

ハンドボール（7時間）の授業の流れ

パスや走り込んでシュートするためのポイントを意識して練習やゲームに取り組もう。

- ① **学習の進め方の確認（全体）**
- ② **準備運動（グループ）**
- ③ **練習（グループ）**
 - ・ **キャッチボール，動きながらのパス**
- ④ **ゲーム シュート練習または作戦タイム**
- ⑤ **振り返り学習カードの記入（全体）**

○対面パスのポイント

- ・相手の**胸をめがけて**投げる。
- ・**手のひらを相手に向けて**受け取る。

○動きながらパスのポイント

- ・相手の**走る前方に**投げる。
- ・タイミングよく**声をかけて**ボールを受け取る。

○走り込んでシュートのポイント

- ・**空中で**ボールを**キャッチ**する。
- ・**3歩目のリズム**でゴール前に走り込む。
- ・ゴールの**四すみをめがけて**投げる。

サッカー（7時間）の授業の流れ

パスや走り込んでシュートするためのポイントを意識して練習やゲームに取り組もう。

①学習の進め方の確認（全体）

②準備運動（グループ）

③練習（グループ）

・ドリブルターンパス， ツーメンパス

④ゲーム ミニゴールゲームまたは作戦タイム

⑤振り返り学習カードの記入（全体）

- ・押し上げゴール
- ・オフサイドあり

○ドリブルターンパスのポイント

- ・ボールを**やさしくタッチ**してドリブルする。
- ・**足のうら**でボールを止めてターンする。
- ・**相手とボール**をみて**足の内側**でパスをする。

○ツーマンパスのポイント

- ・仲間の**走る前方**にパスをする。
- ・タイミングよく**声をかけて**ボールを受ける。

○走り込んでシュートのポイント

- ・守る相手の**後方**に走りこむ。
- ・ゴール前の**正面**に走りこむ。
- ・ゴールの**四すみをめがけて**シュートする。

ダンス（7時間）の授業の流れ

グループで協力して、隊形を工夫するなどして、リズムに乗り感じを込めておどろろ。

- ① **学習の進め方の確認（全体）**
- ② **前時の反省，本時の課題の確認（グループ）**
- ③ **練習（グループ） 1時間目～3時間目**
練習・演技（グループ） 4時間目～6時間目
発表会（全体） 7時間目 **グループ5分以内**
- ④ **振り返り学習カードの記入（全体）**

○リズムと動きのポイント

- ・ 気持ちよく音楽のビートに乗れるように、**簡単な繰り返しのリズム**で踊る。
- ・ 軽快なリズムに乗って弾みながら、**揺れる、回る、ステップを踏んで手をたたく、ストップを入れる**などして踊る。

○課題への取り組み方

- ・ 興味のある**曲・アーティスト**を決定する。
- ・ **リーダー**が振付を覚えてきて班員に伝える。
- ・ 進度に応じて**曲を短く踊りを簡単に**する。
- ・ 発表では**仲間のよい動きや表現を発見**する。