

単元名	器械・器具を使つての運動遊び（マット）		配当時間	4時間
単元の目標	(1) 順番やきまりを守ったり、運動する場所や器械・器具の安全に気を付けたりしようとする。 (2) 運動の仕方を知り、活動を工夫することができる。 (3) マットを使って、自分の体をいろいろに動かし、楽しく遊ぶことができる。			
単元を構想する上での留意点	マット遊びのおもしろさは、単なる技の習得にあるのではなく、回転したり、ジャンプしたり、バランス技を使って静止したりというマット上の空間を体を使ってどう表現するかにある。また、低学年では、技自体を学習するというよりも、回転する運動感覚や逆さになる運動感覚に慣れることが重要である。 展開例1では、動物歩きの技と前ころがりなどの単技を組み合わせたお話マットを行う。このお話の中では技が一連の流れの中に位置し、スピードの変化や、技の大小などを楽しむことができる。 展開例2では、マットだけでなく平均台などを組み合わせた運動を忍者の動きに見立てて、忍者になりきっていろいろな運動に挑戦させる。			
単元展開例1 … お話マットの例				
準備	マット、カセットCDプレーヤー、ストレッチ用の静かな曲、学習カード など			
学 習 活 動			留 意 事 項 な ど	
1 お話マット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。 ○学習のねらいや進め方を知る。 お話に合わせて動きを工夫し、お話マットを楽しもう ○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。 ○グループを編成し、役割を分担する。 ○2人1組でストレッチングをする。 ○いろいろな動物歩きをする。 ○マットでできるいろいろな運動を行う。 ・ゆりかご ・前ころがり ・後ころがり など			・「くまさんが石につまずきころんだよ。でも元気！ハイポーズ（3秒間静止）」などのお話に合わせて、動物歩きの技と前ころがりなどの単技を組み合わせてマット遊びをすることを知らせ、意欲を高める。 ・動物歩きや単技を例示しておく。 ・4～6名程度で1グループを編成する。 ・オルゴール演奏のゆったりした曲などをBGMにするとよい。 ・「強かったら言ってね。」「できるだけ力を抜いてね。」などの言葉かけをさせながら、互いの体の状態に気付き合うように行わせる。 ・よい動きをしている児童を誉め、その動きを紹介する。	
2～4 「動物歩き」をもとにしたお話マットをつくる。 ○2人1組でストレッチングをする。 ○太鼓の音や音楽に合わせて歩いたり、走ったり、スキップをしたりしながら、動物歩きや易しい運動を行う。 ・うさぎさん ・かえるの足うち ・ブリッジ ・シャクトリムシ ・壁逆立ち など ○お話マットの練習をする。 第2時：モデル① くまさんが ノッシノッシノッシ 石につまずきころんだよ でも元気 ハイポーズ			・マット遊びの感覚養成と体まぐしを兼ねて行う。 ・グループごとに行い、お互いに補助したりアドバイスさせたりする。 ・始めと終わりの合図をきちんとするだけでマット運動の表現性が広がる。 マットの上に乗る。片手を上げて「始め	

第3時：モデル② うさぎがピョンピョン はねました トン クルリンパッ ハイポーズ 第4時：モデル③ くまさんがやってきて ころんだよ 川をとびこえ ハイポーズ ○お話マットの動物歩きやポーズの部分をグループ で話し合つて、お話マットを作る。 ○グループで考えたお話マットの練習をする。 ○発表会をする。 ○反省し、まとめをする。 ・できばえ ・グループでの協力 など ○第4時は単元のまとめもする。	ます」、両手を上げて「終わります」の 動作を大事にする。 ・動きが思いつかない場合には学習カード から技を選ばせる。 評 話お話マットを作つて練習する活動を通し て、「思考・判断」を評価する。 評 話お話マットの発表を通して、「技能」を 評価する。 ・感想の発表や学習カードによる自己評価 などをさせる。
単元展開例2 … マットや平均台の配置を工夫した場でできる遊びを取り入れ、忍者ごっこを 行う例	
準 備	マット、平均台、術の例を示した絵、学習カード、カセットCDプレーヤー 忍者のイメージがわく曲 など
学 習 活 動	留 意 事 項 な ど
1 忍者ごっこ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。 評 話忍者になって自分の忍法を作ろう ○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。 ○グループを編成し、役割を分担する。 ○太鼓の音や音楽に合わせて忍者のように歩いたり 走ったり、術を使っているいろいろな動物や物に化け てまねをしたりする。 ・かえるの足うち ・シャクトリムシ ・壁逆立ち ・ブリッジ など ○<u>忍者修行の場</u>を回つて、修行する。 2～4 忍者ごっこをして楽しむ。 ○太鼓の音や音楽に合わせて忍者のように歩いたり 走ったり、術を使っているいろいろな動物や物に化け てまねをしたりする。 ○できる術を繰り返したり、組み合わせたりして楽 しむ。（めあて1） ・転がる術 マットで横ころがり、前ころがりなどをする。 ・渡る術 平均台の上を、横歩きや後ろ歩きなどで歩く ○修行をする場に応じて新しい術を工夫したり、で きそうな術に挑戦したりして楽しむ。（めあて2） ・転がる術 坂道や、山道、一本道などで前ころがりや横 ころがり、後ろころがりなどに挑戦する。 ・渡る術 うつぶせ、ぶら下がりなどでいろいろな渡り 方に挑戦する。	・体育館を忍者修行の場にして、修行しな がら新しい術を身に付けることを知らせ 意欲を高める。 ・3～4人の少人数でグループを作る。 ・「忍者のように音を立てないで走るよ。」 「術を使ってカエルに変身。」など声かけ をしながら、忍者修行の雰囲気高める。 ・修行の場に術の例を示しておくイメージ が湧きやすい。 ・忍者ごっこの体ほぐしとして行う。 ・BGMが流れている間活動させ、BGM が終了したときに集合する位置を事前に 指示しておく。 ・マットには斜度をつけずに、平らな状態 で行わせる。 ・平均台の下にはマットを敷く。 ・話し合つて難度が少し高い修行の場作り をしてから、めあて2の活動に入る。 ・場の条件を回が進むごとに变えて、難度 を高くし、挑戦意欲をわかせる。 ・平均台をL字に組み合わせたり、2本並 行に並べたりして、新しい渡り方を工夫 させる。

○術の発表会をする。 ・新しく作り出した術を発表する。 ・発表された術をまねする。 ○反省し、まとめをする。 ・できばえ ・グループでの協力 など ○第4時は単元のまとめもする。	評グループで仲よく修行する活動を通して、 「関心・意欲・態度」を評価する。 ・発表された術の中から、まねしたい術を選んで行わせる。 評術の発表会を通して、「技能」を評価する。 ・感想の発表や学習カードによる自己評価などをさせる。
---	--