

6. 過 程

段階時間	指 導 内 容	留 意 点														
導 入 10分	1. 鬼 遊 び (1) 追いかけて鬼遊び (2) 休憩と腹筋運動	<ul style="list-style-type: none"> ●健康観察・服装点検 ●態度に対し、その場その場で○・×の評価カードを示して注意を促す。 ●休憩の位置は任意 ●ピアノをひく <ul style="list-style-type: none"> ・夕やけこやけ ・赤トンボ ・靴が鳴る 														
	2. 準 備 運 動 (1) 横まわり (2) 胴体の前後屈運動 (3) 脚の屈伸運動 (4) 首の運動 (5) 跳 躍 運 動	(1) 休憩の姿勢から合図で右(左)まわりをさせる <ul style="list-style-type: none"> ●横まわりの後、4列に整列させる (2) 後ろの人が見えるまで曲げさせる (3) ゆっくり正しく行わせる (4) 回旋、曲げる運動を正しく行わせる (5) 力いっぱい跳び、着地でバランスを崩さないように注意させる。														
	3. 本時の主運動の学習についての話し合い (1) 力試しの運動 (2) リレー遊び (3) ジャンプ遊び	<ul style="list-style-type: none"> ●休憩を兼ねて話し合いをさせる (1) 自己の能力向上に挑戦させる (2) 全力で力いっぱい行うようにさせる (3) 大きな動作で跳ばせ、安全に着地させる														
展 開 30分	4. 力試しの運動 (1) 手たたき跳び (2) 足打ち跳び (3) ジグザグ跳び (4) 片足ずもう (5) 馬 乗 り	<ul style="list-style-type: none"> ●示範と指示により行う ●手をたたいたり、足を打つことと高く跳ぶことの関連に気付かせる ●ジグザグ跳びは、その場→移動と発展 ●片足ずもう、馬乗りはペアを決めて行わせる ●馬になった者がぐらつかないように協力させる 														
	5. リレー遊び (1) 折り返しリレーのルールを決める (2) 折り返しリレー(1回目・計時) <table border="1" style="display: inline-table; vertical-align: middle;"> <tr> <td>紅組</td> <td>1回目</td> <td>分</td> <td>秒</td> <td>2回目</td> <td>分</td> <td>秒</td> </tr> <tr> <td>白組</td> <td>1回目</td> <td>分</td> <td>秒</td> <td>2回目</td> <td>分</td> <td>秒</td> </tr> </table> (3) 障害物使用のリレー (ダンボール箱トンネルくぐり) (4) 話し合い 障害物(ダンボール箱)の使用方法についての話し合い (5) 障害物使用のリレー (ダンボール箱キック) (6) 話し合い 折り返しリレーについて ●折り返し方 ●タッチのしかた (7) 折り返しリレー(2回目・計時)	紅組	1回目	分	秒	2回目	分	秒	白組	1回目	分	秒	2回目	分	秒	(2) 記録表を示して、各組の計時をすることを知らせ各自力いっぱい走るための意欲づけをする (3) 1回目は箱をつぶしたまま所定の場所に置く <ul style="list-style-type: none"> ●2回目は箱を広げて、トンネルにしておく ●素早くくぐる工夫を促す (4) 箱は密封しておき、箱の中に $\textcircled{\text{物}}$ を入れておき、どう使用してリレーをするか話し合わせる 予想：キック <ul style="list-style-type: none"> ●個々の子供の運動欲求に注意しながら話し合いをさせる (5) キックの仕方は特に指示しない <ul style="list-style-type: none"> ●箱がこわれたら$\textcircled{\text{物}}$(メッセージ)を出して読みあげ、児童をたたえる (6) 障害物使用のリレーの反省と2回目の折り返しリレーについて話し合わせる (7) 1回目の記録を確かめて、意欲をかきたてる
	紅組	1回目	分	秒	2回目	分	秒									
白組	1回目	分	秒	2回目	分	秒										
6. ジャンプ遊び	<ul style="list-style-type: none"> ●マットを準備させる ●高く遠くに跳び、臀部で安全に着地させる 															
ま と め 5分	7. 本時のまとめと次時の予告 (1) 整理運動 (2) 本時の反省 (3) 次時の予告	<ul style="list-style-type: none"> ●紅白別に4列横隊(集合→体操隊形) ●ゆっくり、伸び伸びと行わせる ●挙手法により本時の意欲の高まりをは握する 														