

第3学年 体育科学習指導案

2組 計26人（男子13人、女子13人）

指導者 阿部大亮

1 単元 「みんなで競走！かけっこ・リレー」（走・跳の運動）

2 単元の目標

- スタンディングスタートから素早く走り出し、前を見て、腕を前後に大きく振って、調子よく走ることができる。
- テークオーバーゾーン内で、走りながらバトンパスをしたり、コーナーの内側に体を傾けて走ったりしてバトンパスリレーができる。 【技能】
- 「速く走ることができるようになりたい」「場やルールを工夫して、かけっこやリレーを楽しみたい」などの願いをもち、友達と励まし合い、教え合いながら場や用具の安全に気を付けて、練習やゲームに進んで挑戦することができる。 【態度】
- かけっこやバトンパスのコツを発見し、それらをもとに自分やチームの課題を把握し、課題を解決することができる練習方法を選択したり、みんながもっと楽しめるように場や競争のルールを工夫したり、チームが勝つための作戦を考えたりすることができる。 【思考・判断】

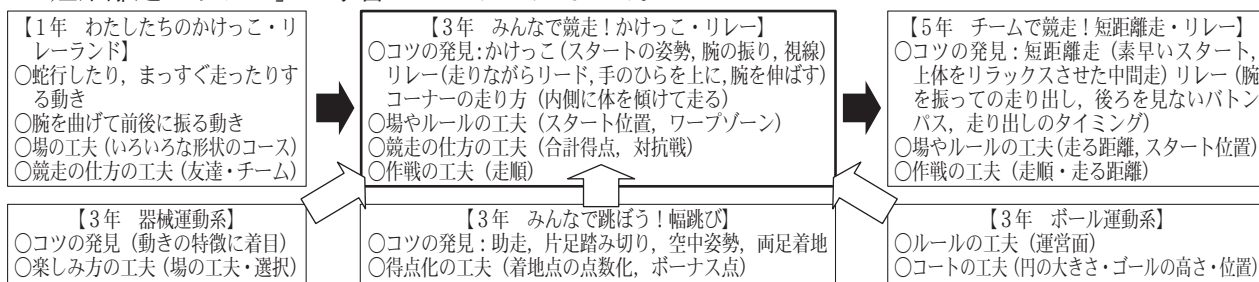
3 単元について

(1) 単元の位置とねらい

これまで子どもたちは、「わたしたちのかけっこ・リレーランド」の学習を通して、蛇行して走ったり、まっすぐ走ったりする経験や相手に手のひらでタッチしたり、バトンを渡したりしてリレーをする経験をしてきている。また、自分たちで楽しめる場を工夫して、友達と競走したり、チームで競走したりしてきている。そして、「もっと速く走ることができるようになりたい」「みんなが楽しめる場を工夫して友達と競走したり、チームで競走したりしたい」などの欲求をもっている。

そこでここでは、クラスみんながかけっこ・リレーを楽しむために、まず、かけっこのコツを発見して、スタートの姿勢や視線、腕の振りなどの技能を高める。次に、高まった動きを生かしてみんなで競走を楽しむことができるように場やルールの工夫を行う。さらに、バトンパスのコツを発見し、みんなが楽しめる場やルールを工夫したリレーを行う。これらを通して、友達やチームで競走するかけっこ・リレーの楽しさをクラスみんなで味わっていくものである。

この学習は、素早いスタートの仕方や上体をリラックスさせた走り方などの短距離走の技能や減速が少ないバトンパスなどの技能を高め、記録の達成や競走の楽しさを味わう「チームで競走！短距離走・リレー」の学習へと生かされていく。



【「学び」の系統及び他領域との関連】

(2) 運動の特性について

「かけっこ・短距離走」は、ゴールに向かって力一杯走り抜けることが楽しい運動である。また、友達と順位やタイムを競い合う楽しさを味わうことができる運動でもある。「リレー」は、チームの友達とバトンを繋ぎながら、順位やタイムを競い合うことが楽しい運動である。

第3学年にとっての「かけっこ・リレー」は、「速く走ることができるようになりたい」「みんなでリレーを楽しみたい」といった一人一人の願いをもとに、かけっこやバトンパスのコツを発見し、それらを生かして技能を高め、友達やチームで競走する楽しさを味わうことができる。また、クラスみんなが楽しむための場や競走のルールを工夫することで、運動の楽しさを味わい深めることができる運動である。

(3) 本単元における「友達とかかわり合い、『学び』を生かし、運動の楽しさを味わう」子どもの姿

本単元では、「つかむ」過程において試しの走りやリレーを行うことで、「調子よく走ることができるようになり、みんなでかけっこやリレーを楽しみたい」という願いをもち、コツを発見したり、みんなが楽しめる場やルールを工夫したりして、かけっこやリレーを楽しんでいくという課題をつかむことができるようにする。そして、かけっこやバトンパスのコツを発見し、それを生かしてチームで教え合いながら動きを高めていく。さらに、みんなが楽しめる場やルールを工夫してかけっこやリレーに挑戦していくことを通して、自分やチームの記録の伸びを味わったり、チームが勝ったりする楽しさを味わい深めていく子どもの姿を目指すものである。

(4) 子どもの実態（平成22年9月17日実施）

項 目	回 答（対象人数26人，数字は人数）					
1 かけっこへの興味・関心	・好き（17） ・どちらかといえば好き（4） ・どちらかといえば嫌い（2） ・嫌い（3）					
◇ 理 由 （複数回答）	○走ることが好き（9） ○1位になることが楽しい（8） ○競走することが楽しい（5） ○体力がつく（3） ●いつも最下位になる（2） ●疲れる（2） ●1位になれない（1）					
2 リレーへの興味・関心	・好き（20） ・どちらかといえば好き（5） ・どちらかといえば嫌い（1） ・嫌い（0）					
◇ 理 由 （複数回答）	○みんなで協力できる（11） ○走ることが好き（5） ○競走することが楽しい（5） ○バトンパスが楽しい（5） ○1位になれる（3） ○結果が分からないところ（1） ●負けそうになる（1） ●足が遅い（1）					
3 単元のめあて （複数回答）	・全力で走る（12） ・1位になる（8） ・速く走れるようになる（4） ・コツを発見する（3） ・バトンパスの練習をする（2）					
4 楽しみ方の工夫 （複数回答）	・チームで対決する（24） ・友達と競争する（3） ・タイムを競う（2） ・トーナメント戦をする（1） ・場を工夫する（1）					
5 かけっこのコツ （複数回答）	・手を振る（14） ・勢いよくスタートする（8） ・素早く足を動かす（7） ・カーブは体を傾ける（6） ・スタートの姿勢を低くする（2） ・太ももを上げる（1）					
6 バトンパスのコツ （複数回答）	・リードする（11） ・名前を呼ぶ（4） ・手のひらを広げる（4） ・バトンを渡すときに声をかける（4） ・しっかりとバトンをつかむ（3） ・後ろを向かない（1）					
7 かけっこの技能 （30m走のタイム）	6 秒 5 以下	4	6 秒 5 ～ 7 秒	15	7 秒 以上	7

かけっこへの興味・関心については、「走ることが好き」「1位になることが楽しい」などの理由から、好きだと答えている子どもが多い。しかし、「いつも最下位になる」「疲れる」などの理由から嫌いだと答えている子どももいる。また、リレーの興味・関心については、「みんなで協力できる」「走ることが好き」などの理由から、好きだと答えている子どもが多い。しかし、「負けそうになる」「足が遅い」などの理由から嫌いだと答えている子どももいる。単元のめあてについては、「全力で走る」「1位になる」「速く走れるようになる」などの願いをもっていることが分かる。楽しみ方については、ほとんどの子どもが、「場やルールを工夫して、チームで対決する」ことを挙げている。かけっこのコツについては、「手を振る」「勢いよくスタートする」などを挙げている。また、バトンパスのコツについては、「リードする」「名前を呼ぶ」などを挙げている。かけっこの技能については、調子よく走ることができる子どももいるが、フォームのバランスが崩れ、調子よく走ることができない子どももあり、個人差が大きい。

4 指導に当たって（研究との関連）

【単元構成の工夫】

- 「つかむ」過程では、**試しの走りやリレーを行う**ことで、「コツを発見して教え合いながら動きを高めよう」「みんなが楽しめる場やルールを工夫して楽しもう」という共通課題をつかむことができるようにする。
- 「挑戦するⅠ」の過程では、**かけっこのコツを発見して、それを生かして教え合いながら動きを高める**ようにする。さらに、**チーム対抗 6 秒間走に挑戦**することで、楽しみながら動きを高めることができるようにする。「挑戦するⅡ」の過程では、**バトンパスのコツを発見し、それを生かして教え合いながら動きを高める**ようにする。さらに、**場やルールを工夫したリレーに挑戦**することで、楽しみながら動きを高めることができるようにする。
- 「たしかめる」過程では、**競技会を開催**し、学習したことを生かして、かけっこやリレーを楽しむことができるようにする。また、**単元を通して振り返る**ことで、自分やチームの伸びを実感できるようにする。

【学習指導法の工夫】

- **動きを見る視点を明確にして**友達の動きや掲示資料を見ることで、よりよいコツを発見したり、みんなのコツとしてまとめたりすることができるようにする。
- 「何を」「どこで」など動きを見る視点や場所を明確にすることで、発見したコツを生かしてよりよい教え合いができるようにする。
- **毎時間の振り返りでは、「どんな工夫をしたら、もっと楽しくかけっこやリレーができるかな」と発問し、話し合う**ことで、みんなで楽しいかけっこやリレーをつくっていくことができるようにする。
- 「挑戦するⅡ」の過程の後半では、**チームタイムを設定**することで、リレーの走順やワープゾーンの走者などのチームの作戦を話し合ったり、チーム練習を行ったりできるようにする。

5 指導計画 (全9時間)

時間	1	2・3	4・5・6・7 (本時)・8	9
過程	つかむ	挑戦する I	挑戦する II	たしかめる
活動の流れ	試しの走りやリレーに挑戦して、めあてをたてよう。 - 学習の進め方 単元の流れ - 学習の約束の確認 - のびのびタイム - チャレンジⅠ(6秒間走) 自分の力を把握するために、6秒間でどれだけ走ることができるか確かめるようにする。 - チャレンジⅡ(リレー) 6秒間走をもとにチーム分けを行い、リレーを行うようにする。 - 整理運動 - 振り返り - 単元のめあて	調子よく走ることができるようになり、みんなで場やルールを工夫してかけっこやリレーを楽しもう。 かけっこのコツを発見し、それを生かして練習したり、場やルールを工夫したりして、リレーを楽しもう。 - めあての確認 - 準備運動・のびのびタイム ○バトンパス競走 ○バトン渡し競走 ○向き合い走 ○おいかけ走 ○バトンパス走 - リレーⅠ(全チームで) スタートハンデのあるリレーを行う。 - チャレンジⅠ(コツの発見) ○走りながらのリード ○手のひらを上に ○腕を上げて伸ばす ○バトンの持ち替え ○コーナーの走り方 - 話し合い(コツの確認) - チャレンジⅡ(練習) - リレーⅡ(全チームで) - 整理運動 - 振り返り	○ 6秒間走 ○ 自分たちで考えた場やルールを生かしたリレー - 競技会 - 単元全体の振り返り 単元全体を振り返り、自分やチームの伸びを実感できるようにする。	競技会を開こう。 - 大会の進め方 - 場やルールの確認
	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。
	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。
	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。
	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。
重点評価項目	試しの走りやリレーに進んで取り組み、「速く走ることができるようにしたい」「リレーを楽しみたい」という願いをもつことができたか。(態)	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。	- 自分や友達からの動き、掲示資料からかけっこのコツを発見し、それを生かして練習に取り組むことができたか。 - かけっこのコツを生かして、調子よく走ることができたか。
評価方法	○ワークシートへの振り返り ○観察	○ワークシートへの振り返り ○観察	○ワークシートへの振り返り ○観察	○ワークシートへの振り返り ○観察

6 本 時 (7/9)

- (1) 目 標 ○ 走りながらバトンパスをしたり、コーナーの内側に体を傾けて走ったりしてバトンパスリレーができる。【技】
○ 「コツを生かしてスムーズなバトンパスができるようになりたい」「場やルールを楽しみたい」という願いをもって、場や用具の安全に気を付け、友達と教え合い、励まし合いながら進んでリレーに挑戦することができ。【態】
○ チームが勝つためのリレーの走順やワープゾーンの走る走者などのチームの作戦を考えたり、練習方法を選択したりすることができる。【思・判】

(2) 展 開 ○ は教師の言葉かけ ○ は子どもの反応 ◆ は重点評価項目と個に応じた指導 ☆はICT機器活用上の留意点

過程	主な学習活動と予想される子どもの反応・教師の言葉かけ	教 師 の 指 導
つかむ (10)	今日は、どんなことをして楽しみますか。 のびのびタイムで心も体もほぐそう。 走順を確認してリレーⅠに挑戦しよう。 リレーⅠを振り返り、勝つための走順やワープゾーン走者を決めよう。走順が決まったら、バトンパス練習にも挑戦しよう。 作戦や練習を生かして、リレーⅡに挑戦しよう。大きな声でチームメイトにアドバイスしたり、応援したりしよう。	☆ バトンパスの示範となる動きを動画で確認することで、練習やリレーに生かすことができる。 ○ 前時の学習を想起し、場やルールの工夫を生かして、みんなでリレーを楽しんでいこうとする意欲を高めることができるようにする。 ○ 準備運動では、太もも上げや腕振りなどを行い、走運動に繋がる動きを取り入れながら、体をほぐすことができるようにする。また、のびのびタイムでは、「バトン渡し競走」や「バトンパス競走」などの遊びを行うことで、楽しみながらバトンパスの技能を高めることができるようにする。 ○ ワープゾーンがある場を設定することで、どの子も楽しみながらリレーに挑戦できるようになる。また、ワープゾーンの使用回数については、みんなで話し合って決めるようにする。
挑 戦 す る (28)	チームタイムⅠ リレーⅠを振り返り、走順やワープゾーン走者を話し合ったり、チーム練習をしたりする。 リレーⅡに挑戦する。 チームタイムⅡ リレーⅢを振り返り、走順やワープゾーン走者を話し合ったり、チーム練習をしたりする。 リレーⅢに挑戦する。 整理運動をする。	○ チームタイムを設定することで、走順やワープゾーン走者などチームの作戦をたてたり、練習方法を選択してチーム練習を行ったりできるできるようにする。その際、話し合いをスムーズに進めることができるように、走順などを書き込むことができるワークシートを準備する。 ○ 対抗戦形式でリレーを行うことで、リレーⅡ・Ⅲでは、対戦相手のメンバーや走順をもとに作戦をたてて挑戦することを楽しむことができるようにする。また、負けチームはハンディをもらうことができるようにすることで、リレーⅡ・Ⅲに向けて意欲的に作戦をたてたり、練習をしたりできるようにする。 チームが勝つための作戦を考えたり、練習方法を選択したりすることができたか。【思・判】 ◆ 作戦を考えたり、練習方法を選択したりすることができないチーム → 教師がチームタイムの話し合いに積極的にかわり、自分のチームの特徴や相手チームの特徴に気づき、走順などを決めることができるようにしたり、一緒に練習したりするようにする。
たしかめる (7)	本時の学習を振り返り、ワークシートに記入する。 本時の学習を振り返り、次時の学習に見通しや意欲をもつ。	○ 作戦を成功させて、勝つことができたチームの振り返りを紹介すること、チームメイトとよりよい作戦をたてたり、教え合いながら練習したりすることの大切さに気づくことができるようにする。 ○ 次時の学習や対戦相手を紹介することで、次時の学習への意欲を高めることができるようにする。