

単 元 名	用具を操作する運動(なわ跳び)	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，運動をする場所や用具の安全に気を付けたりしようとする。 (2) 競争や運動の仕方の課題をもち，運動の楽しさを求めて活動を工夫することができる。 (3) なわをすばやく操作したり，タイミングよく操作したり，なわの動きに合わせて自分の体をいろいろに動かしたりすることができる。		
単元を構想する上での留意点	なわ跳び運動は，だれにでも手軽にできる運動である。また，技術の発展がはっきりとしていて，記録の達成や技の目標が立てやすい。運動量も豊富である。 本単元は，なわ跳びゲームでチームの記録を伸ばすことに意欲的に取り組ませることにより，新しい跳び方を身に付けたり，今できる跳び方の習熟度を高めたりすることができるようにする。配当時間数が少ないので，業間体育などで継続的に行い生活化を図るとよい。		
単元展開例			
準 備	短なわ，長なわ，学習カード など		
学 習 活 動		留 意 事 項 な ど	
1 なわ跳び運動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。 新しい跳び方に挑戦したり，遊び方を工夫したりしよう ○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。 ○グループを編成する。 ○なわ跳びゲームをする。		・ なわを巧みに操作して跳んだり，続けて長く跳んだりするなわ跳び運動の特性を理解させる。 ・ 1グループ5～10人，男女混合で編成する。 ・ なわ跳びゲームの例 短なわ：早回しリレー メドレーリレー など 長なわ：8の字跳び 全員跳び など 評協力し合ってなわ跳びゲームをする活動を通して，「関心・意欲・態度」を評価する。	
2～3 なわ跳びをする。 ○なわ跳びゲームをする。 ・短なわ ・長なわ ○遊び方を工夫して楽しむ。(めあて1) ・短なわ ・長なわ ・一人で ・グループで ○新しい跳び方に挑戦する。(めあて2) ・短なわ ・長なわ ・一人で ・グループで ○反省し，まとめをする。 ・めあて ・できるようになった跳び方 など ○第3時は，単元のまとめもする。		・遊び方の工夫の例 タイム競争 音楽に合わせて 短なわと長なわと組み合わせて など 評新しい跳び方に挑戦したり，遊び方を工夫したりする活動を通して，「思考・判断」「技能」を評価する。 ・グループでの話し合いや学習カードによる自己評価などをさせる。	