

単 元 名	力試しの運動遊び	配当時間	3 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，運動をする場所や器具の安全に気を付けたりしようとする。 (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。 (3) 重い物や人を手や体で精いっぱい力を出しきって，押す，引く，運ぶ，支えるなどして自己の力を試したり，力比べをしたりして，楽しく遊ぶことができる。		
単元を構想する上での留意点	低学年の児童は，興味があると熱中して行うが，興味が持続することが少ない。そこで，本単元ではいろいろな力試しの運動遊びを行うことにより，児童が最後まで意欲的に活動できるようにする。		
単元展開例			
準 備	体操棒，ドッジボール，タイヤ，ロープ など		
学 習 活 動		留 意 事 項 な ど	
1 力試しの運動遊び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。 ○ 学習のねらいや進め方を知る。 力試しの運動遊びを楽しもう ○ マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○ 押し出し遊びをする。 ・ 片足ずもう ・ 背押しずもう ・ おしくらまんじゅう など ○ 引き合い遊びをする。 ・ 棒を使って ・ ボールを使って ・ 手をつないで（片手・両手） など 2～3 いろいろな力試しの運動遊びをする。 ○ 押し出し遊びをする。 ○ 引き合い遊びをする。 ○ 腕立て伏せの姿勢で遊ぶ。 ・ 腕立て回り ・ 腕立てじゃんけん ・ あざらし歩き ・ 手押し車 など ○ 引きずって運ぶ。 ・ タイヤずり ・ 人間ずり など ○ 背負って運ぶ。 ・ おんぶ競争 ・ おんぶリレー など ○ 第3時は，学習した遊びの中から，好きなものを選んで遊ぶ。 ○ 反省し，まとめをする。 ・ 楽しかったこと ・ 力いっぱいできたこと など ○ 第3時は，単元のまとめもする。		・ いろいろな力試しをすることを知らせ，興味・関心を高める。 ・ きまりを守り，力いっぱい遊ばせる。 ・ 急に力を抜いたり，手を離したりしないようにさせる。 ・ 第1時に行った押し出し遊びや引き合い遊びの中から選んだり，選んだ遊びを変化させたりして行わせる。 ・ 正しい腕立ての姿勢（腕は地面に対して垂直，全身をまっすぐ伸ばす）をとらせる。 ・ 手で引っばったり，ロープで引っばったりさせ，変化をもたせる。 ・ 学習のまとめとして個人やグループで行わせる。 評力いっぱい遊びを行う活動を通して「関心・意欲・態度」を評価する。 ・ 感想の発表や自己評価などをさせる。	