

## 第4学年 かけっこ・リレー

### 1 単元の目標と評価規準

目 標	知識及び技能	思考力・判断力・表現力等	学びに向かう力、人間性等
	かけっこ・リレーの行い方を知るとともに、調子よく走ったりバトンの受渡しをしたりすることができるようにする。	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。	自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。 ②友達のよい動きや変化を見つけたり、考えたりしたことを友達に伝えている。
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・リレーの行い方について、言ったり書いたりしている。 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け渡しをする周回リレーをすることができる。	①自己に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。 ②友達のよい動きや変化を見つけたり、考えたりし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、だれとでも仲よく励まし合おうとしている。 ③勝敗を受け入れようとしている。 ④友達の考えを認めようとしている。 ⑤場や用具の安全を確かめている。

### 2 単元の指導と評価の計画

時間	1 (導入)	2 (習得)	3 (習得)	4 (活用)	5 (活用)	6 (まとめ)
0	用具の準備					
	集合、挨拶、健康観察、準備運動					
10	単元の学習内容の確認	主運動につながる補助運動 ◎ジャンプ、腕振り、もも上げ ◎10mダッシュ（スタート姿勢を変えて）（走り方を変えて） ◎7秒間走 ※4時間目から				
	本時のめあてと主な内容の確認					
20	・1時間の流れ等を知る。	・7秒間走の記録へ挑戦する。	・40m走を調子よく走る。	・走りながらバトンの受渡しをする。	・走りながらバトンの受渡しをする。	・これまでの学習を想起し、生かす。
	活動Ⅰ					
40	○補助運動 ・行い方を確認	○7秒間走 ・行い方の確認  ・自分の走り方の確認 (1人1台端末の活用)	○7秒間走 ・前時の自己の課題を確認	○バトンパス練習 ・もらい方、渡し方の確認 ・グループで見合い、教え合いながら練習	○バトンパス練習 ・前時の自己やグループの課題を確認 ・もらい方、渡し方の練習	○バトンパス練習 ・前時の成果や課題を意識した練習
	活動Ⅱ					
45	○かけっこ ・スタートの行い方の確認 ・40m走の計測	○周回リレー ・リレーやバトンパスの行い方の確認 ・記録の計測	○周回リレー ・バトンパスの行い方の確認 ・記録の計測	○周回リレー  ・バトンパスの出来具合の確認 (1人1台端末の活用) ・記録の計測	○周回リレー ・記録の計測	○周回リレー大会 ・記録の計測
	本時の振り返り					
45	・ワークシートの記入の仕方の確認	○7秒間走について考えたこと ○自己の課題の振り返りや次時のめあて	○前時と本時の走り方を比較してわかったこと	○バトンパスについて考えたこと ○自己の課題の振り返りや次時のめあて	○前時と本時のバトンパスの様子を比較してわかったこと	○本時や単元全体の振り返り
	整理運動、片付け、健康観察、挨拶					
知・技		① (観察・シート)	② (観察・動画)		③ (観察・動画)	
思・判表			① (観察・シート)	② (観察・シート)		
態度	⑤ (観察・シート)	② (観察・シート)		④ (観察・シート)	③ (観察・シート)	① (観察・シート)

3 本時案①【導入場面】(1時間目/6時間)

(1) 本時のねらい

- ・場や用具の安全を確かめることができるようにする。

(2) 本時の評価規準

- ・場や用具の安全を確かめている。 【主体的に学習に取り組む態度】

(3) 学習過程

	学習内容及び学習活動 ・ 指導上の留意点	評価規準及び評価方法
はじめ	<p>1 集合、挨拶、健康観察</p> <p>2 準備運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○学校共通の運動をする。</li> <li>・運動のポイントを意識できるような声かけをする。</li> </ul> <p>3 単元の学習内容の確認</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○単元の目標と学習の進め方を確認する。</li> <li>・掲示物や動画等で説明し、単元の流れや技能到達の姿をイメージさせる。</li> </ul> <p>4 本時のめあてや評価項目の確認</p>	
1	<p><b>めあて</b> 学習の見通しをもち、安全に気を付けながらかけっこに取り組もう</p>	
2	<p><b>評価</b> 場や用具の安全を確かめている。 (主体的に学習に取り組む態度)</p>	
分	<ul style="list-style-type: none"> <li>○本時のめあてや評価項目を知り、自己の目標をもつ。</li> <li>・活動中は周りをよく見てぶつからないようにすること、危ないときは必ず声をかけること等安全に関する留意点についても説明する。</li> <li>・学習のきまりや場や用具の準備の仕方も知らせる。</li> <li>・事前に編成しておいた学習チームを知らせる。(どのチームも走力が同程度になるように配慮する)(1チームは6~8人程度)(学級の人数に合わせて4チームか6チームに設定)</li> </ul>	
なか	<p>5 主運動につながる補助運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○補助運動の行い方(運動のポイント)を知り、意識して取り組む。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>【運動の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャンプ、もも上げ</li> <li>・腕振り…まっすぐ立った姿勢で正面を見ながら腕を大きく前後に振る肘を引くことを意識しながら運動させる</li> <li>・10m走…走り方やスタートの仕方を変化させる →走り方はスキップ、大股走りで行わせる。 →スタートは座ってから、低い姿勢から、両手を地面つけてから</li> </ul> </div> <p>6 試しの運動【かけっこ】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○行い方を確かめ、5m程度のスタートダッシュに取り組む。</li> <li>・スタートの流れを説明し、意識して取り組ませる。</li> <li>「位置について」…どちらかの足を引いて待つ</li> <li>「用意」…重心を下げて走りやすい姿勢でピタリと止まる</li> <li>「ドン」…すぐに走り出す(地面をみたまま、徐々に正面を向かせる)</li> <li>○40m走の行い方と記録の測定の仕方を知る。※計測は指導者が行う</li> <li>・事前に同等タイムの児童を知らせておき、同じ組で走らせる。</li> <li>・スタートの合図の方法を説明し、児童に交代で行わせる。</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>(例) スタートは旗で合図 「位置について」・・・旗を上げる 「用意」・・・地面に水平にする 「ドン」・・・旗を振り上げる</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・スタートの仕方やスタートの合図に助言するとともに、よいスタートダッシュや合図を取り上げて称賛する。</li> <li>・安全を確かめながら運動を行っている様子を取り上げて、称賛する。</li> </ul>	<p>おおむね満足(観察・シート)</p> <p>場や用具の安全を確かめている。</p> <p><b>十分満足</b></p> <p>場や用具の安全を確かめるとともに、友達にも声をかけている。</p> <p>努力を要する児童への<b>手立て</b></p> <p>個別に安全面に関する留意点や学習のきまりを再度確認する。</p>
2		
6		
分		

ま と め  7 分	<p>5 本時の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○本時のめあてに沿って振り返り、次時への見通しをもつ。</li> <li>・安全面について振り返り、気づいたことや考えたことを書かせる。</li> <li>・40m走の記録と、運動して気づいたことや考えたことを書かせる。</li> <li>・単元の学習で身に付けたいことや目指したい記録等、自己の目標を書かせる</li> <li>・ペアやグループで振り返りを交流し、共有させる。</li> <li>・安全を確かめながら行っている姿を称賛し、望ましい姿を全体に広げる。</li> </ul> <p>6 整理運動、用具の片付け、集合、健康観察、挨拶</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動で使った部位を中心にストレッチに取り組みさせる。</li> <li>・健康観察でけがや体調不良などを確認する。</li> </ul>	
---------------------------	---	--

### 単元のめあてと6時間の流れの例

【単元のめあて】

#### チームで協力しながらかけっこ・リレーに取り組み、自分の走力をアップさせよう

【1時間目】

学習の見通しをもち、安全に気を付けながらかけっこに取り組みよう

【2時間目】

周回リレーの行い方を知り、友達と仲よく取り組みよう

【3時間目】

周回リレーの課題を見付け、解決方法を選んだり、調子よく最後まで走ったりしよう

【4時間目】

課題や解決のために考えたことを友達に伝えたり、それを認めたりしながら周回リレーに取り組みよう

【5時間目】

勝敗の受け入れる態度を学んだり、走りながらのバトンパスをマスターしたりしよう。

【6時間目】

これまで学習したことを生かして、周回リレー大会に進んで取り組みよう

【安全面で気を付けることの提示例】

- ◎用具を正しく使う。
- ◎場の安全を確かめる。
- ◎友だちと仲よく励まし合う
- ◎競走の勝敗を受け入れる。
- ◎友だちの考えを認める
- ◎運動の合間の移動は安全を確かめる。

### 単元での留意事項

- 単元の目標に加え、走力の向上もねらいたい。そのため、単元前と単元後に50m走の計測を行う。2つの記録を比較し、児童が走力の向上を意識したり、実感できたりするようにする。
- 単元前の記録は、7秒間走の記録の目安や周回リレーのチーム編成等に活用する。
- 単元後の測定は、できるだけ記録が同等程度の児童同士で走らせるようにし、より意欲的に取り組むことができるようにする。

### 学校規模に応じた配慮事項

【大規模校】

複数学級での合同授業でも対応できるように場や用具を増やす。

(例) 7秒間走…6レーンを2セット設置  
バトンパス…バトンの代用品を作成  
(サララップの紙芯等)

【小規模校】

3・4年生合同にして児童数を増やし、異年齢間でのチーム編成ができるようにする。

### 1時間目のワークシートの例

○安全に気を付けることができましたか  
(よくできた できた できなかった)

○安全に気を付けることに気付いたこと、考えたこと、友達にアドバイスしたことを書きましょう。

○40m走の記録 ( ) 秒 ( )

○運動していて気付いたこと、考えたことを書きましょう。

○単元を通して自分が付けたい力や目標の記録を書きましょう。

3 本時案②【習得場面】(3時間目/6時間)

(1) 本時のねらい

- ・距離を決めて調子よく最後まで走ることができるようにする。
- ・自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選ぶことができるようにする。

(2) 本時の評価規準

- ・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】
- ・自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。【思考・判断・表現】

(3) 学習過程

	学習内容及び学習活動 ・ 指導上の留意点	評価規準及び評価方法
はじめ	1 集合、挨拶、健康観察 2 準備運動 ○学校共通の運動をする。 ・運動のポイントを意識できるような声かけをする。 3 主運動につながる補助運動 ・ジャンプ、腕振り、もも上げ、10mダッシュに取り組みさせる。 4 本時のめあてや評価項目の確認	
	めあて 調子よく最後まで7秒間走ったり、リレーの課題を見付け、解決の方法を選んだりしよう。	
1 2 分	評価 ・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】 ・自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。【思考・判断・表現】  ○本時のめあてや評価項目を知り、自己の目標をもつ。 ・7秒間走で、自分に合った距離になるようにスタート位置を決めて、最後まで調子よく走ることを伝える。 ・前回の周回リレーで気付いたこと等を基に、自分やチームの課題を明確にし、その解決の方法を選んだり、工夫したりすることを伝える。	
なか 2 6 分	5 活動Ⅰ 7秒間走 ○自分の課題を解決することを意識しながら7秒間走に取り組む。 ・前時に撮影した自分の動きや走り方のポイントを基に、自分の課題を確認させる。 ※端末活用①  【走り方のポイント】 ① 目線(まっすぐ前) ② 腕の振り方(腕を大きく振る)(肘を引くイメージで) ③ 地面のけり方(足の裏のつま先側で強くける)  ・自分の課題を解決すること、自己ベストを更新すること等を意識しながら7秒間走に取り組ませる。 ・互いに7秒間走の姿を撮影させる。 ※端末活用②  【1人1台端末活用のポイント】 ① グループ内でペアをつくり、互いに課題を伝えさせる。 ② その課題に合わせて撮影させる。(撮影する角度等) ③ 環境を整える。(グループで保管するかごの用意、かごの置き場等) ・全員が取り組んだ後、課題解決がなされたか、自分の動きに変容があったかをペアやグループで話し合あわせる。	おおむね満足(観察・録画) 距離を決めて調子よく最後まで走ることができる。 十分満足 7秒間でより長い距離を調子よく最後まで走ることができる。 努力を要する児童への手立て 走り方のポイント①②を意識できるように声掛けをする。
	6 活動Ⅱ 周回リレー ○前時の周回リレーで気付いたことを基に自分やグループの課題を見付け、その課題解決に取り組む。 ・前時の周回リレーのタイムから、児童が取り組んで気になったことや、指導者が見ていて気になったことを共有し、自分たちの課題について考えたり、選んだりさせる。 ・チームのベストタイムを出すには全員のスムーズなバトンパスが大切であることを意識させる。 ・課題解決につながる練習方法を紹介し、グループで取り組ませたり、工夫させたりする。  【走りながらタイミングよくバトンパスをするために】 ・渡す手ともらう手を決める。(例：渡す手が右 もらう手が左) ・前走者が近づいたら次走者は走り始める。(リード) ・前走者はバトンを渡す瞬間に「ハイッ」と声をかける。 ・次走者は走りながらバトンをもらい、すぐに反対の手に持ち替える。  ・自分たちの課題に合わせて練習方法を工夫しているグループやタイミングよく渡し、スムーズなバトンパスができていた姿を取り上げ称賛する。 ・グループで練習したこと、前回の記録を超えることを意識し、周回リレーに取り組ませる。	おおむね満足(観察・シート) 自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。 十分満足 自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を工夫している。 努力を要する児童への手立て バトンパスの4つのポイントができていたかを1つずつペアで見合い、課題に気付かせる。

まとめ 7分	<p>7 本時の振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○本時のめあてに沿って振り返り、次時への見通しをもつ。</li> <li>・距離を決めて最後まで調子よく走りることができたか、リレーの課題を見付け、解決方法を選ぶことができたかについて振り返り、気づいたことや考えたことを書かせる。7秒間走の記録等も書かせる。</li> <li>・ペアやグループで振り返りを交流し、共有させる。</li> <li>・走り方のポイントを意識して自己ベストを更新した児童等を称賛し、望ましい姿を全体に広げる。</li> </ul> <p>8 整理運動、用具の片付け、集合、健康観察、挨拶</p>	
-----------	---	--

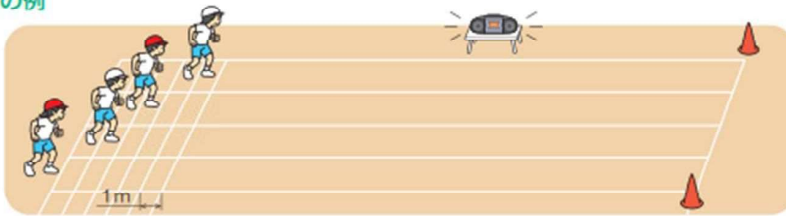
### 3時間目のワークシートの例

- 距離を決めて調子よく最後まで7秒間走をすることができましたか  
(よくできた できた できなかった)
- 7秒間走の記録 ( ) m
- 7秒間走で自分が気を付けたことや友達の動きを見てよいと思ったことを書きましょう。
- リレーの課題を見付け、解決方法を選ぶことができたか。  
(よくできた できた できなかった)
- 自分やグループの課題を書きましょう。
  - ・自分・・・
  - ・グループ・・・
- 解決するとき工夫したことがあれば詳しく書きましょう。

### 【かけっこ】(7秒間走)

- ※自己のめあてや第1時での40m走の記録を基にして7秒間走のスタート位置を決定させる。
- ※ICT機器を使用する際は、グループ内で撮影・教え合いのペアを決めておく。

#### 7秒間走の行い方の例



#### ○場の準備

- ・45m(直線)のレーンをつくる(6レーン)。
- ・25m地点まで1メートルごとに、スタート線を格子状に引く。
- ・スタートの合図から7秒間をカウントダウンする音声を用意し、繰り返し流れるようにする。

#### ○運動の行い方

- ・40m走の記録から、7秒ちょうどで走りたい距離のスタート線を選ぶ。
- ・スタートの合図で走り出し、7秒後の合図のときにゴールできるように全力で走る。

【引用】スポーツ庁ホームページ「小学校体育(運動領域)指導の手引き～楽しく身に付く体育の授業～より

### 【周回リレー】(チーム編成)

- 36人学級の場合級
- ・1チーム6人の6チームにする。(A~F)
- ・AとB、CとD、EとFでペアチームを作り、撮影・教え合いをさせる。

### 【周回リレー】(バトンパス)

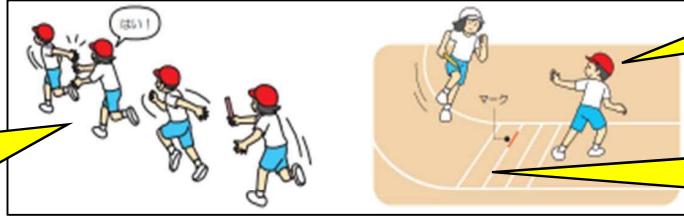
- 走りながら、タイミングよくバトンを受け渡す。



- ・渡す手ともらう手を決める。(例：渡す手が右 もらう手が左)
- ・前走者が近づいたら次走者は走り始める。(リード)
- ・前走者はバトンを渡す瞬間に「ハイッ」と声をかける。
- ・次走者は走りながらバトンをもらい、すぐに反対の手に持ち替える。

## 【周回リレー】（バトンパスの練習方法の例）

ゆっくりとかけ足しながらバトンパスの仕方を確認する。



グループ内でパスの相手を決めて行い、パスの精度を高める。

前走者が来たら走り出すスタートマークを決めて、バトンの受渡しをする。

## 【ICT 活用の留意点】

- ① 全員が同じアングルで撮影できるように位置を指定する。（フープやコーン等で目印をする。）
- ② 運動の視点の話合いができるように撮影する角度を配慮する。
- ③ 運動場では ICT 機器の管理に心掛ける。（砂埃対策・・・手さげ袋やかごで対応する）

※下の写真のように「バトンパスの様子が見える」ように撮影させる。



【引用】 スポーツ庁ホームページ「小学校体育(運動領域)指導の手引き～楽しく身に付く体育の授業～より

3 本時案③【活用場面】(5時間目/6時間)

(1) 本時のねらい

- ・走りながらバトンの受け渡しをする周回リレーをすることができるようにする。
- ・勝敗を受け入れることができるようにする。

(2) 本時の評価規準

- ・走りながらバトンの受け渡しをする周回リレーをすることができる。【知識・技能】
- ・勝敗を受け入れようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】

(3) 学習過程

	学習内容及び学習活動 ・ 指導上の留意点	評価規準及び評価方法
はじめ 1 2 分	<p>1 集合、挨拶、健康観察</p> <p>2 準備運動</p> <p>○学校共通の運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動のポイントを意識できるような声かけをする。</li> </ul> <p>3 主運動につながる補助運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャンプ、腕振り、もも上げ、10mダッシュ、7秒間走を扱う。</li> </ul> <p>4 本時のめあてや評価項目の確認</p>	
	<p><b>めあて</b> 勝敗を受け入れながら、タイミングよく受け渡すバトンパスを意識したりリレーをしよう</p> <p><b>評価</b> ・走りながらバトンの受け渡しをする周回リレーをすることができる。【知識・技能】</p> <p>・勝敗を受け入れようとしている。【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>○本時のめあてや評価項目を知り、自己の目標をもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・走りながらタイミングよくバトンパスをするためのポイントを確認し、それらを意識したりリレーをすることを伝える。</li> <li>・勝敗を受け入れる姿としてどのような態度がよいか問い、考えたことを発表させ、全体で共有する。(「誰かを責めない」「次に切り替えている」等)。</li> </ul>	
なか 2 6 分	<p>5 活動Ⅰ グループ練習(バトンパスを中心に)</p> <p>○前時の周回リレーで気付いたことを基に自分やグループの課題を確認し、その課題解決にグループで取り組む。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【走りながらタイミングよくバトンパスをするために】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・渡す手ともらう手を決める。(例：渡す手が右 もらう手が左)</li> <li>・前走者が近づいたら次走者は走り始める。(リード)</li> <li>・前走者はバトンを渡す瞬間に「ハイッ」と声をかける。</li> <li>・次走者は走りながらバトンをもらい、すぐに反対の手に持ち替える。</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題がはっきりしないときは、バトンパスのポイントに加え「もらう人は手のひらを上に向けているか」「リードのタイミングが速すぎないか」等を視点として見合い、課題を確認めさせる。</li> <li>・課題がはっきりしたら、課題解決のための練習をしたり、そのよし悪しを互いに伝えたりさせる。必要に応じて、バトンパスのシーンを1人1台端末で撮影したり、その動画を見てコメントしたりしてもよい。</li> <li>・渡す児童ともらう児童が互いに走りながらタイミングよく受け渡す等、スムーズなバトンパスができていた姿を取り上げ称賛する。</li> </ul> <p>6 活動Ⅱ 周回リレー</p> <p>○グループの課題や解決のために練習したことを意識してベストタイムを更新することを目指して取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループで練習したこと、前回の記録を超えることを意識し、周回リレーに取り組ませる。</li> <li>・「走りながら」「タイミングよく」バトンパスができていたかどうかを評価する。必要に応じてタブレット端末等を固定して撮影し、見返すことができるようにする。</li> </ul>	<p>おおむね満足(観察・録画)</p> <p>走りながらバトンの受け渡しをする周回リレーをすることができる。</p> <p><b>十分満足</b></p> <p>走りながら減速が少ないバトンの受け渡しをする周回リレーをすることができる。</p> <p><b>努力を要する児童への手立て</b></p> <p>スピードを落として走りながらバトンの受け渡しをする等グループ練習に取り組ませる。</p>
まとめ 7 分	<p>7 本時の振り返り</p> <p>○本時のめあてに沿って振り返り、次時への見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・勝敗を受け入れることができたか、タイミングよく受け渡すバトンパスをしてリレーをすることができたか等を振り返り、気付いたことや考えたことを書かせる。7秒間走の記録等も書かせる。</li> <li>・ペアやグループで振り返りを交流し、共有させる。</li> <li>・ほとんど減速しないでバトンパスができていた児童や勝敗を受け入れるように周りに促す声掛けをしていた児童等を称賛し、望ましい姿を全体に広げる。</li> </ul> <p>8 整理運動、用具の片付け、集合、健康観察、挨拶</p>	<p><b>十分満足</b></p> <p>受け入れるとともに周りに受け入れるように促す声掛けをしている。</p> <p><b>努力を要する児童への手立て</b></p> <p>勝敗を受け入れるときの望ましい態度について再度確認する。</p>

**5時間目のワークシートの例**

○周回リレーで走りながらバトンパスをすることができましたか  
(よくできた できた できなかった)

○走りながらタイミングよくバトンパスをするために気を付けていることや練習で頑張ったこと等を詳しく書きましょう。

○勝敗を受け入れることができたか  
(よくできた できた できなかった)

○負けた時や思うような記録がでないときに気を付けていることを書きましょう。

○7秒間走の記録 ( ) m



3 本時案④【まとめ場面】（6時間目／6時間）

(1) 本時のねらい

- ・かけっこ・リレーに進んで取り組むことができるようにする。

(2) 本時の評価規準

- ・かけっこ・リレーに進んで取り組もうとしている。【主体的に学習に取り組む態度】

(3) 学習過程

	学習内容及び学習活動 ・ 指導上の留意点	評価規準及び評価方法
はじめ 1 2 分	<p>1 集合、挨拶、健康観察</p> <p>2 準備運動</p> <p>○学校共通の運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・運動のポイントを意識できるような声かけをする。</li> </ul> <p>3 主運動につながる補助運動</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャンプ、腕振り、もも上げ、10mダッシュ、7秒間走を扱う。</li> </ul> <p>4 本時のめあてや評価項目の確認</p>	
	<p><b>めあて</b> これまでの学習を活かして、7秒間走や周回リレーに進んで取り組もう</p> <p><b>評価</b> ・かけっこ・リレーに進んで取り組もうとしている。【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>○本時のめあてや評価項目を知り、自己の目標をもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・7秒間走や周回リレーにみんなが進んで取り組むことができるようにするためにはどうしたらよいかを考えさせることで、これまで学習したことを意識して取り組むことが大切であることに気付かせ、これまで学習したことを再度確認し、意識させる。</li> </ul>	
なか 2 6 分	<p>5 活動Ⅰ グループ練習（バトンパスを中心に）</p> <p>○前時の周回リレーで気付いたことを基に自分やグループの課題を確認し、その課題解決にグループで取り組む。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>【走りながらタイミングよくバトンパスをするために】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・渡す手ともらう手を決める。（例：渡す手が右 もらう手が左）</li> <li>・前走者が近づいたら次走者は走り始める。（リード）</li> <li>・前走者はバトンを渡す瞬間に「ハイッ」と声をかける。</li> <li>・次走者は走りながらバトンをもらい、すぐに反対の手に持ち替える。</li> </ul> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>・課題がはっきりしないときは、バトンパスのポイントに加え「もらう人は手のひらを上に向けているか」「リードのタイミングが速すぎないか」等を視点として見合い、課題を確かめさせる。</li> <li>・課題がはっきりしたら、課題解決のための練習をしたり、そのよし悪しを互いに伝えたりさせる。必要に応じて、バトンパスのシーンを1人1台端末で撮影したり、その動画を見てコメントしたりしてもよい。</li> <li>・渡す児童ともらう児童が互いに走りながらタイミングよく受け渡す等、スムーズなバトンパスができていいる姿を取り上げ称賛する。</li> </ul> <p>6 活動Ⅱ 周回リレー大会</p> <p>○グループの課題や解決のために練習したことを意識してベストタイムを更新することを目指して取り組む。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループで練習したこと、前回の記録を超えることを意識し、周回リレーに取り組ませる。</li> <li>・前回「走りながら」「タイミングよく」バトンパスができていなかった児童を中心に再評価する。必要に応じてタブレット端末等を固定して撮影し、見返すことができるようにする。</li> </ul>	<p>おおむね満足（観察・シート）</p> <p>かけっこ・リレーに進んで取り組もうとしている。</p> <p>十分満足</p> <p>ベストの記録を出すために周りに声をかけながらより進んで取り組もうとしている。</p> <p>努力を要する児童への手立て</p> <p>これまでの学習を振り返ったり頑張りを紹介したりして意欲化を図る。</p>
まとめ 7 分	<p>7 本時や単元の振り返り</p> <p>○単元全体や本時のめあてに沿って振り返り、運動への意欲を高める。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・進んで取り組むことができたか等を振り返り、気づいたことや考えたことを書かせる。7秒間走の記録等も書かせる。</li> <li>・ペアやグループで振り返りを交流し、共有させる。</li> <li>・単元全体で頑張っていた児童の姿等を称賛し、望ましい姿を全体に広げる。</li> </ul> <p>8 整理運動、用具の片付け、集合、健康観察、挨拶</p>	

6時間目のワークシートの例

○7秒間走や周回リレーに進んで取り組むことができましたか  
(よくできた できた できなかった)

○みんなが進んで取り組むことができるようにするために、自分やグループで気を付けたことや頑張ったこと等を詳しく書きましょう。

○7秒間走や周回リレーの学習でうれしかったこと、学んだこと、別の運動にも生かしたいこと等詳しく書きましょう。

○7秒間走や周回リレーの感想等を書きましょう。

○7秒間走の記録 ( ) m