

### 中学年 走・跳の運動(幅跳び)

中学年	段階		はじめ	なか		まとめ	備考	
	時間		1時間目	2時間目	3時間目	4時間目		5時間目
	導入	5分	あいさつ 準備運動 めあての確認					
活動1	10分	授業のマナー 約束	幅跳びの動きづくりのために		お助け川跳び	測定の約束	○跳び箱と踏み切り板を使った「タ・タ・ターン跳び」で学習を進めていきます。 ○助走は、5歩助走(4m程度)とします。50cm幅のスタートライン3本を設定し、スタート位置は自分で決めます。 ○個人の得点とクラス全体の合計得点を、前時と比較しながら学習を進めていきます。	
		川跳び	川跳び グリコじゃんけん	グリコじゃんけん お助け川跳び	ばんざいスキップ			
活動2	25分	リズム跳び タ・タ・ターン跳び① (リズムを覚える)	ねらい跳び タ・タ・ターン跳び② (両足でフワッと着地する)	ゴム跳び越し タ・タ・ターン跳び③ (高くジャンプして遠くに跳ぶ)	リズム跳び タ・タ・ターン跳び① ねらい跳び タ・タ・ターン跳び② ゴム跳び越し タ・タ・ターン跳び③	記録会		
		踏み切り板 跳び箱	踏み切り板 跳び箱 フラフープ	踏み切り板 跳び箱 ゴム スタンド	場所を選んで練習する			
まとめ	5分		(みんなの得点を合計してみよう)					
			振り返り					

### 3時間目 指導案

- 本時の目標
- 1) グリコじゃんけん、お助け川跳びのやり方がわかる。
  - 2) 両足でフワッと着地することができる。

過程	学習内容	学習資料		備考
		教材	教具	
導入	○校庭に来た子から場の準備をする。 ○先生の合図で集合する。 ○整列・あいさつ ○準備運動			
活動1	1) グリコじゃんけん 課題: 両足跳び、ケンケン、大また走などでジャンプして前に進む。 2) お助け川跳び 課題: フワッとジャンプする感覚をつかむ。	幅教材06		
活動2	1) ゴム跳びこし(タ・タ・ターン跳び③) 課題: 腕を使って体を引き上げ、高いジャンプをする。膝を曲げて両足で着地する。 2) 本時の記録を測定する。 試技は1回。1点から5点で評価する。 発展 3) 合計点を出して、前時と比較してみる。	幅教材09	幅教具02 幅教具03	シナリオの説明をする。練習中も児童の動きを見てアドバイスする。必要ならば、全体に一斉指導する。
まとめ	○集合・整列させ、今日の授業の振り返り ・グリコじゃんけん、お助け川跳びの動きは分かりましたか？ ・ゴム跳びこしが上手にできましたか？			