

単元名	走・跳の運動遊び(走の運動遊び)かけっこ・リレー遊び	配当時間	6時間
単元の目標	(1) 走の運動遊びでは、いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えたりすることができる。 (2) 走ったり跳んだりする簡単な遊び方を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。 (3) 運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り、誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場の安全に気を付けたりしようとする。		

いろいろなかけっこ遊びをさせてから、リレー遊びを行う展開例

01100201_001

【準備等】 カラーコーン、旗、バトン（輪投げ用の輪、赤白玉などでもよい）、対戦表など

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1 かけっこやリレー遊びのねらいと内容を理解し、学習の進め方について見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習のねらいや進め方を知る。 ★かけっこやリレー遊びをして楽しもう。 ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○チームを編成する。 <p>○かけっこを楽しむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな動作で走る。 ・普通に走る、スキップで走る、大股で走る、小股で走る、後ろ向きに走るなど ・スタートを工夫して走る。 ・長座姿勢から、仰向けの姿勢から、伏臥姿勢から、腕立て伏せの姿勢から、スタンディングスタートからなど ・友達と組になって走る。 ・手をつないで走る、追い抜き走りをするなど <p>2～3 いろいろな場で、かけっこを楽しむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○いろいろな場で、かけっこをする。 ・タッチ折り返し遊び。 ・固定施設にタッチして戻る。 ・決められた物にタッチして戻り、早く並ぶ競争をする ・ねことねずみ。 ・じゃんけん追いかけて。 ○反省し、まとめをする。 ・楽しかったこと、がんばったことなど <p>4～6 易しいルールでリレー遊びを楽しむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○かけっこをする。 ○リレー遊びの方法を知る。 ・バトンパスの仕方 ・対面でタッチ、追いかけてタッチ、バトンを使ってなど ・コース ・直線のコース、ワープコース、ジグザグのコース、うずまきコースなど ○チームの課題や作戦を話し合う。 ○総当たり戦形式でリレーをする。 ○反省し、まとめをする。 ・課題、作戦、問題点など ○第6時は単元のまとめもする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・前半はいろいろなかけっこ遊び、後半はリレー遊びをすることを知らせ、意欲を高める。 ・リレーをするときに走力が同じになるように4～6名程度でチームを編成する。 ・走の運動は様々な運動の基本となるので、まっすぐ力いっぱい走るだけでなく、様々な走形態を体験させる。 ・どちらの足で第1歩を踏み出すか理解できない児童が多いと思われる。第1歩を出しやすい、または力強くキックしやすい足があることに気付かせる。 ・始めは個人対個人で、順に2人組、3人組と人数を増やして競走する。 ・リレーのチームで整列したり、朝礼時に整列する列をチームとしたりして行う。 ・教師の方からコースやルールを示し、走ることが楽しくなるようないろいろなリレーを体験させる。 ・第1時～第3時で行ったかけっこで体ほぐしをする。 ・手タッチでもよい。バトンを使う場合はリングバトン（輪投げ用の輪）や赤白玉、新聞紙を棒にしたものなどを利用する。 ・直線の折り返しリレーをもとに、いろいろな走り方を取り入れて変化させる。 <p>【評】 チームの課題や作戦を工夫する活動を通して、「思考・判断・表現」を評価する。</p> <p>【評】 リレー遊びを通して、「知識・技能」を評価する。</p> <p>【評】 楽しくかけっこやリレー遊びを行う活動を通して、「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チームで作戦や協力の仕方などについて話し合わせる。

【備 考】

低学年の児童は、体育の授業で運動場に出ると、走り回ったり、友達と追いかけてをしたりして楽しんでいる。低学年の時期に「かけっこ」を好きにさせることが、これからの体育の授業を主体的に取り組ませる大切なポイントになると考えられる。また、走の運動は様々な運動の基本となる運動でもある。まっすぐ力いっぱい走るだけでなく、様々な姿勢からのスタートや走の形態を楽しみながら体験させることも大切である。

いろいろなかけっこ遊びをさせてから、リレー遊びを行う展開例は、前半は競走への興味・関心を高めていき、後半はチーム対抗の競走へと発展させる。

リレー遊びを中心に行う展開例は、各時間の始めに走の運動に関した体ほぐしの運動としてかけっこを楽しむ、その後リレー遊びを中心に活動する例である。いろいろなかけっこ遊びをさせてから、リレー遊びを行う展開例よりも進んだ段階で、チーム同士の話し合いによって、ルールやコースを工夫させて行う。

<運動遊びが苦手な児童への配慮の例>

- ・一定のリズム、速いリズムなど、いろいろなリズムで走ったり、レーン上に目印を置いて、分かりやすいレーンを設定したりする。

- ・リレー遊びでは、手で相手の背中にタッチしたり、迎えタッチにしたりするなど、タッチの仕方を変えたり、受渡しがいやすくなるように形状の異なるバトン（リング状のバトン等）を用いたりする。