

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), 器械・器具を使つての	配当時間	10 時間
単元の目標	(1) 鉄棒を使った運動遊びでは, 支持しての揺れや上がり下り, ぶら下がりや易しい回転をすることができる。 (2) 器械・器具を用いた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, 場や器械・器具の安全に気を付けたりしようとする。		

標準的な展開例

01100102_001

【準備等】学習カード

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1～2 多様な動きをつくる運動遊び, 固定施設や鉄棒を使った運動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。 ★友達と一緒に楽しく運動しよう。 ○体のバランスをとる運動遊びをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・片足を軸にして, 右回り・左回りに回る。 ・足の裏を合わせて座り, 両手で足を持ち, 背中を床に接触しながら回り, 起きる。 ・友達と肩を組んだり背中を合わせたりして, 立ったり座ったりする。 ・しゃがんだ姿勢で相手のバランスを崩したり, 相手にバランスを崩されないようにしたりする。 ○体を移動する運動遊びをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・大きな円を右回り・左回りに這ったり, 歩いたり, 走ったりする。 ・両足や片足で跳び, 空中で向きを変えて足から着地する。 ・両足または片足で, リズムや方向を変えてはねる。 ○力試しの運動遊びをする。 <ul style="list-style-type: none"> ・すもう遊びで相手を押し出したり, 引き合い遊びで引き動かしたりする。 ・友達をいろいろな方向に引きずったり, おんぶをしたりする。 ・腕立て伏せの姿勢から自分の体を支え, 手や足を支点として回る。 ○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。 ○電車ごっこの約束を知る。 <ul style="list-style-type: none"> ・運転手は自分の好きな固定施設にお客を連れて行く。 ・運転手はお客がついてきているか確かめてから動く。 ・1か所回るごとに運転手は交替する。 ・お客は運転手のやった動きや遊びをまねする。まねできないときはそれに近い動きをする。 ○電車ごっこをしながら固定施設を回り, 運転手の動きをまねしたり新しい遊びをつくり出したりして楽しむ。 <p>3～6 多様な動きをつくる運動遊びや電車ごっこをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体のバランスをとる運動遊びをする。 ○体を移動する運動遊びを行う。 ○力試しの運動遊びを行う。 ○電車ごっこをしながら固定施設を回り, 運転手の動きをまねしたり新しい遊びをつくり出したりして楽しむ。 ○発表をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・各グループの面白い遊びを発表する。 ・発表された遊びを行う。 <p>7～10 多様な動きをつくる運動遊びや自分のつくったお話鉄棒をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○体のバランスをとる運動遊びをする。 ○体を移動する運動遊びをする。 ○力試しの運動遊びをする。 ○先生のつくったお話鉄棒をする。 <ul style="list-style-type: none"> ・モデル1 <p>ぶたの木登りよっこらしよ, 片手を離して, またつけて</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・体のバランスをとる運動遊び, 体を移動する運動遊び, 力試しの運動遊びの3つの運動の中から, いくつか遊びを選択して行わせる。 ・きまりを守って, 友達と仲よく運動させる。 ・危険物がないか, 友達とぶつからない十分な間隔があるかなどの場の安全に気を付けさせる。 ・友達のよい動きを見付けさせる。 ・固定施設や鉄棒を使った遊びの例を学習カードに示しておくとうよい。 ・3～4人の少人数グループにする。 ・学級の実態に応じて約束を決める。 ・前の児童の両肩や腰に手を置いて連結して動いたり, 連結しないで少し間をおいて連なったりしてもよい。 ・運転手になる順番を確認させ, 順番を守って行わせる。 ・初めは教師が先頭車両となり, 各固定施設を回りながら安全な使い方を確認する。 ・運転手は, 今までに友達ややっていない遊びを考え出すよう助言する。 ・第1時～第2時と同様にいくつかの遊びを選択して行わせる。 ・発表された遊びの中から, やってみたい遊びを選んで行わせる。 【評】発表を通して, 「思考・判断・表現」を評価する。 ・慣れてきたら, いろいろな遊びに挑戦させる ・お話鉄棒について説明し, 新しい技を練習して加え, 自分のお話鉄棒をつくり上げることを知らせる。

足を離して下りました、ハイポーズ

・モデル2

こうもりさん、両手を離してぶらぶら、逆立ちして下りました、ハイポーズ

○発表をする。

○反省し、まとめをする。

・お話鉄棒のできばえ、グループでの協力について。

・逆さや脱力などの感覚づくりができる技を教師が紹介し、その技を中心にして遊ばせる。

・始めと終わりの合図をきちんとするだけで鉄棒の表現性が広がる。片手を上げて「始めます」「終わります（ハイ、ポーズ。）」の動作を大切にする。

【評】お話鉄棒をする活動を通して、「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。

・グループごとに発表させる。

【 備 考 】

多様な動きをつくる運動遊びは、体のバランスをとったり、移動したり、力試しをしたりする動きを意図的にはぐくむ運動遊びを取り入れることで、体の基本的な動きを総合的に身に付けることをねらいとして行う運動である。

低学年の児童は、自然に体が動き、自分で動きを作ったりまねをしたりすることが好きである。固定施設を使った運動遊びでは、逆さになる感覚・スイングして振る感覚・腕で体重を支える感覚・跳び下りて着地する感覚などを楽しみながら身に付けさせることができる。

本単元では、前半に体づくり運動遊びを、後半に器械・器具を使つての運動遊びを行う。

器械・器具を使った運動遊びでは、第1時～第6時に固定施設を使った電車ごっこで、鉄棒運動に必要な運動感覚をたっぷり体験させ、第7時から鉄棒遊びを中心に学習する。鉄棒遊びでは、鉄棒を軸として、揺れたり、回転したりするという独自の面白さがある。教師がモデルとして示した「お話鉄棒」を基にして、多くの動きを体験させたい。

＜運動遊びが苦手な児童への配慮の例＞

～多様な動きをつくる運動～

・回るなどの動きでバランスをとるには、目印を置いて回ったり、軸になる足の位置に輪を置いたりするなど、回りやすくする場を設定する。

・跳ぶ、はねるなどの動きは、跳ぶ方向が分かるよう矢印を置いたり、はねた際に手でタッチできるよう目印をぶら下げたりするなど、場や用具を準備する。

・回す、転がすなどの用具を操作するには、ボールやフープなど用具の大きさ、柔らかさ、重さを変えて操作しやすくする。

・用具を投げる、捕るなどの動きは、新聞紙を丸めた球や新聞紙で作った棒、スポンジのボールなど、恐怖心を感じにくい用具を用いたり、紙鉄砲を用いた遊びを取り入れたりする。

・すもう遊びや力比べは、力を入れたり緩めたりする行い方について助言したり、力を加減するタイミングをつかめるように声をかけたりする。

・体を支える動きは、肘を曲げずに手の平で地面や床を押したり、目線を地面や床と平行にしたりすることができるよう助言する。

～鉄棒運動～

・ジャングルジムを登るには、低い場所に音の鳴る教具を付けることで登ることへの興味を喚起したり、低い場所を横に移動させたりして、高さに慣れるようにする。

・雲梯で体を揺らして移動するには、体を支えて移動できるように補助をしたり、少し斜めを向いた姿勢で片手ずつ動かして移動できるように助言したりして、懸垂の姿勢と体の揺れを使って移動できる動きが身に付くようにする。

・登り棒を登るには、棒にハチマキなどを巻いて節をつくり、足が滑らないようにする。

・肋木でぶら下がって移動するには、足を上げてポーズをとったり、足を振ってみたりするなど、ぶら下がってできる運動遊びをしたりする。