

⑥ 授業前ミーティングによって、教授の分担・協業をあきらかにする。

<計画および反省>

(10月第6時)

体操・ふみこし

<ミーティング用>

時間	学習内容の活動	指導上の留意点	教授の分担		準備
			T1	T2	
0	1.本時の体操のねらいをとらえる 2.片足とび、両足とび、3回とび、向きかえとびを中心にした体操をする	・跳ぶ運動を中心に十分とばせる ・ふみこしの準備運動をかねる	・とび箱の点検をする ・体操の個別指導をする (隊列の中を巡視する) ・ふみこしのねらいを説明する グループ指導 ①②グループを指導する	・体操のねらいを説明する ・体操をさせる 一斉指導 ・指示 ・号令 グループ指導 ③④グループを指導する	・とび箱、マット ・とび箱、ふみ切り板、すべりどめ ・VTR ・黒板
10	3.本時のふみこしのねらいをとらえる 4.強くけて高くとぶ	・VTR視聴の観点を明確に指示する ・距離に応じてどちらの足でもふみ切れるようにする	・男子①②グループをいっしょにしてよく見させ指導する ・とび箱のおき方をかえる ①②グループを指導する 一斉指導 調子よくふみこするよう指導する 能力の低いグループ指導 個別	・女子③④グループをいっしょにしてよく見させ指導する ・ふみこしのねらい(2)について説明する ③④グループを指導する よくとべる3つのグループの指導	・とび箱のおきかえ
20	5.友だちがとぶようすをよく見る 6.強くけて遠くとぶ	・友だちのふみこしを見て自己評価させる ・ひざの屈伸を使って安全に着地させる	・調子よくふみこするよう指導する 能力の低いグループ指導 個別	・女子③④グループをいっしょにしてよく見させ指導する ③④グループを指導する	・とび箱のおきかえ
30	7.リズムを保って調子よくとぶ 8.整理運動をする	・高くとんでも、遠くとんでも安定したフォームでとび、安全に着地できるようにする	・調子よくふみこするよう指導する 能力の低いグループ指導 個別	・よくとべる3つのグループの指導	
40	9.次時の予告をきく	・大きくゆっくり運動させる	・整理運動をさせる ・次時の予告をする	・用具の片づけをする	

⑦ 指導過程案

学習内容	時間	学習の流れ	指導上の留意点
<ul style="list-style-type: none"> ・本時の体操のねらいをとらえる。 ・片足とび、両足とび、3回とび、向きかえとびを中心にした体操をする。 ・高くとぶ、遠くとぶふみこしのとび方を知る。 ・強くけて高くとぶ。 ・足の裏全体で強くける。 ・片足でふみ切り、両足で安全に着地する。 ・友だちがとぶようすをしっかりとみる。 ・遠くにとぶとび方と、気をつけなければならないことを考える。 ・たてにおいたとび箱をふみこし、できるだけ遠くにとぶ。 ・とび箱のまん中ぐらいの所を足裏全体で強くけてとぶ。 ・走りぬげるのではなく、両足で安全に、確実に着地する。 ・リズムを保って調子よくとぶ要領を知り、一連の動作がとぎれないようになめらかにとぶ。 ・自分のとび方について反省する。 ・足の運動を中心に体調を整える。 ・2個以上のとび箱を連続してふみこしすることを知る。 	10	<p>T1</p> <ul style="list-style-type: none"> とび箱を点検する 個別指導 <p>T2</p> <ul style="list-style-type: none"> はじめ 体操のねらいを説明する 跳ぶを主とした体操をする できたか 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひざぐらいの高さのとび箱を4グループ分用意する。 ・模倣物語的に遊ばせ楽しく行なわせる。 ・跳ぶ運動を特によく行なわせる。 ・ふみこしの準備運動を兼ねる。 ・VTRによって前時のとび方を反省させ、本時のねらいを明確にとらえさせる。 ・距離に応じて右足でも左足でもふみ切れるようにする。 ・確実にとぶために助走距離を長くしすぎないようにする。 ・友だちのふみこしをみてよいところ、悪いところを考え自己評価させる。 ・ひざの屈伸を生かして着地させる。 ・高くとんでも、遠くとんでも、体が安定し、両足で安全に、確実に着地できるように練習させる。 ・助走、ふみ切り、ふみこしの動作がとぎれないように、速度が遅くならないように、遠くにとばせる。 ・必要に応じて能力別のグループに組みかえ、個別指導を徹底する。 ・その場合、T1はよくとべないグループの指導に当る。 ・短時間に、今後努力すべき点を明確にさせる。 ・大きくゆっくり運動させる。 ・とび箱の後かたづけは時間外に行なう。
	5	<p>T1</p> <ul style="list-style-type: none"> 本時のふみこしのねらいを説明する <p>T2</p> <ul style="list-style-type: none"> ふみこしをする ふみこしをする 友だちの演技をみる 高くとべたか 	
	10	<p>T1</p> <ul style="list-style-type: none"> とび箱のおき方をかえる ふみこしをする ふみこしをする 遠くにとべたか <p>T2</p> <ul style="list-style-type: none"> ふみこしのねらい②をたしかめる ふみこしをする ふみこしをする 遠くにとべたか 	
	3	<p>T1</p> <ul style="list-style-type: none"> 調子よくふみこしをするよう指示する リズムを保ってとべたか 整理運動をする <p>T2</p> <ul style="list-style-type: none"> ふみこしをする ふみこしをする ふみこしをする ふみこしをする 	
	2	<p>T1</p> <ul style="list-style-type: none"> 次時の予告 おわり <p>T2</p> <ul style="list-style-type: none"> おわり 	