|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 3・4年 | 体つくり運動　多様な動きをつくる運動＆リレー⑧ | 体育館 |
| 単元目標 | 知識及び技能 | 体のバランスをとる運動や用具を操作する運動の動き、体を移動する運動や力試しの運動の行い方を知り、その動きを身につけることができるようにする。 |
| 思考力、判断力、表現力等 | 自己の課題を見つけ、その解決のための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 |
| 学びに向かう力、人間性等 | 運動に進んで取り組み、決まりを守り誰とでも仲良く運動をしたり、友達の考えを認めたりすることができるようにする。場の安全に気をつけることができるようにする。 |
|  | 時間 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ | ７ | ８ |
| 学習の流れ | ０５２０４５ |  | １．整列・あいさつ　　　２．準備運動　　　３．めあての確認 |
| 体のバランス・用具操作 | 体を移動する動き・力試しの動き | リレー |
| 【めあて】学習の流れを確認しよう。 | 【めあて】体のバランスをたかめよう。 | 【めあて】いろいろな用具をつかってみよう。 | 【めあて】体を移動させて楽しもう。 | 【めあて】力持ちパワーをアップさせるよう。 | 【めあて】身につけた動きを工夫しよう。 | 【めあて】バトンをつないで、リレーを楽しもう。 |
| **４ オリエンテーション**・学習の進め方・多様な動きをつくる運動とは※いろいろな体の動きを身につけることが目的・１時間の流れ体のバランスを高める運動にチャレンジしてみよう。・体じゃんけん〇片足立ち〇回転名人※片足軸や、ジャンプしてピタッと止まる。 | **４．活動①**〇転がり名人※一人やペアで転がってみる〇ペア立ち・背中合わせ腕組・背中（片足）〇けんけん相撲〇平均台名人（横・後ろ・はいはいなど） | **４．活動①**スキップやギャロップ走で体ほぐし〇ボール名人・転がす・膝などに挟んで運ぶ・ボールを投げて前転してキャッチ〇フープ名人・転がしたフープをくぐる・手や足で回す〇なわとび名人・片足とび・こうさとび・長縄　手つなぎ長縄、一斉飛び | **４．活動①****【体を移動する動き】**〇てくてく名人いろいろな姿勢で前へ進むうさぎ、くも、くま、あざらし、いぬ、足首つかみ、しり歩き、しゃくとり虫〇のぼりおり名人肋木を使って、移動したりポーズをとる〇かけ足名人**【力試しの動き】**〇力持ち名人・手押し相撲　片足、座りながら、お尻で・引っ張り合い　タオルや、棒で・つな引き　五色綱引きやマット綱引き〇運び名人・手押し車ペアで手押し車を行い、別のペアとじゃんけんをして、負けたペアは、勝ったペアに足をもってもらいスタート。※ペアが変わるためいろいろな人と交流できる。・水運び・おんぶ〇ぶらさがり名人・長くぶら下がり勝負・足じゃんけん | **４．活動①**【基礎感覚運動】・グリコ・ねことねずみ・バック走　前傾姿勢の意識・５ｍけいどろ・５m競争※５ｍ先にコーンを置いて、先に触れた人が勝ち。〇ショートカットありリレーにチャレンジしよう。・バトンの受け取りについて確認※左手でもらって右手に持ちかえる・小走りで受け取って走る・コーナートップの確認 |
| 〇身につけた動きを工夫してみよう・向きを変える　・人数を変える・一緒に行う　・競争する　など※動きを工夫するときは、友達とどのような動き方にするともっと楽しくなるかを伝え合いながら動くことを伝える。 |
| ☆ふり返り（できるようになったこと、むずかしかったこと、楽しかったこと、友だちの良い所、次がんばりたいこと等。必要に応じて**実技と結びつけて発表させる**） |
| 評価規準 | 知・技 |  | ○ | ○ | ○ | ○ |  |  | ○ |
| 思判表 | ○ |  | ○ |  |  | ○ | ○ |  |
| 主体的 |  |  |  |  |  | ○ |  | 〇 |

作成：体育科指導CO金城　光文書院「体育の学習（５年）」p58〜61参照