|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 0  5  10  30  40 | 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