

B-2 指導計画、評価計画

別紙 [1年陸上競技] **ハードル走の指導計画と評価計画** (総時数7時間) []は評価方法

段階	指導計画		観点別学習状況の評価規準			
	指導のねらいと道すじ	支援	A 関心・意欲・態度	B 思考・判断	C 技能	D 知識・理解
1次 2時間	<p>「オリエンテーション」</p> <p>学習のねらいと学習の進め方を理解し、学習の見通しを持つ</p> <ul style="list-style-type: none"> 学習のねらいと全体計画を理解する。ペア決め。 学習カードの使い方。 50mハードルの測定。 目標記録の設定。 	<ul style="list-style-type: none"> 学習カード、技能チェック表の記入方法や、目標記録の設定を通して意欲を高める。 試しの測定では、特に3歩にこだわらず、自由に走らせ、自分の技能をつかませる。 	<p>①興味を持ち、意欲的に取り組みようとしている。 【活動観察】</p>			<p>①学習のねらいや進め方が理解できる。 【活動観察】</p> <p>②準備の方法や学習カードの使い方が理解できる。 【活動観察】</p>
2次 2時間	<p>「ねらい1」</p> <p>自分の力にあったコースで自分の力を確かめたり、基礎的な技術を身につけ自己の記録を伸ばす。</p> <p>[共通課題の学習]</p> <ul style="list-style-type: none"> 振り上げ足と抜足 第1ハードルまでの足合わせ ハードリング インターバルの3歩のリズム 3歩で走れるインターバル 	<ul style="list-style-type: none"> 示範や技能チェック表を使い、基本技能の理解を助ける。 うまくいかない生徒には個別に指導・助言する。 ペア同士で教え合い、励ましあいながら取り組ませる。 3歩で走る感覚をつかませるために、より多くのインターバルを準備したい。 上達した生徒を全体の前で紹介し意欲を促す。 	<p>②練習場所の安全を確かめ自分で決めたコースで、意欲的に練習している。 【活動観察】</p> <p>③ペア同士で積極的に教えあい励まし合っている。 【活動観察】</p> <p>④記録測定の係などに進んでとりくんでいる。 【活動観察】</p>	<p>①自分の長所や短所を見つけることができる。 【技能チェック】 【個人ノート】</p> <p>②指導者のアドバイスを、練習に生かすことができる。 【活動観察】</p>	<p>①ハードルを低くまたぎ越すことができる。 【技能チェック】 【活動観察】</p> <p>②スタートから第1ハードルまで、スピードにのることができる。 【技能チェック】 【活動観察】</p>	<p>③基本技能のポイントが理解できる。 【個人ノート】</p> <p>④計時やスターターの方法がわかる。 【活動観察】</p>
3次 2時間	<p>「ねらい2」</p> <p>高まった力にふさわしいコースで、インターバルやハードルの技術をさらに高めて、自己の記録を伸ばす。</p> <p>[課題を選択する学習]</p> <p>[学習の準備、準備運動]</p> <p>↓</p> <p>[本時の課題、練習方法の確認]</p> <p>↓ ←学習ノート 技能チェック表</p> <p>[課題別個人練習]</p> <p>↓ ←練習解説</p> <p>[記録の測定]</p> <p>↓ ←技能チェック表</p> <p>[反省・評価]</p> <p>↓ ←学習ノート 課題・練習方法例</p> <p>[次時の課題と練習方法の選択]</p>	<ul style="list-style-type: none"> 練習場所を巡回しながらポイントを押さえた練習がなされるように助言する。 つまずきの多い生徒には積極的に技能指導や助言をおこない、その子なりの良さを認め、称賛や励ましをする。 できばえの良い生徒を全体に紹介し、更に意欲を高めるとともに、技能のポイントや課題の意識づけとしたい。 毎時間、学習ノートを点検し、各自の課題選択や練習方法が適切になされているか調べ、助言の参考にする。 	<p>⑤課題を意識し意欲的に練習に取り組んでいる。 【活動観察】</p> <p>⑥自己評価や技能チェックなど、活動の振り返りに進んで取り組んでいる。 【自己評価表】 【個人ノート】</p>	<p>③自分に合った課題や練習方法を選択することができる。 【個人ノート】</p>	<p>③インターバルを3歩のリズムで走ることができる。 【技能チェック】 【活動観察】</p> <p>④ハードルを速くまたぎ越すことができる。 【技能チェック】 【活動観察】</p>	<p>⑤課題選択学習の方法が理解できる。 【個人ノート】</p>
4次 1時間	<p>「高まりを確かめる。」</p> <ul style="list-style-type: none"> 記録会 学習の反省と評価 	<ul style="list-style-type: none"> 学習カードをもとに、個人の上達度を振り返らせる。 各自の伸びを全体で紹介し今後の意欲づけとする 		<p>④自分の上達した点を見つけることができる。 【個人ノート】</p>		<p>⑥運動の楽しみ方、学び方が理解できる。 【自己評価表】</p>