|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 5.6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を安定し行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり組み合わせたりすることができるようにする。  支持系の技【前回りおり、かかえこみ前回り、転向前おり、前方（後方）片膝かけ回転、逆上がり、前方（後方）ももかけ回転】 | | | | | | |
| 思考力、判断力、表現力等 | | | 自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫するとともに、自己や仲間の考えたことを他者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】  いろいろな上がり技・おり技の行い方を知りチャレンジしよう。 | 【めあて】  前方・後方支持回転の技の行い方を知り、チャレンジしよう。 | 【めあて】  前方・後方足かけの技の行い方を知り、チャレンジしよう。 | 【めあて】  自分で技を決めて、友達と伝え合って高めよう。 | 【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  ・地球まわり  ・ダンゴムシ我慢比べ  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  ・方足踏みこしおり  ・横とびこしおり | ４．活動①  【後方支持系】  ・足抜きまわり  ・かかえこみ後ろ周り  ・後方支持回転  ・後方伸膝支持回転 | ４．活動①  【前方足かけ系】  ・膝かけふりあがり  ・前方片膝かけ回転  ・膝かけあがり  ・前方ももかけ回転  ・ももかけあがり | ４．活動①  　自分でチャレンジしたい技を決めて練習したり、友達同士で見合ってアドバイスをしあったりできるようにする。 | 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】  ・坂上がり  ・足かけあがり | ６．活動②  【前方支持系】  ・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  ・前方伸膝支持回転 | ６．活動②  【後方足かけ系】  ・後方片膝かけ回転  ・後方ももかけ回転 | 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