学びのあれこれ　No.119

リレーのバトンは，どちらの手でもらうのか？

１　はじめに

学習指導要領では，リレーのバトンの受渡しについて，第３学年及び第４学年のＣ走・跳の運動の(1)に次のように掲げられています。

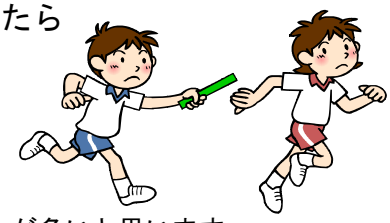
> (1)　次の運動の楽しさや喜びに触れ，その行い方を知るとともに，その動きを身に付けること。
> ア　かけっこ・リレーでは，調子よく走ったりバトンの受渡しをしたりすること。

第５学年及び第６学年のＣ陸上運動の(1)には，次のように掲げられています。

> (1)　次の運動の楽しさや喜びを味わい，その行い方を理解するとともに，その技能を身に付けること。
> ア　短距離走・リレーでは，一定の距離を全力で走ったり，滑らかなバトンの受渡しをしたりすること。

では，バトンの受渡しはどのようにしたらよいでしょうか。

２　左手でもらったら

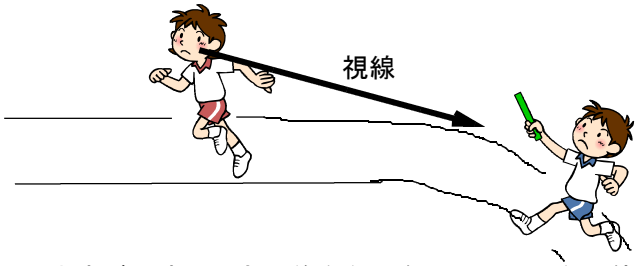


従来，バトンの受渡しは，右のように，右手でもらい，左手に持ち替えて行うことが多いと思います。

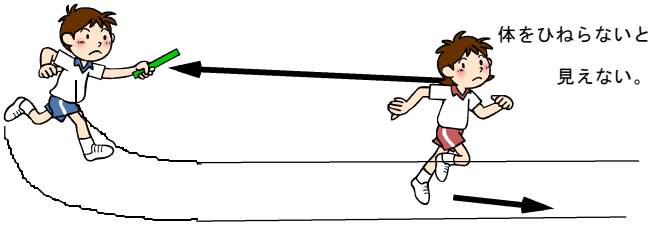
持ち替えるのは，同じ手でもらうとぶつかってしまうからです。また，左手に持って走るのは，小学校ではカーブが多いために外側の手である右手にバトンがあると，隣の走者にぶつかる危険があるからです。

しかし，実際にコーナーを走ってみると分かりますが，体を内側に傾けて走るためには，右手を大きく振った方が走りやすいです。当然右手に力が入りますから，バトンを持ちやすくなります。

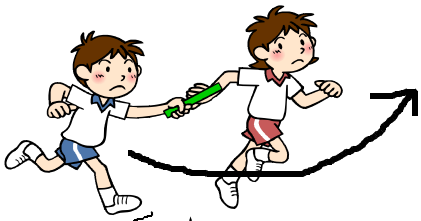
また，左手でもらうようにすると，待っているときに，前走者が見やすくなります。やってみると，分かると



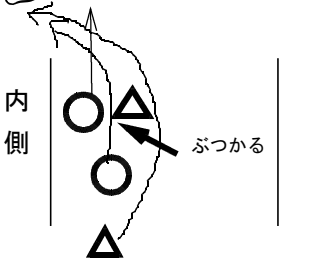
思いますが，待つときに首を右に向けると，かなり体をひねらないと，前走者が見えません。そして，首を右に向けることで足のつま先が外側を向いてしまうのです。



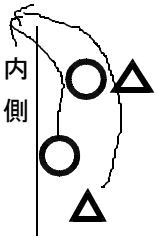
さらに，決定的なのは，バトンを渡した後の動きです。



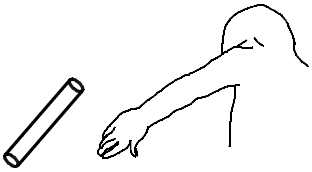
従来，右手でもらっているので，渡す方は外側にふくらみます。そして，ぶつかる危険が発生します。



しかし，左手でもらえば，それがなくなります。トラックの内側へすんなりと抜けられるのです。



ルール上は，決まったことではありませんが，従来の方法を見直してみたらいかがでしょうか。左手でもらい，右手に持ち替える例として，下記の資料を参考にいたしました。



【参考資料】インターネットでご覧いただけます。

●豊田 誠一郎「４年体育科リレー『バトンは，右手でもらう方がいいのかな？』」熊本大学教育学部附属小学校

●中日新聞子どもウィークリー「素早く！落とさず！バトン渡しができるコツ」YouTube

●文部科学省「小学校中学年体育～07かけっこ・リレー」YouTube