

単元名	走・跳の運動（高跳び）	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，運動をする場所や器械・器具の安全に気を付けながら運動をしたりしようとする。 (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) リズムにのった助走から，調子よく踏み切って高く跳ぶことができる。		
単元を構想する上での留意点	初めて高跳びに挑むとき，児童の跳び越し方は多様である。ハードリング型や跳び蹴り型，頭からの飛び込み型などが見られる。本単元では日常でもありそうな跳び方（ゴム跳び遊びなど）から始めて，徐々に走り高跳びの助走に近くなるようにさせ，助走のリズムや高く跳べたという感覚（浮き上がるような感覚）を身につけさせる。それと同時に，自分の跳べそうな高さへの挑戦や友達との競争の中で，走り高跳びのおもしろさを体験させる。		
単元展開例			
準備	ゴムひも，鈴，輪，踏切板，高跳び用支柱，バー，学習カード など		
学 習 活 動		留 意 事 項 な ど	
1 高跳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。 ○学習のねらいや進め方を知る。 体の動きを工夫して高く跳び，跳び比べをしたり，記録に挑戦したりして楽しもう ○学習カードや資料の使い方を知る。 ○マナーや安全な運動の仕方を知る。 ○目標記録を算出し，めあてをつかむ。 ○グループを編成し，役割分担をする。 ○走り高跳びに関連した体ほぐしの運動をする。 ○ゴム跳び遊びをする。 ・2本のゴムひもを2人で持って 両足跳び：助走なしで跳ぶ 片足跳び：1・2・3のリズムで跳ぶ 手つなぎ跳び：手をつないで2～3歩の助走をつけて2人組で跳ぶ など ・3本のゴムひもを3～4人で持って 三角形の状態にゴムひもを張り，高さや跳び方を変えながら，三角形の中に入ったり出たりする。 ジグザグの状態にゴムひもを張り，跳び方を変え蛇行しながら跳ぶ など		・高さに挑戦し友達と跳び比べをして楽しむことを知らせる。 ・目標記録と実際に跳んだ記録の比較，めあて，反省などが記入できる学習カードを準備しておく。 ・目標記録の例 身長×1／2＋20 児童の実態に応じ，プラスする数値を変える。 ・1グループ6～8人程度。 ・器具が速やかに準備できるように分担しておく。 ・1グループに3本のゴムひもを用意する。 ・ゴムひもの張り方や跳び方をグループで工夫させる。 ・ゴムを持つ人と跳ぶ人を交代させて行わせる。 ・支柱がたくさんある場合は支柱にゴムを取り付けて行う。	
2 今もっている力で，いろいろな跳び方を楽しむ。（ねらい1） ○体ほぐしの運動をする。 ○いろいろな跳び方で跳ぶ。 ・輪踏み高跳び（3歩助走） ・アクセント高跳び（5歩助走）など		・支柱にゴムひもを張り（ゴムひもに鈴をつけておく），簡単に跳べる高さを設定する。 ・助走で蛇行する場合は，助走路に線を引いておく。 ・60cmくらいから5～10cm単位で高さを5種類くらい設定する。 ・ゴムひもまたはバーをかけ，低いところ	

○いろいろな高さに挑戦する。 ○反省し、まとめをする。 ・態度 ・次時のめあての把握 など 3～4 競争の仕方を工夫して高跳び競争を楽しむ。 (ねらい2) ○体ほぐしの運動をする。 ○高跳び競争をするためにルールを話し合う。 ○高跳び競争をする。 ・グループ内の個人戦（第3時） ・グループ対抗戦（第4時） ○反省し、まとめをする。 ・態度 ・次時のめあての把握 など 5 競技会をする。 ○体ほぐしの運動をする ○競技会の進め方やルールを確かめる。 ○競技会をする。 ○単元のまとめをする。	から跳び始めて徐々に高さを上げ、どこまで跳べるか挑戦させる。 ・友達との競争を取り入れ、楽しみながら学習が進められるようにする。 ・ルールについては教師が参考例を示し、そのルールをもとに話し合わせる。 ・ルールの例 勝敗：グループの記録の合計 1対1の対抗戦（何勝何敗） 場：踏み切り板を使う 踏み切り板を使わない 助走の歩数（3歩・5歩・7歩） など ・調子よく跳んだり、体を巧みに操作しながら跳んだりしている友達のよい動きに目を向けさせる。 評高跳び競争を通して、「関心・意欲・態度」を評価する。 ・学習のまとめとして競技会を行う。 ・学級の実態に合わせてルールを決める。 ・ルールの例 試技は3回 バー（ゴムひも）を使う 3歩助走（5歩助走） グループの得点合計で順位を決める 評競技会を通して、「技能」を評価する。 ・目標記録と比較し、学習の成果を確かめさせる。
--	--