

単元名 体づくり運動「体ほぐしの運動・多様な動きをつくる運動遊び」

1 運動の特性

(1) 一般的特性

○多様な動きをつくる運動遊びは、体の動きを総合的に身に付けるために行う運動である。

(2) 児童から見た特性

○仲間とかかわることや触れ合うことを楽しむことのできる運動である。

2 単元目標

(1) 関心・意欲・態度

○運動に進んで取り組み、きまりを守り、仲良く運動したり、場の安全に気を付けることができる。

(2) 思考・判断

○体づくりのための簡単な運動の行い方を工夫することができる。

(3) 運動の技能

○多様な動きをつくる運動遊びでは、力試しの運動遊びをするとともに、用具の操作ができる。

3 評価規準

観点	ア 関心・意欲・態度	イ 思考・判断	ウ 運動の技能
学習具活体動のにお価規る準	①体ほぐしの運動や多様な動きをつくる運動遊びに進んで取り組もうとする。 ②用具の準備や片付けを、友達と一緒にしようとする。	①体を動かすと気持ちが良いことに気付き、友達と一緒に運動したり用具を使って運動したりするなど、楽しく運動できる行い方を選ぼうとしている。	①人を押す、引く、運ぶ、支えるなどしたり、力比べをしたりするなどの動きで構成される運動遊びを通して力試しの動きを身に付けることができる。 ②用具を持つ、回す、転がす、くぐる、運ぶなど、用具を操作する動きを身に付けることができる。

4 指導計画と評価

	1	2	3	4
10	①集合・整列・挨拶 ②準備・場づくり ③内容の確認			
20	〈オリエンテーション〉 ○学習の見通しを持つ ○体ほぐしの運動	○力試しの運動遊び ・人を押す、引く動きや力比べをする動きで構成される運動遊び ・人を運ぶ、支える動きで構成される運動遊び		
30		○用具を操作する運動（なわ系） ・用具をくぐるなどの動きで構成される運動遊び ○用具を跳ぶなどの動きで構成される運動遊び ・短なわで前や後ろの連続両足跳びをすること		
40	①整理運動 ②学習のまとめ ③集合・整列・挨拶			
評価	ア①	イ①	ウ② ア②	ウ①

5 指導の工夫

(1) 学習過程の工夫

○体づくりの単元を連続15時間ではなく、5時間・6時間・4時間の組み合わせとした。

(2) 場の工夫

○力試しの運動遊びと用具を操作する運動の場をセットにした。

(3) ルールの工夫

○順番をしっかりと守らせる。

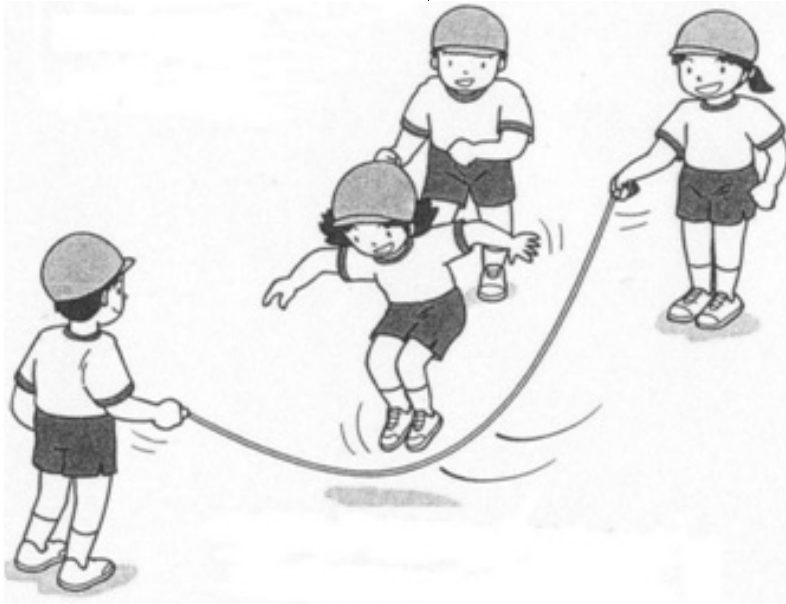
(4) 用具の工夫

○いろいろな長さの長なわを用意する。

2 年
No.80

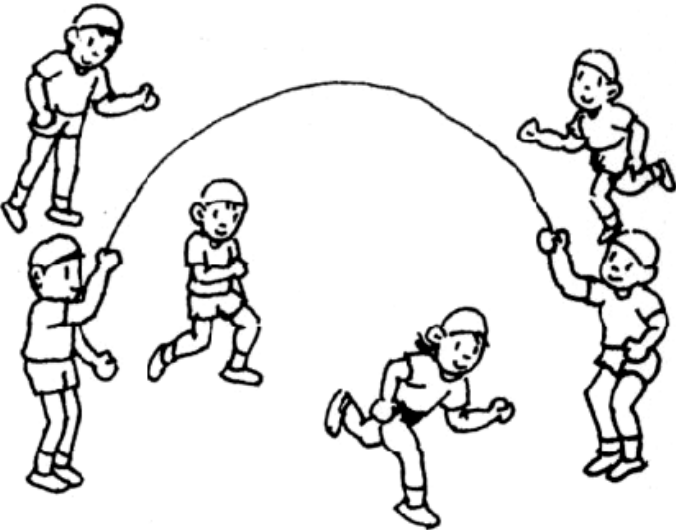
- 1 単元名 体ほぐしの運動
- 2 目 標 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲良く運動する。
- 3 展 開 (1/4) 体ほぐしの運動

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
5分	みんなで声をかけ合いながら、いろいろな跳び方に挑戦すること		
20	<p>1 集合、挨拶をする。</p> <p>2 オリエンテーション (体ほぐしの運動・力試しの運動遊び ・用具を操作する運動)</p> <div style="border: 1px solid black; text-align: center; padding: 5px;">友達と楽しく運動しよう</div> <p>○グループ(班)で長なわを使った運動をする。 ・長なわでの大波・小波をする。 ・グループで工夫した跳び方をする。 ・長なわくぐりをする。</p>	<p>○素早く集合させ、元気よく挨拶させる。</p> <p>○誰でも楽しめる運動であることを伝え安心して取り組めるようにさせる。</p> <p>◇友達と声をかけあったり、協力しあったりして、楽しく学習しようとする。 ○長なわを回させる。 ○おもしろい遊び方をしているグループを紹介し、参考にさせる。</p>	長なわ
15	<p>3 短なわを使った遊びを考えよう。 ○短なわを使って遊ぶ。 ・回して跳ぶ。 ・なわを伸ばして回して跳ぶ。</p>	○おもしろい遊び方をしている児童を紹介し、みんなでやらせる。	短なわ
5	<p>4 本時の学習をまとめる。 ○学習カードに個人の反省を記録する。 ○全体で本時の学習を振り返る。</p>	○本時の自分を振り返らせる。	学習カード




2 年
No.81

- 1 単元名 多様な動きをつくる運動遊び
(力試しの運動遊び・用具を操作する運動遊び)
- 2 目 標 運動に進んで取り組み, きまりを守り仲良く運動する。
- 3 展 開 (2/4) 力試しの運動遊び・用具を操作する運動遊び

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	長なわでタイミングをとりながらくぐること		
5分	1 集合, 挨拶をする。	○素早く集合させ, 元気よく挨拶させる。	
5	2 すもう遊びをする。 ○グループでおしくらまんじゅうをする。	○体を温める程度の運動をさせる。	
	記録に挑戦しよう		
20	3 グループで長なわくぐり運動をする。 ○回っている長なわをくぐり抜けたりする。 ○何回続けてくぐるだろう。	◇なわを持つ, 回す, 転がす, くぐる, など, 用具を操作する動きを身に付けることができる。 ○グループでくぐる順番を決めさせる。 ○くぐり抜けは, なわが目の前を通りすぎたらすぐスタートさせる。 ○みんなで声をかけ合いながら挑戦させる。	長なわ
			
10	4 短なわをする。 ○短なわで前やうしろの連続両足跳びをする。	○なわが頭の上に来たら, 跳ぶようにさせる。	短なわ
5	5 本時の学習をまとめる。 ○学習カードに個人の反省を記録する。 ○全体で本時の学習を振り返る。	○本時の自分を振り返らせる。	学習カード



2 年
No.82

- 1 単元名 多様な動きをつくる運動遊び
(力試しの運動遊び・用具を操作する運動遊び)
- 2 目 標 運動に進んで取り組み, きまりを守り仲良く運動する。
- 3 展 開 (3/4) 力試しの運動遊び・用具を操作する運動遊び

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	人を引きずったり, おんぶしたりすること		
5分	1 集合, 挨拶をする。	○素早く集合させ, 元気よく挨拶させる。	
15	2 人運びをする。		
	人運びをしよう		
	○友達を引いて運ぶ。 ○友達をおんぶして運ぶ。	◇人を運ぶなどの運動遊びを通して, 力試しの動きを身に付けることができる。 ○頭をぶつけないように注意させる。 ○おんぶされる人もしっかりつかまるようにさせる。	コーン
	<p>●人を運ぶ, 支える動き</p> <p>友達を引きさずる</p>  <p>友達をおんぶする</p> <p>しっかりもつよ。</p> <p>・友達をいろいろな方向に引きずったり, おんぶしたりする。</p>		
10	3 グループで長なわくぐり運動をする。 ○回っている長なわをくぐり抜けたりする。 ○30秒で何回くぐるか。	○みんなで声をかけ合いながら挑戦させる。 ○途中でつかえてもそのまま続けさせる。 ◇用具の準備や片付けを, 友達と一緒にしようとする。	長なわ
10	4 短なわをする。 ○短なわで前やうしろの連続両足跳びをする。	○リズムよく跳べるようにさせる。	短なわ
5	5 本時の学習をまとめる。 ○学習カードに個人の反省を記録する。 ○全体で本時の学習を振り返る。	○本時の自分を振り返らせる。	学習カード

2 年
No.83

- 1 単元名 多様な動きをつくる運動遊び
(力試しの運動遊び・用具を操作する運動遊び)
- 2 目 標 運動に進んで取り組み, きまりを守り仲良く運動する。
- 3 展 開 (4 / 4) 力試しの運動遊び・用具を操作する運動遊び

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	なわを操作する動きを身に付けること		
5分	1 集合, 挨拶をする。	○素早く集合させ, 元気よく挨拶させる。	
10	2 すもう遊びをする。		
	グループ対抗すもう大会をしよう		
	○グループ対抗すもう大会をする。	○グループ (5～6人) で試合の順番を決め, 1番目から試合をさせる。	
15	3 グループで長なわくぐり運動をする。 ○回っている長なわをくぐり抜けたりする。 ○30秒で何回くぐるか。	◇なわを持つ, 回す, くぐる, など, 用具を操作する動きを身に付けることができる。 ○なわを回す人を交代させる。 ○みんなで声をかけ合いながら挑戦させる。	長なわ
10	4 短なわをする。 ○短なわで前やうしろの連続両足跳びをする。	○途中でつかえてもそのまま続けさせる。 ○リズムよく跳べるようにさせる。	短なわ
	前回し跳び	後ろ回し跳び	
			
5	5 本時の学習をまとめる。 ○学習カードに個人の反省を記録する。 ○全体で本時の学習を振り返る。	○本時の自分を振り返らせる。	学習カード