

単元名 低い障害物を用いてのリレー遊び

1 運動の特性

〔一般的特性〕
仲間と協力して走順や障害物を置く場所を工夫したりして、相手チームと競走を楽しむ運動である。

〔児童から見た特性〕
自分たちで考えた作戦で相手チームと競走することが楽しい運動である。

2 単元の目標

学びに向かう力、人間性等

運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とも仲良く運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場の安全に気を付けたりできるようにする。

知識及び技能

走の運動遊びの行い方を知るとともに、いろいろな方向に走ったり、低い障害物を走り越えたりできるようにする。

思考力、判断力、表現力等

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ようにする。

3 評価規準

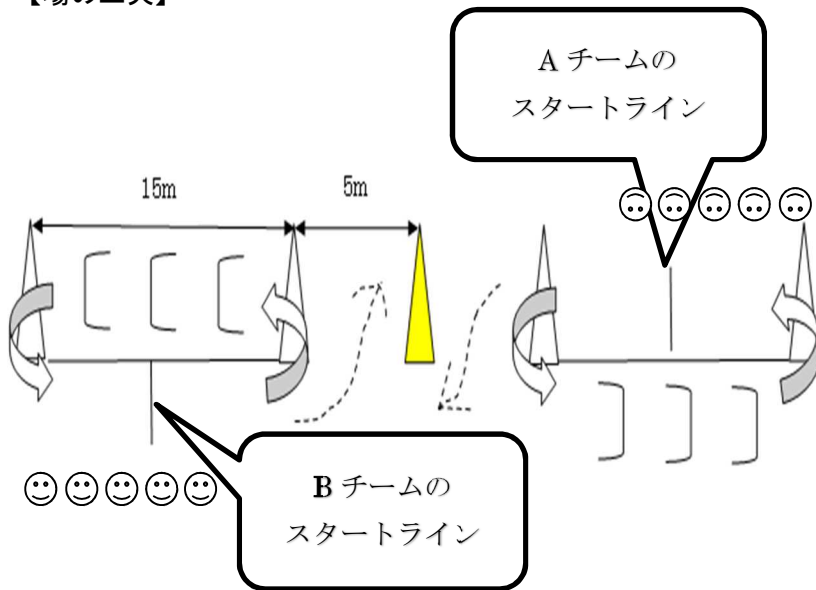
観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
学習活動における 具体的評価規準	①相手の手の平にタッチをしたり、バトンの受け渡しをしたりしてリレーをすることについて理解しているとともに、行うことができる。 ②色々な間隔に並べられた低い障害物を走り越えることについて理解しているとともに、行うことができる。	①障害物をどこに置けば走りにくいかわかり、走りやすいかを考えとともに、それらを友達に伝えている。	①勝敗を受け入れようとしている。 ②安全に配慮し使用する用具の準備や後片付けを友達と一緒にしようとしている。

4 指導と評価の計画の例

	1	2	3	4	5	6
	準備運動・場の準備・ねらいの確認					
10	オリエンテーション ・折り返しリレーの方法を知る。 ・試しのリレーをする。 ・走る順番を変えてもう一度リレーをする。	ねらい① 相手チームが走りにくいと考える場所に低い障害物を置いてリレーを楽しむ。	ねらい② 自分のチームが走りやすい場所に低い障害物を置いてリレーを楽しむ。			リレー大会 ----- まとめ
20						
30						
40						
	整理運動・片付け・振り返り					
評価 主	①		②		②	
			①		①	
	②	①	②		①	①

5 指導の工夫

【場の工夫】



折り返しリレーをする場を2チーム分向かい合わせに設置する。中央ラインからスタートし、1人1周走る。アンカーは、1周半走り、中央のコーンにリングバトンをかける。リングバトンが下にあるチームが勝ちなので、子ども同士で勝負の結果を判定することができる。

ただし、リングバトンをかけるときの衝突をさけるために、コーンの横に走る方向をラインで示しておく。

【用具の工夫】

- 初めて折り返しリレーをする時は障害物なしで行ってもよい。
- 障害物は誰でも無理なく跳び越えられるミニハードルを使用する。
- 低学年が使いやすいリングバトンを使用するとよい。



6 技能のポイント

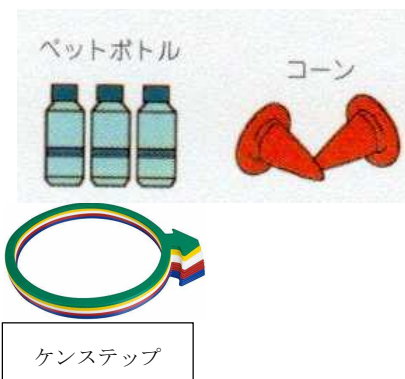
- バトンを落とさずに受け渡す。
 - ・はじめは、体を後ろにむけて、止まった状態で確実に受け渡すこと。
 - ・少しだけリードしてバトンを受け渡すこと。
- コーナーの走り方
 - ・大きくふくらみすぎないように、コーンを回ること。

7 その他

- 障害物の置き方
 - ・走りにくさから走りやすさを考える過程で、同じくらいの間隔に障害物を置くと走りやすいことに気付かせる。

〔運動の苦手な児童・配慮が必要な児童への手立て〕

ミニハードルが高くて、意欲的に活動できない児童がいるときは、ペットボトルやコーンにゴム紐をかけて高さを調節したり、ケンステップ等の高さのない障害物に変えたりするとよい。



低学年
走・跳の運動遊び

単元名：低い障害物を用いてのリレー遊び

目標：折り返しリレーの方法を理解できるようにする。

道すじ	1	2	3	4	5	6
-----	---	---	---	---	---	---

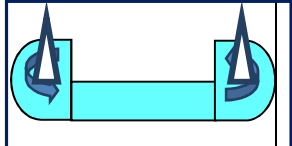
時間	学習内容と活動	指導・支援(○) 評価(☆)	用具・資料
0	<p>1 準備運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足首などよく使う部位を意識する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・新聞ダッシュ【<u>体力向上(すばやく移動するために)のページ</u>】 ・ドン!じゃんけん【<u>体力向上(すばやく動き出す体力を高めるために)のページ</u>】 	
折り返しリレーの方法を知ろう。			
15	<p>2 オリエンテーションを行う。</p> <p>学習のねらいを確認する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・最後まで一生懸命走ってリレーを楽しむ。 ・バトンの受け渡しをしてリレーができる。 ・勝敗を素直に受け入れる。 <p>学習の方法を知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チーム分け ・場の設定を知る。 (ミニハードルは置かない) ・各チームのスタート位置やゴールの方法を知る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○運動会のリレー等を想起させ、仲間と協力してリレーをする楽しさを伝える。 ○勝っても負けても、次の競走でどうしたら勝てるかを考えることが大切であることを伝える。 ○あらかじめ、50m走のタイムをもとに、全チームの平均タイムがある程度同じになるように分けておく。 ○アンカーの安全確保のため、矢印にそって走り、コーンにリングバトンをかけることを確認する。 	コーン リングバトン ビブス
20	<p>3 ためしのリレーを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・走る順番をきめる。 ・アンカーだけ帽子の色をかえるか、ビブスを着る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○走るコースを確認するために、ためしのリレーでは、全力では走らないように声をかける。 	
25	<p>4 ためしのリレーの振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ためしのリレーでわからないことや、困ったことを共通理解する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○走る順番を待っている児童や走り終わった児童の座っている位置を確認する。 	
30	<p>5 実際に競争する。(2回程度)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・走る順番を確認する。 ・1回戦が終わったら、走る順番を変えて、2回戦を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○少しリードしてバトンをもらうことを確認する。 	
40	<p>6 学習のまとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・学習を振り返り、困ったことや楽しかったことを発表する。 ・整理運動をする。 	<ul style="list-style-type: none"> ☆方法を理解してリレーをすることができる。【知識・技能】 ☆勝敗を素直に受け入れようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】 	

低学年
走・跳の運動遊び

単元名：低い障害物を用いてのリレー遊び

目標：どこにミニハードルを置けば走りやすいかを考え、友達に伝えることができるようにする。

道すじ	1	2	3	4	5	6
-----	---	---	---	---	---	---

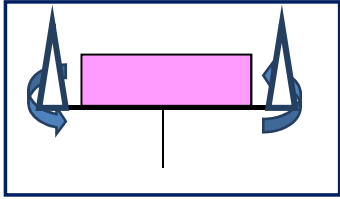
時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	1 準備運動をする。 ・足首などよく使う部位を意識する。	・新聞ダッシュ【体力向上 (すばやく移動するために) のページ】 ・ドン! じゃんけん【体力向上 (すばやく動き出す体力を高めるために) のページ】	
5	2 折り返しリレーをする。 ・走る順番決めて行う。	○アンカーを経験していない児童がいないようにする。	コーン リングバトン
10	3 障害物リレーの方法を知る。 ・ミニハードルを3つ使う。 ・相手チームのコースにミニハードルを置く。 ・ミニハードルはひとつずつ走り越える。	○コース図の拡大図を用意したり、実際のコースを用いたりして、ミニハードルを置いて走ることをイメージできるようにする。	ミニハードル
どこにミニハードルを置くと走りやすいかを考えてリレーをしよう。			
15	4 障害物リレーをする。 ・走る順番を決める。 ・相手チームのコースにミニハードルを置く。 ・1回戦をする。 ・どこにミニハードルがあると走りやすかったか話し合う。 ・相手チームのコース1回戦とは違う場所にミニハードルを置く。 ・2回戦をする。	○アンカーの走り方は今までと同じなので、矢印にそって走り、リングバトンをかけることを確認する。 ○ミニハードルが倒してしまったときは、そのまま走り抜けるか、止まって自分が直すかを児童と話し合って決める。 ☆障害物をどこに置けば走りやすいかを考え、友達に伝えることができる。【思考・判断・表現】	
40	5 学習の振り返りをする。 ・ミニハードルがどこにあると走りやすかったかを話し合う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ミニハードル同士の間隔がせまい ・スタートラインの近く ・折り返すコーンの周り 等 </div> ・整理運動をする。	○以下のようなコース図に、ミニハードルがあると走りやすいところに色をつける。  ☆使用する用具の準備や後片付けを友達と一緒にしようとしている。 【主体的に学習に取り組む態度】	コース図 ワークシート

低学年
走・跳の運動遊び

単元名：低い障害物を用いてのリレー遊び

目標：走りやすいミニハードルの置き方を考え、友達に伝えることができるようにする。

道すじ	1	2	3	4	5	6
-----	---	---	---	---	---	---

時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	<p>1 準備運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・足首などよく使う部位を意識する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・新聞ダッシュ【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(すばやく動き出す体力を高めるために)のページ】 	コース図 ワークシート
5	<p>2 学習のねらいを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>どこにミニハードルを置くと走りやすいか考えてリレーをしよう。</p> </div>		
10	<p>3 学習の方法を知る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自分たちのコースにミニハードル3台を置く。 ・どうやったら走りやすいか、チームで考える。 	<p>○前時の走りにくい場所(水色)以外に障害物を置けばよいことを共通理解し、走りやすいところはスタートラインの反対側(ピンク色)であることを共通理解する。</p> 	コーン リングバトン ビブス
15	<p>4 折り返しリレーをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・走る順番を決める。 ・ミニハードルの置き方や置く場所をチームで話し合う。 ・1回戦をする。 ・走りやすいミニハードルの置き方、置く場所だったかをチームで話し合い、次の競走に生かす。 ・2回戦をする。 	<p>○いつも同じ人がアンカーにならないように声をかける。</p> <p>○置いた障害物を実際に跳んでみて、位置を調整させる。</p> <p>○1回戦の結果を踏まえて、障害物の位置を微調整するよう声をかける。</p>	
40	<p>5 学習の振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どのように置いたら走りやすかったのか、発表する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・障害物を同じ間隔に置く ・スタートラインの反対側に置く 等 </div> <ul style="list-style-type: none"> ・整理運動をする。 	<p>☆勝敗を素直に受け入れようとしている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>☆障害物をどこに置けば走りやすいかを考え、友達に伝えている。</p> <p>【思考・判断・表現】</p>	

おりかえし しょうがいぶつリレー

名前

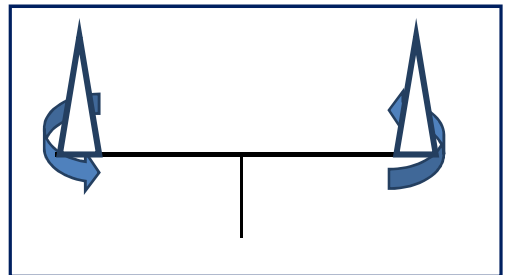
1 やくそく・めあて

- なかまと きょうかして、さいごまで いっしょうけんめい はしりましょう。
- 話をきくときは、目と耳とおへそでききましょう。
- じゅんびや かたづけは、ぜんいんでしましょう。

2 学習してわかったことを かきましょう。

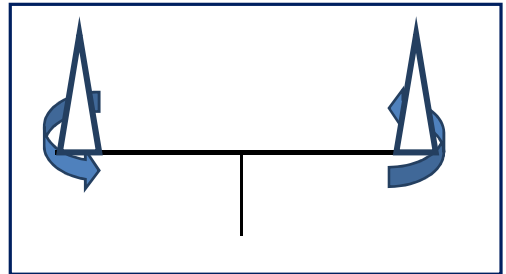
① 走りにくい おきかた・ばしょ

Blank box for writing notes on walking difficulties.



② 走りやすい おきかた・ばしょ

Blank box for writing notes on easy walking methods.



2 がくしゅうした かんそう

Large blank box with horizontal dashed lines for writing reflections on the learning process.