

すこやか通信

2

平成30年7月10日
練馬区立立野小学校
校長 池上 育志
研究推進委員会

今年も研究授業を報告します



一人一人が気持ちよく走り越すために必要なことを全員で確認して学習が始まりました。

順番やタイムを競うことなく、運動を楽しめるのがこの運動のよさです。

5月30日(水)5時間目
3年1組 指導者 加藤先生
「走・跳の運動(小型ハードル走)」



気持ちよく走り越すことができるコースを選ぶために、各グループが工夫したコースを試走します。

グループごとに話し合っています。ハードルの高さや間隔をどうすると気持ちよく走り越せるかの相談です。決まったら、ホワイトボードにコースの特徴を書いてスタート地点に置きました。



6月20日(水)5時間目
1年2組 指導者 荒屋敷先生
「跳の運動遊び」

低学年の「走・跳の運動遊び」は、高学年の「陸上運動」につながるものです。走ったり、跳んだりする楽しさや心地よさを味わいながら、体を巧みに操作していろいろな動きを身に付けることのできる運動です。



「ビッグジャンプ」コーナー

ゴム紐の高さなどを変えながら、助走を加えてより高く、より前方に跳ぶことを目指したコーナーです。



「川ジャンプ」コーナー

体育館の床にビニールテープを貼り、くねくねした川が出現。川に落ちないように助走をつけて跳び越すコーナーです。



「リズムジャンプ」コーナー

たくさんのケンステップを配置を工夫して床になれば、リズムよく、連続して跳ぶことを目指したコーナーです。

7月3日(火)5時間目

6年1・2組 指導者 岡部先生 服部先生

「水泳運動」

リズム水泳

音楽に合わせて楽しくウォーミングアップ。でも、水泳につながる大切な動きの要素がしっかり盛り込まれています。



トリオ学習

トリオで順番に見合いながら、自分の課題解決を目指して泳ぎの練習をしました。



スイム駅伝

6人組で5分間、プールの横10mを順番に泳ぎます。ビート板がバトンの代わりです。他のチームではなく、前回の自分たちの記録を上回ることを目指します。

