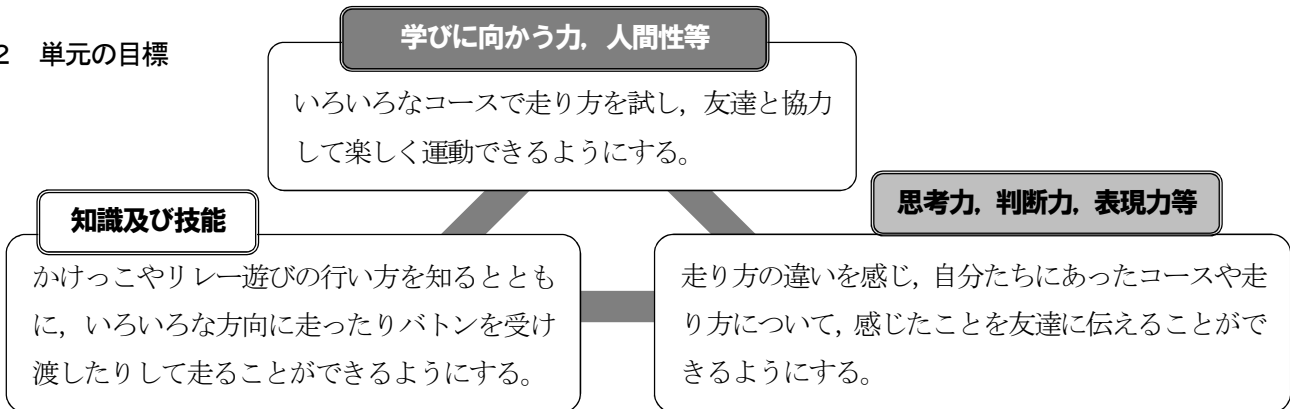


単元名 かけっこ, リレー遊び

1 運動の特性

<p>〔一般的特性〕 距離や方向などを決めて走ったり, 手でのタッチやバトンの受渡しをする折り返しリレー遊びをしたりして楽しむ運動である。</p>	<p>〔児童から見た特性〕 動き自体の面白さや心地よさを感じたり, 友達と競走したりすることが楽しい運動である。</p>
---	--

2 単元の目標



3 評価規準

観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
学習活動における 具体的評価規準	①コースに合わせて方向や速さを変えた走り方を理解しているとともに行うことができる。 ②タッチやバトンパスの方法を理解しているとともに確実な受渡し方を行うことができる。	①いろいろなコースを試し, 自分たちに合ったコースを楽しむとともに, 友達に伝えている。 ②簡単なかけっこ・リレー遊びや競走を通して, 走り方を工夫するとともに, それらを友達に伝えている。	①いろいろなコースを走って楽しもうとしている。 ②きまりを守って仲良く安全に運動している。 ③かけっこやリレー遊びなどの勝敗を受容し, 友達と一緒に楽しもうとしている。

4 指導と評価の計画の例

		1	2	3	4	5	発展
		場の準備 ・ 準備運動 ・ 主運動につながる運動 ・ ねらいの確認					
10	オリエンテーション ・学習の見通しをもつ ・ルールやマナーを理解する	ねらい① いろいろなコースを走って楽しむ			ねらい② コースを選んで走り方を工夫して楽しむ		発展 友達と協力して折り返しリレーなどで楽しむ
20							
30							
40							
		まとめ					
評価主	知			①		②	②
	思		①		②		②
	主	①		②		③	③

## 5 指導の工夫

◎いろいろなコースや遊び方を経験する中で、走り方の技能ポイントに触れ、運動する楽しさを膨らませることを学びとする。学習や発達の段階に応じて、リレー遊びへと発展させていきたい。

[単元計画]

1年次 (ねらい①→ねらい②) 2年次 (ねらい②→発展)

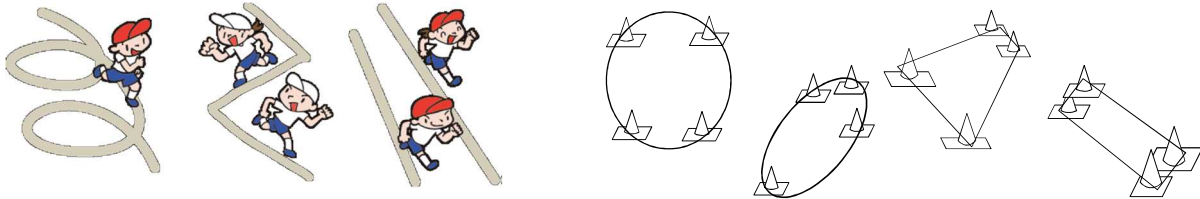
[1 単位時間の学習過程]

補助運動遊び → 主運動① → 全体(またはグループ)共有 → 主運動② → まとめ

[提示コース]

・いろいろな方向へ走るコース

・同じ長さのロープを用いたコース



白線やロープを用いて、児童の実態や発想に応じて、柔軟にコースの設定・変更を行えるようにする。

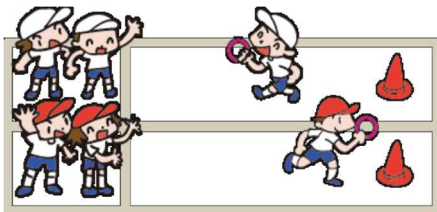
[遊び方]

・簡単なかけっこ遊び

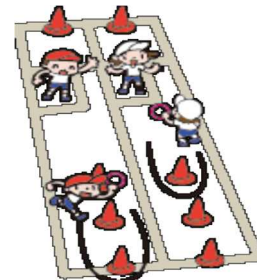
・リレー遊び

《折り返しリレー》

《ワープリレー》



回るコーンごとに人数を決めてリレーをする。誰がどこを回るかで勝敗が左右される。



## 6 技能のポイント

◎走り方

- ・走る姿勢・前傾すること。腕を振ること。歩幅を広げること。
- ・走る向きや速さを変える・進みたい方向に上体を傾けること。歩幅を調節すること。
- ・バトンの受け渡し・相手に確実に渡すこと、受け取ること。

### [運動の苦手な児童・配慮が必要な児童への手立て]

リズムよく走ることが苦手な児童には、一定のリズム、速いリズムなど、いろいろなリズムで走らせる経験をさせるなどの配慮をするとよい。

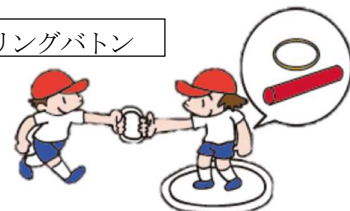
〈例〉まねっこ走(教師の追走、友達同士の追走)

バトンの受け渡しが苦手な児童には、行いやすいようにタッチの仕方を変えたり、受渡しがしやすい形状のバトン(リング状のバトン等)を用いたりするなどの配慮をするとよい。

手の平タッチ



リングバトン

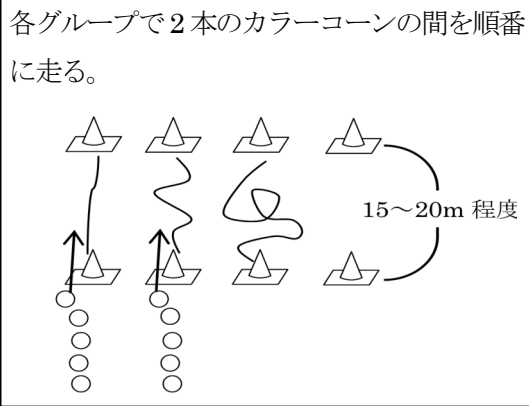


**低 学 年**  
**走・跳の運動遊び**

単 元 名 : かけっこ, リレー遊び

目 標 : 学習の流れと簡単な運動遊びの仕方を理解する。

道 す じ	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	発展	発展
-------	----------	----------	----------	----------	----------	----	----

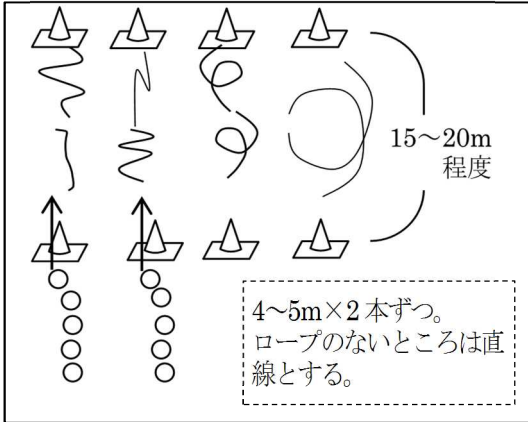
時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	<p><b>1 オリエンテーションを行う。</b></p> <p><u>学習の進め方を知る</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習の道すじを知る。</li> <li>・用具や場の準備の仕方を覚える。</li> <li>・安全に学習するための約束を理解する。</li> </ul> <p><u>学習のねらいを確認する</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・いろいろなコースでかけっこ遊びを楽しむ。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○児童が学習の流れや場の設定がわかるように資料を用意する。</li> <li>○学習を進めるグループをあらかじめ編成しておく。(異質グループ)</li> <li>※生活班などでもよい。</li> <li>※欠席があっても活動に支障がないような人数に配慮する。</li> <li>本案では, 7~9人程度を想定。</li> </ul>	<p>学習の道すじ (拡大図)</p> <p>学習の場 (拡大図)</p>
5	<p><b>2 簡単なかけっこ遊びをする。</b></p> <p><u>【かけっこ遊びの例】</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・<u>変形ダッシュ【体力向上(大きな力を出すために)のページ】</u></li> <li>・<u>ねずみとねこ</u> ・<u>カニさん鬼ごっこ</u></li> <li>・<u>【体力向上(すばやく移動するために)のページ】</u></li> <li>・<u>ドン! じゃんけん【体力向上(すばやく動き出すために)のページ】</u></li> </ul> <p>(発展) スキップやケンケン, ギャロップ等で行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○「簡単な」とは, 道具を用いないで行える運動とし, 休み時間等にも行えるようなものを実施する。</li> </ul>	
15	<p><b>3 いろいろなコースで走る。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループごとにコースを走る。</li> </ul> <p>各グループで2本のカラーコーンの間を順番に走る。</p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○単純なコースから曲線, ジグザグ, 旋回など, 少しずつ変化をつける。</li> <li>☆いろいろなコースで走ることを楽しもうとしている。</li> <li>【主体的に学習に取り組む態度】</li> <li>○順番や安全に気をつけながらコースを走っているかを確認する。</li> <li>○白線でコースを作る。消えてくるので, コースの形を変えながら描き足す。</li> </ul>	<p>ラインカー カラーコーン</p>
30	<p><b>4 いろいろなコースを作って走る。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループでコースをロープで作って走る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○コースの形によって動きに違いがあることに気付けるよう促す。</li> <li>「距離は同じなのに, こちらのコースは速くゴールできるね」など。</li> </ul>	<p>ロープ(長縄など) ケンステップ等</p>
40	<p><b>5 健康観察と整理運動、学習の振り返りをする。</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ロープを使うことで生まれる遊び方について考えさせる。</li> </ul>	

**低 学 年**  
**走・跳の運動遊び**

単 元 名 : かけっこ, リレー遊び

目 標 : いろいろなコースを走って楽しく行えるようにする。

道 す じ	1	2	3	4	5	発展	発展
-------	---	---	---	---	---	----	----

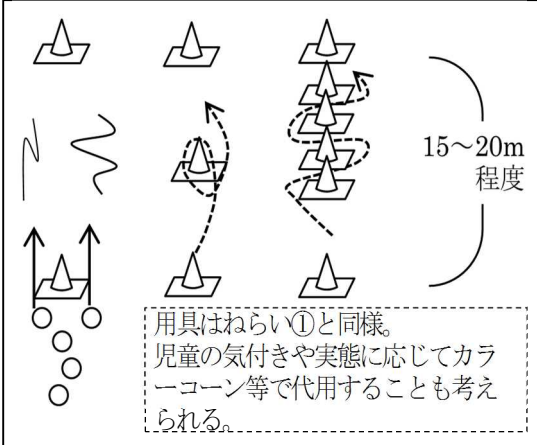
時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	1 簡単なかけっこ遊びをする。 【かけっこ遊びの例】 ・遊具タッチ ・ねことねずみ【体力向上 (すばやく移動するために) のページ】 ・ドン! じゃんけん【体力向上 (すばやく動き出す能力を高めるために) のページ】	○学習を進めるグループは前時と同様で編成する。(異質グループ) ○運動への意欲を喚起するとともに, 児童の動きから健康観察を行う。	
10	2 学習のねらいを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">いろいろなコースでかけっこ遊びを楽しもう</div>		
15	3 いろいろなコースで走る。 ・グループでコースをロープで作って走る。 	○走った時の感じ方や楽しさの違いについて考えるように促す。 ○曲線, ジグザグ, 旋回など, 少しずつ変化をつける。 ○コースの形によって動きの違いがあることに気付けるよう促す。 ☆きまりを守って仲良く安全に運動している。 【主体的に学習に取り組む態度】 ○ロープを操作するのに時間をかけないように順番を決めたり, 声をかけたりする。	カラーコーン ロープ (長縄など) ケンステップ
25	4 どのようなコースを走って遊んだのか, その中で感じたことを話し合う。 (全体で共有) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">児童の反応例 「ジグザグのコースでは, 体が横に振られたり, 足が交差したりするよ。」 「旋回するコースでは, 右回りと左回りや大きな円を作ったら楽しいよ。」 「背走を入れてみたよ。」</div>	○コースごとの楽しさ, 走り方 (速さ, 歩幅, 姿勢) の違いに着目して全体に広げる。 ○どのようなコースでも「速く走り抜きたい」という思いを共有できるように促す。	
30	5 各コースで走る。 ・話し合ったことを試しながら楽しむ。	☆いろいろなコースを試し, 自分たちに合ったコースを楽しむとともに, 友達に伝えている。 【思考・判断・表現】	
40	6 健康観察と整理運動, 学習の振り返りをする。	○コースによって楽しさや走り方の違いが感じられたかを確かめる。	

**低 学 年**  
**走・跳の運動遊び**

単 元 名 : かけっこ, リレー遊び

目 標 : コースを選んで走り方を工夫して楽しく行えるようにする。

道 す じ	1	2	3	4	5	発展	発展
(下段2年次)	1			2	3	4	5

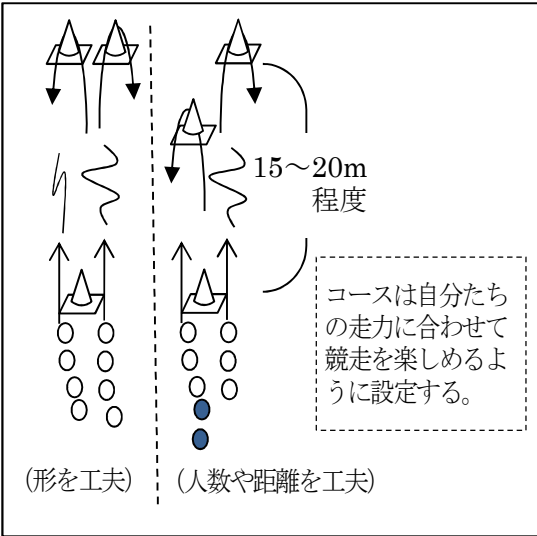
時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	1 簡単なかけっこ遊びをする。 【かけっこ遊びの例】 ・遊具タッチ ・ねことねずみ【体力向上 (すばやく移動するために) のページ】 ・ドン! じゃんけん【体力向上 (すばやく動き出す能力を高めるために) のページ】	○運動への意欲を喚起するとともに、児童の動きから健康観察を行う。	
5	2 学習のねらいを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">走り方を工夫してかけっこ遊びを楽しもう</div>		
10	3 いろいろなコースで競走する。 ・グループでコースを2つ作り、競走する。 	○スムーズに走り抜ける方法について考えるように促す。 ○速く走り抜けている児童を見つけて称賛し、何が良いのか周囲に問いかけ、考えるように促す。 ○良い走り方をしている児童を手本にして、技能ポイントを想起させて活動できるよう促す。 ☆簡単なかけっこ・リレー遊びや競走を通して、走り方を工夫するとともに、それらを友達に伝えている。 【思考・判断・表現】	カラーコーン ロープ (長縄など) ケンステップ
22	4 いろいろなコースを速く走るために工夫したことを話し合う (全体で共有)。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">児童の反応例 「方向転換が多いときは、歩幅を狭くしたよ。」 「旋回するときは、上半身を内側に傾けたよ。」 「直線になったら強く腕を振って走ったよ。」 「リレーをしたら楽しそうだよ。」</div>	○スムーズに走り抜ける方法 (速さ、歩幅、姿勢) について着目し、全体に広げる。 ☆かけっこやリレー遊びなどの勝敗を受容し、友達と一緒に楽しもうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】	
28	5 各コース (ロープ走) でリレー遊びをする。 ・話し合ったことを試しながら競走を楽しむ。	○競走への欲求の高まりや活動への飽和感が見えた場合は、発展のリレー遊びの活動に移行する。	バトン リングバトン
40	6 健康観察と整理運動、学習の振り返りをする。	○コースや遊び方によって、良い走り方が変わることを感じられたかを確認する。	

**低 学 年**  
**走・跳の運動遊び**

単 元 名 : かけっこ, リレー遊び

目 標 : 友達と協力して折り返しリレーなどを楽しく行えるようにする。

道 す じ	1	2	3	4	5	発展	発展
-------	---	---	---	---	---	----	----

時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	1 簡単なかけっこ遊びをする。 【かけっこ遊びの例】 ・ドン! じゃんけん【体力向上 (すばやく動き出すの能力を高めるために) のページ】	○運動への意欲を喚起するとともに, 児童の動きから健康観察を行う。	
5	2 学習のねらいを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">友達と協力して, 折り返しリレーを楽しもう</div>		
10	3 いろいろな折り返しリレーをする。 ・グループでコースを2つ作り, 競争する。 	○走った時の感じ方や楽しさの違いについて考えるように促す。  ○バトンの受渡しが行えるような方法を提示する。 (6 技能のポイント参照) ☆タッチやバトンパスの方法を理解しているとともに確実に受け渡すことができる。【知識・技能】  ○どんなコースだと速く走り抜けるかを問いかけ, 自分に合ったコースを選べる (作れる) ように促す。	カラーコーン ロープ (長縄など) バトン リングバトン
25	4 どのようなリレーを行ったか全体で共有する。	○児童の努力を見付けるとともに, 児童が相互に励まし合う様子を称賛し, 温かい雰囲気の中で活動できるように促す。	
30	5 折り返しリレー (ロープなし) を行う。 話し合ったことを試しながら楽しむ。	☆かけっこやリレー遊びなどの勝敗を受容し, 友達と一緒に楽しもうとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】	
40	6 健康観察と整理運動、学習の振り返りをする。	○折り返しリレーを楽しく行えたかを確かめる。	