

単 元 名	走・跳の運動遊び（かけっこ・リレー遊び）	配当時間	5時間
単元の目標	(1) 順番やきまりを守って仲よく運動をしたり、運動をする場所の安全に気を付けたりしようとする。 (2) 競走や運動の仕方を知り、活動を工夫しようとする。 (3) 走り出しの姿勢、短い距離などを決めて調子よく走ったり、リレー遊びをしたりするなど、走の運動遊びを楽しく行うことができる。		
単元を構想する上での留意点	低学年の児童は、体育の授業で運動場に出ると、夢中になって一人で走り回ったり友達と追いかけて遊んだ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で意欲的にまた、楽しんで取り組む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。まっすぐ力一杯走るだけでなく、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事も大切である。 展開例1は、前半はいろいろなかけっこで競走への興味・関心を高めていき、後半はリレー遊びでチーム対抗の競走へと発展させる。 展開例2は、各時間の始めに走運動に関した体ほぐしの運動としてかけっこを楽しみ、その後リレー遊びを中心に活動する例である。展開例1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。		
単元展開例1...いろいろなかけっこ遊びを体験させてから、リレー遊びを行う例			
準 備	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	
1 かけっこやリレー遊びの学習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。 ○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。 ○かけっこを楽しむ。 ・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 ギャロップで走る 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		・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。 ・走運動は様々な運動の基本となるので、まっすぐ力一杯走れることだけでなく、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。	
2 いろいろな場で、かけっこを楽しむ。（ねらい1） ○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もどる。 ・ならばっこ 決められた物をタッチしてもどり、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 ・くるくるかけっこ ・追いかけて競走		・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争する。 ・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て行ったりする	

○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 3～5 易しいリレーでリレー遊びをして楽しむ。 (ねらい2) ○かけっこをする。 ○<u>リレー遊び</u>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 ○チームのめあてや作戦について話し合う。 ○総当たり戦形式でリレーをする。 ○反省し、まとめをする。 ・めあて ・作戦 ・問題点 など ○第5時は単元のまとめもする。	・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1～2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。 評 teamsのめあてや作戦を工夫する活動を通して、「思考・判断」を評価する。 評 楽しくかけっこやリレー遊びを行う活動を通して、「関心・意欲・態度」を評価する。 ・チームで作戦や協力の仕方などについて話し合わせる。
単元展開例2...リレー遊びを中心に行う例	
準 備	カラーコーン、旗、対戦表、バトン（輪投げ用の輪、赤白玉などでもよい）
1 かけっこやリレー遊びの学習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。 ○学習のねらいや進め方を知る。 ○<u>作戦を立ててリレーを楽しもう</u> ○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。 ○<u>かけっこ</u>を楽しむ。 ○<u>リレー遊び</u>をする。 2～3 簡単なルールでいろいろなリレー遊びを楽しむ (ねらい1) ○かけっこを楽しむ。 ○コースを知り、めあてや作戦について話し合う。 ○練習をする。 ○リレー遊びをする。 ○反省し、まとめをする。 ・めあて ・作戦 ・問題点 など 4～5 工夫したルールでリレー遊びを楽しむ。 (ねらい2) ○かけっこを楽しむ。 ○対戦する相手とコースやルールについて話し合う ○走る順番や作戦について話し合う。	・バトンパスや競走の仕方を工夫して学習することを知らせる。 ・力が均等な偶数チーム（1チーム4～6人程度）に分ける。 ・いろいろな姿勢からのスタートダッシュや追いかけて行う。（展開例1第1～2時参照） ・教師が示したコースやルールでリレー遊びを行い、自分のチームの特徴をつかませる。（展開例1第3～5時リレー遊び参照） ・体ほぐしとして行う。 ・第1～3時それぞれ異なったコースでのリレーを体験させる。 ・同じチームと2度競走することを伝えておく。 ・第1～3時で行ったリレー遊びの中から選ばせたり、それをもとに変えたりさせる。 ・勝つためにどんなことを解決すればよい

○練習をする。 ○1回目の競走をする。 ○反省をし、作戦を立て、練習をする。 ○練習や作戦を生かして、同じ相手と2回目の競走をする。 ○反省し、まとめをする。 ・めあて　・作戦　・問題点　など ○第5時は単元のまとめもする。	- かを考えて作戦を立てさせ、それに合った練習をするように助言する。 ・競走をして気付いたことや他のチームの工夫について話し合わせ、次のリレーに生かすよう助言する。 - 評作戦を立てて工夫してリレーを行う活動を通して、「思考・判断」を評価する。 - 評仲よく協力してリレー遊びを行う活動を通して、「関心・意欲・態度」を評価する。 ・チームで作戦や協力の仕方などについて話し合わせる。
--	---