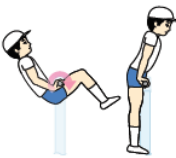
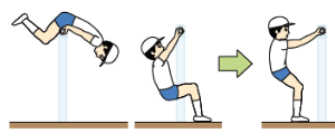


時	1	2	3	4	5	6	7	8		
目標	【知識及び技能】 前方／後方支持回転の行い方を知るとともに、前方方支持回転に十分取り組んだ上で、それらの発展技に取り組んだり、技を繰り返したりすることができるようにする。 【思考力、判断力、表現力等】 前方／後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）の練習を工夫するとともに、考えたことを友だちに伝えることができるようにする。 【学びに向かう力、人間性等】 前方／後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）に進んで取り組み、順番やきまりを守り誰とも仲よく運動をしたり、場の安全に気を付けたりすることができるようにする。									
コア技術	【 前方支持回転 】 ① ツバメからの高速回転している。→腰から頭までをピンと伸ばし回転半径を大きくし、遠心力を使って回転力を上げる。 ② 手首を返している。→手首をすべらせ回し続けて鉄棒を下に押す。  【 後方支持回転 】 ③ つばめからの高速スイングをしている。→腰から頭までをピンと伸ばした姿勢を保ち、腰を鉄棒から離して足を大きくふる。 ④ レの字から倒れている。→足を鉄棒に絡めるように振り上げる。									
めあて	学習の進め方を知り、学習のめあてを持とう。	補助付きで後方支持回転をしよう。	後方支持回転がより良くなるアドバイスを考えよう。	ジャンプして前回りをしよう。	補助付きで前方支持回転をしよう。	つばめからの高速スイングを意識して前方支持回転をしよう。	前方支持回転がより良くなるアドバイスを考えよう。	学習の成果を発表しよう。		
指導内容	1. 準備運動（加茂小体操） 2. 後方支持回転の予備的な運動 （1） つばめキック 肘を伸ばし、腰骨のあたりで体を支える感覚を身に付ける。 つま先を伸ばし、前を見て静止する。 体を倒しながら足を上げる。  （2） 高速前回り下り 背中を伸ばして前回り下りをしながら、勢いよく回る練習をする。 鉄棒より後ろに着地できるようにする。 ① 前を見ることができギリギリまで見てからあごを引く。 ② 回転後半にあごを引き、回転後半に勢いをつける。		1. 準備運動（加茂小体操） 2. 後方支持回転の練習 ① つばめキック ② 後ろ振り跳び下り 3. 後方支持回転のポイントの確認 ① 足を振る動作を3回（いち、にい、レ!） ② 腰が鉄棒に着くまでしっかり支持。 ③ 腰が鉄棒に着くタイミング足を振り上げ回転を始める。 ④ 腰を鉄棒に引っ掛ける。 4. 補助前方支持回転の練習		1. 準備運動（加茂小体操） 2. 前方支持回転の練習 ① ジャンプからの高速前回り下り ② つばめからの高速前回り 3. 前方支持回転のポイントの確認 ① 両腕で身体を支える。（つばめ） ② 肘を伸ばす。 ③ 背中を伸ばす。 ④ 身体を鉄棒から離さない。 ⑤ 頭を遠くに振る。 ⑥ 目線は遠くを見る。 ⑦ スイングで起き上がる。 ⑧ 手首を回しながら起き上がる。 ⑨ 腕支持のつばめの姿勢に戻る。		1. 準備運動（加茂小体操） 2. 前方支持回転の練習 （1） 高速前回り下り （2） 補助前方支持回転→前方支持回転 お手伝いのしかたを確認する。 学習前半では、仲間の補助や補助具（チューブや帯など）で腰が鉄棒から離れないように固定することにより、回転に慣れていくことも大切。   タイホを巻いて鉄棒から離れないようにしてみよう		1. 準備運動（加茂小体操） 2. 前方支持回転 子ども同士の学び合いの中で、動きのポイントや課題を見付ける学習 3. レベルに合わせた練習 4. 発表会 VTRの確認 技の出来映えについて助言し合う。	
	かかわりあい <u>協力</u> ・ 足がどこまで上がっているかを見て伝える。 ・ 鉄棒より後ろに着地できたかを見て伝える。 <u>声かけ</u> ① 「レ!」 ① 「せすじのばしてー遠くみてー一回る!」 ② 「アゴロック」 ※ 実施者の頭が鉄棒の高さよりも下にいった瞬間に②を伝える。		かかわりあい <u>補助</u> ・ 腰（背中）と太もも裏を持って鉄棒から離れないように補助する。 ・ 起き上がるときに、腰を押す <u>声かけ</u> ・ 足を振ることと鉄棒をレの字で挟んで倒れることを伝える。 ①大きなスイング（いち、にい、レ） ②レの字を作る。 ③レの字の状態から肘を曲げて倒れられるように、タイミングを合図する。 回転前に体が鉄棒から離れないように意識させる。				かかわりあい <u>補助</u> ・ 補助①②技を行う児童と反対側に立ち、回転の後半の補助をする。 <u>声かけ</u> ① 「せすじのばしてー遠くみてー一回る!」 ② 「はさむ!」 ③ 「押す!」 ※ 「腰を曲げて上体を鉄棒に巻き付ける」にして脚を鉄棒に巻きつけるようにして後ろに倒れるようにする。 <u>協力</u> ・ コア技術①②③についてどうだったか良かった点、改善点を伝える。			
	3. 学習のまとめ		5. 学習のまとめ		4. 学習のまとめ		3. 学習のまとめ		5. 学習のまとめ	
4. 振り返り		6. 振り返り		5. 振り返り		4. 振り返り		6. 振り返り		
指導上の留意点	コア技術④ 何度もつばめキックを繰り返して、後方支持回転の回転感覚を掴ませる。 コア技術①③ ツバメから高速スイングをする」の習得に向けた高速前回り下りでは、着地するように後方にケンステップ等の目標物を置くなどの工夫をすると子どもは楽しんで実施できる。また、回転半径を大きくするために、前に立ってギリギリまで前を見ていたかを確認することも大切。			コア技術② 前回り下りで、少しでも鉄棒の後ろに着地するために、鉄棒に逆さの姿勢で腹を掛けることに気付く児童がいるかもしれない。後方支持回転では脚を鉄棒に巻き付けたように前方支持回転では、腰を曲げて上体を鉄棒に巻き付けるイメージを持たせるとよい。 ・ 前方支持回転ができた児童には、二回連続の後方支持回転や前方伸膝支持回転にチャレンジさせる。 ・ 膝掛け回転とほとんど同じ運動経過をたどる運動が、もも掛け回転で、膝裏が痛くならないだけに、児童生徒によっては膝掛け回転よりももも掛け回転の方が行いやすい場合もある。						
知		② 観察・ICT					② 観察・ICT	① 観察		
思			① 観察			① 観察		② 観察		
態	④ 観察	③ 観察		① 観察・カード	② 観察・カード	⑤ 観察				

単元の評価規準

【前方/後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）（鉄棒運動）】

知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
① 前方/後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）の行い方について、言ったり書いたりしている。（知識） ② 支持の姿勢から腰と膝を曲げ、体を前方に勢いよく倒して腹を掛けて回転し、その勢いを利用して手首を返しながら支持の姿勢に戻ることができる。（技能） ③ 支持の姿勢から腰と膝を曲げたまま体を後方に勢いよく倒し、腹を鉄棒に掛けたまま回転し、手首を返して支持の姿勢に戻ることができる。（技能）	① 上手くできたところやできなかったところを、学習カードや掲示物などの連続図に目印や色をつけたり、シールを貼ったりして、自己の能力に適した課題を見付けている。（思考・判断） ② 手の着く位置や着地する位置，目線が向く場所などに目印をして、技のできばえを振り返り，自己の能力に適した課題を解決しやすい練習の場を選んでいる。（思考・判断） ③ 友だちの手の着く位置や着地する位置，目線が向く場所に目印を置いて，動きのできばえを友だちに伝えている。（表現）	① 前方/後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）に進んで取り組もうとしている。（愛好的態度） ② きまりを守り，誰とでも仲よく励まし合おうとしている。（公正・協力） ③ 場の準備や片付けを，友だちと一緒にしようとしている。（責任・参画） ④ 友だちの考えを認めようとしている。（共生） ⑤ 場や用具の安全を確かめている。（健康・安全）

【単元の評価規準を基にした「十分満足できる姿」】

（１）知識・技能

単元の評価規準	「十分満足できる姿」
① 前方/後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）の行い方について、言ったり書いたりしている。	・ 前方/後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）の留意点を友だちや教師に詳しく伝えたり，カードに書いたりすることができる。
② 支持の姿勢から腰と膝を曲げ，体を前方に勢いよく倒して腹を掛けて回転し，その勢いを利用して手首を返しながら支持の姿勢に戻ることができる。	・ 前方/後方支持回転を連続で行ったり前方伸膝支持回転ができる。（何度も繰り返しできる）
③ 支持の姿勢から腰と膝を曲げたまま体を後方に勢いよく倒し，腹を鉄棒に掛けたまま回転し，手首を返して支持の姿勢に戻ることができる。（技能）	

（２）思考・判断・表現

単元の評価規準	「十分満足できる姿」
① 上手くできたところやできなかったところを，学習カードや掲示物などの連続図に目印や色をつけたり，シールを貼ったりして，自己の能力に適した課題を見付けている。	・ 前方/後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）を習得するためにはどのような動きが必要かを考え，課題に応じて試行錯誤しながら取り組んでいる。
② 手の着く位置や着地する位置，目線が向く場所などに目印をして，技のできばえを振り返り，自己の能力に適した課題を解決しやすい練習の場を選んでいる。	・ 手の着く位置や着地する位置，目線が向く場所などに目印をして，技のできばえを振り返り，自己の動きをよりよくする行い方を選んでいる。
③ 友だちの手の着く位置や着地する位置，目線が向く場所に目印を置いて，動きのできばえを友だちに伝えている。	・ 友だちの手の着く位置や着地する位置，目線が向く場所に目印を置いて，動きのできばえを友だちに詳しく伝えている。

（３）主体的に学習に取り組む態度

単元の評価規準	「十分満足できる姿」
① 前方/後方支持回転（前方/後方もも掛け回転）に進んで取り組もうとしている。	・ 前方/後方支持回転の行い方をもとに，前方/後方もも掛け回転や前方伸膝支持回転に進んで取り組もうとしている。
② きまりを守り，誰とでも仲よく励まし合おうとしている。	・ 自分が楽しむだけでなく，グループの友だちを励ましたり，応援したりしている。
③ 場の準備や片付けを，友だちと一緒にしようとしている。	・ 場の準備や片付けを率先して行っている。
④ 友だちの考えを認めようとしている。	・ 友だちの考えを認め，実践している。
⑤ 場の安全に気を付けている。	・ 自分のことだけでなく，周囲の安全にも気を配っている。