

## 高学年 陸上運動(走り高跳び)

高学年	段階		はじめ				発表会
			1時間目	2時間目	3時間目	4時間目	5時間目
	導入	5分	オリエンテーション	集合・整列・挨拶・準備運動・学習のめあて			
	活動1	10分	5歩助走ゾーン高跳び 試しの記録測定 (ノモグラム) ・踏み切り位置 ・着地位置	トン・トンまたぎ越し	連続跳び	連続跳び	5歩助走ゾーン高跳び ・発表会(ノモグラム)
	活動2	25分		5歩助走ゾーン高跳び ・助走リズム	5歩助走ゾーン高跳び ・空中動作	5歩助走ゾーン高跳び ・課題解決(ポイント大会)	
	まとめ	5分		ゾーン高跳び			学習のまとめ

### 2時間目 指導案

○本時の目標:5歩のリズミカルな助走ができる。

過程	学習内容	学習資料		備考
		教材	教具	
導入	・集合・整列・挨拶・準備運動			
活動1	トン・トンまたぎ越し 課題:踏み切りと着地のリズムを身に付けよう ・トン・トンまたぎ越しの仕方の説明 ・トン・トンまたぎ越しを行う	高教材8		
活動2	5歩助走ゾーン高跳び・助走リズム 課題:5歩助走のリズムを身に付けよう。 ・走り高跳びの準備をする ・5歩助走ゾーン高跳び・助走リズムの仕方の説明 ・5歩助走ゾーン高跳び・助走リズムを行う ・片付け	高教材14		56高学習のしかた02 (学習カード No. 2)
まとめ	集合整列をさせ、今日の授業の確認 ・5歩助走の助走リズムはつかめましたか ・リズムカルに助走していた児童を誉める ・積極的に取り組んでいた児童を誉める ・今日の学習で困ったことはありませんでしたか？ 次時の学習内容の確認			

※必要に応じて56高学習のしかた06(個人学習カード No.6)をご使用ください。