

単元名 走・跳の運動遊び(跳の運動遊び)幅跳び遊び

配当時間 4時間

- 単元の目標 (1) 助走を付けて片足で踏み切り、前方や上方に跳んだり、片足や両足で連続して跳んだりすることができる。
- (2) 走ったり跳んだりする簡単な遊び方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。
- (3) 運動遊びに進んで取り組み、順番やきまりを守り、誰とでも仲よく運動をしたり、勝敗を受け入れたり、場の安全に気を付けたりしようとする。

標準的な展開例

01100204_001

【準備等】輪、踏切板、ゴムひもなど

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1～2 幅跳び遊びの学習のねらいと内容を理解し、学習の進め方について見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○学習のねらいや進め方を知る。 ★いろいろな跳び方をしたり、遠くに跳んだりして遊ぶ ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○グループ編成をする。 ○いろいろな跳び方をして楽しむ。 <ul style="list-style-type: none"> ・手たたき跳び ・足うち跳び ・向きかえ跳び ・ポーズ跳び ・輪跳び ・ケンパー跳び ・川跳びなど <p>3～4 幅跳び競争をして楽しむ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○いろいろな跳び方をして遊ぶ。 ○砂場を使って、いろいろな跳び方を試す。 <ul style="list-style-type: none"> ・立ち幅跳び ・3段跳び ・立ち幅跳びの連続跳び ・走り幅跳びなど ○幅跳び競争をするためのルールを話し合う。 ○幅跳び競争をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・グループ内の個人戦 ・グループ対抗戦 ○反省し、まとめをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・グループの協力、問題点など ○第4時は単元のまとめをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな跳び方をして遊んだり、どこまで遠くへ跳べるか競争したりすることを知らせる。 ・力の差が大きくならないように、クラスを偶数グループ（1グループ4～6人程度）に分ける。 ・膝を曲げたり、腕を前に振ったりして跳ぶとうまく跳べることに気付かせる。 ・輪跳び、ケンパー跳びなどはグループ対抗リレーにしても楽しめる。 ・輪の大きさや跳ぶ距離を変えて、変化をつけるとよい。 【評】 いろいろな跳び方で楽しむ活動を通して「主体的に学習に取り組む態度」を評価する ・第1時～第2時で行った跳び方など取り入れ体ほぐしの運動を行う。 ・踏み切り板を踏み切り位置に置いてよい。 ・跳躍距離に合わせて得点化した（1～5点程度）数値を砂場横に示し、ゴムひもで砂場を仕切っておくと、跳ぶときの目標になる。 【評】 いろいろな跳び方を行う活動を通して、「思考・判断・表現」を評価する。 ・＜ルールの例＞ 立ち幅跳びで跳ぶ 1人3回跳べる 得点の多い方が勝ちなど 【評】 幅跳び遊びの競争を通して、「知識・技能」を評価する。 ・楽しくできたか、協力してできたかなど自己評価をさせる。

【 備 考 】

幅跳び遊びは、昔からどこでもあった子どもの遊びである。その場で地面に線を引いたり、印を付けたりするだけで遊びが始められる。体を動かしたり、跳んだりはねたりすることの大好きな低学年児童にとっては、親しみのある運動である。両足や片足でその場で跳んだり、助走をつけていろいろな跳び方をしたりしながら、踏み切って遠くに跳ぶために必要な運動の仕方を身に付けさせることが大切である。

＜運動が苦手な児童への配慮の例＞

・3～5歩など、短い助走による幅跳びをしたり、「トン・トン・ト・ト・トン」など、一定のリズムの助走からの幅跳びを行ったりする場を設定するなどの配慮をする。