

|                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 単 元 名                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 走・跳の運動遊び（幅跳び遊び）                                                                                                                                                                                                                                                           |  | 配当時間                                                                                                                                                                                                                                            | 5 時間 |
| 単元の目標                                                                                                                                                                                                                                                                                 | (1) 順番やきまりを守って仲よく運動をしたり，運動をする場所の安全に気を付けたりしようとする。<br>(2) 競争や運動の仕方を知り，活動を工夫することができる。<br>(3) 調子よく踏み切って遠くへ跳んだり，片足や両足でリズムカルに連続して跳んだりするなど，跳の運動遊びを楽しく行うことができる。                                                                                                                   |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |      |
| 単元を構想する上での留意点                                                                                                                                                                                                                                                                         | 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。<br>本単元のねらい1では，片足や両足跳びの感覚を育てる遊びを多く取り入れ，ねらい2では，砂場を使って遠くへ跳ぶ競争を行い，楽しみながら運動の仕方を身に付けさせる。 |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |      |
| 単元展開例                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |      |
| 準 備                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 輪，踏み切り板，ゴムひも など                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |      |
| 学 習 活 動                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | 留 意 事 項 な ど                                                                                                                                                                                                                                     |      |
| 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。<br>○学習のねらいや進め方を知る。<br><div>いろいろな跳び方をしたり，遠くに跳んだりして遊ぼう</div><br>○マナーや安全な運動の仕方について知る。<br>○グループ編成をする。<br><br>○いろいろな跳び方をして楽しむ。（ねらい1）<br>・「かえるのうた」に合わせて<br>・手（足）たたき跳び ・手足うち跳び<br>・向きかえ跳び ・ポーズ跳び<br>・輪跳び ・ケンパー跳び<br>・ジャンケンゲーム ・ジャンケン陣取り<br>・川跳び など |                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | ・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することを知らせる。<br><br>・クラスを偶数グループ（1グループ4～6人程度）に分け，力の差が大きくなりないようにする。<br><br>・「かえるのうた」に合わせて跳ぶときは，手をつないで2人組3人組としたり，跳び方をいろいろ変えるなど工夫させたりしてもよい。<br>・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。<br>評いろいろな跳び方で楽しむ活動を通して，「関心・意欲・態度」を評価する。 |      |
| 3～5 幅跳び競争をして楽しむ。（ねらい2）<br>○いろいろな跳び方をして遊ぶ。<br><br>○砂場を使って，いろいろな跳び方を試す。<br>・立ち幅跳び ・3段跳び<br>・立ち幅跳びの連続跳び ・走り幅跳び など<br><br>○幅跳び競争をするためのルールを話し合う。<br><br>○幅跳び競争をする。<br>・グループ内の個人戦<br>・グループ対抗戦                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | ・第1～2時で行った跳び方など取り入れ，体をほぐす。<br>・踏み切り板を踏み切り位置に置いてもよい。<br>・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。<br>・ルールの例<br>跳び方：立ち幅跳び，走り幅跳び<br>試技回数：1人3回<br>勝敗の決め方：得点の多い方が勝ち など<br>・ルールやマナーを守り，楽しく競争するよう助言する。                              |      |

- 反省し，まとめをする。
  - ・ グループの協力 ・ 問題点 など
- 第5時は単元のまとめをする。

評 幅跳び競争を通して，「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。