

主体的・対話的で深い学びの実現に向けた単元構想〈小・体育〉

特別研修員 体育 岩崎 雄一（小学校教諭）

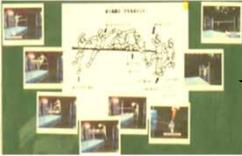
単元名 『陸上運動 「走り高跳び」』（第5学年） 全6時間計画

単元のねらい

走り高跳びの行い方を理解するとともに、自己の記録の伸びや目標とする記録の達成を目指しながら、リズムカルな助走から力強く踏み切って跳ぶことができるようにする。

単元構想（情報活用能力の育成）

つかむ過程では、走り高跳びの運動についての動画を見ることで、単元全体の見通しをもたせつつ、試しの運動を行うことにより、走り高跳びの感覚をつかませながら、目標記録を設定します。追究する過程では、走り高跳びのポイントタブレット端末を活用して確認したり、自己に適した練習方法を選んだりしながら、リズムカルな助走から力強く踏み切ることができるように技能を身に付けていきます。まとめる過程では、記録会を行う中で、タブレット端末の活用により自分の動きを客観的に捉えることで、試技に生かし、技能の向上が実感できるように構成しています。

過程	主な学習活動	走り高跳びの授業の進め方の確認
つかむ(1)	<p>1. 単元の見通しをもつ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○動画を見て走り高跳びに必要な動きを確認する。 ○自分の目標記録を計算する。 【目標記録=110+(身長÷2)-(50m走の記録×10)】 ○試しの運動を行う。 <p>単元の課題 リズムカルな助走から力強く踏み切り、記録を伸ばそう。</p>  <p><ポイントの掲示></p>	<p>単元全体の学習の進め方や授業の約束などを学習カードで確認し、走り高跳びの動画を見て、どんなポイントがあるかについて確認したり、やってみようという意欲付けをしたりする。</p> <p>動きのポイントの視覚化</p> <p>走り高跳びのポイントを示した図を掲示しておくことで、助走から着地までのポイントを意識して活動に取り組めるようにする。</p>
追究する(4)	<p>2. 走り高跳びに必要な技能を身に付ける</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ラダーを使ったメニューやバスケットゴールと利用した補助運動を行う。 ○自分に合う踏み切り足を見付けるとともに、助走の歩数を変えて踏み切れる活動を通して、リズムカルな助走で踏み切れる歩数を見付ける。 ○タブレット端末を活用し、自分に合った踏み切り位置と助走の位置を見付ける。 ○タブレット端末を活用し、腕の振り上げや振り上げ足が高く上がるようにする。 ○自分の課題に合った場で、練習を行う。  <p><ラダーを使った補助運動></p>  <p><バスケットゴールを利用した補助運動></p>  <p><リズムカルな助走、力強く踏み切る、抜き足の練習の場></p>  <p><タブレット端末を使った話し合い></p>	<p>走り高跳びの技能につながる補助運動</p> <p>補助運動ではラダーを活用することで腕の振り上げを意識させる。 バスケットのゴールネットに向かって走り、踏み切りを意識しながらジャンプすることで、リズムカルな助走につなげる。</p> <p>対話的な学びを生み出す タブレット端末の活用</p> <p>タブレット端末を使って録画したものをスロー再生機能で確認する活動をペアで行わせる。その際、どのポイントについて確認するのか、明確にしておくことで、活発な話し合いになるようにする。</p>
まとめる(1)	<p>3. 単元の学びを振り返る</p> <ul style="list-style-type: none"> ○記録会を行うことを通して、自分やグループの成長を実感できるようにする。 ○試技→タブレット端末で自分の動きの確認→高さの調整役というローテーションで行う。 ○本時の学習の成果や反省を学習カードに記入し、今後の活動に生かす。  <p><記録会の様子></p>  <p><グループの平均点></p>  <p><グループ内での振り返り></p>	<p>自分の動きを客観的に捉えるためのタブレット端末の活用</p> <p>タブレット端末の遅れ再生映像を自分で確認させ、助走から着地までの一連の動きを客観的に捉え、次の試技に生かすようにさせる。</p> <p>学習の成果を生かす振り返り</p> <p>グループ内で振り返りを行い、学習の成果や達成感などを実感させる。さらに、クラス全体で学習の成果や反省を共有することで、今後の学習にも生かせることがあることに気付けるようにする。</p>

指導例：『走り高跳び』（第5学年 第1時）

1 単元の学習内容や授業の進め方をつかむ。

○動画を見て、走り高跳びの授業をイメージできるようにする。

○走り高跳びのポイントを確認する。

T：走り高跳びのポイントは何かあったかな？

S：助走はリズムカルに、スピードを上げる。

S：足裏全体で力強く踏み切る。

S：腕と振り上げ足を高く上げる。

○自分の目標記録を計算する。

【目標記録＝110＋（身長÷2）－（50m走の記録×10）】



<学習カード>

めあて 試しの運動を通して、自分の目標記録を設定しよう。

2 用具の準備と準備運動、補助運動を行う。（活動1）

○準備運動をグループごとに行う。

T：どういう準備運動を行うといいですか？

S：みんなで声を出して元気に行くと、やる気も出るし、グループもまとまるね。

○ラダーを使ったメニューやバスケットゴールと利用した補助運動を行う。

T：ラダーは腕を使って、跳ねるようにしよう。バスケットゴールをタッチするときは、5歩の助走で、「イーチ、ニー、イチ・ニ・サン」のリズムで行おう。

S：ラダーを使った運動は、腕の振り上げを意識しながら行くと、高く跳べるね。

S：バスケットゴールのネットに向かって、リズムよく助走すると自然と腕も振り上がるね。



<グループごとの準備運動>



<ラダーを使った補助運動>



<バスケットゴールを利用した補助運動>

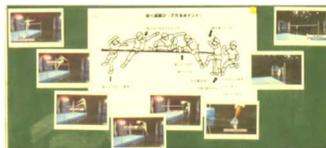
3 試しの運動を行う。（活動2）

T：踏み切り足はどちらが合うのか、どちらも踏み切って確認してみよう。

S：右足踏み切りの方が、力強く踏み切ることができるな。

S：左足で踏み切った方が、腕を振り上げやすいから跳びやすいな。

S：助走の歩数を何歩にしたらいいか、いろいろ試しながら跳んでみよう。



<ポイントの掲示>



<バドミントンの支柱にメモリを作りゴム紐を張った試技の場>



<左足踏み切りの試しの運動>



<右足踏み切りの試しの運動>

4 学習したことを振り返る。

○分かったことを学習カードに記入し、グループやクラス全体で共有し、次の活動に生かす。

☆自分の目標記録が決まったので、その記録を上回るようにこれからの練習に取り組んでいきたいな。

指導のポイント

走り高跳びの授業の進め方の確認

○単元全体の学習の進め方や授業の約束などを学習カードで確認する。また、走り高跳びを知るために動画を見させ、どんなポイントがあるかについて確認することで、今後の学習の見通しをもたせるとともに、やってみたいという意欲を高める。

走り高跳びの動きにつながる準備運動と補助運動

○準備運動では元気よく行うよう促し、補助運動ではラダーやバスケットのゴールを活用して、走り高跳びに必要な腕の振り上げを意識させたり、リズムカルな助走につなげたりさせる。

動きのポイントの視覚化

○ポイントを示した図を掲示しておくことで、ポイントを意識して活動に取り組めるようにする。

試しの運動

○どちらの足で踏み切った方が跳びやすいか試しながら活動させることで、自分に合った踏み切り足を見付けさせる。また、動画で見たポイントを意識しながら試技させることで、自分がどこを意識的に練習したいか考えさせる。

今後の学習に向けて

○本時の学習を振り返り、これから走り高跳びを充実した活動にしていくなために、自分の目標記録の設定だけでなく、走り高跳びのポイントを踏まえて、より跳べるように自分の課題をもたせる。

指導例：『走り高跳び』（第5学年 第3時）

1 グループごとに用具の準備と準備運動を行う。

○準備運動やラダーを使った補助運動を行う。

2 本時のめあてをつかむ。

○前時までの学習を確認し、本時のめあてを確認する。

T：前時までにどんな学習をしましたか？

S：どちらの足で踏み切るか決めた。

S：踏み切りやすい自分の助走の歩数を決めた。

T：跳んでいるときの最高点はどこに来るといい？

S：最高点はゴム紐の真上がいい。

T：最高点がゴム紐の真上になるように、踏み切り位置を調整しよう。



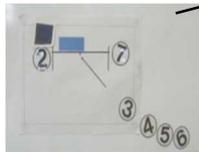
<具体物を用いた説明>

めあて 自分に合った踏み切り位置と助走の位置を考えながら跳ぼう

3 自分に合った踏み切り位置と助走の位置を見付ける。(活動1)

○タブレット端末で録画した動画をスロー再生で確認し、踏み切り位置と助走の位置を調整する。

○ゴム紐の高さを調節する→踏み切り位置を伝える→タブレットで動画を撮る→試技するのローテーションで活動する。



<ローテーションの説明図>

T：踏み切った位置と最高点の関係について、タブレット端末で確認しよう。

S：踏み切り位置が白いラインで、最高点はゴム紐より手前だね。

S：踏み切り位置が赤いラインになるように、もう少し助走の位置を前にしてみるよ。



<踏み切り位置確認のテープ>



<タブレット端末で録画した動画を見ながらの話し合い>



4 記録測定をする。(活動2)

○自分の目標とするゴム紐の高さを申告し、記録測定を行う。

○タブレット端末の遅れ再生にし、自分の試技を確認する。

○ゴム紐の高さを調節する→試技する→動画を見るのローテーションで活動する。

○助走は、みんなで「イチ、ニー、イチ・ニ・サン」と掛け声を掛ける。

T：動画を見て、何か気づきましたか？

S：踏み切り位置がちょうどよかったから、ゴム紐を最高点で跳んでいるな。

S：掛け声に合わせて、リズムカルな助走から踏み切りができています。



<自分の試技を遅れ再生にて確認>

5 学習したことを振り返る。

○本時の学習の成果や反省を学習カードに記入し、次時の活動に生かす。

☆友達とスロー再生映像を見ながら確認したことで、最高点で跳ぶための踏み切り位置が分かった。

☆もっと高く跳ぶには、踏み切り位置が合うだけでなく、他のポイントも意識しないとダメだな。



<振り返りの様子>

指導のポイント

めあての設定

○前時までの学習内容を振り返る場面で、具体物を用いて視覚的に捉えさせることで、本時のめあてを捉えやすくさせる。

役割分担の明確化

○たくさん試技を行うために、役割分担を図式化し、児童が短時間で学習内容をイメージし、スムーズに学習が進められるようにする。

仲間との対話を生み出す
タブレット端末の活用

○ゴム紐を調整する児童に、試技者がどの色のラインで踏み切ったか伝えさせる。また、タブレット端末で撮影した児童に、試技者と一緒にスロー再生で確認させ、最高点がゴム紐に対してどこにあるかを話し合わせることで、次の試技に生かせるようにする。

自分の動きを客観的に捉える
ためのタブレット端末の活用

○タブレット端末の遅れ再生映像を自分で確認させることで、助走から着地までの一連の動きを客観的に捉え、次の試技の参考にさせる。

次時につながる振り返り

○本時のめあてに対する振り返りを中心に、グループで振り返りを行い、最後にクラス全体で共有する。また、更に高く跳ぶために、どんなことに気を付ければいいのかについても考えさせる。

指導例：『走り高跳び』（第5学年 第6時）

1 グループごとに用具の準備と準備運動を行う。

○準備運動やラダーを使った補助運動を行う。

2 本時のめあてをつかむ。

○前時までの学習を確認し、本時のめあてを確認する。

T：より高く跳ぶために、どんなことに気を付けたらよいですか？

S：リズムカルに助走する。

S：踏み切るときは、足裏全体で力強く踏み切る。

S：振り上げ足を高く上げただけでなく、腕の振り上げも意識する。

S：踏み切り位置が合わなかったら、助走の位置で調整する。

めあて 記録会で目標記録に挑戦するとともに、チームの平均点の記録更新を目指そう。

3 自分の課題に合った場で、練習を行う。(活動1)

○リズムカルな助走を意識した場、力強く踏み切る場、抜き足を意識した場を自分で選んで練習に取り組む。



<リズムカルな助走の場>



<力強い踏み切りの場>



<抜き足を意識した場>

T：それぞれの練習の場で、気付いたことや分かったことは何だろう？

S：助走は、最後の3歩を特にリズムよく行うことが大事だね。

S：足裏全体で力強く踏み切ると、踏み切り板の音が大きく鳴るね。

S：抜き足を大きく開いて、素早く引きつけないと、引っかかるね。

4 記録会を行う。(活動2)

○試技→タブレット端末で自分の動きの確認→高さの調整役といったローテーションで、記録会を行う。

○跳べたときは、「ナイス」や「オッケー」などの掛け声や拍手をする。

○自分の目標とするゴム紐の高さを申し試技する。

○助走は、みんなで「イチ、ニー、イチ・ニー・サン」と掛け声を掛ける。

T：どんなことを目標にして、記録会を行いたいですか？

S：今まで100cmが最高記録だったから、今日は105cmまで跳びたいな。

S：自分の記録も更新して、チームの平均点もさらに更新したいな。

S：みんながたくさん跳んで記録を伸ばせるように、素早く行動したいな。

100cm	105cm	110cm
4	4.3	
3.8	4.3	
4.5	5.1	
3.9	4.6	

<今までのグループの平均点>



<遅れ再生で確認>

5 学習したことを振り返る。

○本時の学習の成果や反省を学習カードに記入し、今後の活動に生かす。

☆助走の位置に気を付けながら、リズムよく踏み切るようにしたら、記録が伸びた。

☆タブレット端末で自分の試技を見た後に、どこを修正すればよいか分かったので記録を伸ばすことができた。



<振り返りの様子>

指導のポイント

学習の成果を発揮するために

○本時が最後の走り高跳びの授業となるので、今までの学習で気を付けて取り組んできたことや走り高跳びのポイントを再確認する。

主体的な活動

○より高く跳ぶための自分の課題を見付け、活動に取り組むために、個人での練習を行わせる。同じ場にいる児童同士でアドバイスをし合ったり、タブレット端末の遅れ再生機能を活用したりしながら、課題を解決させる。

チームとしての高まりを実感

○一人一人がたくさん試技を行い、記録更新ができるように、ローテーションを素早く行ったり、温かい声掛けを行ったりさせる。また、記録更新できた時は、拍手をするなどして、グループ全体で喜びを表現させる。

自分の動きを客観的に捉えるためのタブレット端末の活用

○タブレット端末の遅れ再生映像を自分で確認させ、助走から着地までの一連の動きを客観的に捉え、次の試技に生かすようにさせる。

学習の成果と次の運動に生かす振り返り

○「何を学ぶことができたのか」「今回学んだことで次に生かせることは何か」という視点で、振り返りをさせることで、他の運動にもつながることがあることに気付けるようにする。

体 育 科 学 習 指 導 案

令和元年10月 第5学年 指導者 岩崎 雄一

I 単 元 名 (題 材 名) 陸上運動「走り高跳び」

II 学習指導要領上の位置付け

高学年の陸上運動は、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶことで、記録に挑戦したり、相手と競争したりする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。

低学年の走・跳の運動遊びと中学年の走・跳の運動の学習を踏まえ、高学年では、陸上運動の楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、走り高跳びの基本的な技能を身に付けるようにし、中学校の学習につなげていくことが求められる。

また、陸上運動を楽しく行うために、自己やグループの課題を見付け、その解決のための活動を工夫するとともに、約束を守り助け合って運動をしたり、勝敗を受け入れたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や用具の安全に気を配ったりできるようにすることが大切である。

III 目 標

ア 走り高跳びの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶ技能を身に付けることができる。(知識及び技能)

イ ICT機器を活用して自分の動きを確認し、動きのポイントと照らし合わせて、自己や仲間の課題を見付け、自己に適した練習方法を選ぶことができる。(思考力、判断力、表現力等)

ウ 運動に積極的に取り組み、仲間の考えや取組を認めたり、用具の安全に気を配ったりすることができる。(学びに向かう力、人間性等)

IV 指導計画 ※別紙参照

V 本時の展開（1／6）

1 ねらい 走り高跳びの動画を見たり、試しの運動を行ったりする活動を通して、自分の目標記録を設定し、単元全体の見通しをもてるようにする。

2 展開

学習活動（分）	○：留意点	点線囲：評価	☆：振り返りの子供の意識
1 単元の学習内容や授業の進め方をつかむ。（10分）	○学習カードを用いて学習の進め方を確認したり、走り高跳びの動画を見たりすることで、単元全体の見通しをもてるように促す。 ○自分の身長と50m走の記録から、走り高跳びの目標記録の計算の仕方を助言する。 【目標記録＝110＋（身長÷2）－（50m走の記録×10）】		
めあて 試しの運動を通して、自分の目標記録を設定しよう。			
2 用具の準備と準備運動、補助運動を行う。（活動1）（15分）	○用具の準備は、安全面に気を付けて協力して準備するよう促す。 ○ラダーを使ったメニューを紹介し、元気よく行うよう促すことで、リズムカルな助走につながるができるようにする。 ○補助運動は、グループで声を掛けながら行うように助言する。		
3 試しの運動を行う。（活動2）（15分）	○踏み切り足はどちらが合うのか、どちらも踏み切って確認するよう助言する。 ○けがをしないようにするため、着地は足の裏からすることやゴム紐の真ん中を跳ぶことを確認するよ。 ○より高く跳ぶためには、どこに気を付ければよいのか、動画のポイントを思い出しながら、活動するよう助言する。		
単元の課題 リズムカルな助走から力強く踏み切り、記録を伸ばそう。			
自分の目標記録を設定し、これからの活動の見通しをもつことができる。〈観察、学習カード(1)〉			
4 学習したことを振り返る。（5分）	○分かったことを学習カードに記入し、グループやクラス全体で共有し、次時の活動に生かせるように促す。 ☆自分の目標記録が決まったので、その記録を上回るようにこれからの練習に取り組んでいきたいな。		

V 本時の展開（3／6）

- 1 ねらい タブレット端末を活用しながら、友達とアドバイスをし合う活動を通して、ゴム紐を最高点で跳ぶための、自分に合った踏み切り位置と助走の位置を考えながら、跳ぶことができるようにする。

2 展開

学習活動（分）	○：留意点	点線囲：評価	☆：振り返りの子供の意識
1 グループごとに用具の準備と準備運動を行う。（10分）	○グループの意欲を高めるために、準備運動やラダーを使った補助運動はチームごとに元気よく行うよう促し、リズムカルな助走につなげられるようにする。		
2 本時のめあてをつかむ。（3分）	○前時までの学習を振り返り、踏み切り足や助走の歩数を確認するよう促す。		
	めあて 自分に合った踏み切り位置と助走の位置を考えながら跳ぼう。		
3 自分に合った踏み切り位置と助走の位置を見付ける。（活動1）（15分）	○ゴム紐の高さは今まで自分が跳べた記録よりも5～10cm下げて練習することを助言する。 ○グループごとに、「①ゴム紐の高さを調節する児童・踏み切り位置を伝える児童、②タブレットで動画を撮る児童、③試技者」のローテーションで行うことを確認する。 ○踏み切り位置を見ている児童に、踏み切った位置が緑・赤・白・黒・黄・青のテープのどの位置だったかを試技者に伝えさせる。 ○動画を撮る児童に、タブレット端末で録画した試技をスローで再生し、試技者に最高点がどこにあるか確認させ、踏み切り位置と助走の位置をアドバイスするよう促す。		
	踏み切り位置をタブレット端末で確認したり、友達とアドバイスをし合ったりしながら、自分に合った踏み切り位置と助走の位置を考えながら跳ぶことができる。〈観察、学習カード(3)〉		
4 記録測定をする。（活動2）（12分）	○自分の目標とするゴム紐の高さを申告し、試技することを伝える。 ○助走は、みんなで「イーチ、ニー、イチ・ニ・サン」と掛け声を掛けたり、跳べたときは、「ナイス」などの声掛けをしたりすることで活動への意欲を高められるようにする。 ○タブレット端末の遅れ再生映像を自分で確認させることで、助走から着地までの一連の動きを客観的に捉え、次の試技に生かすよう助言する。		
5 学習したことを振り返る。（5分）	○本時の学習の成果や反省を学習カードに記入し、次時の活動に生かすように助言する。 ☆友達とスロー再生映像を見ながら、動きを確認したことで、最高点で跳ぶための踏み切り位置が分かった。		

V 本時の展開（6／6）

1 ねらい 今までの学習の成果を確認しながら記録会を行うことを通して、自分やグループの学習成果を実感できるようにする。

2 展開

学習活動（分）	○：留意点	点線囲：評価	☆：振り返りの子供の意識
1 グループごとに用具の準備と準備運動を行う。（10分）	○グループの意欲を高めるために、準備運動はチームごとに元気よく行うよう促す。 ○主運動につながる補助運動を取り入れるように助言する。		
2 本時のめあてをつかむ。（3分）	○前時までの学習を振り返り、本時のめあてを確認するよう促す。		
めあて 記録会で目標記録に挑戦するとともに、チームの平均点の記録更新を目指そう。			
3 自分の課題に合った場で、練習を行う。（活動1）（7分）	○「リズムカルな助走を意識した場」、「力強く踏み切る場」、「抜き足を意識した場」を自分で選んで練習に取り組むよう促す。 ○助走、踏み切り足、振り上げ足、踏み切り位置、腕の使い方、助走のリズムなどのポイントを意識しながら、練習するよう促す。 ○タブレット端末を遅れ再生機能に設定し、試技を行ったら自分の動きを確認し、その後次の試技を行うように伝える。		
4 記録会を行う。（活動2）（20分）	○試技→タブレット端末で自分の動きの確認→高さの調整役というローテーションで行うことを確認する。 ○助走は、みんなで「イーチ、ニー、イチ・ニ・サン」と掛け声を掛けたり、跳べたときは、「ナイス」などの声掛けをしたりすることで活動への意欲を高められるようにする。		
今までの学習を意識しながら記録会を行い、運動に取り組んでいる。〈観察、学習カード(1)〉			
5 学習したことを振り返る。（5分）	○単元全体を通して学習したことが、他の単元でも役に立ったり、つながったりすることがあるか問い掛ける。 ☆助走の位置に気を付けながら、リズムよく踏み切るようにしたら、記録が伸びた。 ☆タブレット端末で自分の試技を見たことで、どこを修正すればよいか分かったので、記録を伸ばすことができた。		

指導計画 体育科 第5学年 単元(題材)名「陸上運動(走り高跳び)」(全6時間計画)

目標	ア 走り高跳びの楽しさや喜びを味わい、その行い方を理解するとともに、リズムカルな助走から踏み切って跳ぶ技能を身に付けることができる。(知識及び技能) イ ICT機器を活用して自分の動きを確認し、動きのポイントと照らし合わせて、自己や仲間の課題を見付け、自己に適した練習方法を選ぶことができる。(思考力、判断力、表現力等) ウ 運動に積極的に取り組み、仲間の考えや取組を認めたり、用具の安全に気を配ったりすることができる。(学びに向かう力、人間性等)			
評価規準	(1)進んで取り組み、互いに出来栄を見て教え合いながら、協力して練習しようとする。 (2)自己や仲間の課題を見付け、自分に合った練習方法を選んだり、仲間の課題を見付けて伝えたりしている。 (3)リズムカルな助走から力強く踏み切って、高く跳ぶことができる。			
過程	時間	○ねらい めあて	☆振り返り(意識)	◇評価項目 〈方法(観点)〉
つかむ	1	○走り高跳びの動画を見たり、試しの運動を行ったりする活動を通して、自分の目標記録を設定し、単元全体の見通しをもてるようにする。 試しの運動を通して、自分の目標記録を設定しよう。	☆自分の目標記録が決まったので、その記録を上回るように、これからの練習に取り組んでいきたいな。	◇自分の目標記録を設定し、これからの活動の見通しをもつことができる。 〈観察、学習カード(1)〉
追究する	1	○自分に合う踏み切り足を見付けるとともに、助走の歩数を変えて踏み切る活動を通して、リズムカルな助走で踏み切れる歩数を見付け、跳ぶことができる。 自分に合った踏み切り足とリズムカルな助走で踏み切れる歩数を見付けよう。	☆5歩の助走から左足で踏み切ると、跳びやすいことが分かった。	◇自分に合った踏み切り足と助走の歩数を見付け、リズムカルな助走で踏み切って跳ぶことができる。 〈観察、学習カード(3)〉
	1	○タブレット端末を活用しながら、友達とアドバイスをし合う活動を通して、ゴム紐を最高点で跳ぶための、自分に合った踏み切り位置と助走の位置を考えながら、跳ぶことができるようにする。 自分に合った踏み切り位置と助走の位置を考えながら跳ぼう。	☆友達とスロー再生映像を見ながら、動きを確認したことで、最高点で跳ぶための踏み切り位置が分かった。	◇踏み切り位置をタブレット端末で確認したり、友達とアドバイスをし合ったりしながら、自分に合った踏み切り位置と助走の位置を考えながら、跳ぶことができる。 〈観察、学習カード(3)〉
	1	○タブレット端末を活用したり、友達のアドバイスを基にしたりしながら、腕の振り上げや振り上げ足が高く上がっているかを確認して、練習に取り組むことができる。 腕の振り上げや振り上げ足を高くあげることを意識して踏み切ろう。	☆高く跳ぶためには、腕を引き上げることが大切なポイントだと分かった。 ☆友達のアドバイス通りに、振り上げ足を高く上げることを意識したら、今までよりも記録が伸びた。	◇腕の振り上げを高くしたり、振り上げ足を高く振り上げたりすることができるように、友達にアドバイスしたり、アドバイスされたことをもとに練習に取り組んだりしている。 〈観察、学習カード(2)〉
まとめる	1	○走り高跳びの「できるポイント」と照らし合わせ、自己や友達の課題を見付ける活動を通して、練習場所を選ぶことができる。 より高く跳ぶための活動の場を選び、練習しよう。	☆腕の振り上げがあまりないので、意識して跳ぶようにしたら記録が伸びた。	◇高跳びのポイントを理解し、自分の課題や友達の課題を見付け、自分に合った練習の場を選んでいる。 〈観察、学習カード(2)〉
	1	○今までの学習の成果を確認しながら記録会を行うことを通して、自己やグループの学習成果を実感できるようにする。 記録会で目標記録に挑戦するとともに、チームの平均点の記録更新を目指そう。	☆助走の位置に気を付けながら、リズムよく踏み切るようにしたら、記録が伸びた。 ☆タブレット端末で自分の試技を見たことで、どこを修正すればよいか分かったので、記録を伸ばすことができた。	◇今までの学習を意識しながら記録会を行い、運動に取り組んでいる。 〈観察、学習カード(1)〉