

|   |   |  |     |
|---|---|--|-----|
| 単元名   | 走・跳の運動(かけっこ・リレー)  | 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。<br>(2) 競走や運動の仕方の課題をもち, 運動の楽しさを求めて活動を工夫することができる。<br>(3) 距離を決めて調子よく走ったり, 走りながらのバトンパスや競走の仕方を工夫したりしてリレーをすることができる。   |  |     |
| 単元を構想する上での留意点   | かけっこは様々な運動の基本となる運動である。まっすぐ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ことが大切である。<br>リレーは, 他のチームと競い合っ楽しむ運動であり, チーム間の競争意識が高まり, 勝敗に対する児童の欲求を満たしてくれる身近な運動である。しかし, 走力の差によって勝敗がはっきりと分かれてしまうこともある。学級の実態にあわせて, コースやルールを工夫し, 作戦の立て方によっては勝敗が逆転するように活動を組み立てていくことが大切である。<br>本単元では, 毎時間の体ほぐしの運動として, いろいろなスタートダッシュやかけっこを行い, その後リレーを行う。 |  |     |
| 単元展開例   |   |  |     |
| 準備  | バトン, カラーコーン, 赤白の旗, 学習カード など   |  |     |
| 学 習 活 動   |   | 留 意 事 項 な ど  |     |
| 1 かけっこ・リレーの学習のねらいと内容を理解し<br>学習の進め方について見通しをもつ。<br>○学習のねらいや進め方を知る。<br>作戦を立ててリレーを楽しもう<br>○学習カードの使い方を知る。<br>○マナーや安全な運動の仕方について知る。<br>○チームを編成する。<br>○かけっこをする。<br>・いろいろな動作で走る。<br>普通に走る                      スキップで走る<br>大股(小股)で走る          ギャロップで走る<br>後ろ向きに走る など<br>・いろいろな姿勢からのスタートダッシュをする<br>長座姿勢から      仰向けの姿勢から<br>伏臥姿勢から      腕立て伏せの姿勢から<br>スタンディングスタートから など<br>・いろいろな場でかけっこをする。<br>手つなぎかけっこ    くるくるかけっこ<br>ジャンケン陣取り    おいかけ競争 など<br>○試しのリレーをする。<br><br>○話し合いをし, めあてをつかむ。 |   | ・競走を楽しむために, 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。<br>・学習カードの使い方を例示しながら理解させる。<br><br>・力が均等な偶数チーム(1チーム5~6人程度)に分ける。<br>・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。<br>・トラックを回るだけでなく, 遊具の間をジグザグに抜けるなど, 変化をつけて楽しく行う。<br><br>・チーム内またはチーム対抗で行わせる。<br>・第2時からは, 例示したようなかけっこを体ほぐしの運動として行う。<br>・コースやルールについては, 学級の実態に合わせて教師の方から示す。<br>・ <u>コースの例</u><br>折り返しリレー    トラックでのリレー<br>ワープコースを入れたリレー など<br>・ <u>ルールの例</u><br>手でタッチする      バトンを使う<br>追い抜くときは外から抜く<br>バトンパスはゾーンの中で行う など<br>・リレーの反省をし, チームのめあてなど |     |

|  |  |
|--|--|
| <p>・個人のめあて ・チームのめあて<br/>2~3 いろいろなチームとリレーを楽しむ。<br/>(ねらい1)</p> <p>○体ほぐしの運動をする。<br/>○コースやルール, 対戦相手などの確認をする。</p> <p>○めあてや作戦について話し合う。<br/>・バトンパスの仕方 ・走り方 ・走る順 など</p> <p>○1回目のリレーをする。<br/>○リレーの結果をもとに, 作戦を立て練習する。<br/>○2回目のリレーをする。<br/>○反省し, まとめをする。<br/>・バトンパスの仕方 ・作戦の立て方<br/>・次時のめあての把握 など</p> <p>4~5 対戦するチームを選び, ルールや作戦を工夫して, リレーを楽しむ。(ねらい2)</p> <p>○体ほぐしの運動をする。<br/>○対戦する相手を決め, ルールやコースについて話し合う。</p> <p>○めあてや作戦について話し合う。<br/>○めあてを確認し, めあてにあった練習をする。</p> <p>○1回目のリレーをする。<br/>○反省し, 練習をする。</p> <p>○2回目のリレーをする。</p> <p>○反省し, 学習のまとめをする。<br/>・バトンパスの仕方 ・作戦の立て方<br/>・次時のめあての把握 など</p> <p>○第5時は単元のまとめもする。</p> | <p>を決めて学習カードに記入させる。</p> <p>・総当たり戦でリレーを行うことを知らせる。</p> <p>・第1時で行ったリレーをもとに, コースやルールを話し合っ変更してもよい。</p> <p>・リレー 話し合い リレーの流れで行わせる。<br/>・1回目とは別のチームと行わせる。</p> <p>・同じチームと2度競走することを伝えておく。</p> <p>・リーダー同士で対戦相手を決める。<br/>・第2~3時で行ったルールの例をもとに, 考えさせる。<br/>・勝つためにどんなことを解決すればよい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。</p> <p>・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。<br/>・練習や作戦を生かして, 同じ相手と2回目のリレーを行わせる。</p> <p>評 練習やリレーへの取り組みを通して, 「関心・意欲・態度」を評価する。</p> <p>評 めあてをもち, 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。</p> <p>・感想の発表や学習カードによる自己評価などをさせる。</p> |
|--|--|