

第5学年 鉄棒運動

1 単元の目標と評価規準

|      | 知識及び技能   | 思考力・判断力・表現力等   | 学びに向かう力、人間性等  |
|------|--|--|---|
| 目標   | 鉄棒運動の行い方を理解するとともに、支持系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったりすることができるようにする。                          | 自己の能力に適した課題の解決の仕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。   | 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したり、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。   |
| 評価規準 | <p>知識・技能</p> <p>①鉄棒運動の行い方について、言ったり、書いたりしている。</p> <p>②自己の能力に適した支持系の基本的な技を安定して行っている。</p> | <p>思考・判断・表現</p> <p>①自己の能力に適した課題を見つけ、その課題の解決の仕方を考えたり、課題に応じた練習の場や段階を選んだりしている。</p> <p>②課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。</p> | <p>主体的に学習に取り組む態度</p> <p>①鉄棒運動に積極的に取り組もうとしている。</p> <p>②学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。</p> <p>③互いの服装や髪型や場、器械・器具の安全に気を配っている。</p> |

2 単元の指導と評価の計画

| 時間    | 1<br>(導入)                                | 2<br>(習得)   | 3<br>(習得)   | 4<br>(活用) | 5<br>(活用) | 6<br>(まとめ)  |
|-------|--|---|-------------|-----------|-----------|-------------|
| 0     | 挨拶・健康観察・準備運動                             |   |             |           |           |             |
|       | 説明<br>・単元の流れ<br>・安全面<br>・支持回転系の行い方       | 本時のめあての確認   |             |           |           |             |
|       | 本時のめあての確認                                | 活動Ⅰ 補助運動<br>(前学年までに既習した動きや技を中心に)  |             |           |           |             |
|       | 活動Ⅰ<br>補助運動<br>(低学年で既習した動きや技を中心に)        | 活動Ⅱ じっくりチャレンジタイム<br>(ペアやグループで協力しながら試す)  |             |           |           |             |
|       | 活動Ⅱ<br>支持回転系の技にチャレンジ<br>(前方【後方】支持回転を中心に) | <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; text-align: center;">                     頭タイム<br/>(見合ったり、伝え合ったりして自分の課題や解決方法の修正)                 </div> |             |           |           |             |
| 45    | 整理運動・振り返り・健康観察・挨拶                        |   |             |           |           |             |
| 知・技   | ①<br>ワークシート                              |   |             |           | ②<br>観察   |             |
| 思・判・表 |  |   | ①<br>ワークシート | ②<br>観察   |           |             |
| 態度    | ③<br>観察                                  | ②<br>観察   |             |           |           | ①<br>ワークシート |

3 本時案①【導入場面】（1時間目／6時間中）

(1) 本時のねらい

- ・鉄棒運動の行い方について理解することができるようにする。
- ・互いの服装や髪型や場、器械・器具の安全に気を配ることができるようにする。

(2) 本時の学習評価

- ・鉄棒運動の行い方について、言ったり、書いたりしている。(知識・技能)
- ・互いの服装や髪型や場、器械・器具の安全に気を配っている。(主体的に学習に取り組む態度)

(3) 学習過程

| 時間         | ○学習活動<br>・指導上の留意点  | 評価規準及び<br>評価方法   |
|------------|--|--|
| はじめ<br>15分 | 1 集合、挨拶、健康観察、準備運動<br>2 本時のめあてと評価項目の確認<br>めあて 支持回転系の技の行い方を理解し、安全に気を配りながら運動に取り組もう<br>評価<br>・鉄棒運動の行い方について、言ったり書いたりしている。(知識・技能)<br>・互いの服装や髪型や場、器械・器具の安全に気を配っている。<br>(主体的に学習に取り組む態度)  |  |
|            | ○単元の目標や学習の進め方を知り、本時のめあてや評価項目を確認する。(※端末ポイント①)<br>・単元のめあてと全6時間の流れを各自の端末で見せながら説明する。<br>・前方支持回転や後方支持回転の行い方や安全面の注意点を説明する。同様に示範動画を端末で見せ、行い方を理解させる。可能な場合、指導者が実際に示範の動きを見せ、児童の理解をより深める。安全面の注意点も同様に端末に提示しながら説明する。  | <u>おおむね満足</u> (観察)<br>互いの服装や髪型や場、器械・器具の安全に気を配っている。<br><u>十分満足</u><br>気を配るとともに仲間にも促す声かけをしている。   |
| なか<br>25分  | 3 活動Ⅰ 補助運動<br>○ポイントに気を付けながら前学年までの技に取り組み、支持感覚や回転感覚を確かめる。<br>【例】・跳び上がり→つばめ→後ろとび下り<br>・跳び上がり→ふとんほし→前回り下り<br>・膝掛け上がり→前(後)方膝掛け回転→転向前下り 等<br>・ホイッスルの合図で取り組ませる。<br>・うまくできない児童には、指導者が補助してできるところまでさせる。<br>4 活動Ⅱ 支持回転系の技にチャレンジ<br>○行い方や自分の運動の姿を確かめながら支持回転系の技に取り組む。<br>・ペアの児童と試技と撮影を交代させる。その際互いの端末を交換する等して自分の試技の姿を映像で記録させる(※端末ポイント②)<br>・ひざをかけて回る、腕を伸ばして回る等の感覚をじっくりつかませる。状況によっては、撮影をやめ感覚づくりの運動を重点的に扱う。<br>・途中、頭タイム(考える時間)を設け、示範の動きと自分の動きを見比べさせて「自分のできるポイント(解決の方策)」に気付かせる。<br>(例)もしかしたら背中を伸ばしたほうがいいのかも…。<br>最初にもっと勢いをつけたいのかも…。 | <u>努力を要する児童への手立て</u><br>安全面に関する留意点を再度説明する。   |
| まとめ<br>5分  | 5 本時の振り返り<br>○本時のめあてに沿って振り返り、次時への見通しをもつ。<br>・本時のめあての振り返りや学習の感想(むずかしかったところ、見付けたできるポイント等)ワークシートに書かせ、ペアで共有させる。<br>・記入事項を数名発表させる。<br>・安全に気を配っている姿、行い方について詳しく話している姿等を紹介し、望ましい姿を全体に広げる。<br>6 整理運動、健康観察、挨拶、片付け  | <u>おおむね満足</u> (シート)<br>鉄棒運動の行い方について、言ったり書いたりしている。<br><u>十分満足</u><br>行い方について詳しく言ったり、書いたりしている。<br><u>努力を要する児童への手立て</u><br>実演等で示範の動きを再度示し、理解できるようにする。 |



3 本時案②【習得場面】（2時間目／6時間中）

(1) 本時のねらい

- ・学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合うことができるようにする。

(2) 本時の学習評価

- ・学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。（主体的に学習に取り組む態度）

(3) 学習過程

| 時間         | ○学習活動<br>・指導上の留意点  | 評価規準及び<br>評価方法  |
|------------|--|---|
| はじめ<br>10分 | 1 集合、挨拶、健康観察、準備運動<br>2 本時のめあてと評価項目の確認<br>めあて 学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合いながら運動に取り組もう  |   |
|            | 評価 学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。<br>(主体的に学習に取り組む態度)<br>○本時のめあてや評価項目を確認し、学習の仕方や約束を知る。(※端末ポイント①)<br>・学習の仕方や約束、本時のめあてを各自の端末で見せながら説明する。<br>・示範動画を端末で見せたり、指導者が実際に示範の動きを見せたりしながら、前方支持回転や後方支持回転の行い方や安全面の注意点を確認する。特に支持回転では、鉄棒から体を離さないようにして回転することを教える。 ※学習の仕方や約束の例示  |   |
| なか<br>30分  | 3 活動Ⅰ 補助運動<br>○ポイントに気を付けながら前学年までの技に取り組み、支持感覚や回転感覚を確かめる。<br>【例】・跳び上がり→つばめ→後ろとび下り<br>・跳び上がり→ふとんほし→前回り下り<br>・膝掛け上がり→後方支持回転→転向前下り等<br>・ホイッスルの合図でテンポよく取り組ませる。<br>・うまくできない児童には、指導者が補助してできるところまでさせる。<br>4 活動Ⅱ 支持回転系の技にチャレンジ<br>○学習の仕方や約束を確かめ、ペアやグループの友達と助け合いながら支持回転系の技に取り組む。<br>・学習の仕方や約束を守り、ペアやグループで助け合いながら取り組むことを確認する。<br>・前方支持回転の行い方を図等で確認する。回転し始めるときを「ビュン!」、体を鉄棒から離さないように腕に力を入れるときを「グッ!」、上体を起こすとき素早く手首を返すときを「クイッ!」など動きを音声化し、それを何度も試しながら、力を入れるタイミングや感覚をつかませる。<br>・「頭タイム(考える時間)」を設定し、互いの動きをスローで録画し、その映像を基にどこまでできているかを確認したり、アドバイスしたりさせる。(※端末ポイント②)<br>・技がある程度できている児童に「できるポイント」を紹介させて全体に共有し、思うようにできていない児童に試させる。<br>・積極的に仲間と助け合い、友達に促している姿を称賛する。 | おおむね満足(観察) 学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。<br>十分満足<br>仕方や約束を守り、仲間と助け合うとともにそれらのことを友達に促している。<br>努力を要する児童への手立て<br>学習の仕方や約束を再度説明したり、仲間と助け合う良さについて考えさせたりする。 |
| まとめ<br>5分  | 5 本時の振り返り<br>○本時のめあてに沿って振り返り、次時への見通しをもつ。<br>・本時のめあての振り返りや学習の感想(むずかしかったところ、見付けたできるポイント等)ワークシートに書かせ、ペアで共有させる。<br>・記入事項を数名発表させる。  |   |



3 本時案③【活用場面】（4時間目／6時間中）

(1) 本時のねらい

- ・課題の解決のため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。

(2) 本時の学習評価

- ・課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。(思考・判断・表現)

(3) 学習過程

| 時間         | ○学習活動<br>・指導上の留意点   | 評価規準及び<br>評価方法   |
|------------|---|--|
| はじめ<br>10分 | 1 集合、挨拶、健康観察、準備運動<br>2 本時のめあてと評価項目の確認<br>めあて 課題の解決のために自己や仲間の考えたことを伝えよう  |  |
|            | 評価 課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。(思考・判断・表現)<br>○本時のめあてや評価項目を確認する。<br>・学習の仕方や約束、本時のめあてを各自の端末で見せながら説明する。<br>・示範動画を端末で見せたり、指導者が実際に示範の動きを見せたりしながら、片膝掛け回転や後方腿掛け回転の行い方や安全面の注意点を確認する。児童の習得状況に応じて柔軟に扱う技を選択する。   |  |
| なか<br>30分  | 3 活動Ⅰ 補助運動<br>○ポイントに気を付けながら前時までの技に取り組み、支持感覚や回転感覚を確かめる。<br>【例】・跳び上がり→つばめ→後ろとび下り<br>・跳び上がり→ふとんほし→前回り下り<br>・膝掛け上がり→後方支持回転→転向前下り等<br>・ホイッスルの合図でテンポよく取り組ませる。<br>・うまくできない児童には、指導者が補助してできるところまでさせる。<br>4 活動Ⅱ 支持回転系の技にチャレンジ<br>○課題解決のために自己や仲間の考えたことを伝えながら、支持回転系の技に取り組む。<br>・学習の仕方や約束を確かめ、課題解決のために自己や仲間の考えを伝えながら取り組むことを確認する。<br>・前方片膝掛け回転や後方片膝掛け回転の行い方を図等で確認する。肘と背中を伸ばすこと、力を抜いて回転すること、上体を起こすとき力を入れること等に気を付けて取り組ませる。特に一連の動きで力を抜くときと力を入れるときがあることを意識して取り組ませる。力を入れるときは「グッ!!」と音声化するとよい。<br>・「頭タイム(考える時間)」を設定し、互いの動きをスローで録画し、その映像を基にどこまでできているかを確認したり、アドバイスしたりさせる。(※端末ポイント②)<br>・技がある程度できている児童に「できるポイント」を紹介させて全体に共有し、思うようにできていない児童に試させる。<br>・自分や友達の考えをいろいろな方法でより詳しく伝えている姿を称賛する。 | おおむね満足(観察)<br>課題の解決のために自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。<br>十分満足<br>考えたことをいろいろな方法でより詳しく伝えている。<br>努力を要する児童への手立て<br>技の行い方を再度説明したり、スローで録画させたりして伝えやすくする。 |
| まとめ<br>5分  | 5 本時の振り返り<br>○本時のめあてに沿って振り返り、次時への見通しをもつ。<br>・本時のめあての振り返りや学習の感想(むずかしかったところ、見付けたできるポイント等)ワークシートに書かせ、ペアで共有させる。<br>・記入事項を数名発表させる。   |  |

