

## 高学年 陸上運動(走り幅跳び)

高学年	段階		はじめ オリエンテーション	なか			記録会		備考
	時間		1時間目	2時間目	3時間目	4時間目	5時間目	6時間目	
	導入	5分	集合・整列・挨拶・準備運動・学習のめあて						<p>○幅30～40cmの踏み切りゾーンに足を合わせてタ・タ・ターンのリズムで踏み切って遠くへ跳ぶようにします。</p> <p>○助走距離は11歩を基準に考え前後2歩までの中から自分に合った歩数を選びます。</p> <p>○個人の記録の伸びをグループ対抗戦ゲームとして、競い合います。</p>
	活動1	10分	授業のマナー	走り幅跳びの動きづくりのために			記録会① グループ対抗戦ゲーム ・踏み切り位置2点 ・重心引上げ5点 ・着地姿勢3点の10点満点で競う	記録会② グループ対抗戦ゲーム ・50m走の記録から	
	活動2	25分		補助運動 (ばんざいスキップ)	補助運動 (大また走・グリコじゃんけん)	補助運動 (うま跳び・カンガルー跳び)			
	まとめ	5分	試しの記録測定	(記録測定)	学習のまとめ				

### 6時間目 指導案

**本時の目標** 1)50m走の記録をもとに走り幅跳びの記録を得点化してグループで競い合う  
2)自己記録を更新する

過程	学習内容	学習資料		備考
		教材	教具	
導入	<ul style="list-style-type: none"> <li>○校庭に来た子から場の準備をする。</li> <li>○先生の合図で集合する。</li> <li>○整列・あいさつ</li> <li>○準備運動</li> </ul>			
活動1	<ul style="list-style-type: none"> <li>○記録測定の約束を確認する。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・練習は5分間とする。</li> <li>・本番の試技は一人3回とする。</li> <li>(時間により試技は2回でも4回でも可能)</li> </ul> </li> <li>○記録会②(記録測定)をする。 課題:走り幅跳びの記録を得点化して、グループで競い合う。               <ul style="list-style-type: none"> <li>・これまでの走り幅跳びの記録から、あらかじめ等質グループを4チーム編成しておく。</li> <li>・これまでの走り幅跳びの練習を思い出し、助走から踏み切り、着地とリズムカルに跳ぶ。</li> <li>・本時と前時の記録会の中で、よかった記録を残すことを伝える。</li> </ul> </li> </ul>	幅教材17		シナリオの説明をする。練習中の児童の動きを見てアドバイスを。必要ならば全体に一斉指導する。
まとめ	<ul style="list-style-type: none"> <li>○集合・整列させ、今日の授業の振り返り               <ul style="list-style-type: none"> <li>・走り幅跳びの動きは分かりましたか？</li> <li>・上手に跳べるようになりましたか？</li> <li>・記録を更新することができましたか？</li> </ul> </li> </ul>			