

指導と評価の計画（8時間） 学習課題「個別課題を発見し練習計画を立てて、切り返し系の技の一連の動きを滑らかにしたり、着手位置、姿勢などの条件を変えたりして跳び越すことができるようにしよう」

単元 時間	1	2	3	4	5	6（本時）	7	8					
1	<p>1 集合、整列、健康観察</p> <p>2 学習課題の確認</p> <p>3 本時のめあての確認 「タレットPCを用いた観察の仕方を理解しよう」</p> <p>4 オリエンテーション 安全について 準備の仕方について 局面について</p>	<p>1 集合、整列、健康観察</p> <p>2 本時のめあての確認 「切り返し系の技の動き方のポイントに気づこう」</p> <p>3 準備運動 準備運動</p> <p>4 実体験を伴う動き方のポイントの理解 <直立姿勢>のための動き方 ・ うさぎ跳び1 ・ うさぎ跳び2 <上体を前方に倒込みながら着手するための動き方> ・ 踏み台付き跳び箱（レベル有り）</p>	<p>1 集合、整列、健康観察</p> <p>2 本時のめあての確認 「一連の動きを滑らかにして関節遊びをしよう」</p> <p>3 準備運動</p> <p>4 試技の撮影 ・ 4段階置き ・ 5歩助走間脚跳び ・ 距離調節器0～2個 ・ タレットPC使用 ・ 跳び箱の側方で、踏切位置から着地位置までが画面に収まるように撮る</p>	<p>1 集合、整列、健康観察</p> <p>2 本時のめあての確認 「練習の結果を理解しよう」</p> <p>3 準備運動</p> <p>4 練習の効果的理解 ① うさぎ跳び1 ② うさぎ跳び2※ ③ 踏み台付き跳び箱※ ④ 距離調節器 ⑤ 連続跳び箱 ⑥ ゴムひもと距離調節器付き跳び箱※ 器付き跳び箱※ （※はレベル有り） 可能な限り全ての練習を体験させる どの練習を行うとどのような動き方を身に付けることにつながるのか理解させる</p>	<p>1 本時のめあての確認 「根拠をもって個別課題の解決に向けた練習計画を作成しよう」</p> <p>2 練習計画の作成 ① 自己決定 ・ 目指す技の決定 ・ 個別課題の設定 ・ 練習順序の決定 ・ 計画の根拠を記述 根拠をもって練習計画を作成させる 全体支援 ⇒ 技の種類、跳び箱の置き方、距離調節器の数を選擇できるように提示する 個別支援 ⇒ 第3時に仲間と行った評価内容や、動き方のポイントを振り返らせる どの練習を選択してよいかわからない練習でも難易度を調整することができるようにする 個別支援 ⇒ 技能低位の生徒に練習を助けるように練習を付ける ⑤⑥の練習で距離調節器の数を3つにさせる</p>	<p>1 集合、整列、健康観察</p> <p>2 本時のめあての確認 「自分の動きの姿を滑らかにしたり、条件を変えたりして跳び越す」 仲間から助けを求め、計画の妥当性を振り返らせる 準備運動</p> <p>3 準備運動</p> <p>4 練習 練習計画に沿って行う 仲間からの助言や動画の撮影を通して自己の動きの姿に気づかせ、計画の妥当性を振り返らせる 全体支援 ⇒ 技能習熟度と知識着度度が混在するようにグループ編成を行う 練習を行う中で感覚に手応えをつかんだ時は、グループの仲間とタブレットPCで動画を撮影してもらい、一緒に確認することを伝える 個別支援 ⇒ 技能低位の生徒には、練習を行う際に補助したり、さしに簡易的な練習を提示して取り組ませたりする 全体支援 ⇒ 技能上位の生徒には、跳び箱の置き方や距離調節器の数、跳び越す際の姿勢を変えて試技を行ってみるよう助言する</p>	<p>1 集合、整列、健康観察</p> <p>2 本時のめあての確認 「自分の動きの姿を滑らかにしたり、条件を変えたりして跳び越す」 仲間から助けを求め、計画の妥当性を振り返らせる 準備運動</p> <p>3 準備運動</p> <p>4 練習 練習計画に沿って行う 仲間からの助言や動画の撮影を通して自己の動きの姿に気づかせ、計画の妥当性を振り返らせる 全体支援 ⇒ 技能習熟度と知識着度度が混在するようにグループ編成を行う 練習を行う中で感覚に手応えをつかんだ時は、グループの仲間とタブレットPCで動画を撮影してもらい、一緒に確認することを伝える 個別支援 ⇒ 技能低位の生徒には、練習を行う際に補助したり、さしに簡易的な練習を提示して取り組ませたりする 全体支援 ⇒ 技能上位の生徒には、跳び箱の置き方や距離調節器の数、跳び越す際の姿勢を変えて試技を行ってみるよう助言する</p>	<p>1 集合、整列、健康観察</p> <p>2 本時のめあての確認 「切り返し系の技の一連の動きを滑らかにしたり、条件を変えたりして跳び越す」 仲間から助けを求め、計画の妥当性を振り返らせる 準備運動</p> <p>3 準備運動</p> <p>4 最終練習 発表会に向け、試技の練習のみ行う</p>					
10	<p>5 準備運動 手首や肩、膝、足首、股関節等、負担がかかっている部位を中心にほぐす</p>												
15	<p>6 試技 4 段階置き 5 歩助走間脚跳び 距離調節器0個</p>												
20													
25	<p>7 試技の撮影 タブレットPC使用 跳び箱の側方で、踏切位置から着地位置までが画面に収まるように撮る</p>												
30													
35													
40													
45													
50													
評価の重点	知	①（動き）	②（ワーク）	③（動き）	④（動き）	⑤（動き）	⑥（動き）	⑦（ワーク）	⑧（ワーク）	⑨（動き）	⑩（動き）	⑪（動き）	総合的な評価

単元末に期待される具体的な子どもの姿
開脚跳びの一連の動きを滑らかにして跳び越すことができるように。姿勢の条件を変えて跳び越す「開脚伸身跳び」に挑戦するため、開脚跳びとの動きの違いから「着手時に腰と脚を肩の位置まで上げる」とを個別課題に設定した。練習計画を作成するにあたって、まずは、着手時の腰と脚の高さを意識するために「連結跳び箱」を取り組んだ。「距離調節器付き跳び箱（調節器3個）」を行うように考えた。練習では、仲間から姿勢を見せられながら、仲間から褒められた。タブレットPCでも、着手時に腰と脚を肩の位置まで上げて、「開脚伸身跳び」ができるようになり、仲間から褒められた。タブレットPCでも、着手時に腰と脚を肩の位置まで上げて、「開脚伸身跳び」で、足をかかえこんで跳び越える動き方を身に付けたい。