

中学年 走・跳の運動(リレー)

中学年	段階		はじめ	なか		まとめ
	時間		1時間目	2時間目	3時間目	4時間目
	導入	10分	準備運動 まてまてタッチ	準備運動 まてまてタッチ	準備運動 まてまてタッチ	準備運動 まてまてタッチ
	活動1	15分	オリエンテーション 記録測定(チーム編成) 試しのリレー記録会	コーンリレー	コーンリレー	リレー記録会 1
				ワープリレー	ワープリレー	リレー記録会 2
	活動2	15分	バトンの持ち方と 渡し方、受け方	試しのリレー記録測定	試しのリレー記録測定	リレー記録会 3
まとめ	5分	コーンリレー	学習のまとめ	学習のまとめ	学習のまとめ	

※4時間目は扱わなくても可能です。

1時間目 指導案

○本時の目標

過程	学習内容	学習資料		備考
		教材	教具	
導入	集合・整列・挨拶 「まてまてタッチ」 : 相手を追いかける感覚をもつ ※単元を通じて行う準備運動のやり方とそのルールを決めておくと授業がスムーズに流れます。	リ教材01		
活動1	(1)リレー学習のめあてを伝える 『バトンゾーンという限られた場所の中で、走りながらバトンパスをすること』ができるようにしましょう！ (2)チーム編成のためのタイム測定 ※2列に並ばせて設定距離のタイム測定を行います。距離は「34リ学習のしかた」によります。 (3)チーム編成 (4)試しの記録測定			34リ学習のしかた00
活動2	(1)バトンの持ち方と、渡し方、受け方 (2)コーンリレー : 走りながらバトンを渡せるようにする	リ教材02		(1)は34リ学習のしかた00 5. を参照
まとめ	リレーの学習の進め方は分かりましたか？やり方やルールで分からないことや困ったことはありませんでしたか？			34リ学習のしかた01 「中学年リレー学習カード」