

中学年 「障害物を走り越えて、ゴールまでたどり着けるかなゲーム」【走り・跳の運動：小型ハードル走】 全5時間

	1時	2時	3時	4時	5時
単元を貫く課題	○秒でゴールまでたどり着くことができるかな？				
本時のめあて	いろいろな障害物があってもゴールできるかな？	障害物や置く場所が変わっても、○秒でゴールできるかな？	他のチームが作ったコースでも、○秒でゴールできるかな？		
場やルール				<p>&lt;基本のルール&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・制限時間(○秒)で、全体で話し合っで決める。</li> <li>・障害物の種類や置き方は、チームや対戦相手と相談して決める。</li> <li>・○秒の合図の時、到達している地点で得点が決まる。</li> </ul>	
児童の活動と教師の支援	<p>1 オリエンテーションをする。</p> <p>○場の準備や安全面のルール についての確認をする。</p> <p>2 ほぐしの運動をする。</p> <p>【例】おにごっこ、ケンパー跳び</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・おにごっこのような遊びを通して走りながら競う感覚を楽しむ。</li> <li>・一定の間隔で並べられたケンステップを一定のリズムで走る感覚を養う。</li> </ul> <p>3 準備をする。</p> <p>4 めあて(課題)を共有する。</p> <p>5 活動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・色々なレーンに挑戦し、様々な障害物を走り越す。</li> <li>・障害物や置く数によってゴールにたどり着けるか自分の力を知る。</li> </ul> <p>障害物の置き方を変えたらもっと早くにゴールにたどり着けそうだね。</p> <p>友達と競争してみたいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・速さに意識を向けた視点に注目し、全員がゴールできそうなゴールの距離(基準)を決める。</li> </ul> <p>時間の中でゴールできるようにもっと練習したいな。</p> <p>点数を上げるためには、どんな</p> <p>6 活動を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・感想を交流する中で、単元を貫く課題を共有する。</li> </ul> <p>7 片付けをする。</p>	<p>1 準備をする。</p> <p>2 ほぐしの運動をする。</p> <p>【例】おにごっこ、ケンパー跳び</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・障害物(ダンボール箱、ミニハードル)を跳び越えて走る感覚を養う。</li> </ul> <p>3 めあて(課題)を共有する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・前時の振り返りて出た児童の発言をもとに、めあてに向かって各自が意識することを明確にする。</li> </ul> <p>4 活動①を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちで障害物の置き方を考えたコースに挑戦し、チームの合計点を競う活動をする。</li> <li>・時折チームの合計点を紹介し合いながら、記録更新を目指して取り組む。</li> </ul> <p>5 活動①を振り返り、気付いたことを交流する。</p> <p>スタートの近くではなく、ゴールの近くに障害物を置くとスピードが落ちずに走り越せたよ。始めの障害物までにスピードを出せたからかな。</p> <p>障害物をばらばらに置くと跳びにくかったよ。今度は同じ間隔に置いてやってみたいな。</p> <p>6 活動②を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分のチームの得点を上げるために、障害物や個数を相談して活動する。</li> </ul> <p>走り幅跳びの助走と同じように、始めの障害物までにスピードが出たから、スタートを手前にしてもゴールにたどり着けたよ！2点ゲットだ！</p> <p>障害物の間隔をそろえると跳びやすかったよ。でも、○○さんは跳びにくかったみたい。人によって走り越えやすい間隔があるのかな？</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・もっといろいろな障害物の置き方を体験し、自分にあったコースを見つけることができるように、他のチームのコースを試す。</li> </ul> <p>7 活動を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・より遠くにたどり着くための障害物の置き方や障害物の走り方について交流する。</li> </ul> <p>8 片付けをする。</p>	<p>1 準備をする。</p> <p>2 ほぐしの運動をする。</p> <p>【例】おにごっこ、ケンパー跳び</p> <p>3 めあて(課題)を共有する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・前時の振り返りて出た児童の発言をもとに、めあてに向かって各自が意識することを明確にする。</li> </ul> <p>4 活動①を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・くじを引き、障害物と個数が決まる。置き方はチームで相談して決める。</li> <li>・自分のチームを含める全チームのコースを、チームの中で誰がどのコースを走るのか分担する。チームの合計得点を競う活動をする。</li> </ul> <p>※障害物による得意不得意など、チームのメンバーを思いやりながら分担できる。</p> <p>5 活動①を振り返り、気付いたことを交流する。</p> <p>他のチームが考えたコースでも、速く走り越すために、どちらの足でも跳べるように練習したいな。</p> <p>間隔が違うところでは、うまく足を合わせることも大切になるね。</p> <p>6 活動②を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・再度くじを引き、障害物と個数が変わる。置き方をチームで相談してを変え、チームの中で誰がどのコースを走るのか分担する。</li> </ul> <p>○チームの作ったコースでも始めの障害物までにスピードを出して走り越えるとスタートを手前にしてもゴールにたどり着けたよ！</p> <p>○チームh自分のチームよりも間隔を広く障害物を置いていたよ。どんな障害物を置かかて間隔をどうするかにつながると思う。</p> <p>7 活動を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・障害物の間隔が違って、より遠くにたどり着くための走り越し方について交流する。</li> </ul> <p>8 片付けをする。</p>		