

# 運動の楽しさやできる喜びを味わえるリレー指導の工夫

- ショートバトンパスリレーと距離選択制リレーを取り入れて -

体育・保健体育班 大塚 純子(中学校教諭)



## 生徒の実態

- ・ 運動の楽しさが味わえない
- ・ 技能の高まりを感じられない
- ・ 個人差が生かされない
- ・ 走力が高まらない



## 研究のねらい

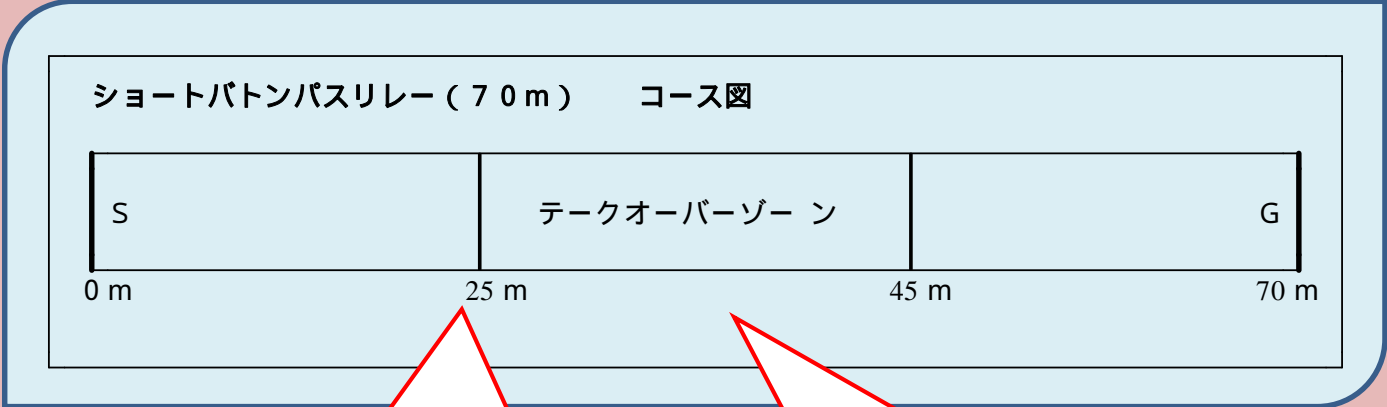
ショートバトンパスリレーでバトンパスの技能を身に付け、距離選択制リレーで工夫しながら記録に挑戦することによって、運動の楽しさやできる喜びを味わうことができるようになることを、実践を通して明らかにする。

## 手だて

バトンパスの技能を高めたり、記録を縮めたりするためにショートバトンパスリレーを行った。

走る距離を選択したり、オーダーを工夫したりして競争する距離選択制リレーを行った。

# ショートバトンパスリレー



ダッシュマークはテークオーバーゾーンの一番手前のライン(25m)とする

テークオーバーゾーンの横でバトンパスを観察し、アドバイスし合う

前走者は右手でバトンを持つ。  
次走者は左手でバトンを受け、  
右手に持ち替える。  
スタート合図と記録計測は教師が行う。

目標記録の算出方法  
2人の35m走の記録 - 1秒

バトンパスのポイントの評価	実施前	実施後
ダッシュマーク付近でスタート	5人	15人
前を見てバトンを受ける	2人	15人
スピードに乗ってバトンを受ける	3人	13人
タイミングよく手を出せる	2人	10人
タイミングのよい声掛けができる	5人	13人
確実にバトンを渡す	6人	13人



- 楽しさやできる喜び
- ・バトンパスが上手にできた
  - ・スピードに乗ってバトンパスができた
  - ・前を見てバトンを受けることができた
  - ・目標記録を達成できた

## 距離選択制リレー

コース図

KSRのルール

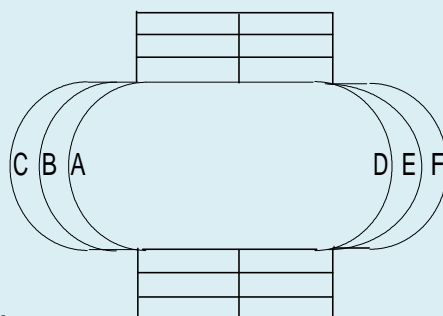
各距離は2名ずつに指定する。

オーダーは自由に

工夫してよい。

バトンパスは20mの

テークオーバーゾーン内で行う。



AD=80m

BE=100m

CF=120m

目標記録算出方法

6人の100mの記録 - 1秒

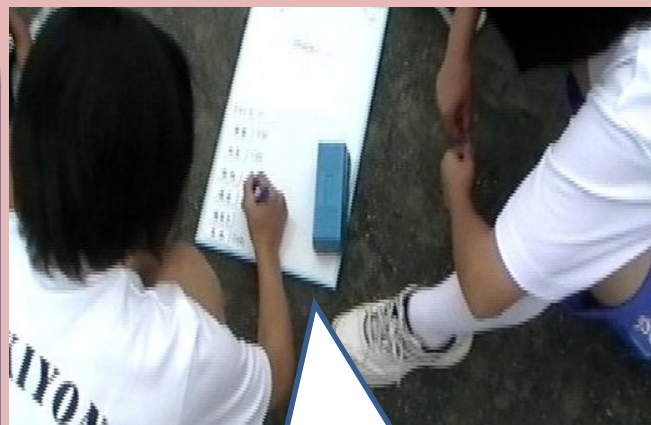


距離選択制リレーの記録

チーム	目標	最初	最後	記録の向上
A	1分48秒	1分50秒	1分46秒	- 4秒
B	1分48秒	1分52秒	1分47秒	- 5秒
C	1分48秒	1分51秒	1分45秒	- 6秒



どんなオーダーがいいかなあ？



よし、このオーダーでいこう！





選択した距離を走り出す



3チームの差はひらいている



3チームがほぼ同時



だんだんに3チームの差が縮まる

### 楽しさやできる喜び

- ・ 逆転があり、わくわくした
- ・ みんなで協力できた
- ・ 100m走の記録が伸びた
- ・ 走ることが好きになった
- ・ 得意なコースが選べてよかった
- ・ バトンがうまく渡った
- ・ 順位が上がった

### 研究の成果と課題 ( 成果 課題)

ショートバトンパスリレーで、スムーズなバトンパスができるようになったり、記録が向上したりしたことで、リレーの楽しさやできる喜びを味わえた。

距離選択制リレーで、リレーそのものを楽しめたり、記録の向上や競争に勝つことで、できる喜びを味わえた。

子ども同士で技能評価するときのポイント提示の仕方の工夫や、ビデオ等の活用による学び合いの場の工夫をしていく。

距離選択制リレーのコース設定や走る距離の工夫をしていく。