

第6学年 体育科「より高く 限界突破 ～陸上運動（走り高跳び）～」

授業者 山本 健太

<p>前時までの学び</p>	<p>走り高跳びの一連の動きを、「助走」「踏み切り」「空中姿勢」「着地」の局面で分析し、自己の課題がどこにあるのかを探ってきました。前時には、「リズムカルな助走から強い踏み切り」における自己の課題を各自が設定していました。</p>
<p>〈課題設定以前〉 1 学習課題を確認する。</p>	<p>高跳び習得ボードには、単元を通して見付けてきた各局面の動きのこつを集約しています。そのボードに、前時の段階で捉えた各自の課題を名前磁石で貼っていました。それを示しながら、本時の学習課題の設定理由を問うことで、各課題に応じた練習をする必要感を高め、学習課題の妥当性を感じられるようにしました。</p>  <p>それぞれ課題が違うから、記録を伸ばすためには、一人一人の課題に合った練習が必要だからだよ。</p> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> <p>学習課題：自分の課題に合った練習をして、記録を伸ばそう</p> </div>
<p>〈課題解決中〉 2 自己の課題に応じた練習を選択する。 3 課題を設定した理由を伝え合い、再度自己の課題を設定して、練習を行う。</p>	<p>まずは、前時捉えた自己の課題に応じて、練習の場を選択していきました。本時中心となる「助走」局面では、口伴奏しながら助走する場や助走角度や位置が見えるように床にテープを貼った場、ケンステップで歩幅を視覚化した場で練習に取り組みました。「踏み切り」局面では、踏み切り位置を確認できるように床に印を付けた場や、踏み切り板で踏み切りの音を聞く場などで練習に取り組みました。練習後、記録測定を行いました。記録測定時の動画を基に、再度、自己の課題を捉えていきました。<u>解体診（断）書</u>の局面の枠にシール（赤）を貼っていきました。その後、仲間から見て課題だと感じるところにシール（青）を貼ってもらうことで、自分が捉えた課題と仲間が捉えた課題の共通点・相違点を明らかにし、理由を聞き合いました。</p>  <div style="border: 1px solid orange; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>もう少し高く跳ぶためには、踏み切りが課題になるのかな。</p> </div> <div style="border: 1px solid orange; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>踏み切りを強くしたいのなら、その前の助走のリズムを改善したらいいよ。</p> </div> 
<p>〈課題解決後〉 4 本時の学習を振り返り、次時の目標を設定する。</p>	<p>本時の振り返りを行う際には、記録や、意識して改善できた動きを<u>ネクストゴールワークシート</u>に記入し、どうしてできるようになったのか、その理由を「みる」「支える」「知る」の観点の中から選択して記述していきました。</p>  <div style="border: 1px solid orange; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>〇〇さんが、踏み切る位置についてアドバイスしてくれたから跳べたよ。</p> </div>
<p>考察</p>	<p>動画や写真を手がかりにして、自己の課題を捉えられるような工夫があり、一人一人が自分の課題を解決したいと意欲的に取り組んでいた。練習の場づくりに時間がかっていたので、全ての子供が十分に練習を行える工夫が必要である。</p>