

単元計画

時	1	2	3	4	5 (本時)	6	7	8	
段 階	導 入	展開 1			展開 2			まとめ	
ねらい	単元の概要を知り、水に慣れるとともに今の泳力を確認しよう。	クロール・平泳ぎの効率的な泳ぎ方を理解しよう。	背泳ぎの効率的な泳ぎ方を理解しよう。	バタフライの効率的な泳ぎ方を理解しよう。	選択した泳法(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ)について、自己や仲間の課題を見つけ、練習方法を選んで、効率的な泳ぎを身に付けよう。			皆が楽しめる水泳記録会で成果を確認しよう。	
学習活動	<p>○オリエンテーション ・学習のねらいや道筋を知る。 ・水泳の心得を確認する。 ・学習カードや補助具の活用の仕方について確認する。</p> <p>○水慣れの活動 (復習を兼ねて) ・腰掛けキック・みんなでジャンプ・ジャンケンゲーム ・壁キック・け伸び競争・板なしキック</p> <p>○ためしの泳ぎ(クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライ 25m タイムトライアル)</p> <p>○グルーピング</p> <p>○グループで水遊び(交流ゲーム)</p> <p>○学習カード記入(目標決め等)</p>	<p><毎時の活動> ○挨拶・出席確認・健康観察 ○本時のねらい、学習内容の確認 ○パディチェック(人数確認) ○準備運動 ○シャワー</p> <p>○水慣れの活動: 腰掛けキック・水中ジャンプ・壁キック等</p> <p>○交流の活動(心と体をほぐす): 各種水中ジャンケン・各種リレー遊び等(2時間目, 3時間目はこの活動の時間を長めに設定する)</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>学習テーマ1 「クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの効率的な泳ぎ方を理解する」 ・抵抗を減らし、推進力を得て泳ぐクロールと平泳ぎ ・頭の位置を動かさずストリームラインを意識した背泳ぎ</p> </div>			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>学習テーマ2 「選択した泳法について、課題を見つけ、練習方法を選んで、効率的な泳ぎを身に付ける」</p> </div>			<p>○水泳記録会</p> <ul style="list-style-type: none"> ・25m(選択泳法) ・複数の泳法の組合せ 50~100m ・リレー
	<p><毎時の活動> ○後片付け ○パディ確認(人数・体調確認) ○本時の振り返りとまとめ、次時の連絡 ○シャワー ○学習カードの記入(教室)</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>学習テーマ1 「クロール・平泳ぎ・背泳ぎ・バタフライの効率的な泳ぎ方を理解する」 ・抵抗を減らし、推進力を得て泳ぐクロールと平泳ぎ ・頭の位置を動かさずストリームラインを意識した背泳ぎ</p> </div>			<p>○試しの泳ぎ(5時間目のみ) (クロール・平泳ぎ・背泳ぎの選択25m) ・運動観察・ストローク数・タイム計測(ワークシート記入)</p> <p>○選択した泳法の技術ポイント確認(ホワイトボード)</p> <p>○選択泳法学習(クロール・平泳ぎ・背泳ぎの選択) ・パディシステムを利用した教え合い ・課題練習(キック・プル・ドリル等の選択)</p> <p>○成果確認の泳ぎ ・運動観察・ストローク数・タイム計測(ワークシート記入)</p>			<p><単元のまとめをする></p> <p>○後片付け・パディ確認 ○單元まとめ・振り返り ○シャワー ○振り返り・学習カードの記入(教室)</p>	
評価計画	知識・技能	知③技⑤	知③	知③			知①	知①②技①	
	思考・判断・表現				①	①②	②		
	主体的に学習に取り組む態度	⑤	①	⑤	③	①	③	②	