

「保健体育科」 授業のデザイン

授業者：谷口 雄大

1 日 時 平成30年6月5日（火）5校時

2 学 級 7組

3 題 材（単元） 体づくり運動

4 本時の授業

(1) 目標 仲間とともに体を動かす楽しさを感じる。

(2) 授業の取り組み

- ・ストレッチ後、5分間走を実施
- ・栗中ストレッチのテスト
- ・集団行動（右向け、右 左向け、左 回れ右 行進）
- ・友だちと好きな運動をする

(3) 流れ

学習内容と学習活動	指導上の留意点等
①本時の課題と流れを確認する。	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">栗中ストレッチを覚え、集団行動の活用方法を知る。</div>	
②基礎の課題 1、ウォーミングアップ ①栗中ストレッチ ②補強運動 ③5分間走 2、集団行動 ・右向け、右 左向け、左 回れ右 行進 ③ジャンプの課題 友だちと好きな運動をする ・何がしたいか話し合いで決める ④まとめ ・次回の発表に向けての予告を行う。	生徒の体調を把握する 休憩や水分補給を促す ①生徒や教師で順番を確認しながら ②腕立て、腹筋、背筋、馬跳び 10回ずつ ③休憩もしながら走りきれるように 生徒自身が主体的になるために細かい指導は避ける 生徒の思いをくみ取るために話し合いに参加する