

実践事例

「できた」「わかった」「もっとやってみたい」と感じる体育学習 ～4年生 走・跳の運動「かけっこ・リレー」の『わたしたちの体育』を活用した実践を通して～

境港市立余子小学校 新宮 寛

1 単元名 かけっこ・リレー

バトンをつないで勝利をつかめ！ 追いかけてリレーでタイムアタック！

2 授業づくりの構想

(1) 運動の持つ特性

仲間と競い合いながら技術を高めていく楽しさや、調子よく走ったりバトンをつないだりすることで、走ることの楽しさや喜びを味わうことのできる運動である。

走る、跳ぶなどの運動で体を巧みに操作しながら、合理的で心地よい動きを身につけることができる運動である。

10秒バトンパス走や様々な姿勢からのスタート走など、運動の場を工夫して楽しみながら動きが身につくような取り組みを設ける。

ワークシートを活用し、自己の能力に適した課題をもち、運動の仕方を知ったり、技能を高めたりするようにしていく。さらに、児童の運動における気づきを拾い上げ、それが残しておくように学習ボードを活用し、走る運動のポイントやバトンパスにおけるポイントなどが、児童に確認できるようにしていく。

(2) 児童の実態

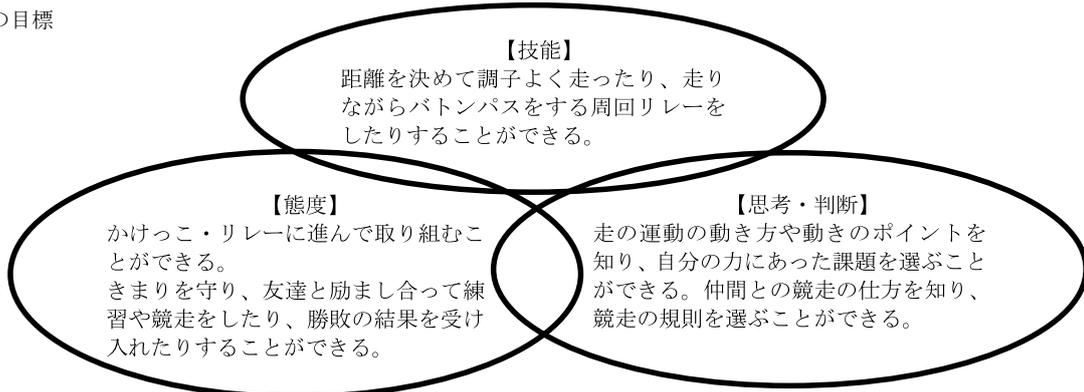
本学級は、体育の学習において前向きに取り組む児童が多く、野球やバスケットボールなどのスポーツ少年団などの活動に参加している児童が多く在籍している。

しかし、体育の学習に対して苦手意識を持つ児童も数名おり、当該学年としての動きが身につけていない児童も少なくない。中には定期的な運動をほとんどしていない児童もいる。運動に関する経験の差が大きい。

友達同士で声をかけ合って、互いを高め合っていくとする意欲は全体的に高く、良い点や改善していく点についての話し合いは活発に行えると見える。

事前のアンケートで、体育学習は好きかという質問に対して、嫌いと答えた児童はいなかった。しかし、かけっこ・リレーについての質問で、否定的な印象をもつ児童が2名いた。リレーでのポイントとはという質問については、バトンパスの仕方や走り方について答えている児童がほとんどだった。

(3) 単元の目標



(4) 学びへの働きかけ

○楽しみながら動きが身につくような運動の場の工夫

児童の意欲をさらに高め、個々の児童が主体的に活動できるようにするために、様々な姿勢から素早くスタートする運動やまっすぐ走ることを目的としたゲーム「ペットボトルタッチ走」を取り入れたり、チーム全体でバトンパスの練習を繰り返しながら記録の更新をねらう「折り返しリレー」や「追いかけてリレー」を重点的に扱ったりする。そのことによって、チーム間でよりスムーズなバトンパスの課題解決を図っていく。

○楽しさが増すような活動の工夫

「折り返しリレー」や追いかけてリレー」を行う際は、絶えず記録を取り、過去の自分たちの記録を更新しようとする意欲を高め、児童一人一人の運動能力を最大限発揮させていく。また、個々の児童が直線やトラックを走る距離（一人一人の担当距離）やバトンパスでスタートするタイミング（前走者がどの位置まで来たらスタートするか）を自由に考えられるようにし、思考する意欲も高めていく。

○自己やチームの課題が持てるような動きのポイントの定着

個々の児童のかけっこやリレーを行う際の意識の個人差は大きく、その内容にもバラつきがある。従って、かけっこでは「前後に腕を大きく振る」「まっすぐ前を見て体を軽く前傾させる」「コーナーでは体を軽く傾けて走る」ことや、リレーでは「前を向いて全力で走りながらバトンをもらう」「バトンパスの仕方（かけ声や渡し方）の工夫」「前走者と自分自身が最高速でバトンがつながるようなスタートのタイミングの工夫」等、具体的な技術ポイントや考える視点を明確にすることで自己やチームの課題意識を高めていく。

○児童のめあてカードの工夫

・本時のめあてを記入し、自分のめあてを明確にして学習に臨むようにする。また、学習のふり返りを記入し、児童が自らの活動のふり返りをさせるようにする。

○運動の苦手な児童に対する支援の工夫

・走る際の動きのポイントが押さえにくい児童については、パネルを用意し運動の具体的なイメージをもちやすいようにする。
・周回リレーの距離は半周50mとする。また、テークオーバーゾーンの入りの手前と出までの範囲に5mずつのラインを引き、バトンパスのタイミングを測りやすいようにする。

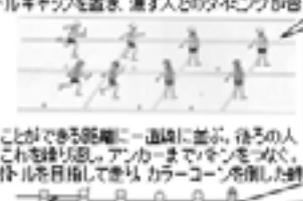
(5) 単元の流れ及び評価の計画

活動	1	2	3	4	5	6	
主な学習活動	<ul style="list-style-type: none"> ・体ほぐしの紹介 ・目標設定～初めのタイム測定 ・学習のねらいと見通しの説明 	活動 腕ふり走、もも上げ走、大また走をして、走れる体を作ろう。	活動 バトンスのポイントを探ろう。	活動 バトンス時のスタートのタイミングに焦点を当てた練習をする。	活動 バトンスの精度を上げ、リレーのタイムを上げよう。	活動 記録会をしよう。	
		走の運動のもととなる動きを身につけさせる。	バトンの渡し方、受け取り方に焦点を当てた練習をする。	バトンス時のスタートのタイミングに焦点を当てた練習をする。	追いかけリレーのタイムを測定し、以前のタイムと比較する。	追いかけリレーのタイムを測定し、以前のタイムと比較する。	○「なぜ、記録を更新することができたか。できなかったか。」をじっくり考えさせ、それをもとに練習方法を考えさせたり、練習に取り組みさせたりする。
		児童の動きを見ながらポイント（まっすぐ前を見る、前後に腕を大きく振る、足が下に降りている）を指導する。	追いかけリレーのタイムを測定し、以前のタイムと比較する。	追いかけリレーのタイムを測定し、以前のタイムと比較する。	追いかけリレーのタイムを測定し、以前のタイムと比較する。	追いかけリレーのタイムを測定し、以前のタイムと比較する。	追いかけリレーのタイムを測定し、以前のタイムと比較する。
		児童の動きを見ながらポイント（まっすぐ前を見る、前後に腕を大きく振る、足が下に降りている）を指導する。	バトンを渡すとき、受け取る時の方法について話し合い、ポイントをまとめる。（手は肩の高さにあげる、親指を下に向けて、渡す方はハイと言って合図を送るなど）	スピードを落とさずにバトンスするための方法について話し合い、ポイントをまとめる。（タイミングに気をつける、足を前に向ける、力いっぱい前に走るなど）	作戦タイムやチーム練習の時間を保障し、意欲を持って追いかけリレーに臨めるようにする。		
評価の計画	技	①		②	②	①	
	態		①	①	②	②	
	思	①	②		②	①	

評価規準	技能	態度	思考・判断
	①合図と同時にスタートし、コースを全力で走り抜けることができる。 ②前走者のスピードに合わせてタイミングよくスタートを切り、スピードを落とさずにバトンの受け渡しができる。	①走路や用具の安全を確かめながら運動できるとともに、ルールを守り、勝敗に対して公正な態度をとろうとしている。 ②自分（チーム）の力に合っためあてに向かって取り組み、競争や記録向上の楽しさや喜びを味わおうとしている。	①自分（チーム）の特徴をもとに、めあてを考えている。 ②自分（チーム）の記録を向上させるための練習方法を考えたり、作戦を立てたりしている。

3 本時の学習

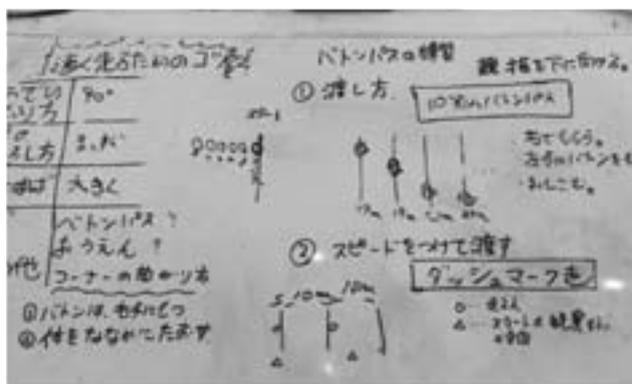
- (1) 本時の目標 前走者のスピードに合わせてタイミングよくスタートを切り、スピードを落とさずにバトンの受け渡しができる。(技能)
自分（チーム）の力に合っためあてに向かって取り組み、競争や記録向上の楽しさや喜びを味わおうとしている。(態度)
自分（チーム）の記録を向上させるための練習方法を考えたり、作戦を立てたりしている。(思考・判断)
- (2) 準備 バトン・ボール、ビニルテープ（ダッシュマーク用）、ホイッスル、ストップウォッチ、学習カード、学習ボード、カラーコーン
- (3) 展開

	学習活動	教師の支援(○吹き出し)と評価(●)
ひろく	1 準備運動をする。	○追いかけリレーを測定し、練習への意欲を高める。 ○作りや用具の準備に迷って取り返さずに練習する。 ○器具の扱い方や走路・用具の安全を確かめ、協力して準備させる。 ○対戦の習慣に向けて、個々がめあてをもって取り組んでいるが確認する。 ○児童がお互いの動きを見ながら、練習をするために個々の場が向を先切にするのか視点を低くして低くして、 ○運動のポイントを考え、雷帯ボードにテープを貼っていくことを練習し、児童へ知らせようとする。 ○「何がどのようによかったのか(よくなったのか)、記録と実力を比べて説明させる。その他の児童については、よくなった動き(よくなった動き)を褒めさせる。よりにリレーのスタートのタイミングをつかませる。 ○協力しながら意欲的に学習している児童へ積極的に褒めさせる。
つかみ	2 1回目のタイムを計測する。 3 グループの課題に合った場を選び練習を行う。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> めあて:バトンスの精度を上げ、より短いタイムで走るための作戦を考えよう </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> 活動の グループごとに、スピードを落とさずにバトンスするための練習方法を話し、課題を設定する。 1. ダッシュマークバトンスコース 受け取る人が走り出す場所(ペナルティゾーン)を置き、選手人とのタイミングが合うように練習する。  </div>	
活かす	3 練習したことを活かして2回目のタイムを測ろう。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> 活動の - 追いかけリレーで一人が走る距離は約50m。 - 選手人は、右手にバトンを持ち、受け取る人は左手で受け取る。 - チームのアンカーが、ボールを置いた時点でゴールとする。 - 先にボールを置いたチームの勝ちとする。 - 持っている人は、まっすぐに友達の距離を走り、よいところを見つけたらする。 </div>	
ふり返る	4 今日の学習のふり返りをする。 今日のポイントをもとに、友だちや自分ができるようになったことを話し合い次時のめあてにつなげていく。	○「追いかけリレー」を行い、2回目のタイムを計測する。 また、記録が更新できなかった理由をバトンス時のスタートのタイミングと関連づけて考える。 ○選手人は右手にバトンを持ち、受け取る人は左手で受け取ることを意識するよう声をかける。 ○バトンス(バトン)が不安がる児童は、カラーコーンを置き、走り出すタイミングがわかりやすいようにする。 ●前走者のスピードに合わせてタイミングよくスタートを切り、スピードを落とさずにバトンの受け渡しができる。(技能的)

4 成果と課題

(成果)

- ① 単元の前半は「速く走るためのコツ」を児童に考えさせたことで、一般的なフォームの共通理解をはかることができた。後半では、よりスムーズなバトンパスを課題にあげ、10秒バトンパスやダッシュマーク走を練習することで、スピードを落とさずにバトンの受け渡しができるようになった。
- ② 「わたしたちの体育」36ページの追いかけリレーの様子を見たことで、単元活動の具体的なイメージを共有することができた。また、スタンディングスタートやバトンパスの仕方の図解説を確認することで、どの児童も技能的な向上が見られ、とても効果的な指導ができた。
- ③ 競争の喜びや楽しさを意識した活動の工夫をするため、アンカーの児童がゴールする際に、ゴールラインに置いたボールを先に蹴ったチームを勝利とするルールを設けたところ、ゴールした瞬間や勝敗、記録の取り方が明確になり、さらなる記録向上や意欲を高めるための活動へと深めることができた。



学習ボード



(課題)

- ① 学習が進むにつれ勝敗や記録更新へのこだわりが強くなり、本単元の目標であるバトンパスの受け渡し方、走るフォームなどの振り返りをする意識が低く、学習後の感想が単調なものになってしまった。振り返りをする際の視点を設けておく必要があった。
- ② 今回は体育館内で活動をしたために、安全面の配慮が必要で、コーナーの大きさを変えたことや、転倒防止のための手だてに時間をとられてしまったことで、十分な運動量の確保ができなかった。
- ③ バトンパスの基本的な技能の習得に比重をおいたため、「わたしたちの体育」38ページにある、ルールを工夫したリレーの取り組みを行うことができなかった。今後は、バトンパスの習熟を図るため、他のゲーム的なバトンパスの練習や、いろいろなルールのリレーに数多く取り組み、スピードを落とさない正確なバトンパスを身につけさせることで、技能面(できる・習得する)も思考・判断面(活用する)も併せ持った単元構想について研究し、実践していきたい。

