

単元名 走・跳の運動遊び「変身ロープ走りレー」

1 運動の特性

(1) 一般的特性

○コースを考えながら、チームの友達と協力して全力で走り、相手チームと速さを競い合うことを楽しむ運動である。

(2) 児童から見た特性

○自分たちでコースを考えながら、全速力で走ったり、バトンの受け渡しをしたりしながら競走することが楽しい運動である。

2 単元の目標

(1) 関心・意欲・態度

○友達と協力しながら、コース作りやリレーの競走に取り組むもうとする。

(2) 思考・判断

○速く走れるよう考えたり、競走の仕方をつかんだりして活動している。

(3) 運動の技能

○コースに合わせてスピードを変えたり、相手を考えたバトンの受け渡しをしたりすることができる。

3 評価規準

観点	ア 関心・意欲・態度	イ 思考・判断	ウ 運動の技能
学習具活動の 評価規準	①リレー遊びに進んで取り組もうとする。 ②友達と協力しながら仲良く運動しようとする。 ③物の使い方や順番、ルールを守って、安全にリレー遊びをしようとする。	①自分たちに合った場を作り、リレーを楽しんでいる。 ②いろいろな場に合った走り方を考えながら競走を楽しんでいる。	①コースに合わせて、走る方向を変えたり、スピードを変えたりして走ることができる。 ②友達に渡しやすい、受けやすいバトンパスができる。

4 指導計画と評価

	1	2	3	4	5	6	7	9	
10	①集合・整列・挨拶		②準備運動	③準備・場づくり	④めあての確認				
	<オリエンテーション> ○学習の見通しを持つ ○ルールやマナー・学習カードの使い方を理解する。 ○コースを作り走る。		ねらい チーム対抗でゴール移動式ロープ走りレーを楽しむ。						
40	①整理運動		②学習のまとめ	③集合・整列・挨拶					
評価	ア①②		ア①②イ①		ア①②③		イ①②	ウ①②	

5 指導の工夫

(1) 学習過程の工夫

○ねらいは1つとしながらも、2つの段階を学習の中に仕組んでいく。

①2～4時間目 いろいろな走る時間を確保しながら、リレー競走を楽しむ。

②5～8時間目 リレー競走の時間を多く確保し、チーム対抗戦をして楽しむ。

(2) 場の工夫

○自分たちが走りやすいようにロープの形を変えることで、走路を工夫しながら折り返しリレーを楽しむようにする。

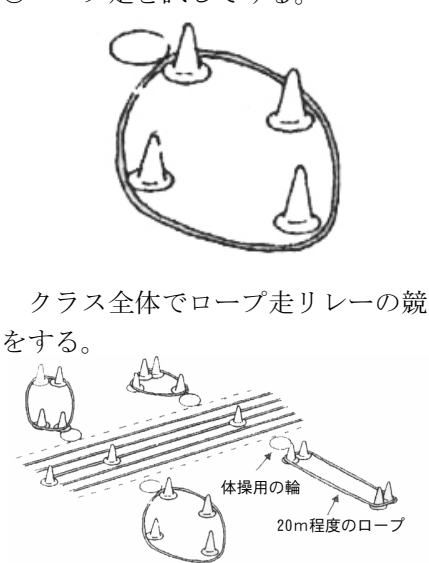
○ゴールを移動式にして、次の試合は勝てるかもしれないという期待感を持続させながら、リレー競走を進めていく。

2 年
No.72

1 単元名 変身ロープ走リレー

2 目標 学習の仕方を理解し、友達と協力してロープ走リレーをすることができる。

3 展開 (1/8)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	学習内容を理解し、ロープ走リレーをすること		
15分	<p>1 オリエンテーションを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習のねらいや道すじを理解する。 ○グルーピング、役割分担をする。 ○競走の仕方、マナーについて共通理解する。 ○学習カードの書き方、使い方を知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○児童が理解しやすいように道すじや場についての掲示資料を用意しておく。 ○競走の仕方、マナーについては、繰り返し説明し、徹底する。 	<p>掲示資料 (道すじ)</p>
25	<p>2 学習の準備、準備運動をする。</p> <p>3 学習内容を確認する。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○膝や足首、腰などのストレッチ体操なども取り入れ重点的に行う。 	
	友達と協力して、ロープ走リレーを楽しもう		
	<p>4 チームごとにロープ走をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ロープ走の場を設定する。 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p style="text-align: center;">【ロープ走の場の設定】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○20mのロープを走りやすいように置く。 ・形は自由。(話し合いで決める) ・ロープをたるませない。 ・バトンの引き継ぎ場所を作る。 </div> <p>○ロープ走を試してみる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○全体の場でロープ走のやり方について説明する。 ○チームごとに友達と協力してコースを作っているかを観察し、意図をチームで共有できるよう意識させる。 (コースを丸く作るとスピードが落ちないよ。) ○チームごとの試しロープ走の様子を観察する。 ・走りやすいか。 ・スピードはでるか。 ○走ってみて、コースを少し変更していいことを確認する。(大きく変えない) ○順番を守り、安全に気をつけて走っているかを観察する。 ◇友達と協力してロープ走を楽しもうとする。 ○試しの競走になるので、全員がリレーの競走が理解できるように説明しながら行う。 ○競走になるとトラブルも発生しやすいので、必要に応じて指導する。 ◇リレー遊びに、進んで取り組もうとする。 	<p>掲示資料 (場の説明資料)</p> <p>ロープ</p> <p>リングバトン</p> <p>コーン</p> <p>フラフープ</p> <p>ラインカー</p> <p>巻尺</p>
	<p>5 クラス全体でロープ走リレーの競走をする。</p> 		
5	<p>6 本時のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習カードに記録する。 ○全体で本時の学習を振り返る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○楽しかったこと、困ったことなどについて話し合い、次時につなげる。 ○安全について確認する。 	<p>学習カード</p>

2 年
No.73

1 単元名 変身ロープ走リレー

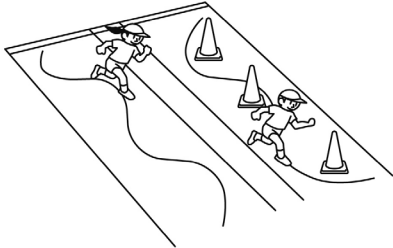
2 目標 チーム対抗でゴール移動式折り返しリレーを楽しむ。

3 展開 (2/8)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	<p>ロープ走リレーの仕方を理解して、リレーをすること</p>		
10分	<p>1 学習の準備, 準備運動をする。</p> <p>2 いろいろな走り方で走る。</p>	<p>○友達と協力して、安全に準備が行えているか観察し、必要に応じて、助言・指導をする。</p> <p>○まっすぐな走路の走り方について説明し、実際に走りながらポイントを示す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・顔を上げる。 ・歩幅は少し広くする。 ・腕を大きくふる。 	<p>掲示資料 (走る姿勢)</p>
30	<p>3 学習内容を確認する。</p> <p style="text-align: center; border: 1px solid black;">友達と協力してロープ走リレーを楽しもう</p> <p>4 ロープ走リレーの競走をする。</p> <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>【ロープ走リレーの仕方】</p> <p>①リングバトンを受け渡して、1対1のチーム対抗戦をする。</p> <p>②一人1周する。</p> <p>③引き継ぎ場所(体操用の輪)の中でバトンの受け渡しをする。</p> <p>④最終走者は引き継ぎ場所の輪を1周してからゴールに向かう。</p> <p>⑤最終走者がリングバトンゴールコーンに入れた順で勝敗を決める。</p> <p>⑥負けたチームは、ゴールコーンの位置を線一本分近づける。</p> </div> <p style="text-align: center;">〈場の例〉</p>	<p>○児童が理解しやすいようにルールや場についての掲示資料を用意しておく。</p> <p>○チームごとのロープを置く様子を観察し、必要に応じて助言する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チームで協力しているか。 ・意図をもってコース作りをしているか。(走りやすさ, スピード) <p>○競走の仕方や競走の態度をチームごとに観察し、指導や称賛をする。</p> <p>○リレーの仕方に慣れていなくて、戸惑っている児童には、個別にアドバイスをする。</p> <p>◇友達と協力しながら仲良く運動しようとしているか。</p> <p>○競走の仕方を経験し、身につけるよう声をかける。</p> <p>◇リレー遊びに、進んで取り組もうとする。</p>	<p>掲示資料 (場の説明資料)</p> <p>ロープ</p> <p>リングバトン</p> <p>コーン</p> <p>フラフープ</p> <p>ラインカー</p> <p>巻尺</p>
5	<p>5 本時のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習カードに記録する。 ○全体で本時の学習を振り返る。 	<p>○楽しかったこと、困ったことなどについて話し合い、次時につなげる。</p> <p>○安全について確認する。</p>	<p>学習カード</p>

2 年
No.74・75

- 1 単元名 変身ロープ走りレー
- 2 目標 チーム対抗でゴール移動式折り返しリレーを楽しむ。
- 3 展開 (3・4/8)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	<p>コースを考えながら，チームで協力してロープ走りレーをすること</p>		
10分	<p>1 学習の準備，準備運動をする。</p> <p>2 いろいろな走り方で走る。</p> 	<p>○友達と協力して，安全に準備が行えているか観察し，必要に応じて，助言・指導をする。</p> <p>○曲線の走路や折り返しの走り方について説明し，実際に走りながらポイントを示す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体を内側に傾ける。 ・歩幅を狭くする。 ・内側を小さく，外側を大きく，手をふる。 <p>○前時で行った直線の走り方との違いについても触れておく。</p>	<p>掲示資料 (走る姿勢)</p>
30	<p>3 学習内容を確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>友達と協力してロープ走りレーを楽しもう</p> </div> <p>4 ロープ走りレーの競走をする。</p> <p>○1回目の競走をする。 〈場の例〉</p>  <p>○話し合いをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・良かったこと，悪かったこと ・コースはそのままか，変えるか ・走る順番はどうするか。 <p>○2回目の競走をする。 〈競走の仕方〉</p> <p>最終走者は，リングバトンをゴールに入れる。</p>  <p>負けたチームは，次の競走で，ゴールポストを線一本分近づける。</p>	<p>○児童が理解しやすいようにルールや場についての掲示資料を用意しておく。</p> <p>○競走の仕方や競走の態度をチームごとに観察し，指導や称賛をする。</p> <p>○リレーの仕方に慣れていなくて，戸惑っている児童には，個別にアドバイスをします。</p> <p>○競走のたびに，走路を変えてよいことを事前に確認し，本時で行うコースについては，事前に数種類用意しておく。</p> <p>○勝敗だけにこだわることなく，更にチームが速くなるように話し合いが進むよう助言していく。</p> <p>◇友達と協力しながら仲良く運動しようとする。</p> <p>○走り方やバトンの受け渡しなど技能面で向上がみられる児童やチームには，進んで称賛し，他のチームへも紹介していく。</p> <p>○競走になるとトラブルも発生しやすいので，必要に応じて指導する。</p> <p>○楽しかったこと，困ったことなどについて話し合い，次時につなげる。</p>	<p>掲示資料 (場の説明資料)</p> <p>ロープ</p> <p>リングバトン</p> <p>コーン</p> <p>フラフープ</p> <p>ラインカー</p> <p>巻尺</p>
5	<p>5 本時のまとめをする。</p> <p>○学習カードに記録する。</p> <p>○全体で本時の学習を振り返る。</p>		<p>学習カード</p>

2 年
No.76~79

1 単元名 変身ロープ走リレー

2 目標 チーム対抗でゴール移動式折り返しリレーを楽しむ。

3 展開 (5~8/8)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
10分	<p>速く走って競走に勝てるよう、チームで協力しロープ走リレーをすること</p> <p>1 学習の準備, 準備運動をする。</p> <p>2 学習内容を確認する。</p>	<p>○今までの学習で行ったストレッチやかけっこをもとに各チームごとに準備運動をする。</p>	学習掲示板
30	<p>友達と協力してロープ走リレーを楽しもう</p> <p>3 ロープで走路を作る。</p> <p>4 ロープ走リレーの競走をする。 ○1回目の競走をする。</p>	<p>○今までの経験から自分たちのチームが勝てそうな走路を作るよう助言する。</p> <p>〈それぞれの場の例〉</p>	ロープ リングボタン コーン フラフープ ラインカー
5	<p>○チームごとに話し合う。</p> <p>○2回目の競走をする。</p> <p>☆直線が長いのでスピードがでるよ。コーナーでスピードが落ちないようにがんばろう。</p> <p>○チームごとに話し合う。</p> <p>○3回目の競走をする。</p> <p>5 チームごとに本時の反省をする。 ○走路について ○走り方について ○バトンの受け渡しについて</p> <p>6 本時のまとめをする。 ○学習カードに記録する。 ○全体で本時の学習を振り返る。 ※8時間目は単元全体を振り返って感想を書く。</p>	<p>・カーブがゆるやかなのでスピードが落ちないように走れるよ。身体を内に傾けてがんばろう。</p> <p>《教師の指導のポイント》</p> <p>○話し合いが, リーダーを中心にうまくいっているかを確認する。必要に応じて話し合いに参加する。</p> <p>○チームの中で走り方やバトンの受け渡し方に目が向くよう言葉かけをする。 ◇勝つために走路を工夫している。 ◇チームで協力して競走しようとする。</p> <p>○競走になるとトラブルも発生しやすいので, 必要に応じて指導する。</p> <p>○楽しかったこと, 困ったことなどについて話し合い, 次時につなげる。 ○友達のよかったこと, 頑張っていたことなども全体の場で取り上げる。</p>	巻尺 学習カード

6 補助資料

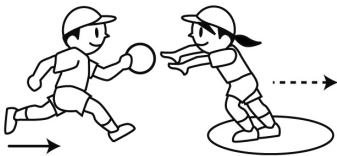
(1) バトンパス

リレーにおける技能といえば、バトンパスが大きなウエイトを占めてくる。リレーを初めて学習するこの段階では、バトンパスの技能を教えるのではなく、バトンパスをきちんとすることが大切なんだという意識をもたせることが大切になってくる。上手なバトンパスの方法が児童たちの活動の中から出てきた時、教師が全体へ広めていくことが望ましい。

【バトンパスのポイント】

- 確実にバトン（リング）の受け渡しができる。
- すぐにスタートできる。（スピードにのった受け渡し）

①両手で受け取る



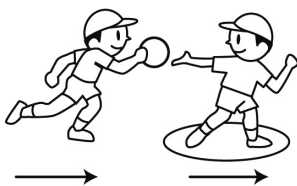
- ☆受け手は後ろを向いて両手で確実にバトンを受け取るようにする。
- ☆声をかけ合って受け渡しができるようにする。

②後ろ向きで片手で受け取る



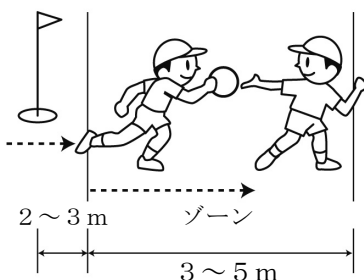
- ☆左右どちらの手でバトンを受け取ってもよい。
- ☆後ろを向いて手のひらが前走者の方に向くようにして確実にバトンを受け取るようにする。
- ☆徐々に体を前に向けるようにする。

③手のひらを上にしたバトンパス



- ☆バトンを受け取りやすいように手のひらを上にする。
- ☆後ろを向いて前走者の方に体を向けて確実にバトンを受け取るようにする。
- ☆すぐに走り出せるように腰を低く構え体を少し前に向ける。

④発展したバトンパス



- ☆3m~5mのバトンゾーンを設ける。
- ☆前走者が旗を通過したら走り出す。
(スタートが早いと追いつかない)
- ☆手のひらを前走者の方に向けておく。
- ☆右手でとったら左手に持ちかえる。