

5 展開例

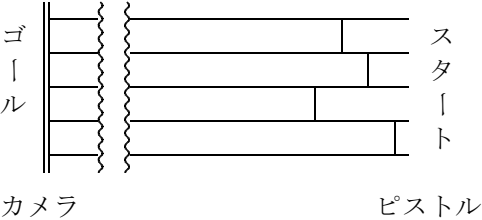
短距離走 [第1学年及び第2学年]

(1) 目標

- スタート・中間疾走・フィニッシュ・腕振りの技能を高めることができるようにする。 (技能)
- グループ内でお互いに助言し合い、協力して練習に取り組もうとするとともに、勝敗や記録の結果を受け入れようとするようにする。 (態度)
- 練習方法や競技のルール、審判方法を理解し、自己の能力に適した目標記録や課題を設定することができるようにする。 (知識, 思考・判断)

(2) 展開 (3/6)

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (☆)	用具・資料
はじめ	15分	1 集合・整列・挨拶をする。 ・班毎に整列し人員点呼を行う。 ・見学者を確認し、健康観察を行う。	○班毎に迅速に集合し、元気よく挨拶するよう促す。 ○欠席者・見学者を把握し、参加生徒の健康状態を正しく把握する。 ☆学習の場や用具の準備や片付けなど、分担した役割を積極的に行おうとしている。 【関・意・態】③ (行動観察) 「努力を要する生徒」に対し、役割を果たすことの大切さについて個別に話をする。	黒板 学習ノート
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> 本時のねらい 自分の能力に合った位置からスタートし競走を楽しもう </div>		
なか	25分	2 本時の学習内容、ねらいの確認をする。 ・自己の特徴を知り、課題を正しく持たせる。 3 準備運動を行う。 ・ランニング ・ストレッチ運動 ・補助運動 【資料1, 2】	○生徒の能力に応じた目標や、その達成に向けた課題が正しく設定できるよう個に応じた支援をする。 ○ストレッチ運動は、各部位10秒程度とする。 ○運動一つ一つのポイントを押さえ、正確に行うよう助言する。	
		4 班毎に練習を行う。 (1) スタートダッシュ (2) 中間疾走 (3) フィニッシュ (4) 腕振り	○課題解決に向けて、個に応じた効果的な練習ができるよう支援する。 ○スムーズに加速できるよう、上体を徐々に起こすよう助言する。 ○腰の位置を高く保ち、もも上げとかかとの引きつけを意識させる。 ○フィニッシュラインの位置を確認し、タイミングよく胸を前に突き出すよう助言する。 ○腕はリラックスして肘を中心に力強く大きく振るよう指導する。 ○役割分担をはっきりさせ、周りの安全に十分留意して取り組ませる。	資料

	<p>5 ハンディキャップ走を行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・班毎に競走を行う。 ・事前に行った8秒間走で走った距離に合わせてスタート位置を決める。 <p style="text-align: right;">【資料21】</p> 	<p>☆フィニッシュをより効率の良いフォームで行うことができる。</p> <p style="text-align: center;">【技】②（実技観察）</p> <p>「努力を要する生徒」に対し、個別に説明したり示範するなどして技能のポイントをつかめるよう支援する。</p> <p>☆学習の場における自分の役割に応じた活動を見付けている。</p> <p style="text-align: center;">【思・判】③（行動観察）</p> <p>「努力を要する生徒」に対し、各役割のポイントについて個別に説明する。</p>	
<p>まとめ</p> <p>10分</p>	<p>6 整理運動をする。</p> <p>7 後片付けをする。</p> <p>8 本時の反省とまとめを行い、次時の課題を確認する。</p> <p>9 挨拶をする。</p>	<p>○呼吸を整えながら、ゆったりと大きな動作で筋肉をほぐすよう助言する。</p> <p>○用具の破損和を確認しながら、協力し合ってスムーズに片付けができるよう促す。</p> <p>○本時のねらいについて達成状況を話し合い、気付いたことを積極的に発表できるよう促す。</p> <p>○カードに記入しながら、自己の技能の伸びを確認するよう促す。</p> <p>○次時の予告をする。</p> <p>○健康状態を把握した後、元気に行わせる。</p>	<p>学習ノート</p>

長距離走 [第1学年及び第2学年]

(1) 目標

- 自己の設定した一定のペースで、1500mを走りきることができるようにする。 (技能)
- グループ内でお互いに助言し合い、協力して練習に取り組もうとするとともに、勝敗や記録の結果を受け入れようとするようにできるようにする。 (態度)
- 練習方法や競技のルール、審判方法を理解し、自己の能力に適した目標記録や課題を設定することができるようにする。 (知識, 思考・判断)

(2) 展開 (3/6)

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (☆)	用具・資料
はじめ	15分	1 集合・整列・挨拶をする。 ・班毎に整列をさせ人員点呼を行う。 ・見学の確認をし、健康観察を行う。	○班毎に迅速に集合し、元気よく挨拶するよう促す。 ○欠席者・見学者を把握し、参加生徒の健康状態を正しく把握する。 ☆学習の場や用具の準備や片付けなど、分担した役割を積極的に行おうとしている。 【関・意・態】③ (行動観察) 「努力を要する生徒」に対し、役割を果たすことの大切さについて個別に話をする。	黒板
		本時のねらい 各自のペースで1500mを走ろう		
なか	25分	2 本時の学習内容、ねらいを確認する。 ・200mごとの目標ラップタイムを設定する。 3 準備運動を行う。 ・ランニング ・ストレッチ運動 ・補助運動 【資料1, 2】	○前時のタイムをもとに、自己の能力に合った目標を設定できるよう支援する。 ○ストレッチ運動は、各部位10秒程度とする。 ○運動一つ一つのポイントを押さえ、正確に行うよう助言する。	学習ノート
		4 1500mのペース走を行う。 ・2人組になり、お互いのラップタイムを記録する。	○大きな声でラップタイムを告げ、走っているペアに確実に伝わるよう促す。 ○設定したペースを守れるよう、リラックスしたフォームで走るよう助言する。 ☆ペース配分ができ、安定して一定の距離を走り通すことができる。 【技】① (実技観察) 「努力を要する生徒」に対し、個別に説明や示範するなどして技能のポイントをつかめるよう支援する。	学習ノート

		<p>☆学習の場における，自分の役割に応じた活動を見付けている。</p> <p>【思・判】③（行動観察）</p> <p>「努力を要する生徒」に対し，役割を果たすことの大切さについて個別に話をする。</p>	
ま と め	10 分	<p>5 整理運動をする。</p> <p>6 本時の反省とまとめを行い，次時の課題を確認する。</p> <p>7 挨拶をする。</p>	<p>○呼吸を整えながら，ゆったりと大きな動作で筋肉をほぐすよう助言する。</p> <p>○本時のねらいについて達成状況を話し合い，気付いたことを積極的に発表できるよう促す。</p> <p>○カードに記入しながら，自己の技能の伸びを確認するよう促す。</p> <p>○次時の予告をする。</p> <p>○健康状態を把握した後，元気に行わせる。</p> <p>学習ノート</p>

ハードル走 [第1学年及び第2学年]

(1) 目標

- 各自の練習によりハードルの技術を高めることができるようにする。 (技能)
- 仲間と互いの踏み切り動作について、声を掛け合いながら練習しようすることができるようにする。 (態度)
- 練習方法や競技のルールを理解し、自己の能力に応じた練習場所を選択したり、効果的な練習方法を選んだり見付けたりすることができるようにする。 (知識, 思考・判断)

(2) 展開 (2/6)

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (☆)	用具・資料
はじめ	15分	1 集合・整列・挨拶をする。 ・班毎に整列をさせ人員点呼を行う。 ・見学の確認をし、健康観察を行う。	○班毎に迅速に集合し、元気よく挨拶するよう促す。 ○欠席者・見学者を把握し、参加生徒の健康状態を正しく把握する。	黒板 学習ノート
		本時のねらい 練習方法を工夫しハードリングを向上させよう		
なか	25分	2 本時の学習内容、ねらいを確認する。 ・自己の特徴を知り、課題を正しく持つ。	○生徒の能力に応じた目標や、その達成に向けた課題が正しく設定できるよう個に応じた支援をする。	ミニハードルラダー 資料 ハードル ミニハードル ゴムひも 走高跳支柱
		3 準備運動を行う。 ・ランニング ・ストレッチ運動 ・補助運動 【資料1, 2, 3】	○ストレッチ運動は、各部位10秒程度とする。 ○運動一つ一つのポイントを押さえ、正確に行うよう助言する。	
なか	25分	4 練習の場を選択し、仲間と練習に取り組む。 (1) 3歩のリズム練習【資料8】 (2) 歩行からジョギングへのハードリング【資料4】 (3) 振り上げ足、抜き足の基本練習 (4) 1歩ハードル【資料6】 (5) スタートから第1ハードルまでの走り方	○課題解決に向けて、個に応じた効果的な練習ができるよう支援する。 ○高さが低くても、抜き足が立たないよう助言する。 ○振り上げ足、抜き足の正しい動作をジョギング程度の速さで出来るよう指導する。 ○振り上げ足は膝から下をまっすぐ降り出し、抜き足はバーと平行になるよう助言する。 ○ディップ(前傾姿勢)を意識するよう促す。 ○遠くからまたぎ越すイメージの持てない生徒には、1台を遠くから何度もまたぎ越すことでイメージを持てるよう支援する。 ○アプローチを、8歩か9歩でスムーズに行えるよう指導する。 ○課題解決に向けて、互いにアドバイスしながら活動するよう声をかける。	資料 ハードル ミニハードル ゴムひも 走高跳支柱
		5 記録計測 (試技は一人2回)	☆提示された練習内容や練習方法の中から自分にあった練習を選んでいる。 【思・判】②(実技観察・学習ノート) 「努力を要する生徒」に対し、判断の参考になる資料を提示したり個別に説明したりして支援する。	

			<p>○役割分担をはっきりさせ、周りの安全に十分留意して取り組ませる。</p> <p>○仲間と協力して記録会を運営できたか。</p> <p>☆勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。</p> <p>【関・意・態】②（行動観察・発言） 「努力を要する生徒」に対し、ルールやマナーの大切さについて個別に話をする。</p>	
<p>まとめ</p>	<p>10分</p>	<p>6 整理運動をする。</p> <p>7 後片付けをする。</p> <p>8 本時の反省とまとめを行い、次時の課題を確認する。</p> <p>9 挨拶をする。</p>	<p>○呼吸を整えながら、ゆったりと大きな動作で筋肉をほぐすよう助言する。</p> <p>○用具の破損を確認しながら、協力し合ってスムーズに片付けるよう助言する。</p> <p>○本時のねらいについて達成状況を話し合い、気付いたことを積極的に発表できるよう促す。</p> <p>○カードに記入しながら、自己の技能の伸びを確認するよう促す。</p> <p>○次時の予告をする。</p> <p>☆ハードル走の技術の名称やルール、競技や審判の方法について理解したことを発言したり記述したりしている。</p> <p>【知・理】②（発言・学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し、資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。</p> <p>○健康状態を把握した後、元気に行わせる。</p>	<p>学習ノート</p>

走り幅跳び [第1学年及び第2学年]

(1) 目標

- 自己の能力に応じた助走ができるようにする。 (技能)
- グループ内でお互いに助言し合い、協力して練習に取り組もうとするとともに、勝敗や記録の結果を受け入れようとするようにできる。 (態度)
- 練習方法や競技のルールを理解し、自己の能力に適した目標記録や課題を設定できるようにする。 (知識, 思考・判断)

(2) 展開 (2/6)

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (☆)	用具・資料
はじめ	15分	1 集合・整列・挨拶をする。 ・班毎に整列をさせ人員点呼を行う。 ・見学の確認をし、健康観察を行う。	○班毎に迅速に集合し、元気よく挨拶するよう促す。 ○欠席者・見学者を把握し、参加生徒の健康状態を正しく把握する。	黒板
		本時のねらい 助走のスピードを生かした力強い踏み切りで跳ぶことができるようにしよう		
なか	25分	2 本時の学習内容、ねらいを確認する。 ・自己の特徴を知り、課題を正しく持たせる。	○生徒の能力に応じた目標や、その達成に向けた課題が正しく設定できるよう個に応じた支援をする。 ○ストレッチ運動は、各部位10秒程度とする。	学習ノート
		3 準備運動を行う。 ・ランニング ・ストレッチ運動 ・補助運動 【資料1, 2】	○運動一つ一つのポイントを押さえ、正確に行うよう助言する。	
		4 練習の場を選択し、仲間と練習に取り組む。 (1) 短助走で行う。 ・助走距離を変えた走る抜け練習 ・輪を活用した歩幅の練習 ・ロイター板や跳び箱を活用した踏み切り練習 【資料17・18・19】 (2) 全助走で行う。	○課題解決に向けて、個に応じた効果的な練習ができるよう支援する。 ○助走練習では、5mずつ距離を伸ばしながら、自分に合った距離と歩数を定めることができるよう支援する。 ○踏み切り練習では、リズムよく助走し足裏全体で踏み切ることや、最後の3歩の歩幅を意識して跳ぶように助言する。 ○踏み切り動作がうまくできない生徒には3歩助走で「トーン・ト・トーン」のリズムから練習するよう助言する。 ○踏み切り動作を仲間と相互に見合い、模範図と比較しながら、教え合って練習できるよう助言する。 ○仲間同士教え合う声かけの少ないグループには技能のポイントを分かりやすい言葉で説明するなどの支援をする。	資料 リボンロッド マーカー ロイター板 砂場ならし

		<p>5 記録計測（試技は一人2回） 【資料20】</p>	<p>☆提示された練習内容や練習方法の中から自分にあった練習を選んでいる。 【思・判】②（実技観察・学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し、判断の参考になる資料を提示したり個別に説明したりして支援する。</p> <p>○役割分担をはっきりさせ、周りの安全に十分留意して取り組ませるよう促す。</p> <p>☆勝敗などを認め、ルールやマナーを守ろうとしている。 【関・意・態】②（行動観察・発言） 「努力を要する生徒」に対し、ルールやマナーの大切さについて個別に話をする。</p>	
<p>まとめ</p>	<p>10分</p>	<p>6 整理運動をする。</p> <p>7 後片付けをする。</p> <p>8 本時の反省とまとめを行い、次時の課題を確認する。</p> <p>9 挨拶をする。</p>	<p>○呼吸を整えながら、ゆったりと大きな動作で筋肉をほぐすよう助言する。</p> <p>○用具の破損を確認しながら、協力し合ってスムーズに片付けるよう助言する。</p> <p>○本時のねらいについて達成状況を話し合い気付いたことを積極的に発表できるよう促す。</p> <p>○カードに記入しながら、自己の技能の伸びを確認するよう促す。</p> <p>○次時の予告をする。</p> <p>☆走り幅跳びの技術の名称やルール、競技や審判の方法について理解したことを発言したり記述したりしている。 【知・理】②（発言・学習ノート） 「努力を要する生徒」に対し、資料などの重要な部分にラインを引かせるなど個別に支援する。</p> <p>○健康状態を把握した後、元気に行わせる。</p>	<p>学習ノート</p>

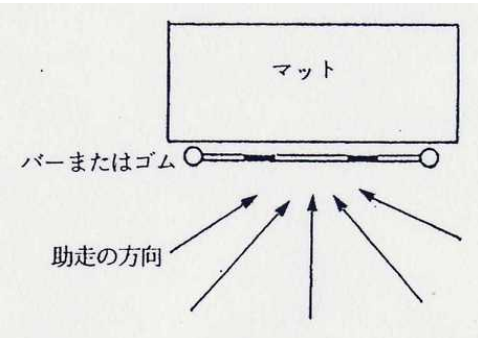
走り高跳び [第1学年及び第2学年]

(1) 目標

- はさみ跳びのリズミカルな助走を身に付けることができるようにする。 (技能)
- グループ内でお互いに助言し合い、協力して練習に取り組もうとするとともに、勝敗や記録の結果を受け入れようとするようにする。 (態度)
- 練習方法や競技のルールを理解し、自己の能力に適した目標記録や課題を設定できるようにする。 (知識、思考・判断)

(2) 展開 (3/6)

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (☆)	用具・資料
はじめ	15分	1 集合・整列・挨拶をする。 ・班毎に整列をさせ人員点呼を行う。 ・見学の確認をし、健康観察を行う。	○班毎に迅速に集合し、元気よく挨拶するよう促す。 ○欠席者・見学者を把握し、参加生徒の健康状態を正しく把握する。 ☆学習の場や用具の準備や片付けなど、分担した役割を積極的に行おうとしている。 【関・意・態】③ (行動観察) 「努力を要する生徒」に対し、役割を果たすことの大切さについて個別に話をする。	黒板
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> 本時のねらい はさみとびに挑戦しよう </div> 2 本時の学習内容、ねらいを確認する。 ・自己の特徴を知り、課題を正しく持つ。 3 準備運動を行う。 ・ランニング ・ストレッチ運動 ・補助運動 【資料1・2】 ・3人一組でゴム跳びをする。	○生徒の能力に応じた目標や、その達成に向けた課題が正しく設定できるよう個に応じた支援をする。 ○ストレッチ運動は、各部位10秒程度とする。 ○運動一つ一つのポイントを押さえ、正確に行うよう助言する。 ○着地用のマットがなくても練習させることができるので数多く用意する。	学習ノート
なか	25分	4 練習の場を選択し、仲間と練習に取り組む。 (1) 振り上げ足の練習 ・ボール蹴り 【資料1 2】 ・その場跳躍 (2) 空中フォームの練習 ・踏み切り板を使った練習 ・2本のバーを使った抜き足練習 【資料1 3】 (3) 助走練習 ・3歩助走～9歩助走	○課題解決に向けて、個に応じた効果的な練習ができるよう支援する。 ○鉄棒にボール等を吊して蹴るなど、練習を工夫する。 ○アームアクションを利用して、振り上げ足はボールを蹴るように鋭く振り上げるよう助言する。 ○振り上げ足がバーを越えたら直ちに下方へ振り下ろすことにより、踏み切り足を胸に引きつけやすくなることを説明する。 ○3歩助走から踏み切り板を使い、高く浮き上がることを利用し大きな空中動作が身に付くよう支援する。 ○バーの間隔を20cm程度とし、跳ぶときに無理のない高さに設定する。 ○助走の角度や踏切位置を変えながら跳ばせ、適切な位置での助走や踏切位置をつかませる。	ハードル 支柱 バー ゴムバー 高跳び用 マット ひものついたボール

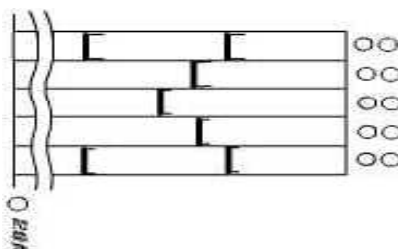
	 <p>5 記録会行う。 【資料14】</p>	<p>○仲間同士跳び方を見ながら、出来ているところ、改善することが話し合えるよう支援をする。</p> <p>○バーが高くなると、自然に背面跳びのようになるので、背中からおちること、膝で鼻を打たないことを指示しておく。</p> <p>○役割分担をはっきりさせ、周りの安全に十分留意して取り組ませる。</p> <p>☆学習の場における自分の役割に応じた活動を身付けている。</p> <p>【思・判】③（行動観察） 「努力を要する生徒」に対し、役割を果たすことの大切さについて個別に話をする。</p> <p>☆リラックスした状態でリズムカルに助走を行うことができる。</p> <p>【技】①（実技観察） 「努力を要する生徒」に対し、個別に説明したり示範するなどして技能のポイントをつかめるよう支援する。</p>
<p>まとめ 10分</p>	<p>6 整理運動をする。</p> <p>7 後片付けをする。</p> <p>8 本時の反省とまとめを行い、次時の課題を確認する。</p> <p>9 挨拶をする。</p>	<p>○呼吸を整えながら、ゆったりと大きな動作で筋肉をほぐすよう助言する。</p> <p>○用具の破損を確認しながら、協力し合ってスムーズに片付けるよう助言する。</p> <p>○本時のねらいについて達成状況を話し合い、気付いたことを積極的に発表できるよう促す。</p> <p>○カードに記入しながら、自己の技能の伸びを確認するよう促す。</p> <p>○次時の予告をする。</p> <p>○健康状態を把握した後、元気に行わせる。</p> <p style="text-align: right;">学習ノート</p>

陸上競技（領域内選択）[第3学年]

(1) 目標

- 陸上競技の特性に応じた、各種目特有の動きを身に付けることができるようにする。 (技能)
- 陸上競技の楽しさや喜びを味わうことができるよう、勝敗などを冷静に受け止め、ルールやマナーを大切にしようとする事、自己の責任を果たそうとするなど、健康・安全を確保して、学習に自主的に取り組もうとすることができるようにする。 (態度)
- 技術の名称や行い方、体力の高め方、運動観察の方法を理解し、生涯にわたって陸上競技を豊かに実践するための自己の課題に応じた運動の取り組み方を工夫することができるようにする。 (知識, 思考・判断)

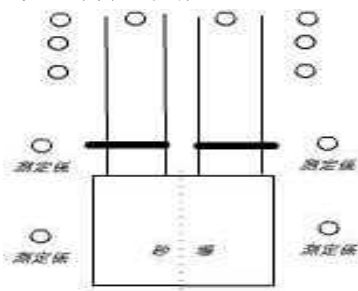
(2) 展開 (3/20)

過程	時間	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (☆)	用具・資料
はじめ	15分	1 集合・整列・挨拶をする。 ・班毎に整列をさせ人員点呼を行う。 ・見学の確認をし、健康観察を行う。	○班毎に迅速に集合し、元気よく挨拶するよう促す。 ○欠席者・見学者を把握し、参加生徒の健康状態を正しく把握する。	黒板
		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> 本時のねらい 自己の能力に適した課題の解決を目指して、練習の仕方や競技の仕方の工夫することができるようにしよう </div>		
		2 本時の学習内容、ねらいを確認する。 ・自己の特徴を知り、課題を正しく持つ。 3 準備運動を行う。 ・ランニング ・ストレッチ運動 ・補助運動 【資料1, 2】	○生徒の能力に応じた目標や、その達成に向けた課題が正しく設定できるよう個に応じた支援をする。 ○ストレッチ運動は、各部位10秒程度とする。 ○運動一つ一つのポイントを押さえ、正確に行うよう助言する。	学習ノート
		4 種目別練習を行う。 <u>ハードル走</u> ・柔軟【資料3】 ・3歩のリズム走【資料8】 ・歩行からジョギングへのハードリング【資料4】 ・振り上げ足、抜き足の基本練習【資料5】 ・1歩ハードル【資料6, 7】 (練習の場) 	○課題解決に向けて、個に応じた効果的な練習ができるよう支援する。 ○高さが低くても、抜き足が立たないように助言する。 ○振り上げ足、抜き足の正しい動作をジョギング程度の速さで出来るよう指導する。 ○振り上げ足は膝から下をまっすぐ降り出し、抜き足はバーと平行になるよう助言する。 ○ディップ(前傾姿勢)を意識するよう促す。 ○遠くからまたぎ越すイメージの持てない生徒には、1台を遠くから何度もまたぎ越すことでイメージを持てるよう支援する。 ○自分にあったインターバルで数多く練習できるように複数のインターバルのコースを設定する。 ○課題解決のためお互いにアドバイスしながら活動しているか確認する。 ☆スタートダッシュからスピードを落とさず、1台目のハードルを走り越すことができる。 【技】①(実技観察) 「努力を要する生徒」に対し、個別に説明したり示範するなどして技能のポイントをつかめるよう支援する。	資料 ハードル 25台

な
か
25
分

走り幅跳び

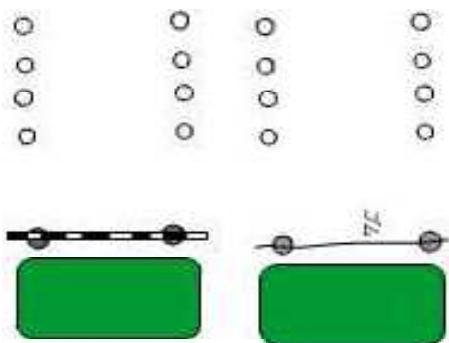
- ・着地【資料16】
- ・助走距離や歩数



- ・踏切【資料17】
- ・空中動作【資料18】
- ・練習の場【資料15】

走り高跳び

- ・跳び方の工夫【資料9, 11】
- ・助走【資料10】
(練習の場)



- かかとお尻を近づけ、安全な着地ができるように意識させる。
- 様々な助走を試し、自分に合った距離と歩数を見付けることができるよう支援する。
- 空中に高く飛び出す快さを味わわせるためロイター板を使用する。
- 「高く跳べない生徒」に対しては、踏み切り線と砂場の間に低い障害を置いて、その上跳ばせるなどの工夫をする。
- 課題解決のためお互いにアドバイスしながら活動するよう促す。

☆自己の能力に応じた助走距離を設定し、歩数の確認を行い、踏み切り直前にはトップスピードを維持して助走することができる。

【技】①(実技観察)

「努力を要する生徒」に対し、助走距離を短くしたり、スタート位置にマークをするなどの工夫をするよう助言する。

- どの程度の記録ができるかを跳びやすい跳び方で記録に挑戦できるように支援する。
- 助走の角度や踏切位置を変えながら、適切な位置での助走や踏切位置をつかませる。
- 跳躍の仕方によって助走が変わることに気づかせ、効率よい助走を心がけるよう促す。
- 背面跳びについては、その生徒の安全(技能・態度・器具・用具等)性を確認した上で実施させる。
- 課題解決のためお互いにアドバイスしながら活動するよう促す。

☆リズムカルな助走から足裏全体で真上に伸び上がるように踏み切ることができる。

【技】①(実技観察)

「努力を要する生徒」に対し、個別に説明したり示範するなどして技能のポイントをつかめるよう支援する。

リボンロッド
マーカー
ロイター板
砂場ならし
小ハードル

支柱
バー
ゴムバー
マーカー

ま
と
め
10
分

- 5 整理運動をする。
- 6 後片付けをする。
- 7 本時の反省とまとめを行い、次時の課題を確認する。
- 8 挨拶をする。

- 呼吸を整えながら、ゆったりと大きな動作で筋肉をほぐすよう助言する。
- 用具の破損を確認しながら、協力し合ってスムーズに片付けるよう助言する。
- 本時のねらいについて達成状況を話し合い気付いたことを積極的に発表できるよう促す。
- カードに記入しながら、自己の技能の伸びを確認するよう促す。
- 次時の予告をする。
- 健康状態を把握した後、元気に行わせる。

学習ノート