

単元名 跳び箱を使った運動遊び

1 運動の特性

〔一般的特性〕  
 いろいろな高さや向き，組み合わせの跳び箱をいろいろな跳び越し方で跳び越すことが楽しい運動である。

〔児童から見た特性〕  
 高さのある障害物を越える経験の少ない児童にとっては不安感を持ちやすい運動遊びであるが，できるようになると楽しさが一段と増し，次の遊びへの意欲につながる運動である。

2 単元の目標

学びに向かう力，人間性等

運動遊びに進んで取り組み，順番やきまりを守り誰とも仲よく運動をしたり，場や器械・器具の安全に気をつけたりすることができるようにする。

知識及び技能

跳び箱を使った運動遊びの楽しさに触れ，その行い方を知るとともに跳び乗りや跳び下り，手を着いてのまたぎ乗りやまたぎ下りをするができるようにする。

思考力，判断力，表現力等

跳び箱を使った簡単な遊び方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。

3 評価規準

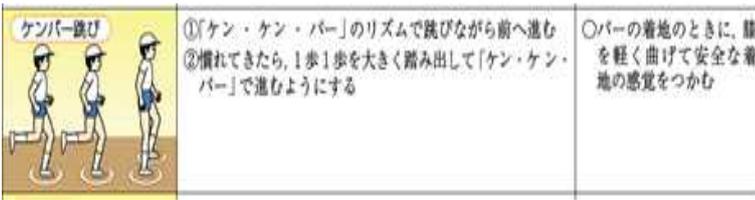
観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
学習活動における 具体的評価規準	①跳び箱を使った運動遊びの行い方を理解しているとともに，・踏み越し跳び・支持でまたぎ乗り・またぎ下り・支持で跳び上がり・跳び下り・馬跳び，タイヤ跳びをしたりして遊ぶことができる。	①楽しく運動できるよう，運動遊びの行い方を考え，決めている。 ②友達のよい動きを見付けたり，考えたりしたことを友達に伝えている。	①跳び箱への跳び乗りや跳び下り，支持でのまたぎ乗りやまたぎ下りに進んで取り組もうとしている。 ②順番やきまりを守り，誰とも仲よく運動をしようとしている。 ③跳び箱などの安全を確かめている。

4 指導と評価の計画の例

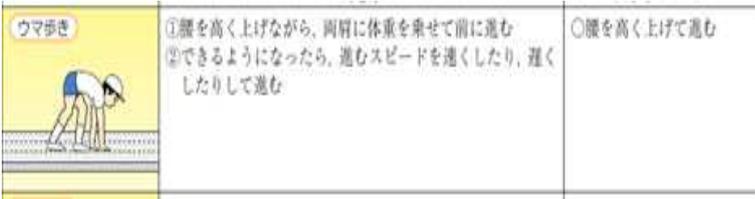
		1	2 3 4 5	6 7 8 9	10
		場の準備 ・ 準備運動 ・ 基礎感覚づくり ・ ねらいの確認			
10 20 30 40	○約束づくり ・跳び箱やマットの運び方 ・場の準備の仕方 ・安全な遊び方	ねらい① 基本的な動きを身に付ける運動遊びを楽しく行う。 ・踏み越し跳び ・支持でのまたぎ乗り下り ・支持での跳び上がり下り	ねらい② 身に付けた動きをさらに上手にしたり，工夫したりして運動遊びを行う。		発表会をする ----- まとめ
	○感覚づくりの運動				
		学習のまとめ ・ 次時の確認 ・ 用具の片付け			
評価 主	知			①	
	思		①	②	②
	主	③②	①		

## 5 指導の工夫

〈踏み切り・着地につながる運動遊び〉



〈支持をともなって移動する運動遊び〉



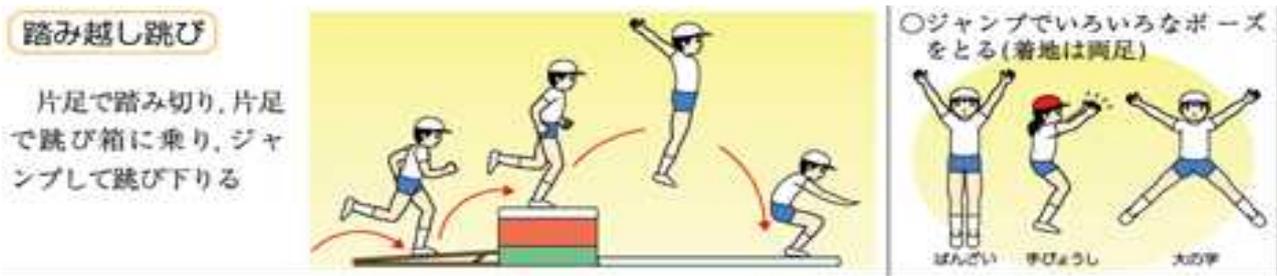
〈回転する運動遊び〉



## 6 技能のポイント

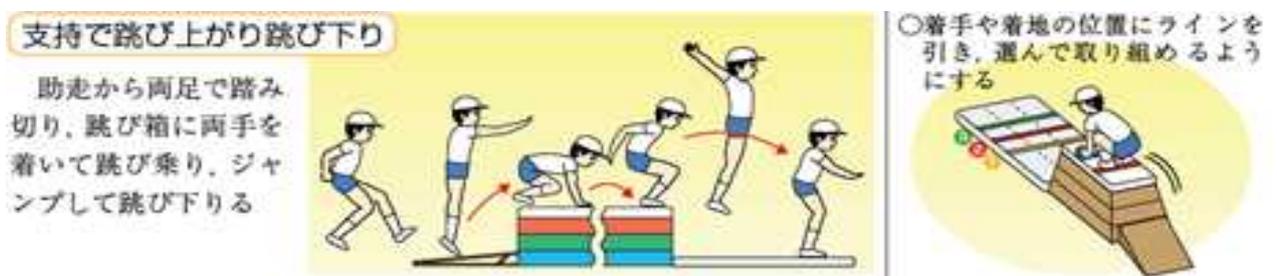
〈踏み越し跳び〉◎助走のスピードを落とさずに一気に踏み越す ◎リズム良く行う

※遊びの工夫 ・高く跳ぶ ・遠くに跳ぶ ・空中で動作を入れる ・着地の後に前転や後転につなげる ・ペアで行う ・目標物をさわる ・目標物の中に着地する 等



〈支持で跳び上がり・跳び下り〉◎必ず両手で着手する ◎腕支持感覚、着手後切り返す感覚を養うために、踏み切った後で一度空間に体を投げ出してから着手することを大切にする。 ◎着地は膝を曲げ、手を前に出してぴたっと止まることを大切にする。

※遊びの工夫 ・高いところへ跳ぶ ・段差をつける ・踏み越しやまたぎ乗り下りと組み合わせる



### 〔運動の苦手な児童・配慮が必要な児童への手立て〕

○苦手な児童には、障害物の高さを低くしたり、跳び箱の手前に台を置いて跳び乗りやすくしたりして、手で支えたり、跳んだりする動きが身に付くように場を設定するなどの配慮をする。

○馬跳びやタイヤ跳びが苦手な児童には、床でうさぎ跳びやかえるの足打ち、かえるの逆立ちなどを行い、手で支えたり、跳んだりする動きが身に付くようにする等の配慮をする。



**低 学 年**

単 元 名 : 跳び箱を使った運動遊び

**器械・器具を使っ  
ての運動遊び**

目 標 : 学習の進め方を理解するとともに、自分のめあてをもつことができるようにする。

道 す じ	<b>1</b>	2	3	4	5	6	7	8	9	10
-------	----------	---	---	---	---	---	---	---	---	----

時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	<p><b>1 オリエンテーションをする。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習の進め方を知る。</li> <li>・学習のねらいを確認する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○単元計画や場の図を掲示する。</li> <li>○安全に運動するための約束を確認する。</li> <li>○着手と着地の仕方は安全に関わる大事な場面なので左図のように必ず両手両足でていねいに行うことを指導する。</li> <li>○跳び終わった後に、場の安全を確認して、次の人に合図を出すことを約束にする。</li> </ul>	<p>単元計画表 場の図 学習カード マット 跳び箱 踏み切り板</p>
15	<p><b>2 学習のねらいを確認する。</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>跳び箱遊びの学習の進め方を知り、できる跳び箱遊びで楽しもう。</p> </div>		
25	<p><b>3 基礎感覚づくりの運動をする。</b></p> <p>①犬走り②ケンパー跳び③ケンゲー跳び ④うさぎ跳び⑤かえるの足打ち⑥手押し車じゃんけん⑦馬跳び</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○うさぎ跳びの際には、手と足が同時に空中にある局面をつくるようにする。</li> <li>○かえるの足打ちでは足を打つ回数を多くしていけるとよいことを伝え挑戦意欲を高めるようにする。</li> <li>○馬跳びが苦手な児童には高さを調整したり、跳び越しやすい丸いす使うなど教具の工夫をする。</li> </ul>	<p>ホワイトボード 遊びの図</p>
40	<p><b>4 いろいろな跳び箱遊びを楽しむ。</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>3回続けてできるかな? トン・パン・ボン パン・ボン・パン ポンのリズムだよ。 最後のポンは足を開いてマットに。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○遊びを工夫できた児童や動きの高まりが見られる児童を紹介し、称賛する。</li> <li>○着地の仕方がていねいな児童に模範演技をしてもらい、良い着地のイメージを持たせるようにする。</li> </ul> <p>☆順番やきまりを守り、誰とでも仲よく運動しようとしている。</p> <p><b>【主体的に学習に取り組む態度】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○次時のめあてを立てられた児童を紹介し、ポイントを共有する。</li> </ul>	<p>学習カード</p>
40	<p><b>5 学習のまとめをする。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の振り返りをする。</li> </ul>		

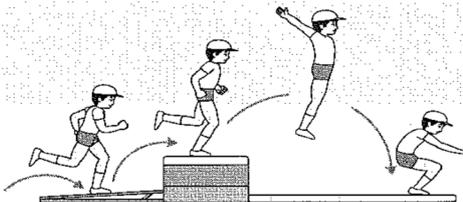
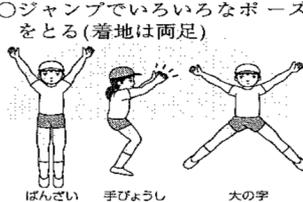
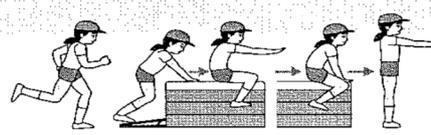
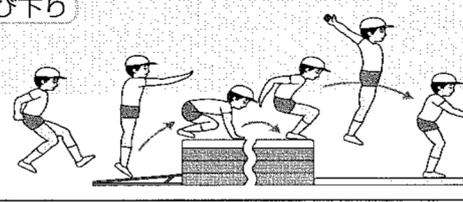
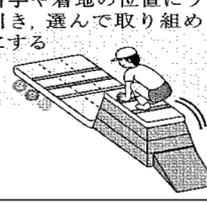
低学年

単元名： 跳び箱を使った運動遊び

器械・器具を使っ  
ての運動遊び

目標： 基本的な動きを身に付ける運動遊びを楽しく行うことができるようにする。

道すじ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	<p><b>1 場の準備・準備運動をする。</b></p> <p><b>2 基礎感覚づくりの運動をする。</b> ①犬走り②ケンパー跳び③ケングー跳び④うさぎ跳び⑤かえるの足打ち⑥手押し車じゃんけん⑦馬跳び⑧とんでくぐって【体力向上(すばやく動作を繰り返すために)のページ】</p>	<p>○安全に場の準備ができているか確認する。</p> <p>○うさぎ跳びの際には、手と足が同時に空中にある局面をつくるようにする。</p> <p>○馬跳びが苦手な児童には高さを調整する。</p>	<p>跳び箱 マット 踏み切り板</p>
15	<p><b>3 学習のねらいを確認する。</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>踏み越し、跳び上がり・跳び下りで跳び箱遊びを楽しもう。</p> </div> <p><b>4 自分の力に応じた跳び箱遊びをする。</b></p>		
25	<p style="text-align: center;">扱う動き</p> <p><b>踏み越し跳び</b> 片足で踏み切り、片足で跳び箱に乗り、ジャンプして跳び下りる</p> 	<p style="text-align: center;">遊びの広げ方</p> <p>○ジャンプでいろいろなポーズをとる(着地は両足) ばんざい 手びょうし 大の字</p> 	
35	<p><b>支持でまたぎ乗りまたぎ下り</b> 助走から両足で踏み切り、跳び箱に両手を着いてまたぎ乗る。またいだ姿勢で腕を支点に体重を移動させ、最後はまたぎ下りる</p> 	<p>○またいで進んだ回数を数えて、少ない回数で越えられるようにする りょうしゅちやんとそろっているよ</p> 	
	<p><b>支持で跳び上がり跳び下り</b> 助走から両足で踏み切り、跳び箱に両手を着いて跳び乗り、ジャンプして跳び下りる</p> 	<p>○着手や着地の位置にラインを引き、選んで取り組めるようにする</p> 	
40	<p><b>5 学習のまとめをする。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の振り返りとめあての振り返りをする。</li> <li>・学習カードを書き、めあてを振り返る。</li> </ul> <p><b>6 整理運動・後片付けをする。</b></p>	<p>○踏み切り、着手、着地がていねいに行われている児童を紹介、称賛する。</p> <p>☆できる跳び箱遊びに進んで取り組もうとしている。</p> <p>【主体的に学習に取り組む態度】</p> <p>○けががないか確認する。</p>	<p>学習カード</p>

低 学 年

単 元 名 : 跳び箱を使った運動遊び

器械・器具を使っ  
ての運動遊び

目 標 : 身に付けた動きをさらに上手にしたり, 工夫したりした運動遊びができるようにする。

道 す じ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
-------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) 評価 (☆)	用具・資料
0	<p><b>1 場の準備・準備運動をする。</b></p> <p><b>2 基礎感覚づくりの運動をする。</b> ①犬走り②ケンパー跳び③ケンゲー跳び④うさぎ跳び⑤かえるの足打ち⑥手押し車じゃんけん⑦馬跳び⑧とんでくぐって【体力向上(すばやく動作を繰り返すために)のページ】</p> <p><b>3 学習のねらいを確認する。</b></p>	<p>○安全に場の準備ができているか確認する。</p> <p>○うさぎ跳びの際には, 手と足が同時に空中にある局面をつくるようにする。</p> <p>○かえるの足打ちでは足を打つ回数を多くなった児童を称賛する。</p>	<p>跳び箱 マット 踏み切り板</p>
<p>身に付けた動きをさらに上手にしたり, 工夫したりした運動遊びをしよう。</p>			
15	<p><b>4 遊びを見合い, 友達が考えた跳び箱遊びで楽しむ。</b></p>	<p>○跳び箱は2~3段とし, 恐怖感や不安感を取り除くようにする。</p> <p>○またぎ越し跳び遊びに慣れてきたら, 自分なりの遊びに挑戦させる。(跳び箱の高さ・向きや着地の方法・位置など)</p> <p>○自分で考えた遊びに名前をつけさせることで, 遊びへの関心や意欲を持たせるようにする。</p> <p>○一人遊びだけでなく, 友達と楽しめる遊びも紹介し, 遊びが広がるようにする。</p>	<p>フープ ゴムひも</p>
25		<p>○自分で考えた遊びに名前をつけさせることで, 遊びへの関心や意欲を持たせるようにする。</p> <p>○一人遊びだけでなく, 友達と楽しめる遊びも紹介し, 遊びが広がるようにする。</p>	
35		<p>☆跳び箱を使った運動遊びの行い方を理解しているとともに, ・踏み越し跳び・支持でまたぎ乗り・またぎ下り・支持で跳び上がり・跳び下り・馬跳び, タイヤ跳びをしたりして遊ぶことができる。</p>	
40	<p><b>5 学習のまとめをする。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の振り返りをする。</li> <li>・学習カードを書き, めあてを振り返る。</li> </ul> <p><b>6 整理運動・後片付けをする。</b></p>	<p>【知識・技能】</p> <p>○工夫した遊びを考えた児童やペアでの声かけが上手にできた児童を紹介し, 価値付けをする。</p>	<p>学習カード</p>

**低学年**  
器械・器具を使っ  
ての運動遊び

単元名： 跳び箱を使った運動遊び

目標： 進んで運動に取り組み、技の発表をしたり見合ったりすることができるようにする。

道すじ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

時間	学習内容と活動	指導・支援(○) 評価(☆)	用具・資料
0	<p><b>1 場の準備・準備運動をする。</b></p> <p><b>2 基礎感覚づくりの運動をする。</b> ①犬走り②ケンパー跳び③ケングー跳び④うさぎ跳び⑤かえるの足打ち⑥手押し車じゃんけん⑦馬跳び⑧とんでくぐって【体力向上(すばやく動作を繰り返すために)のページ】</p> <p><b>3 学習のねらいを確認する。</b></p>	<p>○安全に場の準備ができているか確認する。</p> <p>○うさぎ跳びの際には、手と足が同時に空中にある局面をつくるようにする。</p> <p>○かえるの足打ちでは足を打つ回数を多くなった児童を称賛する。</p>	<p>跳び箱 マット 踏み切り板</p>
<p>できるようになった技を見あい、発表会をしよう。</p>			
15	<p><b>4 自分の発表する技の最終確認練習をする。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・踏み越し跳び</li> <li>・支持でまたぎ乗り・またぎ下り</li> <li>・支持で跳び上がり・跳び下り</li> <li>・自分達で考えた跳び箱遊び</li> </ul>	<p>○跳びはじめ、終わりの合図をしつかりと守らせ、安全に運動遊びができるようにする。</p> <p>○美しく、安定して技ができることを十分に意識させるとともに、自信を持って行えるような声かけをする。</p>	<p>フープ ゴムひも</p>
25	<p><b>5 発表会をする。</b></p>	<p>○お互いが認め合ったり、称賛し合ったりできるような肯定的な雰囲気づくりに努める。</p> <p>☆友達のよい動きを見付けたり、考えたりしたことを友達に伝えている。【思考・判断・表現】</p>	
35	<p>【発表会の持ち方の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グループ内で発表する。</li> <li>・グループ毎に順番に発表する。</li> <li>・2グループ間で発表を見合う。</li> <li>・1グループの1/2程度が他グループの発表を見に行き、時間になったら交代する。</li> </ul>	<p>○全員の児童の発表が見られないときには、よりよい遊び(動き)ができている児童を紹介する。</p>	
40	<p><b>6 学習のまとめをする。</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・本時の振り返りをする。</li> <li>・学習カードを書き、めあてを振り返る。</li> </ul> <p><b>7 整理運動・後片付けをする。</b></p>	<p>○跳び箱遊びを通じて楽しかったことや嬉しかったことを中心に学習カードにまとめる。</p> <p>○初めて技ができるようになった児童を称賛したり、アドバイスで活躍した児童を紹介したりする。</p>	<p>学習カード</p>