



## 〈単元〉陸上競技

### ■活用教材

走り高跳び用スタンド

## ねらい

### (従来の問題)

生徒の能力差によるバーの高さ調節がある。高くなるにつれ跳べない生徒が出てくる。その生徒たちは能力の高い生徒の跳躍を見ているだけになってしまう。

### (5段階式だと)

5cm刻みで自由に変えられるスタンドであるため、個々の能力に応じた練習ができ、生徒がより意欲的に繰り返し挑戦できる。

## 効果

1.この教材を利用することで、従来利用していなかった授業或いは利用しなかった学級と比較して効果があった項目。

- ①運動や健康・安全への関心・意欲・態度⇒最もねらった観点
- ②運動の技能
- ③運動や健康・安全についての思考・判断
- ④子ども同士の学習の連携、協力、主体的な活動を高めること

### 2.学習効果

高いバーに挑戦できなくなった生徒が跳べずに見ているということが無くなった。

それぞれ自分の挑戦したい高さにバーを乗せることができるので多くの生徒が繰り返し挑戦する姿が見られた。その結果、以前に比べ5～10cmの記録の伸びを示した生徒が多く見られた。

## 実践内容

- 1.1グループ6人のグループでバトンパスをしながらジョギング、その後体操
- 2.2グループずつ3種目に分かれて練習と記録測定を行う  
(走り幅跳び、走り高跳び、ハードル)⇒走り高跳びグループが使用
- 3.残り10分で、全グループが集まり、リレーを行う
- 4.それぞれの種目の記録を個人カードに記入



1年走り高跳びの授業の様子

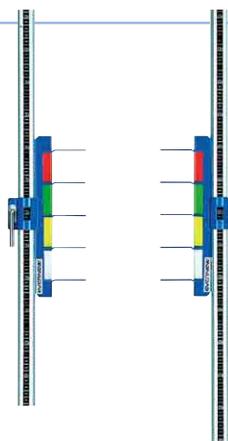


ハードルの練習をしている様子

実践事例で活用された教材はこんな教材です

走高跳スタンドT160ED

GB-150	税込 ¥26,250
--------	------------



バー受け(5段)

GB-144	税込 ¥6,300
--------	-----------

こんな授業を  
提案します!

■着地のことを気にせず跳躍できます。……………

- エバーマットを置くことで、安心して跳躍できます。
- 踏切板を使用することで高く飛べ、空中での体勢・ジャンプのタイミングを確認できます。



■時間の短縮が可能です。……………

- バー受け(5段)を使用することで、バー受けをその都度調整することなく継続できる。2ヶ重ねることでより効果がアップします。



その他の教材紹介



ミニ雷管(100発入)

GA-223	税込 ¥441
--------	---------



信号器双発式

GA-201	税込 ¥3,885
--------	-----------



イヤードیفエンダー

GA-216	税込 ¥4,200
--------	-----------