平成３０年度　研究授業のまとめ　５年１組　　平成３０年１０月２２日（月）

単元名　体つくりでマッスルンルン！（体の動きを高める運動）

１．場や用具の準備

２．勧興ストレッチ

３．動きを持続する能力を高める運動を行う。【一斉】

短縄ミックス跳び（持久力）

自分が得意な跳び方

自分に合ったペース

４．本時の学習課題を確認する。

めあて　**いろいろな運動を試して、自分の体力の課題を見つけよう。**

≪かいわタイムのポイント≫
〇正しい行い方ができているかをペアでチェックし合う
㋮動作を交えながら相手にを伝えよう

５．主運動（力強い動きを高めるための運動と巧みな動きを高めるための運動）

運動（１）力強い動きを高めるための運動【ペア・グループ】

・おんぶオフロード
・重量スロー

運動（２）　巧みな動きを高めるための運動（かいわタイム）【ペア・グループ】

・大道芸バランス
・リズミカルラダー

≪かいわタイム≫

・かいわタイムでは、友達のよい動きを言葉や動作で伝えるようにする。
・運動ごとの動きのポイントやコツはどんなところか問いかける。

６．自分の苦手な運動と得意な運動を選ぶ

７．学習の振り返り

＜振り返りの観点＞

・できたこと
・難しかった動き
・自分の体力チェックシートを見た気づき　など

８．振り返りを全体で共有する

【児童の学習カードより】
・腹筋パスで、さいごの５できつくなったので、体りょくをもっとつけたいです。
・綱引きタイムアタックでは、おもいものを引っぱることを持続させることがむずかしかったです。
・重量スローでは、うでを曲げず、足を開くと、やりやすかったです。リズミカルラダーでは、もっと足を上げて、リズム良くとりくみたいです。