

単元名 体つくりの運動遊び(多様な動きをつくる運動遊び)

配当時間 8時間

- 単元の目標 (1) 体のバランスをとったり、体を移動したり、用具を操作したり、力試しをしたりすることができる。
- (2) 体を動かすと気持ちがいよいに気付き、友達と一緒に運動をしたり用具を使って運動をしたりするなど、楽しく運動できる行い方を選ぶことができる。
- (3) 運動遊びに進んで取り組み、きまりを守り、誰とでも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりしようとする。

標準的な展開例

01100301_001

【準備等】短なわ、長なわ、輪、竹馬、カセットCDプレーヤー、軽快な曲、学習カードなど

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1 かけ足やなわ・輪・竹馬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。 ★かけ足やなわ・輪・竹馬を使った運動をしよう。 ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○2分間の集団走をする。 ○2分間のグループ走をする。 <p>○輪を使って遊ぶ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・腰で回す、片手で回す、投げて捕る、転がすなど <p>2 かけ足をしたり、輪を使って遊んだりする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体ほぐしの運動遊びをする。 ・リズムダンス、鬼遊びなど ○かけ足をする。 ・2分間の集団走、2分間のグループ走 ○輪を使って遊ぶ ・腰で回す、片手で回す、投げて捕る、転がすなど ・転がし競争、くぐり抜け競争など ○反省し、まとめをする。 ・楽しかったこと、がんばったことなど <p>3～5 かけ足をしたり、なわを使って遊んだりする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体ほぐしの運動遊びをする。 ○かけ足をする。 ・3分間の集団走、2分間のペア走 ○短なわを使って遊ぶ。 ・前跳び、けんけん跳び、グーパー跳びなど <p>○長なわを使って遊ぶ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・大波・小波、くぐり抜け、一人で跳ぶ、集団で跳ぶ <p>○反省し、まとめをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・楽しかったこと、できたことなど <p>6～8 かけ足をしたり、竹馬を使って遊んだりする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体ほぐしの運動遊びをする。 ○かけ足をする。 ・3分間の個人走 ○竹馬を使って遊ぶ。 ・補助者付きで立つ、台や手すりを使って立つ ・1歩進む、歩数を増やして進む ○竹馬に乗って遊ぶ。 ・自由に遊ぶ、台の高さを変えるなど ○反省し、まとめをする。 ・楽しかったこと、できたことなど ○第8時は、単元のまとめもする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・1時間の前半はかけ足、後半はなわ・輪・竹馬を行うことを知らせる。 ・ゆっくりしたペースで走らせる。 ・グループを決め、リーダーの後ろを走るようにさせる。 ・鉄棒の間や木の間などいろいろな場所を走るようにさせる。 <ul style="list-style-type: none"> ・準備運動として、ダンスをしたり、鬼遊びをしたりする。 ・第1時と同じグループで行う。 ・リーダーを交替する。 ・いろいろな遊び方を工夫して楽しませる。 ・2～4人グループで競争して楽しませる。 <ul style="list-style-type: none"> ・ペアを決め、リーダーの後ろを走らせる。 ・リーダーを順に変えて行わせる。 ・自分に合った跳び方で回数に挑戦したり、新しい跳び方を覚えたりして楽しませる。 ・学習カードを使い、跳び方のコツや練習の仕方を示したり、目標をもたせたりする。 【評】工夫してなわとびをする活動を通して、「思考・判断・表現」を評価する。 ・グループで協力して行わせる。 【評】協力してかけ足やなわとびを行う活動を通して、「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。 <ul style="list-style-type: none"> ・自分のペースでトラックを走らせる。 ・体をやや前方に倒し、出しやすい方の足から出させる。 ・竹馬に乗って鬼遊びをしたり、竹馬競争を行ったりしてもよい。 <ul style="list-style-type: none"> ・感想の発表や自己評価などをさせる。

【備 考】

低学年の児童は、続けて長く走った経験が少ないので、始めは無理をさせずに、徐々に時間や距離を伸ばしていく。なわ、輪、竹馬などの用具を操作する運動遊びについては、低学年の児童にとってやや難しい面もあるが、興味をもって取り組める運動でもあるので、いろいろな技に挑戦させるようにする。また、低学年の児童の体力、興味の持続を考慮して、1時間にかけ足と用具を操作する運動の2種目を行うようにした。

<運動遊びが苦手な児童への配慮の例>

- ・継続できる速さを助言したり、音楽に合わせるようにしたり、友達とかけ声を合わせながら走ったりする。
- ・なわを跳んだり、くぐったりするには、跳び越す位置や動き方を示したり、かけ声によってタイミングを合わせたりする。