

### 第3学年2組 体育科学習指導案

令和7年10月8日(水)  
授業者 佐々木 遼祐

#### 1 単元名 つなげ！走れ！全力バトンパス (走・跳の運動)

#### 2 授業づくりの構想

##### (1) 運動の持つ特性

中学年の走・跳の運動は、調子よく走ったり、バトンの受けをしたり、小型ハードルを走り超えたりする楽しさや喜びに触れる運動である。特にかけっこ・リレーでは、距離を決めて調子よく最後まで走ったり、走りながらバトンの受け渡しをする周回リレーをしたりして自己の能力に適した課題や記録に挑戦したり、競走(争)したりする楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

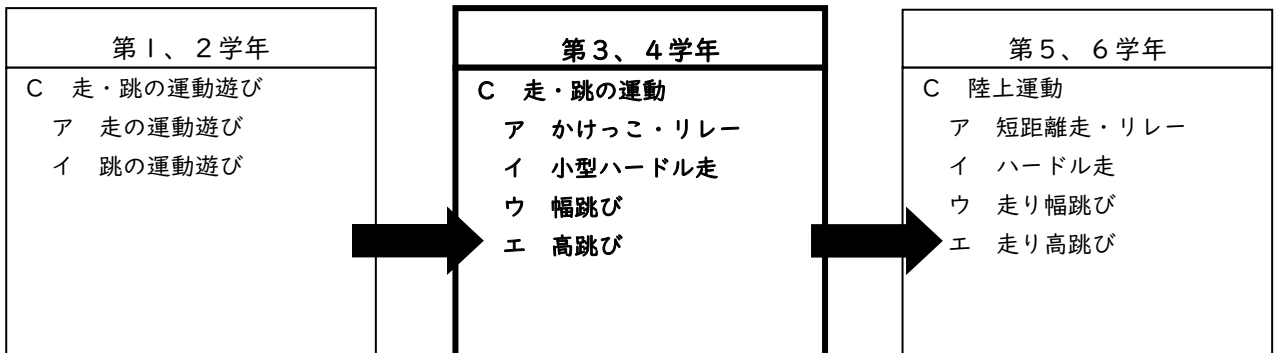
かけっこでは、いろいろな走り出しの姿勢から、素早く走り始めたり、真っ直ぐ前を見て、腕を前後に大きく振って走ったりすることが大切である。リレーでは、走りながら、タイミングよくバトンの受け渡しをすることが大切な運動である。

目標の達成を目指す中で、一人一人が自分の技能や体格などに応じて、より速く走るために、自分に合った課題を見付け、解決方法として体の動かし方を身に付けることができる。また、ペア・グループでの活動を通して、チームの友達と話し合い、励まし合いながら、友達と協力することの大切さや友達のよさに気付くことができる。

##### (2) 児童の実態

本学級の児童は、学習意欲が全体的に高く、新しいことにも前向きに挑戦する姿が見られる。特に、興味・関心と結びついた活動には、積極的に取り組み、課題解決に向けて粘り強く努力する傾向がある。一方で、学習に向かう意欲には個人差があり、「走る手が苦手」という理由から、意欲が低いと見受けられる児童もいる。アンケート結果からも、約1割の児童が体育の授業を「ふつう」と感じ、「足が遅く毎回最下位だから」という理由で、かけっこやリレーに対して苦手意識をもっていることがうかがえる。集団活動においては、自己中心的な言動や、他者の行動に対する批判的な態度が見られる場面がある。互いを尊重し、協力することの重要性を指導していく必要がある。しかしながら、多くの児童が体育の授業を楽しんでいると感じており(86.7%)、かけっこやリレーにおいても「協力できるから」「速く走れたとき嬉しい」といった理由から楽しさを感じていることが分かる。また、友達に教えてもらって運動ができるようになった経験がある児童が60%おり、日頃から友達と教え合う(73.3%)という行動が見られることから、友達との関わりを通して学びを深めようとする素地は十分にある。これらの実態を踏まえ、本単元では、個々の運動能力に応じた目標設定を促し、達成感を味わえるような工夫を凝らすとともに、集団での活動を通して、互いのよさを認め合い、協力して課題を解決する態度を育てていくことが重要である。

##### (3) 運動(学習内容)の系統性



##### (4) 単元の目標

###### 【知識及び技能】

かけっこ・リレーの楽しさや喜びに触れ、その行い方を知るとともに、距離を決めて調子よく最後まで走ったり、走りながらバトンの受け渡しをする周回リレーをしたりすることができるようにする。

###### 【思考力、判断力、表現力等】

自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕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。

###### 【学びに向かう力、人間性等】

かけっこ・リレーに進んで取り組み、きまりを守り誰とも仲よく運動したり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができるようにする。

## (5) 学びへの働きかけ（指導の意図）

### 1 つくる／はぐくむ（＝学習の個性化）

○基礎感覚を身につけるアナログン（類似の運動）

- ・かけっこリレーに必要な基礎感覚を養うため毎時間授業の初めに、もも上げ走、大また走、スキップ、いろいろなスタートなどの運動を取り入れながら調子よく走るポイントを押さえる。段階的に基礎感覚（腕を大きく振る、体を軽く前傾させる、つま先で走る）が身につくように多様な運動を取り入れ、主運動につなげていく。

○児童の問いと教師の問いかけによる課題の焦点化

- ・1時間目に試しのリレーを行い、楽しかったことや課題点を挙げ、単元を貫く課題設定をしたり、次時以降は児童から挙げられた課題を解決していく学習につなげたりしていく。ねらいにつながる課題が出てこない場合は、「気持ちの良いバトンパスはどんなバトンパスだろう」や、児童の試しのリレーを見て、「前の人が速くてバトンが渡らないチームがありました。どうすればよかったのだろう。」などと問いかける。出てきた意見から、「もらう側の走り出すタイミング・走りながらもらう・左手でもらって右手でわたす」の3点に焦点化して課題解決学習を行っていく。

### 2 あつまり、ともに、つながる（＝協働的な学び）

○単元構成 「全力バトンパスにより他者と関わることを意味を持たせる」

- ・児童をつなぐ支援として、チームで毎時間の課題解決に向けて協力して取り組んでいく。チーム分けには、体力テストにおける「50m走」の記録を参考にし、走力の偏りがないように1チーム5、6人編成する。全員に役立感を持たせるために、試しのリレーからの記録の短縮（自己の能力に適した課題や記録に挑戦）とチーム対抗の勝敗（仲間と競い合う楽しさ）を楽しむことを単元のゴールとする。足の速い児童だけが活躍するのではなく、チームで協力して、一人一人が課題解決の学習に没頭していくことで、勝敗が変化したり記録が短縮したりすることに気付かせたい。

○ICT 機器と準教科書「わたしたちの体育3」の活用

- ・すべてのチームの練習場所に、タブレットと三脚を準備する。バトンの受渡しを中心に撮影し、飛び出しのタイミングやバトンの渡し方などを確認できるようにする。また、自分の動きと友達の動きを比べて友達の良さを認めたり、自分の課題解決の手助けにしたりする。また、「わたしたちの体育3」に記載されている、走り方やバトンの受渡しの仕方を参考に自分の動きを確認していく。見付けた友達の良さや、友達からもらったアドバイスは「わたしたちの体育3」の振り返り記入欄に書き記しておく。

### 3 誰でもアクセスできる（＝指導の個別化）

○易しい体育の実現

- ・練習の中で競い合う楽しさや勝敗を受け入れる大切さを感じることができるようするために毎時間記録をとったり、伸びを感じたりする場の設定、競走（争）の場の設定を行う。

○誰もが勝ちを経験できるルールづくり、場づくり

- ・体力や技能にかかわらず、誰もが競走（争）に勝つことができるルールや場づくりを設定する。例えば、追いかけて走ではスタートの姿勢や位置を変えながら競走（争）できるルールや場を設定する。折り返しリレーでは、折り返すコーンを長い距離と短い距離の2個置いておく。それぞれのコーンを回れる人数を設定しておき、チームで誰がどのコーンを回るのかも作戦として立てられるようにする。周回リレーでは、走るコース（ワープゾーン）、バトン进行位置、走る順番バトンの種類、競争の仕方などを工夫することにより、誰もが勝ちを経験でき、意欲的に運動に取り組むことができるように活動の仕方や場を工夫する。

○用具の工夫

- ・バトンの受渡しは、「わたしたちの体育3」を参考に行う。その際にバトンパスが苦手な児童には、新聞やしっぽ、リングバトン2色バトンなど用具を工夫しながら、気持ちのよいバトンパスが誰にでも経験できるようにする。また、走り出すタイミングや走りながらもらうことなどに重点をおいて指導する。
- ・左手でもらうことを意識できるように、左手に目印となるものを身に付けておく。

## (6) 単元の「する・みる・支える・知る」の多様な関わり方

関わり	中学年	具体的な活動・姿
する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・距離を決めて調子よく最後まで走ったり、走りながらバトンの受渡しをする周回リレーをしたりする。（知識及び技能等ア）</li> <li>・課題の解決のための活動を選ぶ。（思考力、判断力、表現力等ア）</li> <li>・友達との競走（争）の仕方を考え、競走（争）の規則や記録への挑戦の仕方を選ぶ。（思考力、判断力、表現力等イ）</li> <li>・かけっこ・リレーに進んで取り組む。（学びに向かう力、人間性等ア）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・もも上げ走</li> <li>・大また走</li> <li>・スキップ</li> <li>・追いかけて走（ねことねずみ）</li> <li>・いろいろなスタート</li> <li>・折り返しリレー</li> <li>・周回リレー</li> <li>・タブレットを活用して自分や友達の動きを確認する。</li> <li>・チームの課題解決に向けて、協力して練習に取り組んでいる。</li> </ul>
みる	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自己の課題を見付ける。（思考力、判断力、表現力等ア）</li> <li>・友達のよい動きや変化を見付ける。（思考力、判断力、表現力等ウ）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・掲示物（友達の気付き）と比べて、自己の課題を見付ける。</li> <li>・学習の記録をわたしたちの体育に書く。</li> </ul>
支える	<ul style="list-style-type: none"> <li>・考えたことを友達に伝える。（思考力、判断力、表現力等ウ）</li> <li>・かけっこ・リレーなどのきまりを守り、誰とでも仲よく励まし合う。（学びに向かう力、人間性等イ）</li> <li>・走の運動で使用する用具の準備や片付けを友達と一緒にする。（学びに向かう力、人間性等ウ）</li> <li>・かけっこ・リレーなどの勝敗を受け入れる。（学びに向かう力、人間性等エ）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・振り返りの時間に、運動のポイントや友達の動きの良さを発表する。</li> <li>・計測や記録をグループで役割分担をして行う。</li> <li>・グループの友達のアドバイスや場の選び方を認める。</li> </ul>
知る	<ul style="list-style-type: none"> <li>・かけっこ・リレーでは、その行い方を知る。（知識及び技能ア）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・よい走り方やスタートを身に付ける。</li> <li>・気持ちの良いバトンパスをするために、走り出すタイミングと止まらずに受け渡しをする。</li> </ul>

(7) 単元の流れ及び評価の計画

		1	2	3	4 (本時)	5	6
	主なねらい	学習の進め方を理解しよう。	気持ちのよいバトンパスをしよう。	走り出すタイミングを合わせてバトンパスをしよう。	チームの課題を見つけて練習しよう。	周回リレーでバトンパスをしよう。	練習の成果を確かめよう。
	核となる学習内容	・学習のねらいと進め方 ・問いづくり	・バトンパス練習 (右手で渡す、左手で受け取る、走りながら受け取る) ・手つなぎ ・新聞パス	・バトンパス練習 (走り出すタイミング) ・手つなぎ ・新聞パス	・折り返しリレーの記録計測 ・バトンパス練習	・バトンパスの練習 ・チーム対抗リレー	・チーム対抗リレー
	学習活動	・オリエンテーション ・準備の仕方、安全な活動の仕方 ・試しのバトンパス(記録測定)	<p>&lt;やってみよう&gt; もも上げ走、大また走、スキップ、追いかけ走(ねことねずみ)、いろいろなスタート</p> <p>・バトンパスのポイントを知る。(右手と左手、走りながら) ・グループで練習する。 ・走るときの合い言葉「クレ4(クレヨン)」</p> <p>・バトンパスのポイントを知る。(走り出すタイミング) ・グループで練習する。 ・走るときの合い言葉「クレ4(クレヨン)」</p> <p>・グループで課題を見つけ、練習をする。 ・折り返しリレーのタイム計測をする</p> <p>・周回リレーに向けてバトンパスの練習をする。 ・周回リレーを行う。  場所：校庭</p> <p>・周回リレー ・学習の成果の確認 場所…校庭</p>				
評価の計画	知	①			②		③
	思		③	②	①	③	
	態	④	①	②		③	③

具体的な評価規準	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	①かけっこ・リレーの行い方を理解している。 ②距離を決めて調子よく最後まで走ることができる。 ③走りながらバトンの受渡しをする周回リレーをすることができる。	①自己の能力に適した課題を見付けている。 ②動きを身に付けるための活動や競争の仕方を工夫している。 ③考えたことを友達に伝えている。	①かけっこ・リレーに進んで取り組もうとしている。 ②きまりを守り誰とでも仲よく運動をしようとしている。 ③勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたりしようとしている。 ④場や用具の安全に気を付けようとしている。

3 本時の学習（4／6）

- (1) 本時の目標
  - ・かけっこ・リレーの楽しさや喜びに触れ、走りながら気持ちよくバトンの受渡しができる。【知識及び技能】
  - ・自己の能力に適した課題を見付け、動きを身に付けるための活動や競争の仕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。【思考力、判断力、表現力等】
  - ・かけっこ・リレーに進んで取り組み、きまりを守り誰とも仲よく運動したり、勝敗を受け入れたり、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりすることができる。【学びに向かう力、人間性等】
- (2) 準備 教師：ストップウォッチ、記録用紙、コーン2個、タブレット、三脚、バトン(3本)、ケンステップ、ビブス(3色)
- (3) 展開

学習活動

1 場の準備をし、やってみよう（にこにこタイム）で予備運動を行う。（10分）

もも上げ走

大また走

追いかけて走

2 本時のめあてを確認する。（5分）

チームの活動を工夫して気持ちのよいバトンパスに挑戦しよう。

3 折り返しリレーの記録測定を行う。（1回目）

4 チームごとに課題を確認し、課題を解決するためのバトンパスの練習をする。（1回目）（10分）

バトンを渡すときに、つまってしまった。【みる】

走りながら受け取れたかな。【支】

体がぶつかりそうになったな。【みる】

チームごとに練習方法を工夫してバトンパスをしよう。

こんな課題を解決していた友達がいたよ。

しっかり左手を広げてもらおう。

右手でもらって左手でわたしてみよう。【する】

動画を見て確認してみよう。【する】

5 バトンパスの練習をする。（2回目）（10分）

走りながらバトンの受け渡しをしてみよう。

バトン渡すときにスピードダウンしてしまう。【する】

タイミングを意識してバトンパスをすると気持ちがよかった。【する】

友達の良い動きがあれば伝えてあげよう。

6 折り返しリレーの記録測定を行う。（6分）

バトンの受けわたしをしたら、次の人が出て待とう。

7 ふり返りを行う。（5分）

- ・各チームから見つけた課題と解決のために行った工夫、タイム測定の結果を発表してもらおう。
- ・次時の学習内容を予告する。・チーム対抗リレー(周回リレー：校庭)
- ・終わりのあいさつ

教師の支援（○、吹き出し）と評価★

○ “気持ちのよいバトンパス”の確認をする。（タイミング、走りながら、右手と左手）

○ 前回の学習の振り返りを共有したり、「わたしたちの体育3」のチームごとの課題を共有したりすることで本時のめあてに対するイメージをもたせる。

○ 走る姿勢の合い言葉は「クレ4」

○ チームごとに課題を立てる前に1～3時までのつまづきをイメージさせる。

○ 左手で受け取ることを意識させるために、左手にリストバンド（目印）をつける。

○ タブレットを設置し、バトンパスの様子を映像で見返すことができるようにする。

★距離を決めて調子よく最後まで走ることができる。【知識・技能】

○ 折り返しリレーは、着順・記録の伸びで勝敗を決める。全員がバトンパスをするため1走の児童はアンカーも走る。

★【主体的に学習に取り組む態度】

○ 勝敗を受け入れたり、友だちの考えを認めたりさせたい。

○ 1回目の折り返しリレーの記録を参考にし、記録の伸びを見る。

○ バトンパスミスがあった場合2回計測を行う。

○ 走り終わった後はバトンを持った人が折り返すまでケンステップの中で待機するように促す。

★自己の能力に適した課題を見つけ工夫している。【思考・判断・表現】

・各チームから見つけた課題と解決のために行った工夫、タイム測定の結果を発表するように促す。

イラストは「わたしたちの体育3 2025年版(文教社)」より引用  
スポーツ庁小学校体育（運動領域）指導の手引～楽しく身に付く体育の授業～より引用