

走り高跳びにおける、教師の働きかけ（例）

子供の状態	局面	教師の働きかけ			
		直…直接的な指導	間…間接的な指導	支…必要な支援	PC…1人1台端末
助走の距離が分からない。	助走	直…バーの位置から逆方向に5歩走ってみて、5歩目のところから走ろう。	間…たくさん走る必要はあるかな？ 高くフワッと跳べる距離を考えよう。	支…斜めの角度で走りやすいようにビニールテープを貼ったり、マークを置いたりする。	
助走の走路（右・左）が決まっていない。	助走	直…力強く踏み切れるほうの足が左足なら、右の走路から助走してみよう。	間…左右どちらの足のほうが跳びやすいか試してみよう。	PC…仲間に動画を撮ってもらい、左右の跳び方を比べてみる。	
助走の速さ・リズムが分からない。	助走	直…最初の2歩は、大きく弾むように、大股でやってみよう。	直…最後の3歩は、リズムアップしよう。	間…最初の2歩と、最後の3歩がどうなっているか、走りを仲間に見てもらおう。 高くフワッと跳ぶために、一番速くなるといいのはどこだろう？	支…見ている子供が、「トン、トーン、イチ、二、サン！」と口伴奏や手拍子をする。 PC…仲間に動画を撮ってもらい、助走のリズムの状況を確認する。
バーに近付くにつれて、助走のスピードが落ちてしまう。	助走	直…踏み切る直前が最高速度になるように助走しよう。	間…はじめ・なか・終わりに分けたとき、どこで最高スピードになっているといいかな？	支…バーが怖い場合、ゴムを使ってまたく練習から始める。	
力強く踏み切れない。	踏切	直…最後に上体を起こして、「ドン！」と踏み切ろう。	直…踏切足の膝を曲げずに棒のように突っ張ると、上に跳ぶ力が増すよ。	間…体を前のめりにしたときと、まっすぐ立っているときでは、どちらが強く地面を踏めるかな？	支…踏切位置に踏切り板を置く。 PC…仲間に動画を撮ってもらい、踏切の状況を確認する。
踏み切る場所が定まらない。	踏切	直…バーから片手を伸ばした分くらい離れたところから踏み切ってみよう。	直…バーの奥側の位置で跳んでしまうと、着地がマットの外になってしまうので、バーを3等分した一番手前の位置を目安に踏み切ろう。	間…踏み切ったときの足の位置を見てもらおう。バーと体がどれくらいの位置で踏み切っているかな？	支…目印めがけて走れるように、バーやゴムひもに目印をつける。 PC…仲間に動画を撮ってもらい、踏み切る位置を確かめる。
はさみ跳びの跳び方が分からない。	空中姿勢	支…はさみ跳びの感覚を味わえるように、1歩の助走でまたぎ越す動きを行う。	PC…はさみ跳びの試技の動画を見る。		
抜き足が引っかかってしまう。	空中姿勢	直…跳んだときに抜き足を少し横に開くと、足を上げやすくなるよ。	直…膝を折り曲げ、胸に近づけるように引きつけて跳んでみよう。	間…着地のときに、上体はどうなっているかな？ 横を向いた着地と、バーを向いた着地を比べてみよう。	支…ゴムをクロスさせ、真ん中の部分を低くした場で練習できるようにする。 PC…仲間に動画を撮ってもらい、どこの部分が引っかかっているのか確認する。