平成３０年度　研究授業のまとめ　６年１組　　平成３０年１０月１５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

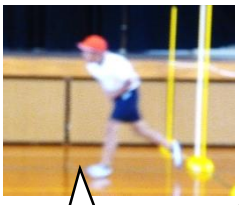
３．本時の学習課題を確認する。

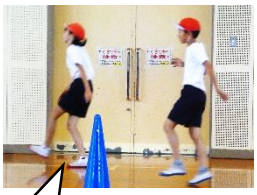
めあて　**いろいろな運動を試して、自分の体力の課題を見つけよう。**

≪かいわタイムのポイント≫
〇正しくできているかをペアでチェックし合う
め身振り手振りをしながら相手に伝えよう

４．　動きを持続する能力を高める運動を行う。【個人】

サーキット（距離）





くぐる　ジャンプする　跳び越える　スキップ　ずっと同じペースを守って走る。

５．主運動（柔らかさ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）柔らかさを高めるための運動

【ペア・グループ】

・前屈かに歩き（高さ）

・スローケンパ（幅）

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（用具）

・フープくぐり（くぐり方）

≪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を掲示し、かいわタイムで見合う視点を示す。

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＞

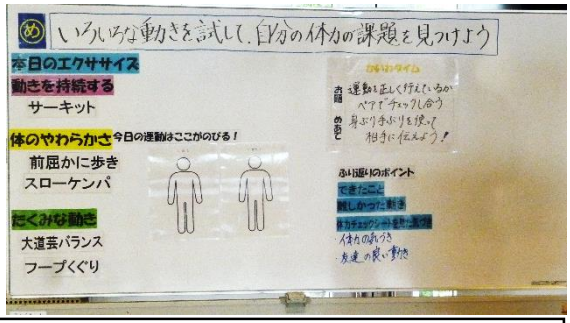
・できたこと

・難しかった動き

・友達の良い動き

・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】

・運動をやっていくうちにスムーズにいけました。難しくても得意になれたのでレベル４でした。

・大道芸バランスで紙皿を少し高くして挑戦したところ、半分でボールが落ちたので少しずつ高くしてできるようにしたい。次の時間も友だちの良い動きをまねしてみたい。