

# ゲストティーチャーによる出前授業（5，6年体育）

走り高跳びでは歩数を合わせ、ふり上げる足の高さや方向に気を付けることで美しく跳びこせること学び、ハードルでは左右の足のふり上げ方、ぬき方によって恐怖心が減ることを学びました。またソフトボール投げのポイントにしたがって投げると記録が伸びることを実体験し、大喜びの体育となりました。

## 田布施中の先生による授業（走り高跳び・ハードル）



## 公集小の先生の授業



**ボールをもっと遠くに  
投げよう！**

① 投げる動きを身に付けよう。  
② もっと遠くに投げるコツを  
つかもう。

**<学習の約束>**

① 用具を正しく使う。  
② 投げる前に、前方に人がいないかを確認する。  
③ 仲間の考えや、がんばりをみとめる。

**ボールがへこまないようににする。**

① 「すの字投法」  
→ 横向きに立つ。投げたい方向に  
鉛筆のつま先を向けて投げる。  
② 「片足投法」  
→ 1ー3秒間、片足で立ってから  
投げる。

**③「受け取り投法」**  
→ 体全体を大きく使う。仲間と相  
話し、受け取る位置を調節する。  
※「びよんびよん投法」  
→ サイドステップをしてから、思  
い切り投げる。