



1 単元名 器械・器具を使つての運動遊び「鉄棒を使った運動遊び」

2 単元について

(1) 一般的な特性

- 鉄棒を軸として「上がる」「回る」「ぶら下がる」「振る」「体を支持する」などのいろいろな動きを楽しむ運動である。
- 腕支持力，回転感覚，逆さ感覚を養うことのできる運動である。
- 遊びの種類を増やしたり，遊びをつなげたり，自分にあつた楽しみ方ができる運動である。

(2) 児童から見た特性

- 色々な技に挑戦し，できるようになったり，技の組み合わせができたりすると楽しい運動である。
- 回ったり，逆さになったりする非日常的な動きのため，個人差の出やすい運動である。
- できない遊びができるようになった時，喜びや満足感を感じてさらに意欲をもつことができる運動である。
- 鉄棒から落ちる恐怖感を覚えたり，鉄棒で体を支えたり，体を振ったりする際に痛みを感じる運動である。

(3) 児童の実態

(4) 教師の指導観

3 単元目標

- 技能・・・・・・・・支持しての上がり下がり，ぶら下がりや易しい回転ができるようにする。
- 態度・・・・・・・・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，場の安全に気を付けたりできるようにする。
- 思考・判断・・・・・・・・器具を用いた簡単な遊び方を工夫することができるようにする。

4 評価規準

	運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能
内容のまとめり（領域）ごとの評価規準	器械・器具を使つての運動遊びに進んで取り組むとともに、順番や決まりを守り仲よく運動しようしたり、運動をする場の安全に気を付けようとしていたりしている。	器械・器具を用いた運動遊びの行い方を工夫している。	器械・器具を使つての運動遊びを楽しく行うための基本的な動きや各種の運動の基礎となる動きを身に付けている。
単元（種目）の 評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ・器械・器具を使つての運動遊びに進んで取り組もうとしている。 ・運動遊びの順番や決まりを守り、友だちと仲良く運動しようとしている。 ・友だちと協力して、器械・器具の準備や片付けをしようとしている。 ・運動をする場や器械・器具の使い方などの安全に気を付けようとしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・固定施設や器械・器具を使った運動遊びの行い方を知るとともに、運動をする場や使用する器械・器具などを変えながら、いろいろな運動の仕方を見付けている。 ・器械・器具を使つての運動遊びの動き方を知るとともに、友だちのよい動きを見付けている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・固定施設を使った運動遊びでは、登り下りや懸垂移行、渡り歩きや跳び下りなどができる。 ・マットを使った運動遊びでは、いろいろな方向への転がり、手で支えての体の保持や回転などができる。 ・鉄棒を使った運動遊びでは、支持しての上がり下り、ぶら下がりや易しい回転などができる。 ・跳び箱を使った運動遊びでは、跳び乗りや跳び下り、手を着いてのまたぎ乗りや跳び乗りなどができる。
学習活動に即した 評価規準	<ul style="list-style-type: none"> ① 鉄棒を使った運動遊びに進んで取り組むことができるようにする。 ② 運動の順番やきまりを守り、友だちと仲良く運動しようすることができるようにする。 ③ 運動する場や器械・器具の使い方などの安全を確かめることができるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 自分の力に合った課題を持ちながらも、運動遊びが楽しくできるように遊ぶ場を選ぶことができるようにする。 ② 技のポイントに気付き、友だちにアドバイスをできるようにする。 	<ul style="list-style-type: none"> ① 跳び上がって支持したり、支持から跳び下りたりすることができるようにする。 ② 両手でぶら下がったの振動、腹をかけたのぶら下がりができるようにする。 ③ 支持の姿勢から前に回って下りたり、両手でぶら下がって前後に足抜き周りをしたりすることができるようにする。

5 指導と評価計画（7時間扱い）

分/時	1	2	3	4	5	6 (本時)	7
	オリエンテーション		集合・整列・挨拶		学習の場作り		準備運動
0	オリエンテーション	基礎学習1 鉄棒体操 ① 握り方の準備運動 ② そりぬけ ③ とびあがり (3回連続) ④ 後ろふりおり (3回後ろふりをした後, おしはなす) ⑤ ふとんほし (10秒)			基礎学習2 鉄棒体操 前回り下りリレー ダンゴムシリレー		
15	○本時のめあての確認 ○学習の進め方や用具の準備や片付けの仕方をつかもう。	ねらい めざせ!鉄棒マスター!!					
20	○用具の準備の仕方を知る。	基本学習1 ぶらさがりの国 ・エイバムのぶら下がり ・エイバムのジャンけん ・ルリリのまるくなる つばめの国 ・スパメのポーズ ・スパメの足こぎ ・スパメの移動	基本学習2 くるくるの国 ・ヨマワルの1回転 ・サワムラーの足抜き回り ・サワムラーのしり抜き回り ・カイリキの地球回り ・トサキントの逆上がり	基本学習3 さかさまの国 ・ルリリの足かけふり ・ナマケロのジャンケン ・ズバットの休憩	本時のめあての確認 ○ゲットした技をレベルアップさせよう。		本時のめあての確認 ○ゲットした技を発表しよう。
35	○基礎学習の仕方を知る。				基本学習④ (グループ学習) 5つのゾーンをローテーションしながらできそうな技の練習をする。(グループ内でアドバイスをしながら)		発表する技の練習を行う。
40	○技を紹介する。	発展タイム ・新しい技に挑戦する。 ・自分で技を作って楽しむ。 (組み合わせ技など)			進化ゾーン ・新しい技に挑戦する。 ・発展タイムで挑戦した技の完成度を上げる。		・ゲットした技の発表会を行う。 ・開始前の見どころを伝える。 ・良いところを認め合う。
45	○用具の後片付けの仕方を知る。	学習の振り返り ○学習カード記入 (自己評価)					
45		整理運動		用具の片付け		集合・整列・挨拶	
指導と評価	技能	①	①	③	②	①③	①③
	態度	③	①				②

の 機 会	思 考				①	②	①	
-------------	--------	--	--	--	---	---	---	--

6 本時の指導（6 / 7）

(1) 目標

<技 能> ○跳び上がって支持したり、支持から跳び下りたりすることができるようにする。

○支持の姿勢から前に回って下りたり、両手でぶら下がって前後に足抜き回りをしたりすることができるようにする。

<思考・判断> ○鉄棒を使った運動遊びの動きを知り、友だちのよい動きを見つけることができるようにする。

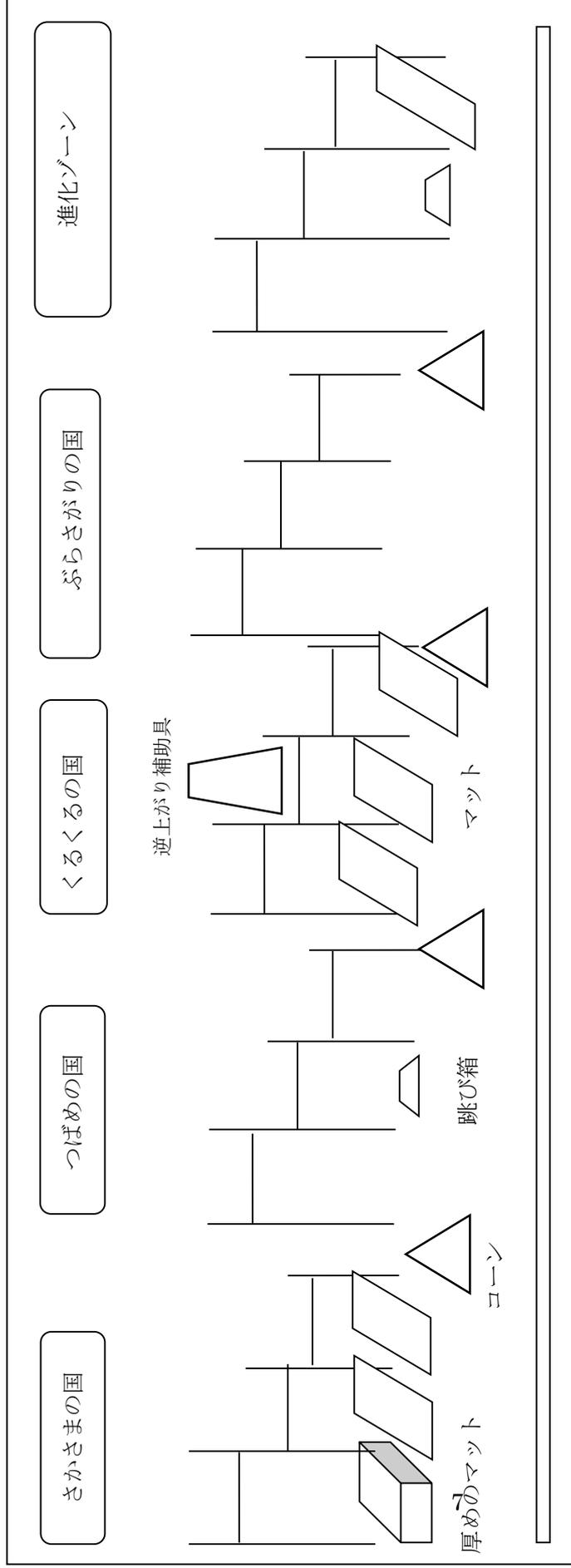
(2) 展開

過程	時間	学習内容と活動	○指導・支援 ☆評価	用具・資料
はじめ	10	1. 準備・健康観察をする。 2. 準備運動をする。 3. 基礎学習を行う。 ○鉄棒遊びでの動きにつながる運動を行う。 ・鉄棒体操 ・前回り下りリレー ・ダンゴムシリレー	○事前に健康観察や服装の点検，場所の安全確認をしておく。 ○運動に使う部分を中心に念入りに行わせる。(手首や指) ○鉄棒を使った準備運動も取り入れ，鉄棒に触れる機会を増やす。 ○鉄棒の握り方を確認する。(親指をしっかりとかける) ○ゲーム化したものを取り入れ楽しんで運動できるようにさせる。 ○苦手やできない子には必要に応じて補助をする。	
なか	25	4. ねらいを確認する。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">ゲットした技をレベルアップさせよう。</div> ○動きのポイントや運動のきまりを確認する。 5. 基本学習を行う。 ○グループで5つのゾーンを順番に回り鉄棒遊びをする。 <ぶらさがりの国>	○配置図を示して，場や学習の進め方を確認できるようにする。 ○今までの学習の中から出てきた動きのポイントを掲示しておき，運動中も確認できるようにする。 ○練習している人と見ている人の位置，交代する時の合図を確認させ安全に運動できるようにする。 ○グループの友だちと遊びを見合い，お互いの良い動きを認め合っ	配置図 掲示物 マット 跳び箱 ふみきり板 厚めのマット

		<ul style="list-style-type: none"> ・ルリリのまるくなる (だんごむし) ・エイパムのぶらさがり (ぶらさがり) ・エイパムのじゃんけん (おさるのじゃんけん) <p><つばめの国></p> <ul style="list-style-type: none"> ・スバメのポーズ (つばめ) ・スバメの足こぎ (自転車こぎ10秒) ・スバメの移動 (つばめの横移動) <p><くるくるの国></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヨマワルの1回転 (前回り下り) ・サワムラーの 足抜き回り (足抜き回り) ・サワムラーの しり抜きまわり (しり抜きまわり) ・カイリキーの 地球回り (地球回り) ・トサキントの逆上がり (逆上がり) <p><さかさまの国></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ルリリの足かけふり (足かけふり) ・ナマケロのジャンケン (ぶたの丸焼きジャン ケン) ・ズバットの休憩 (こうもり) <p><進化ゾーン></p> <ul style="list-style-type: none"> ・新しい遊びに挑戦し たり、組み合わせ遊び を考えたりする。 	<p>たり，教え合ったりできるように する。</p> <p>○よい動きをしている児童を称賛 し，グループの児童に広める。ま た，よい教え合い活動をしている グループも称賛し，他グループに 広める。</p> <p>○習得できていない児童や，どのよ うに声をかけてよいかわからない 児童には，動きのポイントの掲示 物をもう一度確認させる。</p> <p>○苦手意識をもっている児童には， 取り組みやすい遊びから少しずつ 取り組めるよう声をかける。</p> <p>○補助器具を自由に使えるようにし ておく。</p> <p>☆跳び上がって支持したり，支持か ら跳び下りたりすることができ たか。(技能)</p> <p>☆支持の姿勢から前に回って下り たり，両手でぶら下がって前後に足 抜き回りをしたりすることができ たか。(技能)</p> <p>○危険な遊び方をしている児童には 声をかけ運動を止めさせ，その場 で安全な遊びをできるように声か けをする。</p> <p>○発展タイムで挑戦した技の完成度 を上げる。</p>	
--	--	---	---	--

ま と め	10	<p>6. 学習の振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ○友だちの動きのよいところを紹介しあう。 ○考えた遊び方を紹介する。 ○カードに学習の振り返りを記入する。 <p>7. 整理運動・健康観察をする。</p> <p>8. 後片付けをする。</p>	<p>○友だちの動きの中でよかったところや頑張っていたところ、グループで練習して楽しかったことや嬉しかったことを発表しあい、次時の学習への意欲づけを図る。</p> <p>☆鉄棒を使った運動遊びの動きを知り、友だちのよい動きを見つけることができたか。</p> <p style="text-align: center;">(思考・判断)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○使った部位をよくほぐさせる。 ○ケガをしている児童がないか確認する。 ○友だちと協力して素早く片付けさせる。 	学習 カード
-------------	----	--	---	-----------

7. 場の設定



ライン