

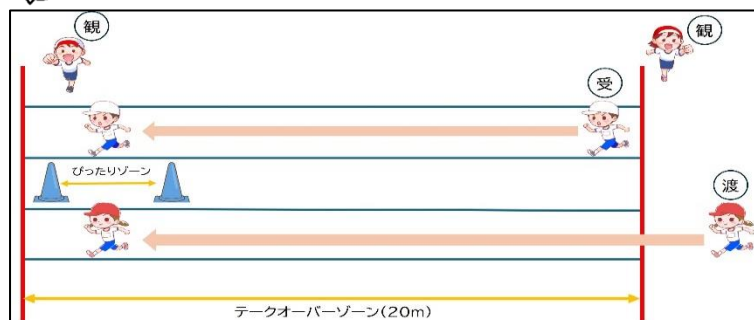
今回のテーマは、『リレー』です。

低学年	中学年	高学年
ア 走の運動遊び	ア かけっこ・リレー	ア 短距離走・リレー
① 折り返しリレー遊び ○ 相手の手の平にタッチしたり、バトンの受け渡しをしたりして走る。 ② 低い障害物を用いてのリレー遊び ○ いろいろな間隔に並べられた低い障害物を走り越える。	① 周回リレー （一人が走る距離30～50m程度） ○ 走りながら、タイミングよくバトンの受け渡しをする。 ○ コーナーの内側に体を軽く傾けて走る。	① いろいろな距離でのリレー （一人が走る距離40～60m程度） ○ テークオーバーゾーン内で、減速の少ないバトンの受け渡しをする。
リレー遊びで、バトンを上手に渡したり受けたりすることが苦手な児童の配慮	周回リレーで、タイミングよくバトンを受渡すことが苦手な児童の配慮	リレーで、減速せずにバトンの受渡しをすることが苦手な児童の配慮
○ 手で相手の背中にタッチしたり、迎えタッチしたりするなど、タッチの仕方を変える。 ○ 受渡しがいやしくなるように形状の異なるバトン（リング状のバトン等）を用いる。	○ 追いかけて走やコーナー走で受渡しをする。	○ 「ハイ」の声をしっかりかける。 ○ バトンを受ける手の位置や高さを確認める。 ○ 仲間同士でスタートマークの位置を確認める。

小学校学習指導要領（平成29年告示）解説 体育編より



体育セミナーで紹介された指導法（ぴったり走）を紹介します。



- 受け手は、渡し手とぴったりゾーンで重なるように、タイミングを見極めて、スタートする。
- 受け手と渡し手が**全力**で走り、ぴったりゾーンで重なれば、OK

バトンの受け渡しの理想の形



- 受け手は、親指を下にします。
- 肘をお互い伸ばして、利得距離を稼ぎます。
- 受け手の手の位置や向きを毎回同じにします。
- プッシュプレス型（右の写真）だと、ミスが少ないです。ダウンスweep型だと腕が下がるので、ミスが起きやすいです。

『ひなたの学び』ポイ

- ひ 『ぴったりゾーンで重なるにはどうすればよいかな』と発問することで、**ひ**とひとりひとりが問いをもって活動できる。
- な 『スタートを切るタイミングの所に印を付けておくね』等、**な**かまとなって学び合うことができる。
- た 『足で何歩目のところでスタートしたらいい』等、ひとつひとつの知識がつながり、深く考える力を**た**かめていける。