単元計画及び評価計画「中学年　高跳び」

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 時 | | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| 学習過程 | | ①単元の学習内容と本時のめあて確認  学習内容を知り、高跳びを楽しもう。  ②高跳びについて知る。  ③主運動につながる運動遊び  ・ゴム跳び  ・３歩リズムアクセントジャンプ  ④ためしの記録測定 | ①主運動につながる運動遊び  ・ゴム跳び　　・３歩リズムアクセントジャンプ | | | | |
| 技能のポイントを知り、自分のめあてを設定しよう。  ②技能ポイントを知り練習を行う。  ・安全な着地（膝の曲げ）  ・踏切り足を見付ける。  ・一定のリズム（ト・ト・トン）を声に出しながら３歩助走をする。  ③グループの友達と互いの動きを見合い、アドバイスをし合う。  ④グループ対抗の競争を行う。 | | 自分に適した練習の場を選んで練習し、めあてに挑戦しよう。  ②自分に適した練習の場を選び、練習する。  ・安全な着地のためにセーフティマットを置いた場  ・一定のリズム（ト・ト・トン）で助走するために輪を置いた場  ・踏切り位置に踏切り板を置き、上体を起こして力強く踏切る場  ・５歩助走に挑戦する場  ③グループの友達と互いの動きを見合い、アドバイスをし合う。  ④グループ対抗の競争を行う。 | | |
| ⑤本時のまとめ　　　　・学習カードの記入　・振り返り　・次時の確認 | | | | | |
| 評価の重点 | 知 | ①（観察・カード） | ④（観察） | ②（観察・カード） |  | ③（観察） |  |
| 思 |  |  |  | ①（観察・カード） | ③（観察・カード） | ②（観察・カード） |
| 態 | ⑤（観察） | ②（観察） | ③（観察） | ④（観察） |  | ①（観察） |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 知識・技能 | 思考・判断・表現 | 主体的に学習に取り組む態度 |
| ①高跳びの行い方について、言ったり書いたりしている。  ②踏切り足を決めて跳ぶことができる。  ③３～５歩の助走から強く踏み切って上方に高く跳ぶことができる。  ④膝を柔らかく曲げ、足から着地することができる。 | ①自己の能力に適した課題を見付け、その課題の解決のための活動を選んでいる。  ②友達との競争の仕方を考えたり、競争の規則や記録への挑戦の仕方を選んだりしている。  ③動きのポイントや友達の動きのよさ等を学習カードに書いたり、発表したり、学習の振り返りに書いたりしている。 | ①高跳びに進んで取り組もうとしている。  ②きまりを守り、誰とでも仲よく運動しようとしている。  ③友達と一緒に用具の準備や後片付けをしようとしている。  ④友達の考えを認めようとしている。  ⑤場や用具の安全に気を付けている。 |