは次時の意欲にもなるだろう。

《手立て2》

一人一人の能力に応じた学習を進めるための手立てを工夫すればよいだろう。

① 場の工夫

リレーをする際のコースは、以下の理由からセパレートコースを使用する。

- ・別々のコースを走るため、他の走者により自分の走りやバトンパスを妨げられることがない。
- ・走者同士の接触や、コーナートップルールによる混乱がなく、安心してバトンパスが行える。
- ・第1走者のスタート位置が大きく異なるため、終了まで相手を意識して精一杯走ることができる。

これらの利点があるセパレートコースを使用したリレーを学習に取り入れることで、一人一人が学習に意欲的に取り組めると考えた。また、めあて①では、めあて②で走る走路で練習することが望ましい。しかし、全てのチームの練習の場を確保することは難しいので、直線路によるバトンパスを行うものとする。

② チーム編成の工夫

子どもたちには「みんなで協力（団結）して頑張りたい」「互いに励まし合ったり、課題を伝え合ったりしたい」「一生懸命に最後までやりぬきたい」という意識がある。また、互いに課題を教え合ったり、成長を認め合ったりする姿を求めたい。そこで、55m走の記録順に3人ずつのグループをつくる。そして、異質グループである他の3人組と組み合わせ6人の兄弟グループを編成する。実際にリレーを行う3人は、同質グループなのでそれぞれの走力を最大限生かしたバトンパスが期待できるだろう。また、兄弟グループを異質グループにすることで、互いに見えていない部分を伝え合うことができると考えた。

兄弟グループで協力して学習できるように、下記のような教え合いの約束を設定する。

- ・安全確認のサイン
- ・気を付けるところの確認（掲示資料の使用）
- ・アドバイス：A「称賛」（上手にできたこと、できるようになったことをほめる）
B「認知」（動きの変容を伝える）
C「指摘」（できていないこと、よりよくできることを具体的に教える）

③ 競走のルールの工夫

リレーを行う人数は、トラックの大きさやスタートライン、テークオーバーゾーンのラインが複雑になりすぎないように3名とした。勝敗の決定は、めあて②-1では、3名の55m走の合計記録をめやす記録として設定し、その記録からの伸び幅を得点化して勝敗を決定する方法をとる。めあて②-2では、本来のリレーの勝敗決定方法とする。そうすることで、どの子もチームの記録を向上させるために意欲的に取り組むだろう。その中で、記録向上や真剣勝負で勝つことへの喜び、そして負けたことへの悔しさを味わわせ、次なる意欲につなげていきたい。バトンパスにおける基本的なルールは、千葉県陸上大会に準ずるものとする。

④ 教具の工夫について

・掲示資料

テークオーバーゾーンの使い方や走順、走路の走り方、バトンパスの基本的なポイントやバトンの持ち方などについて子どもたちが必要とした情報や解決のヒントを掲示することで、学習中に自由に振り返れるようにしたい。また、一方的に教師から示すだけでなく、学習の中から出る子どもの気付きも取り入れた掲示資料にすることで主体的に取り組めるようにしたい。

・記録の変化が見て取れるグラフ

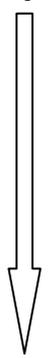
各時間の記録を折れ線に示し、一目で記録の伸びやつまずきがわかるグラフを作成する。全チームの記録の推移がわかるので互いのよい部分を意識したり、伸び悩みを解決するための糸口にしたりできるだろう。また、めあて②-2で自分達にあった対戦相手を選ぶ手がかりになるだろう。

4 学習のねらいと道すじ

(1) 学習のねらい

- テークオーバーゾーンの中で減速の少ないバトンパスを行うことができる。
- 記録を伸ばしたり競走したりする楽しさや喜びを求めて運動に取り組むことができる。
- チームに合った課題解決や記録への挑戦の仕方を工夫することができる。

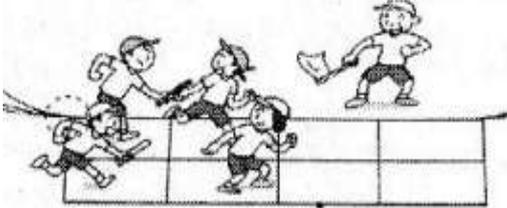
(2) 学習の道すじ

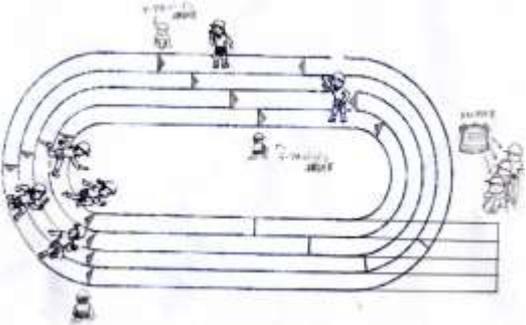
	1	2	3	④(本時)	5	6
0  4 5	はじめ	な か				
	オリエンテーション ・学習の進め方 ・走力調査 ・試しのリレー	・人間足ラダー ・タッチで追いかけてこ ・もも上げダッシュ 等 めあて① テークオーバーゾーンを有効に利用してリレーを楽しむ。				
		めあて②-1 めやす記録をもとに、チームの記録に挑戦して楽しむ。	めあて②-2 チーム対抗の競走をして楽しむ。	まとめ		
関・意・態	○	○			○	
思考・判断			○		○	
技 能				○		○

5 評価規準 (おおむね満足できる状況)

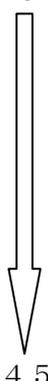
運動への関心・意欲・態度	運動についての思考・判断	運動の技能
○リレーの楽しさを味わうために意欲をもって運動に取り組もうとしている。 ○約束を守り、友達と協力して取り組もうとしている。 ○用具の準備や片付け、計測や記録などで、分担された役割を果たそうとしている。 ○運動する場を整備したり、安全を保持したりすることに気を配ろうとしている。	○自分に合っためあてをもち、練習に取り組もうとしている。 ○チームに合った課題解決を目指して、競走の仕方を工夫している。	○テークオーバーゾーン内で減速の少ないバトンパスをすることができる。 ○適切な場所でタイミングよくスタートを切ることができる。 ○一定の距離を全力で走ることができる。

6 学習活動と支援 (本時4 / 6)

はじめ	<p>1 オリエンテーションをする。 ○学習のねらいや道すじを理解し、学習の進め方に見通しをもつ。 ○安全に行うためのルールやマナーを理解し、運動の仕方を知る。 ○学習資料や学習カードの使い方について理解する。</p> <p>2 走力調査をする。</p> <p>3 試しのリレーをする。</p>	
過程	学習内容と活動	教師の支援・評価 (◇評価)
なか	<p>1 学習の場作りをして、準備運動をする。 ・人間足ラダー ・タッチで追いかっこ ・もも上げダッシュ 等</p> <p>① 2 めあて①の確認をする。</p>	<p>○協力して場作りができるように声かけする。 ○主運動に向けて、動きのポイントを意識させて正確に行えるようにする。 ○ポイントをしっかりと踏まえた動きができている子を取り上げ、称賛することで意欲を高める。</p>
なか	<p>② 3 めあてに向かい、チームで活動をする。</p> <p>《予想されるめあて》 Aさん：「Fさんとの走り始めの位置を探しだす」 Bさん：「スピードによってバトンパスができるようにする」 Cさん：「友達がより上手になれるようにしっかりとアドバイスをする」</p> <p>《予想される活動》 Dチーム：「タイミングよくスタートが切れるように見合おう」 Eチーム：「まずゆっくりと走りながら確認をしてから、スピードをあげよう」</p>	<p>○自分のめあてを確認するように促す。 ○安全に取り組んでいるか確認する。 ◇ルールを守って安全に活動しようとしている。【関心・意欲・態度】 ○めあての達成が不十分な子には、掲示資料を参考にさせたり、ポイントを示したりする。 ○友達同士でアドバイスをし合えるように声かけを行う。 ◇チームに合った課題解決を目指して、競走の仕方を工夫している。【思考・判断】 ◇友達と協力して練習に取り組もうとしている。【関心・意欲・態度】 ○ポイントをしっかりと踏まえた動きができている子を取り上げ、称賛することで意欲を高める。</p>
		

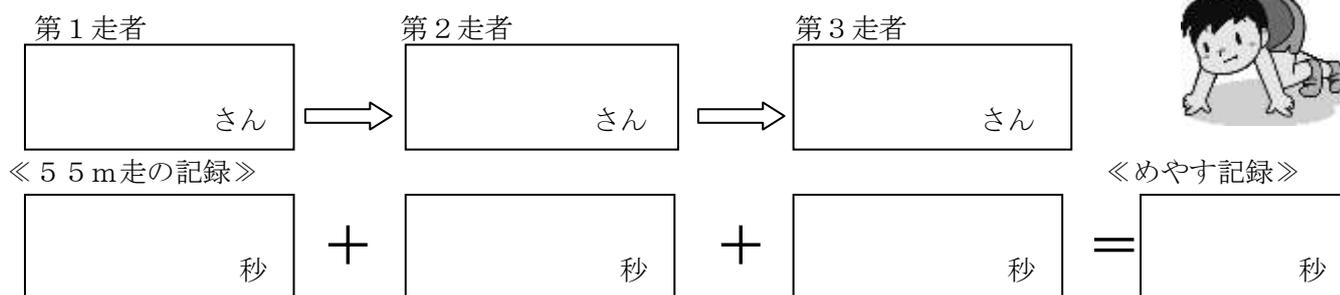
な か ② 2	<p>4 めあて②-1の確認をする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> めあて②-1 めやす記録をもとに、チームの記録に挑戦して楽しむ。 </div> <p>5 リレーを行い、自分のチームの記録に挑戦する。</p> <p>《競走時の動き》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・参加するチームは、各自の位置に着く。 ・審判側のチームの役割 <ul style="list-style-type: none"> ①テークオーバーゾーン確認員 ②タイム測定員 等  <p>6 めあて②-2の確認をする。</p>	<p>○自分の役割に責任をもって取り組めるよう声かけをする。</p> <p>○めあて①で気を付けた内容を生かせるようにスタート前には時間をとり、準備ができているか確認する。</p> <p>◇テークオーバーゾーン内で減速の少ないバトンパスをすることができる。【技能】</p> <p>◇ダッシュマークを置いた位置でタイミングよくスタートを切ることができる。【技能】</p> <p>◇友達と協力して活動に取り組もうとしている。【関心・意欲・態度】</p> <p>○自分たちの記録を伸ばすことを意識できるように助言する。</p>
	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> めあて②-2 チーム対抗の競走をして楽しむ。 </div> <p>7 記録の推移グラフをもとに対戦チームを決定し競走する。</p> <p>8 学習のまとめを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・簡単な整理運動を行う。 ・学習カードに記入する。 ・チームの高まりや一人一人の頑張りを認め合う。 <p>9 後片付けを行う。</p>	<p>○めあて①で気を付けた内容を生かせるようにスタート前には時間をとり、準備ができているか確認する。</p> <p>◇テークオーバーゾーン内で減速の少ないバトンパスをすることができる。【技能】</p> <p>○できるようになったことやさらによくするためのポイントを考えられるように声かけをする。</p> <p>○進んで取り組んでいた子や、協力して活動できていたチームを称賛する。</p> <p>○協力して安全に行えるように助言する。</p>
	<p>まとめ</p>	<p>○テークオーバーゾーンの中で減速の少ないバトンパスを行うことができる。</p> <p>○記録を伸ばしたり競走したりする楽しさや喜びを求めて運動に取り組むことができる。</p> <p>○チームに合った課題解決や記録への挑戦の仕方を工夫することができる。</p> <p>○アドバイスをし合いながら、チームで協力して取り組むことができたか。</p>
	<p>15</p>	

◎学習の流れ

	1	2	3	4	5	6
0  4 5	はじめ	な か				
	オリエンテーション ・学習の進め方 ・走力調査 ・試しのリレー	・人間足ラダー ・タッチで追いかっこ ・もも上げダッシュ 等 めあて① テークオーバーゾーンを有効に利用してリレーを楽しむ。				
		めあて②-1 めやす記録をもとに、チームの記録に挑戦して楽しむ。	めあて②-2 チーム対抗の競走をして楽しむ。	まとめ		

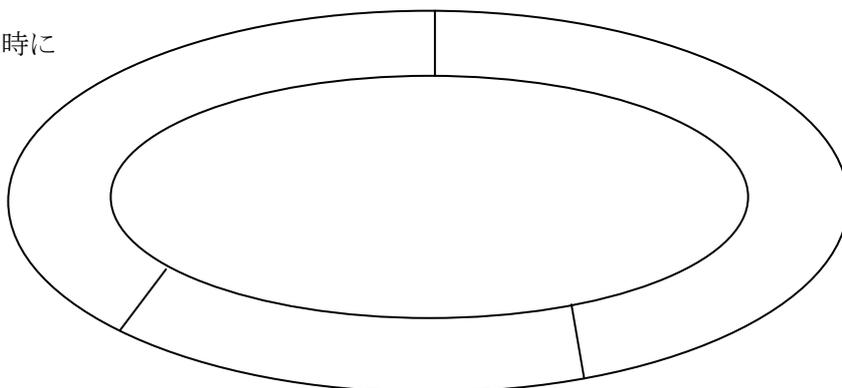
◎チームのメンバー

◎リレーのメンバー



◎テークオーバーゾーン ⇒ この中で減速の少ないバトンパスを目指そう！

この図は必要な時に
説明します！
まだ内緒♡



◎学習をふりかえって