

## 単元名 器械運動(鉄棒運動)

配当時間 6時間

- 単元の目標 (1) 鉄棒運動では、その行い方を知るとともに支持系の基本的な技ができる。  
 (2) 自己の能力に適した課題を見付け、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。  
 (3) 運動に進んで取り組み、きまりを守り仲よく運動をしたり、友達の考えを認めたり、場や器械・器具の安全に気を付けたりしようとする。

## 標準的な展開例

04100201\_001

【準備等】鉄棒用補助具、学習カード など

学 習 活 動	留 意 事 項 など
<p>1 学習のねらいと内容を理解し、学習の進め方について見通しをもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○学習のねらいや進め方を知る。</li> <li>○学習カードの使い方を知る。</li> <li>○マナーや安全な運動の仕方を知る。</li> <li>○グループを編成する。</li> <li>○鉄棒を使って遊ぶ。</li> <li>○鉄棒をする。           <ul style="list-style-type: none"> <li>・モデル1 つばめさん、片足かけて、後ろ下り、両足かけてコウモリだ、プランコ遊びだぶらんぶらん、お空にうかんで立ちました</li> </ul> </li> </ul> <p>2～5 技の練習をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○鉄棒を使ってできる遊びを行う。</li> <li>○鉄棒を使って、できそうな技を練習する。           <ul style="list-style-type: none"> <li>・モデル2 片足かけたつばめさん、ぶらぶらふって、あがったよ</li> </ul> </li> <li>○モデル3 片足かけたつばめさん、一気にたおれて、もどったよ</li> <li>○モデル4 片足かけたつばめさん、一気にまわって、よっこらしょ</li> <li>○できる技で鉄棒を楽しむ。</li> <li>○反省し、まとめをする。           <ul style="list-style-type: none"> <li>・できばえ、グループでの協力など</li> </ul> </li> </ul> <p>6 発表をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○できる技で鉄棒遊びをする。</li> <li>○演技種目の練習をする。</li> <li>○発表をする。</li> <li>○反省し、まとめをする。           <ul style="list-style-type: none"> <li>・できばえ・グループでの協力など</li> </ul> </li> <li>○単元のまとめをする。           <ul style="list-style-type: none"> <li>・話合い、自己評価。</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鉄棒遊びをすることを知らせ、意欲を高める</li> <li>・鉄棒を使った遊びの例を学習カードに例示しておくといよい。</li> <li>・鉄棒を待つときの約束や、鉄棒を握るときの正しい手の形（順手、逆手）を教える。また、猿手（親指と他の四指が同じ向きになる手の形）にならないように指導する。</li> <li>・2人1組で1グループを作る。</li> <li>・易しい遊びやゲームなどを取り入れ、腕支持感覚や逆さ感覚、回転感覚を体験させる。</li> <li>・コウモリ振りから着地することがむずかしい場合は、手を地面にしっかりついてから両足着地させる。</li> <li>・学習カードに示したいろいろな遊びをさせる。</li> <li>・モデル2は膝かけ振り上がりの学習である。「手首の返し」「体を振る」「あごの使い方」に慣れさせる。</li> <li>・上がれない場合は、低い鉄棒で片膝をかけて足で地面をけて上がったり、補助してもらって手首を返して上がったりする感覚を体験させる。</li> <li>・補助具（膝用サポーターなど）を使って練習させる。</li> <li>【評】練習に取り組む活動を通して、「思考・判断・表現」を評価する。</li> <li>・モデル3は片膝かけ回り（後方）の予備技として後ろに倒れる部分の学習である。</li> <li>・モデル4は片膝かけ回り（後方）の学習である。</li> <li>・モデル4ができるになると片膝かけ回り（後方）の連続、片膝かけ回り（前方）、前方支持回転、後方支持回転などのいろいろな発展技ができる。</li> <li>・2人1組のグループでお互いに補助したりアドバイスしたりして行わせる。</li> <li>【評】2人で互いに教え合って練習する活動を通して、「主体的に学習に取り組む態度」を評価する。</li> <li>【評】発表を通して、「知識・技能」を評価する。</li> <li>・感想の発表や、学習カードによる自己評価などをさせる。</li> </ul>

## 【備 考】

鉄棒運動は、鉄棒を軸として、ゆれたり、回転したりするという独自のおもしろさがある。また、技を考えたり、技をつなげたりして、自分だけの連続技をつくるという創造する面白さもある。4年生では、できる技を組み合わせ、鉄棒を軸にして体を回転させ、着地するという、面白さを味わわせる。

## 【運動が苦手な児童への配慮の例】

・前回り下りが苦手な児童には、ふとん干しなどの鉄棒に腹を掛けて揺れる運動遊びに取り組んだり、補助を受けて回転しやすくしたりして、勢いのつけ方や体を丸めて鉄棒から離さない動きが身に付くようにするなど

の配慮をする。