

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	集合・整列・挨拶・準備運動・学習のめあて			
	活動1	10分	オリエンテーション	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 試しの記録測定 (ノモグラム) ・踏み切り位置 ・着地位置	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	
	まとめ	5分		ゾーン高跳び		
			学習のまとめ			

3時間目 指導案

○本時の目標:走り高跳びの空中動作(振り上げ足・抜き足)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	連続跳び 課題:調子よく跳ぶ感覚を身に付けよう ・走り高跳びの準備をする ・連続跳びの仕方の説明 ・連続跳びを行う	高教材10		
活動2	5歩助走ゾーン高跳び・振り上げ足／抜き足 課題:走り高跳びの空中動作(振り上げ足／抜き足)を身に付けよう ・5歩助走ゾーン高跳び ・振り上げ足／抜き足の仕方の説明 ・5歩助走ゾーン高跳び・振り上げ足／抜き足を行う ・片付け	高教材15		56高学習のしかた03 (学習カード No. 3)
まとめ	集合整列させ、今日の授業の確認 ・振り上げ足(抜き足)の上げ方はつかめましたか ・振り上げ足がきちんとあがっていた(抜き足がきちんとあがっていた)児童を誉める ・準備か片付けを協力して行っていた児童を誉める ・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。