|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 3年 | 器械運動「鉄棒運動」単元指導計画（案） | 運動場 |
| 単元目標 | 知識及び技能 | 鉄棒運動の行い方を理解し、自己の能力に適した支持系の基本的な技ができる。基本的な技の例示【前回り下り、かかえこみ前回り、転向前おり、膝かけ振り上がり、前方(後方)片膝かけ回転、補助逆上がり、かかえ込み後ろ回り、両ひざかけ倒立下り】 |
| 思考力、判断力、表現力等 | 自己の能力に適した課題を見つけ、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができるようにする。 |
| 学びに向かう力、人間性等 | 鉄棒運動に積極的に取り組み、約束を守り助け合って運動をしたり、仲間の考えや取り組みを認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができるようにする。 |
|  | 時間 | １ | ２ | ３ | ４ | ５ | ６ |
| 学習の流れ | 05103040 | １．整列・あいさつ　　　２．準備運動　　　３．５分間走（自分のペースで５分間を走り切る）　　　　４．めあての確認 |  |
| 【めあて】鉄棒運動の進め方を知ろう。 | 【めあて】いろいろな下り技の行い方を知りチャレンジしよう。 | 【めあて】前回りのグループの回転技の行い方を知り、チャレンジしよう。 | 【めあて】後ろ回りのグループの回転技の行い方を知り、チャレンジしよう。 | 【めあて】自分にあった技で繰り返したり、組み合わせを考えてみよう。 | 【めあて】自分にあった技で繰り返したり、組み合わせを考えてみよう。 |
| ４ オリエンテーション・学習の進め方・１時間の流れ・場づくり・約束５ 基礎感覚運動・とびあがり・つばめ・とびおり・ふとんほしふり・ダンゴムシ我慢比べ・前回りリレーなど６ 学習カードの使い方を確認。 | 基礎感覚運動…ふとんほし（豚の丸焼き・こうもり）ジャンケン・ダンゴムシ（連続前回り）リレー・ふりおり競争・ダンゴムシ競争 |
| ４．活動①【おり技（下がり技）】・転向前おり・両ひざかけ倒立おり・片足踏みこしおり(発展) | ４．活動①・ふとんほしふり・前回りおり・かかえこみ前回り・前方支持回転（発展）・前方片膝かけ回転・前方ももかけ回転（発展） | ４．活動①・足抜きまわり・かかえこみ後ろ周り・後方片膝かけ回転・後方ももかけ回転(発展) | ４．活動①　見本の動画や写真を参考に、自分に合った技の組み合わせにチャレンジすることができる。上がり技⇒回転技⇒おり技をつないでやってみる。 | ４．活動①　上がり技⇒回転技⇒おり技をつないでやってみる。 |
| ５　きらりタイム・・・友だちやチームの動き等から、うまくできるコツや友だちの良い点等を全体で確認する。 |
| ６．活動②【上がり技】・補助逆上がり・逆上がり（発展）・膝かけ振り上がり・膝かけ上がり（発展） | ６．活動②自分のチャレンジしたい技を選び、技ができるようになるために工夫したり、友達と相談したりすることができるようにする。 | ６．活動②自分のチャレンジしたい技を選び、技ができるようになるために工夫したり、友達と相談したりすることができるようにする。 | ６．活動②上がり技⇒回転技⇒おり技をつないでやってみる。 | ６．活動②　それぞれのグループで発表会をやってみる。 |
| ☆ふり返り（できるようになったこと、難しかったこと、どんな動きが楽しかったか、友達の良いところ、頑張りたい事等）必要に応じて実技を結びつける |
| 評価規準 | 知・技 |  | ○ |  | 〇 |  | ○ |
| 思判表 |  |  | ○ |  | 〇 |  |
| 主体的 | ○ |  |  | ○ |  | ○ |

　作成：体育科指導ＣＯ金城　光文書院「体育の学習（5.6年）」p34～37参照