

次		・途中でとぎれず全力で2～3台のハードルを越して走りぬく。
六次	○同上	○障害走りレーをしたり、個人の記録をとらせる。

● 5年 体育合併授業

授業者 渡辺 (T<sub>1</sub>) 夏目 (T<sub>2</sub>) 先崎 (T<sub>3</sub>)

障害走・体操 (3/6時扱い) の2クラス3教師による教授過程をあげると次のようである。

教授過程

学習活動・内容	時間	分 担		
		( T <sub>1</sub> )	( T <sub>2</sub> )	( T <sub>3</sub> )
1. 本時学習のめあてを確認する。	5	○用具の準備と安全点検をする。	○児童の健康状態をみるとともに見学児童への指示をする。	1. 学習内容と練習のし方について話し合う。 ・集合隊形…各グループ男女各2列横隊とする ・体操と障害走のめあてをつかませる。
2. 体操をする。 ○足の挙振 ひざの屈伸 ○胴体の前後屈, 側屈, 回旋 ○補助運動…体の前屈斜前屈, 脚を前後に開き股関節の可動性を増す ○ジョッキング	10	○個別指導をする。 正しく行なわせるための巡回指導をする。	○個別指導をする。	2. 全体指導をする。 ・合図により極限まで曲げのばしをさせる。 { ・この外の運動の動きにも関心をもたせ後で動きつくりができるようにさせる。 } ・ジョッキングは, グループごとに走り, ももあげ, 大また, こきざみ走をさせる。
3. 障害走をする。 ○能力別により目標に向かっての練習 ・きょうの練習で共通してポイントとなるところについての話し合い。 A ふみ切り足とふり上げの練習 B 前傾姿勢でハードルをまたぎこす練習 C スピードをつけて, つづけてまたぎ越して走る練習	25	3. 全体指導をする { 各グループともゴムハードルを使用する。各自の問題点について練習させる。 }	・目は前方を見る ひらきつま先も横に ・引き足は股関節を横に ・上体を前傾	4. 個別指導をする。(Aグループ) ・歩きハードリングでまたぎ越す。 ・腕を前後にふり速く歩いてまたぎ越す。 ・ゆっくり走ってハードルをまたぎ越す。
4. グループごとの話し合いをする。	5	4. 個別指導をする。(Cグループ) ・2個のハードルを続けてまたぎ越して走る。 ・スピードをおとさないで走る。 ・3個のハードルを続けてまたぎ越して走る。 ・中間走は, 高とびの助走にならないようにする。 ・インターバルは, 5歩にする。 ・フォームがくずれない (バランスをくずさない走り方)。 ・リズムカルに, 途中でとまらない。	4. 個別指導をする。(Bグループ) ・ゆっくり走って, 低い姿勢でハードルをまたぎこす。 ・速く走ってまたぎこす。 ・2個のハードルを続けてまたぎこす。	5. 個別指導をする。(Aグループ) ・ふみ切り足はいつも同じ足でふみ切る。 ・ふみ切り地点は, 遠く, 着地はハードルに近く。
5. 整理運動をする。		5. グループでのまとめの話し合いをさせる。 ・個別援助をする。	5. グループでのまとめの話し合いをさせる。	5. グループでのまとめの話し合いをさせる。
6. 本時のまとめと次時の予告をきく。 ○練習のし方, 走法		6. 足の運動を中心に整理運動の指示をする。 7. 本時のまとめをさせる 8. 用具のかたづけを指示する。	6. 足の運動を中心に整理運動の指示をする。 7. 本時のまとめをさせる ・かたづけの援助をする	6. 個別援助をする。 7. 個別奨励をする。 8. かたづけの援助をする