平成３０年度　研究授業のまとめ　５年２組　　平成３０年１１月１６日（金）

単元名　自分の「体力ハンドブック」をつくろう！（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

（動きを持続する能力を高めるための運動））

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　**自分の「体力ハンドブック（苦手バージョン）」を完成させよう**

≪かいわタイムのポイント≫
〇動きのコツ通りにできているかペアでチェックし合う。
㊙見てもらいたいポイントを伝えよう

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）

※選んだ運動を行いながら，自分の体力に合うように重さや距離などを調整し，自分の「体力ハンドブック」を完成させる。

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
・つな引きタイムアタック
・腹筋パス

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
・華麗にボールキャッチ
・両足ジャンプ

≪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「体力ハンドブック」を完成させる。

７．学習の振り返り

＜振り返りの観点＞

・自分の「体力ハンドブック」の解説
・自分の体力についての発見　・次時の活動に向けて

８．振り返りを全体で共有する

【児童の学習カードより】
・回転してからのボールキャッチが苦手だったので、友だちにアドバイスしてもらった通りに回転しようと思います。
・今日苦手な運動をしたけど、思っていたより苦手な運動もできることがわかってよかったです。
・両足ジャンプで、手をふり上げるタイミングととぶタイミングが合うようにしたいです。