

単 元 名	走・跳の運動遊び（ゴム跳び遊び）	配当時間	4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械・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) 調子よく踏み切って高く跳んだり、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	低学年の児童にとって高跳びは、生活の中で経験することが少ない運動である。脚力が未発達な低学年の児童にとっては、50cm前後の高さを跳ぶのが精一杯で、走り高跳びの楽しみの一つ「空中にふわっと浮いた感じ」を味わうことは難しい。また、高跳びはほんの数秒という短い運動なので、場や用具の工夫をしなければ運動量が確保しにくい運動でもある。 そこで本単元のねらい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、楽しみながら運動の仕方を身に付ける。また、跳び箱や舞台の上から跳び上がって着地することによって滞空時間を生み出し、走り高跳びの空中感覚を体験させる。ねらい2では、8の字跳びのように何度も繰り返すことを競争することによって運動量を増やししながら、片足踏み切りに近い動きを身に付けさせる。また、ゴム跳びで、高跳び本来の持つ高さへの挑戦という楽しみも体験させる。		
単元展開例			
準 備	ゴムひも、支柱（40cmから5cmごとにテープで印を付けておく）、跳び箱（または舞台などの高い台を利用する）、セーフティマット、マット、学習カード など		
学 習 活 動		留 意 事 項 な ど	
1～2 ゴム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。 o 学習のねらいや進め方を知る。 いろいろな跳び方をしたり、高く跳んだりして遊ぼう o マナーや安全な運動の仕方について知る。 o グループを編成する。 o いろいろな跳び方をして楽しむ。（ねらい1） ・「かえるのうた」に合わせて ・手（足）たたき跳び ・手足うち跳び ・向きかえ跳び ・ポーズ跳び ・2人組跳び ・ケンケン跳び ・動物鬼遊び ・動物走りリレー ・跳び箱または舞台などの高い台から跳び上がり いろいろなポーズをとって着地する など		・ いろいろな跳び方をしたり、跳ぶ回数や高さを競争したりすることを知らせ、学習意欲を高める。 ・ 1グループ6～8人程度の偶数グループに分ける。 ・ 「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。 ・ 動物鬼遊びや動物走りリレーの中には、カンガルー（両足跳び）やフラミンゴ（片足跳び）などの動きを入れる。 ・ 高い台の上からの跳び降りには、セーフティマットを用い、必ず足から着地できる跳び方をするよう指導する。 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。	
3～4 跳ぶ回数や高さを競争して楽しむ。（ねらい2） o いろいろな跳び方をして楽しむ。 o 跳ぶ回数や高さを競争して楽しむ。 ・ ゴムひも8の字跳び		・ 第1～2時で行った跳び方など取り入れ、体をほぐす。 ・ グループ対抗で行う。 ・ ゴムひも8の字跳びを1分間行い、跳んだ回数の合計を競う。 ・ ゴムひも8の字跳びをする前に、どうすればスムーズに流れるかを作戦を立てさせて、練習させる。	

・ゴム跳び ○反省し，まとめをする。 ・グループの協力 ・作戦 など ○第5時は単元のまとめもする。	・学級の実態に合わせて，跳んだ高さを得点化し，グループの合計点数で競争する。 ・40cmぐらいからスタートし，5cmずつ高さを上げる。 評回数や高さに挑戦する活動を通して，「思考・判断」「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。
--	--