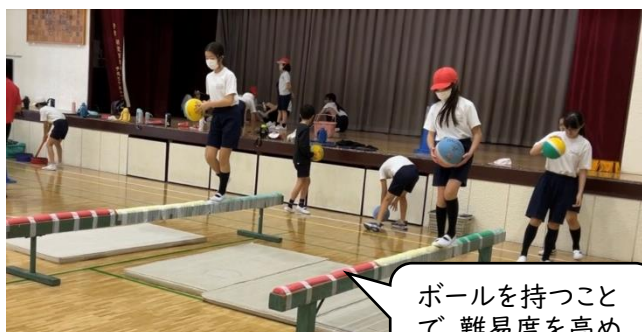


6年生

体育科「体の動き高める運動」

体育科の学習では、「体の動きを高める運動」を学習しました。この単元は、「体の柔らかさ」「巧みな動き（バランス）（リズム）（タイミング）（力の調整）」「力強い動き」など運動を行う上で必要な体力を養うことを目的としています。また、この単元では、自己の課題を捉え、自身で解決方法を考えながら直接的に体力を高めることをねらいとしています。そのため、6つの場を用意し、児童自身高めたい力を選択しながら取り組めるようにしました。単元の終わりには、ほとんどの児童が「体の動きを高めることができた。」「なりたい自分になれた。」と振り返っていました。

ジャンプと同時にボールを上に向けて難易度を高めました。



平均台渡り（バランス）

ボールを持つことで、難易度を高めました。



長縄（タイミング）



カーリング（力の調整）

的に入るように蹴り方と力の入れ方を工夫しました。



バンブーダンス（リズム）

テンポを速くしたり、拍子を変えたりすることで難易度を高めました。



自分運び（力強さ）

さまざまな引き方を試し、力の使い方が高まりました。



ガロンスロー（力強さ）

より高く飛ばすためのフォームを工夫しました。