

6年間のボール運動を中心としたカリキュラムの試案

宇小研体育部会

1・2年生	<p>★準備運動（体ほぐし・体づくり）★ 自分の体について気付いたり、相手の動きに合わせて反応したり、触れ合ったりする。</p> <p>＜相手の動きを見て瞬間的に動くことのできる力＞</p> <p>A 1：体ジャンケン A 2：体ジャンケンあっちむいてホイ</p> <p>＜相手との接触に慣れ、耐えることができる力＞</p> <p>A 3：手のひら相撲 A 4：足ふみ相撲 A 5：背中相撲 A 6：片足相撲</p> <p>＜素早く動くことのできる力＞</p> <p>B 1：ジャンケン追いかけ鬼 B 2：シロとアカ追いかけ鬼 B 3：子とり鬼 B 4：コーンタッチ鬼 B 5：ともえ鬼</p>
3・4年生	<p>★ボール操作・1人★ 様々な状況を設定したボール遊びを通して、合理的な動きの前提となるボール操作の感覚づくりを目指す。（1人で行う運動）</p> <p>＜ボールの感覚をつかみ、ボールを操作できる力＞</p> <p>【定位置での1人操作】 C 1①：ボールでストレッチ C 8：いろいろドリブル C 9：股下キャッチ左右 C 10：股下キャッチ前後 その他：手のひら一周 ボールの腕散歩 内回し外回し 手の屈伸</p> <p>＜様々な動きの中でボールを投げる・うけることができる力＞</p> <p>【1人操作】 C 2：お手玉 C 3：壁あてキャッチ C 4：上投げキャッチ C 5：上投げ拍手キャッチ C 6：上投げ床トンキャッチ C 7：上投げ回転キャッチ</p> <p>★ボール操作・2人★ 様々な状況を設定したボール遊びを通して、合理的な動きの前提となるボール操作の感覚づくりを目指す。（2人で行う運動）</p> <p>＜広い視野でボールをとらえ、投げる・うけることができる力＞</p> <p>【定位置での複数操作】 C 1②③：ボールでストレッチ D 1：2人バウンズパス D 2：2人パス D 3：2人上下パス D 4：4人サークルパス D 5：移動キャッチ その他：フェイントパス 頭上パス 股下パス</p> <p>＜自分の動きに合わせてボールをつくることができる力＞</p> <p>【複数での操作】 ドリブル鬼ごっこ</p> <p>＜広い視野を持って動くことができる力＞</p> <p>【複数での操作】 ともえ鬼 ボールを持って追いかけ鬼 バウンズ追いかけ鬼</p>
5・6年生	<p>★基礎ゲームⅠ★ ボールを持たない動き方が含まれた段階のゲーム。 基礎・基本となる動きの感覚づくり。</p> <p>＜素早く動くことができる力＞ ＜動いている中での投げる受ける力＞</p> <p>1年生：ヘルプボールパス鬼 2年生：ランニングパス鬼</p> <p>★基礎ゲームⅡ★ ボールを持たない動き方が含まれた段階のゲーム。 基礎・基本となる動きの感覚づくり。</p> <p>＜敵味方を意識した動きやより有効な空間を意識する力＞</p> <p>パス鬼</p> <p>★予備ゲーム★ ルールを簡易化した段階のゲーム。</p> <p>シュートボール（3：3や4：4）</p> <p>★目標ゲーム★ 正規に近いゲーム。</p> <p>バスケットボール</p>