

	1時	2時	3時	4時	5時
単元を貫く課題	川を跳び越えることができるかな？				
本時のめあて	川を跳び越えることができるかな？	いろいろな(幅の)川を跳び越えることができるかな？	途中に○があっても川を跳び越えることができるかな？		
場やルール					
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。 ○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】障害物跳び、ケンパー跳び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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。 <p>3 準備をする。</p> <p>3 めあて(課題)を共有する。</p> <p>4 活動を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラインをひいたり、長縄を置いたりして、1つのまっすぐな川をつくり、跳び越える。 ・立った状態・助走をつけて跳ぶ、一人・友達と跳ぶ、利き足・両足、そのまま・回転しながら跳ぶなど、跳び方を変えて跳ぶ。 <p>6 活動を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・跳び方を変え、いろいろな跳び方で跳ぶことができることを確認する。 <p>もっと幅が広い場所でも、跳ぶことができるかな。</p> <p>跳び方を変えて、いろいろな跳び方で跳んでみたいな。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・単元を貫く課題を共有する。 <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】障害物跳び、ケンパー跳び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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。 <p>3 めあて(課題)を共有する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 <p>4 活動①を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラインをひいたり、長縄を置いたりして、1つのくねくねした川をつくり、跳び越えられそうな川幅の場所を選んで跳び越える。 ・川の中にケンステップを置き、足をついてもよい場所をつくり、跳び越える。 ・一人・友達と同時に跳ぶ、利き足・両足で跳ぶ、そのまま・回転しながら跳ぶなど、跳び方を変えることで、いろいろな跳び方の基本的な動きを身に付けるようにする。 <p>5 活動①を振り返り、気付いたことを交流する。</p> <p>いろいろな跳び方で跳んだら、跳び越えやすい跳び方と跳び越えにくい跳び方があることがわかったよ。</p> <p>助走をして勢いをつけて跳んだら、幅が広い場所でも跳び越えられたよ。川の線のぎりぎりの所から跳んだら、幅が広い場所でも跳び越えられたよ。</p> <p>6 活動②を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラインや長縄の数を増やして、2つのくねくねした川をつくり、跳び越えられそうな障害物の場所を選んで跳び越える。 <p>7 活動を振り返る。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・川の幅が広い場所を跳び越えるための助走や踏み切りの仕方について交流する。 <p>リズムよく跳んだら、2つの川を連続で跳び越えることができたよ。</p> <p>助走をしたり、踏み切りの位置に気を付けたり、片足で跳んだりすると幅が広い場所を跳び越えることができたよ。</p> <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】障害物跳び、ケンパー跳び</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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。 <p>3 めあて(課題)を共有する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。 <p>4 活動①を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラインをひいたり、長縄を置いたりして、1つのくねくねした川をつくり、川の中に障害物(ダンボール箱、ミニハードル)を置き、跳び越えられそうな障害物の場所を選んで跳び越える。 ・一人・友達と同時に跳ぶ、利き足・両足で跳ぶ、そのまま・回転しながら跳ぶなど、跳び方を変えることで、いろいろな跳び方の基本的な動きを身に付けるようにする。 <p>5 活動①を振り返り、気付いたことを交流する。</p> <p>障害物に当たらないようにするために、上に向かって跳ぶことが大切なのことがわかったよ。</p> <p>前に向かって跳ぶことと、上に向かって跳ぶことをうまく組み合わせて跳ぶと、幅が広い場所でも跳び越えられたよ。</p> <p>6 活動②を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ラインや長縄の数を増やして、2つのくねくねした川をつくり、跳び越えられそうな障害物の場所を選んで跳び越える。 <p>7 活動を振り返る。</p> <p>○障害物を跳び越えるための踏み切りの仕方や空中の姿勢について交流する。</p> <p>踏み切りの位置に気を付けたり、跳ぶ時の方向、跳んでいる時の足の向きに気を付けたりすると幅が広い場所を跳び越えることができたよ。</p> <p>川が3つ、4つ、5つと増えても、リズムよく跳んだら跳び越えることができそうだね。</p> <p>8 片付けをする。</p>		

