

3 本時の学習 (5/6)

- (1) 本時の目標
- ・自己の課題を踏まえ、直接的に体力の向上をねらいとして、体の柔らかさ、巧みな動き、力強い動き、動きを持続する能力を高めるための運動を行うことができる。【知識及び運動】

・自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。【思考力、判断力、表現力等】

・仲間の考えや取組を認めようとしている。【学びに向かう力、人間性等】
- (2) 準備
- ボール (さまざまな大きさ)

リンボーダンス

各種コーン

ストップウォッチ

肥やし袋 (重し)

玉入れの玉

かご

雑巾

段ボール

ふり返り板

シール

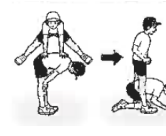
パーソナル・トレーナー秘伝の書 (マニュアル)

CD 音源

マイク
- (3) 展開
- 児童のつぶやき

言葉かけ・教え合い

核となる言葉かけ

学習活動	教師の支援 (○、吹き出し) と評価★
1 前時の学習を振り返り、本時のめあてと学習の流れを確認する。(3分) あなたのアドバイスで、チームみんなの体の動きをレベルアップさせよう 2 「ペットボトル取りゲーム」をする。 3 場の設定をする。(前屈ボール回し・リンボーダンス・コーンタッチ走・馬跳びくぐり・手押し車・重し運び・玉入れ・雑巾がけの8種目) 4 「自分の課題に合った運動に挑戦しよう」をする。(3種目) 【前屈ボール回し】 【リンボーダンス】 【コーンタッチ走】 【馬跳びくぐり】 【手押し車】 【重し運び】 【玉入れ】 【雑巾がけ】  小さいボールで挑戦すると 難易度が上がるね。【する】  コーンの高さを低くしても 速くできるかな。【する】  進むときの手の幅を変えたら どうかな。【支える】  条件を変えながら、さっきの自分より 動きが高まるように挑戦しよう。 5 「パーソナル・トレーナータイム」・・・「振り返り板」で活動を振り返り、課題解決のためのアドバイスをし合う。 いつも見ていないところを見ると、よいアドバイスになるね。 いつもは〇〇を見てるから、今日は〇〇を見て考えてみよう。 (コーンタッチ走) タイムを縮めるにはどうしたら よいのだろう。【支える】 いつもは手のつき方を見ていたけど、姿勢をもっと低くしたら どうかな。【支える】 (リンボーダンス) 棒に当たってしまって困っています。【支える】 いつもは棒と体の距離を見ていたけど、足をすり足にしてみたら どうかな。【支える】 6 「アドバイスを生かしてレベルアップしよう」をする。(1種目) パーソナル・トレーナーの助言を生かしたら、体の動きが高まったな。【する】 友だちのアドバイスを聞いて練習してよかったな。【支える】 私のアドバイスで友だちの動きが高まってうれしいな。【支える】 7 ふり返りをする。 ・各チームで、一言感想を伝え合う。その後、全体でふり返りをする。 8 次時の予告をする。	○本時の活動について説明し、学習の見通しを持たせる。 ○準備が素早くできるように、場の設定は単元を通して統一する。 ○自分の「得意」・「苦手」・「固定種目」から活動する3種目を決めるよう促す。 ★【知識及び運動】 ○よい動きの児童を進んで称賛し、見ている児童にもいい動きを見付けたら、進んで声をかけるように促す。 ○チームの全員が必ず1つ、「今日見てほしい種目」についての困り感を伝え、実際の動きを見てもらった上で、助言をもらうように促す。 ★自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。【思考力、判断力、表現力等】 ○アドバイスされたことを生かして運動している児童を進んで称賛する。 ★【学びに向かう力、人間性等】 ○なぜ動きの質が高まったのかなどを児童に考えさせるように促す。 ○次時のめあてを確認する。

