

単元名	走り高跳び	配当時間	7時間
単元の目標	(1) 互いに協力して安全に練習や競争ができるようにするとともに、競争では、勝敗に対して正しい態度をとろうとする。 (2) 自己の能力に適した課題を決め、課題の解決の仕方を工夫することができる。 (3) リズミカルな助走から高く跳ぶ技能を身に付け、競争したり、記録を高めたりすることができる。		
単元を構想する上での留意点	走り高跳びは、助走のリズム、スピード、跳躍力を生かして、高さを競うものであり、身長や走力、瞬発力などの一人ひとりの違いが記録に現れやすい運動である。そこで、本単元では、前半に今もっている力でだれもが楽しむことのできる競争の楽しさ（ねらい1）、後半に自分のめあてに向かって挑戦する楽しさ（ねらい2）を味わえるような学習を設定した。これは一つの学習の道筋の例であり、1時間の授業の中でこの2つの楽しさを味わえるよう組み立てることも可能である。これまでの学習経験や児童の願いに合わせて、弾力的に進める。		
単元展開例			
準備	高跳び用スタンド、バー、セーフティマット、マット、輪、跳び箱、踏み切り板、ビデオ、学習カード など		
学 習 活 動		留 意 事 項 な ど	
1 走り高跳びの学習のねらいと内容を理解し、学習の進め方について見通しをもつ。 ○学習のねらいや進め方を知る。 力強く踏み切ってより高く跳び、友だちと競争したり、自分の記録に挑戦したりしよう ○学習カードの使い方を知る。 ○マナーや安全な運動の仕方について知る。 ○走り高跳びに関連した体ほぐしの運動をする。 ○走り高跳びの記録を計測する。 ○目標記録を知り、めあてをつかむ。 ○グループを編成する。 2～3 簡単なルールで走り高跳びの競争をする。 (ねらい1) ○体ほぐしの運動をする。 ○競争の進め方やルールを確認する。 ・グループ内での競争 ・グループ対抗戦での競争 など ○反省し、まとめをする。 ・記録の伸び ・次時のめあての把握 など		・ビデオや学習カード、教師の示範などで運動の仕方を理解させる。 ・学習カードの使い方を例示しながら理解させる。 ・目標記録の出し方の例 ノモグラム 下腿長(身長 - 座高) + 垂直跳びの記録 身長80% (または70%) ・最初の記録を基に、力が均等な偶数グループ(6～8人程度)に分ける。 ・あまり複雑にならないようにやさしいルールを進めるよう助言する。 ・ルールの例 得点：ノモグラムによる得点 はじめの記録からの伸び (1cm1点) 勝敗：1対1の対抗戦(何勝何敗) 得点の合計 場：踏み切り板を使う・使わない 助走の歩数(3歩・5歩・7歩) など 評走り高跳びの競争を協力して行う活動を通して、「関心・意欲・態度」を評価する。	

4~6 練習の仕方を工夫し、自分の記録に挑戦する。
(ねらい12)

- 体ほぐしの運動をする。
- 学習の進め方やめあてを確認する。
- 自分にあった練習の場を選んで練習する。

○自分の記録に挑戦する。

- 反省し、まとめをする。
 - ・練習方法 ・めあての達成度 など

7 記録会をする。

- 体ほぐしの運動をする。
- 練習をする。
- 記録会をする。
- 単元のまとめをする。

- ・自分のめあてに合った場を選択しているか、安全に気を付けて練習しているかなどを観察し、必要に応じて助言する。
- ・目標記録と比較し、学習の成果を確かめさせる。

評自分のめあてに向かって練習する活動を通して、「思考・判断」を評価する。

評記録会を通して、「技能」を評価する。

- ・感想の発表や学習カードによる自己評価などをさせる。