

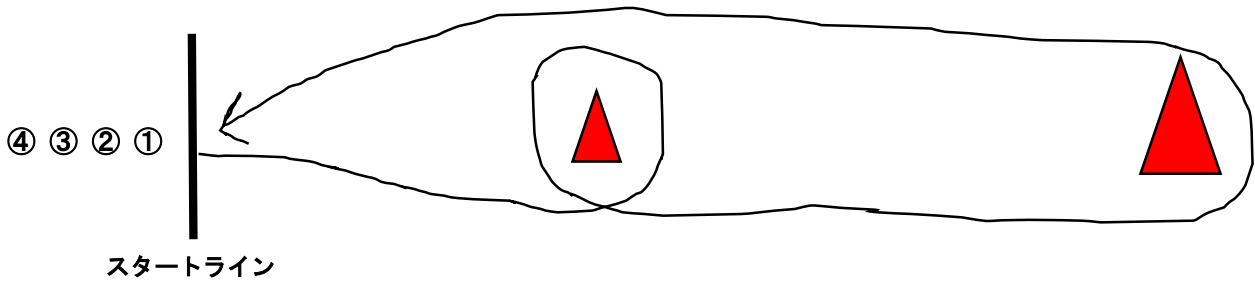
第 5 学年 体育 科学 学習 指導 計画

5年1組 指導者 紀村修一

9M (3時間) **が本時**

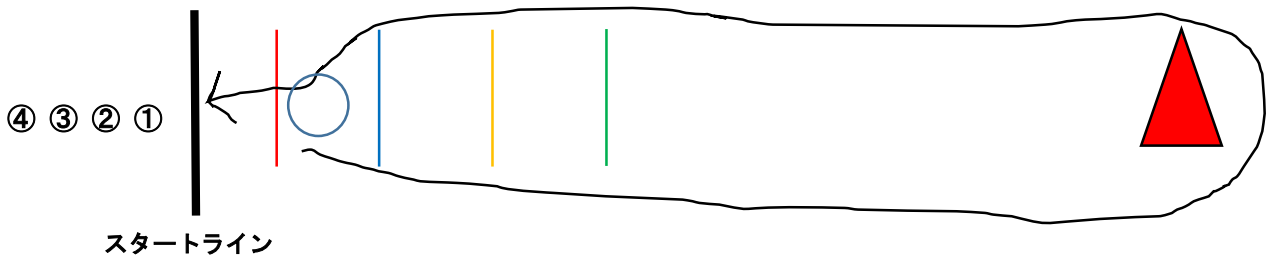
学習活動	子どもの意識
第1次 いろいろな体ほぐしの運動に取り組む	9M (3時間)
学習内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自他の心と体の違い (知) ・ 仲間との関わり (知) ・ 自己やチームの特徴に応じた作戦 (思) ・ 体ほぐしの運動への関心 (態) ・ 多様な他者の受容 (態)
<input type="checkbox"/> 「ダブルコーンリレー」をする (3M)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 今日から体ほぐしの運動の学習をするのだね。楽しみだな。まずは、「ダブルコーンリレー」をしよう。スタートしてから小さいコーンを1周回り、大きいコーンで折り返して次の人と交代するのだね。楽しそうだな。記録は60秒だったよ。小さいコーンの位置を変えてもよいのだから。どこに置こうかな。スタートしてすぐの所に置こうよ。やってみよう。記録は55秒になったよ。作戦成功だね。他のチームはどこに置いたのかな。Xチームは大きいコーンの前に置いたのだから。そうか、そうすると全力で走ることができる距離が長くなるからだね。試してみよう。うん、いい作戦だね。みんなと運動すると楽しいな。
<input type="checkbox"/> 「タイミングジャンプリレー」をする (3M)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「タイミングジャンプリレー」をするのだから。仲間が滑らせたフープの中に、タイミングよくジャンプして入るのだね。早くやりたいな。でも、A君は難しそうだと言っているよ。やってみたら、「ダブルコーンリレー」よりも記録が遅くなったね。何かいい作戦はないかな。Bさんが、「せーの」って掛け声を出したり、フープを滑らせる速さを工夫したりする作戦を考えたよ。それいいね。やってみよう。ジャンプが苦手なA君も上手く跳べたね。Xチームは、走順を工夫したのだから。Bさんは跳ぶのが得意だから4番目になってよ。試してみよう。さっきよりも記録がよくなったよ。うれしいな。次の時間も、みんなと一緒に楽しみたいな。
<input type="checkbox"/> 「ビンゴリレー」をする (3M)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「ビンゴリレー」をするのだから。ケンステップが9つ並んでいるよ。2つのチームで、どちらが先にビンゴできるかを競うのだね。どんな作戦にしようかな。最初に、真ん中をゲットした方がビンゴになる可能性が高いと思うよ。そうだ、足が速いA君を1番目にしよう。1回目は、Xチームと勝負だ。負けてしまったよ。悔しいな。Xチームも僕たちと同じ作戦だったね。XチームのC君は学級で1番足が速いから、真ん中をゲットすることは難しそうだ。よし、最初に真ん中をゲットしない作戦を考えよう。まずA君が左上をゲットして、次に僕が左下をねらってみよう。もう一度勝負だ。今度は勝ったぞ。うれしいな。仲間と協力したり競い合ったりして、これからも運動を楽しみたいな。

[ダブルコーンリレー]



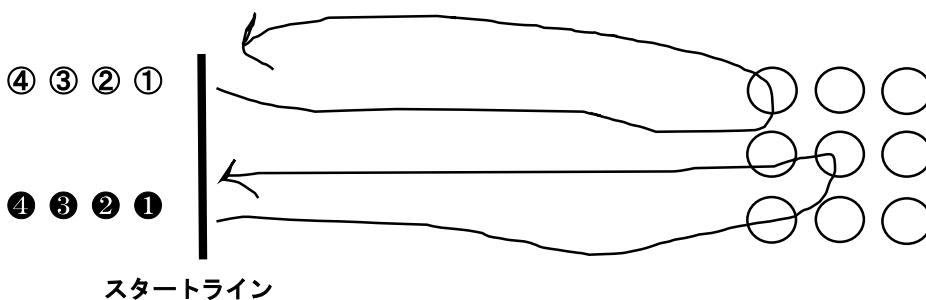
- ・小さいコーンを回り、大きいコーンで折り返して第2走者と交代
- ・小さいコーンの位置は移動することができる（スタートラインと大きいコーンを結ぶ直線上）
- ・最終走者がゴールするまでの記録を測定

[タイミングジャンプリレー]



- ・ジャンプする人はスタートラインに背を向け、目を閉じて立つ（立ち位置は、つま先が、第1走者…赤線、第2走者…青線、第3走者…黄線、第4走者…緑線）
- ・次の走者が滑らせたフープにタイミングよくジャンプして入る（両足または片足を完全に入れる）
- ・失敗した場合は、フープを滑らせた人がフープを取りに行く
- ・フープに入ったら、赤色コーンで折り返し、途中でフープを拾って次にフープを滑らす人に渡す
- ・フープを滑らせた人は、自分の立ち位置に移動して跳ぶ準備をする
- ・最終走者がゴールするまでの記録を測定

[ビンゴリレー]



- ・各チーム3枚のビブスをもつ（第1走者から第3走者まで）
- ・第1走者は9つの穴のどこかにビブスを置き、第2走者と交代。第2走者は7つの穴のどこかにビブスを置き、第3走者と交代。第3走者は5つの穴のどこかにビブスを置き、ビンゴをねらう。ビンゴにならなかったときは、第4走者と交代。第4走者は、すでに置かれた自分のチームのビブスの中から1つを選び、ビンゴをねらって他の穴にビブスを置く（以下同様）
- ・先にビンゴしたチームの勝利