

単元名 体づくり運動(多様な動きをつくる運動)なわとび

配当時間 6時間

- 単元の目標 (1) 多様な動きをつくる運動では、その行い方を知るとともに体のバランスをとる動き、体を移動する動き、用具を操作する動き、力試しの動きをし、それらを組み合わせることができる。
- (2) 自己の課題を見付け、その解決のための活動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、友達の考えを認めたり、場や用具の安全に気を付けたりしようとする。

標準的な展開例

04100208_001

【準備等】短なわ、長なわ、学習カード

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1 なわとび運動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。 ★いままでの跳び方で楽しんだり、新しい跳び方に挑戦しよう。 ○学習カードの使い方を知る。 ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○グループを編成する。 <p>○なわとびゲームをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・なわを巧みに操作して、跳んだり、続けて長く跳んだりするなわ跳び運動の特性を理解させる。 ・1グループ5～10人、男女混合で編成する ・跳べない子もできるだけ一緒に参加できるゲームを行う。 <なわとびゲームの例> 1分間なわとび、なわとびリレー(前の人がひっかかったら次の人が跳ぶ)、なわとびおにごっこ、フラフープなわとび、くるくるジャンプ(一人が回転しながらなわとびを低くまわしてそれをジャンプする)
<p>2～4 なわとび運動をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○なわとび運動に関連した体ほぐしの運動をする。 ○短なわとびを工夫して楽しむ。 <ul style="list-style-type: none"> ・前跳び、後ろ跳び、片足跳び、交差跳び ○長なわとびを工夫して楽しむ。 <ul style="list-style-type: none"> ・8の字跳び、全員跳び ○反省し、まとめをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・課題、できるようになった跳び方 	<ul style="list-style-type: none"> ・毎時間必ず行うようにする。 ・個人で楽しむだけでなく、数人で一緒に跳んだり、タイミングを合わせて跳んだりするなどグループで工夫をして行わせる。 【評】短なわとび運動に取り組む活動を通して「主体的に学習に取り組む態度」を評価する ・大なわの回し方のポイントなども指導する。 【評】なわとびを工夫して楽しむ活動を通して「思考・判断・表現」を評価する。
<p>5～6 なわとび大会をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体ほぐしの運動をする。 ○グループ対抗のなわとび大会をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・短なわとび、長なわとび ・グループ対抗戦、個人戦 ○反省し、まとめをする。 ○第6時は、単元のまとめをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・課題、できるようになった跳び方 	<ul style="list-style-type: none"> ・今まで練習をしてきた跳び方などを参考に、大会の種目を設定する。 ・グループでの話合いや、学習カードによる自己評価などをさせる。

【備 考】

体づくり運動の中の、多様な動きをつくる運動は、体のバランスをとったり移動をしたりする動きや、用具を操作したり力試しをしたりする動きを意図的に育む運動である。これらを通して、体の基本的な動きを総合的に身に付けるとともに、それらを組み合わせた動きを身に付けることをねらいとして行う運動である。本単元では用具として短なわや長なわを使った運動を通して、様々な動きを体験させたいと考えた。そこで、なわとびゲームでチームの記録を伸ばすことに意欲的に取り組ませることにより、新しい跳び方を身に付けたり、今できる跳び方の習熟度を高めたりすることができるようにした。

【運動が苦手な児童への配慮の例】

・用具を跳ぶ動きが苦手な児童には、踵を上げて跳ぶことや手首の使い方がつかめるよう、用具を持たずにその場で跳んだり、弾みやすい場所で行ったりするなどの配慮をする。