

単元名 器械・器具を使つての運動遊び「鉄棒遊び」

1 運動の特性

(1) 一般的特性

○鉄棒を使つて、跳び上がりや跳び下りをして遊んだり、ぶら下がりや回転などをして遊んだりすることで、自分の力にふさわしい動きを見つけた時に喜びを味わうことのできる運動である。

(2) 児童から見た特性

○非日常的な動きのための恐怖感や身体的な苦痛を伴うために、児童によっては敬遠しがちな運動遊びである。しかし、一本の鉄の棒と自分の体とで多様な遊びを創造できる器具でもあるので、できるようになると楽しさが一段と増し、次の技への意欲につながる運動である。

2 単元の目標

(1) 関心・意欲・態度

○鉄棒を使つた運動遊びに進んで取り組み、きまりを守りなかよく運動したり、場の安全に気を付けたりすることができる。

(2) 思考・判断

○鉄棒を用いた簡単な遊び方を工夫することができる。

(3) 運動の技能

○支持して上がり下り、ぶら下がりや易しい回転をすることができる。

3 評価規準

観点	ア 関心・意欲・態度	イ 思考・判断	ウ 運動の技能
学習具活体動のに評お価規る準	①鉄棒遊びとしての易しい運動遊びを楽しむ活動に進んで取り組みようとする。 ②順番を守ったり、鉄棒の使い方のきまりや運動の仕方のきまりを守ったりして、仲よく運動しようとする。 ③鉄棒の安全などを確かめようとする。	①鉄棒遊びとしての易しい運動遊びが楽しくできるように、いろいろな運動遊びの行い方を知っている。 ②運動が楽しくできるように運動遊びの行い方を考えたり決めたりしている。	①鉄棒を使つて、自分の体をいろいろに動かすことができる。 ・跳び上がりや跳び下り ・ぶら下がり ・易しい回転

4 指導計画と評価

	1	2	3	4	5	6	7
	①集合・整列・挨拶		②準備運動		③基礎感覚作り		④めあての確認
10	<オリエンテーション> ○学習の進め方を知る ○簡単な鉄棒遊びを楽しむ	<共通学習> ○跳び上がりや跳び下りぶら下がり易しい回転の動きの習得学習を行う	<共通学習> ○跳び上がりや跳び下り、ぶら下がり、易しい回転などの鉄棒遊びの習得学習を行う				発表会
20			<発展学習> ○跳び上がりや跳び下り、ぶら下がり、易しい回転などの中でできそうな鉄棒遊びに挑戦する				
30							
40	①整理運動		②学習のまとめ		③集合・整列・挨拶		
評価	ア②③	ア①	イ①②	ア① イ①② ウ①			ウ①

5 指導の工夫

(1) 学習過程の工夫

○運動経験の差を考慮して、2時間目に前学年でできた遊びを想起させながら取り組ませることで、学習の意欲づけを図る。

○3～6時間目の前半は時間で区切りながら、例示されている動きに取り組む。後半は、できそうな動きやがんばってみたい動きに各自が取り組めるようにする。

(2) 基礎感覚作りのための工夫

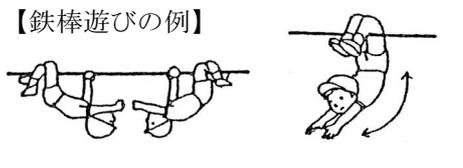
○鉄棒近くに設置されている固定施設を活用しながら、いろいろな動きを通して鉄棒遊びに必要な運動の基礎感覚を養うようにする。(6 補助資料参照)

2 年
No.51

1 単元名 鉄棒遊び

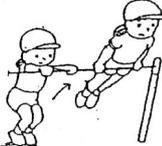
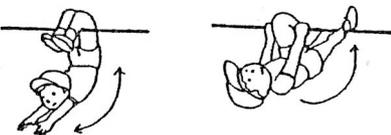
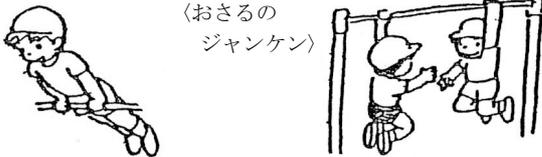
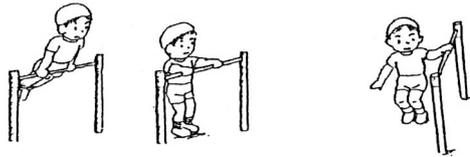
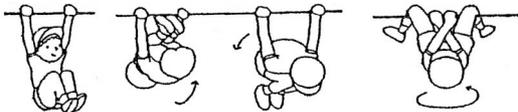
2 目 標 学習の進め方を知るとともに、鉄棒を使っての遊びを楽しむことができる。

3 展 開 (1/7)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
15分	学習の流れを覚え、簡単な鉄棒遊びで楽しむこと		
	1 集合、整列、挨拶をする。 2 本時の学習のねらいを確認する。	○安全に、素早く集まれるようにする。	
5 15	鉄棒遊びの学習の進め方を知り、いろいろな遊びで楽しもう		
	3 学習の進め方や約束を知る。 (1) 進め方 共通学習 → 跳び上がり・跳び下りぶら下がり・易しい回転の動きをみんなで学習する。 発展学習 → 自分の力に合っためあてを持って学習する。 (2) 約束 ○鉄棒のにぎり方、見る位置、用具の出し入れの仕方など	○単元計画を提示し、学習の流れを理解させる。 ○前学年で活用した掲示物を提示しながら習得する動きを確認し、学習内容をつかませやすくする。 ○鉄棒のにぎり方、見る位置については、再度丁寧に指導をする。	単元計画 (掲示用) 学習資料
10	4 グループを作る。 5 準備運動をする。 6 簡単な鉄棒遊びで楽しむ。 【鉄棒遊びの例】 	◇学習の進め方や約束を理解している。 ○グループ作りは鉄棒の高さと身長を考慮する。 ○鉄棒の近くに設置されている固定施設を活用しながら、鉄棒運動の感覚づくりをする。 ○どんな動きができるのかを確認する。 ○おもしろい遊びを取り上げ、鉄棒遊びへの関心や意欲づけを図る。	鉄棒 固定施設 マット
	7 整理運動をする。 8 学習のまとめをする。 ○学習カードの使い方を知り、自己評価をする。 ○全体で本時の学習を振り返る。	○怪我の有無、体調について確認する。 ○学習カードの観点にそって自己評価をさせる。 【学習カードの項目例】 ○めあてをもつことができたか。 ○力いっぱい鉄棒遊びができたか。 ○約束を守ることができたか。	学習カード
		◇これから学習する鉄棒遊びに、意欲的に取り組もうとする。	

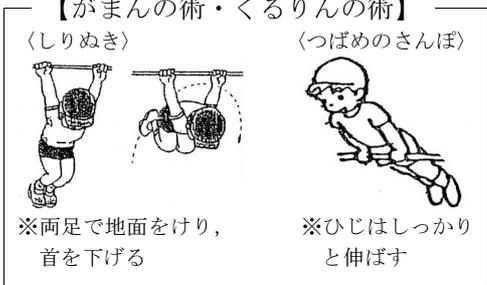
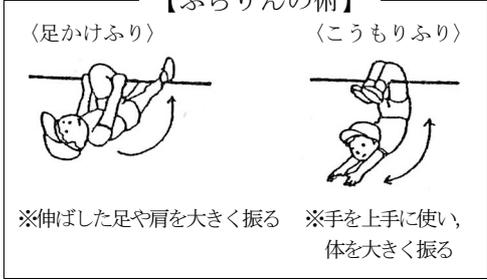
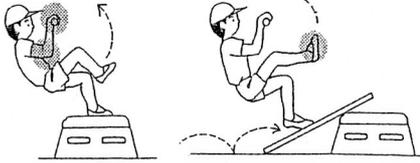
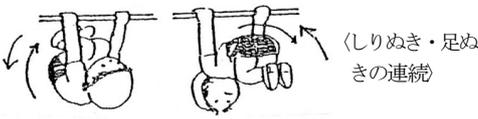
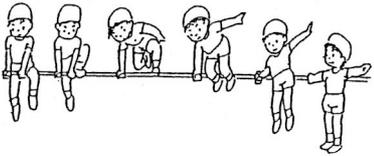
2 年
No.52

- 1 単元名 鉄棒遊び
- 2 目標 できる跳び上がり・下り，ぶら下がり，易しい回転などの鉄棒遊びを楽しむことができる。
- 3 展開 (2/7)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
10分	<p style="text-align: center;">できる鉄棒遊びで楽しむこと</p> <p>1 集合，整列，挨拶をする。</p> <p>2 準備運動をする。 ○固定施設を活用しながら，基礎感覚作りをする。</p> <p>3 本時の学習のねらいを確認する。</p>	○安全に，素早く集まれるようにする。	鉄棒 固定施設 マット
25	<p style="text-align: center;">できる鉄棒遊びで楽しもう</p> <p>4 簡単な跳び上がり・下り，ぶら下がり，易し回転の鉄棒遊びをする。</p>		学習資料
	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>【跳び上がり (こんにちはの術)】</p>  <p style="text-align: center;">※ひじをのばす</p> <p>【逆さ感覚 (ぶらりんの術)】</p> <p>〈こうもりふり〉 〈足かけふり〉</p>  <p>※慣れてきたらふりを大きくする</p> <p>【腕支持 (がまんの術)】</p> <p>〈つばめ〉 〈おさるのジャンケン〉</p>  </div> <div style="width: 45%;"> <p>【跳び下り (さらばの術)】</p> <p>〈そろっと下り〉 〈よこむき下り〉</p>  <p>【回転感覚 (くるりんの術)】</p> <p>〈あしぬきまわり〉 〈ちきゅうまわり〉</p>  <p>〈あしうち〉</p>  </div> </div>		
10	<p>5 整理運動をする。</p> <p>6 学習のまとめをする。 ○自己評価をする。 ○全体で本時の学習を振り返る。</p>	<p>○前学年で活用した掲示物を提示し，どんな鉄棒遊びに取り組んだのかを想起させながら，本学年での鉄棒遊びへの意欲化を図る。</p> <p>○鉄棒遊びを怖がる児童には鉄棒下にマットを敷き，恐怖感を取り除くようにする。</p> <p>◇安全や鉄棒のにぎり方に気を付けながら，跳び上がり・下り，ぶら下がり，易しい回転などの鉄棒遊びをすることができる。</p> <p>○怪我の有無，体調について確認する。</p> <p>○学習カードの観点にそって自己評価させる。</p>	学習カード

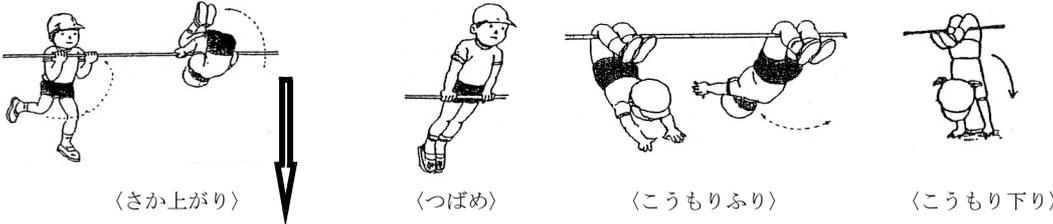
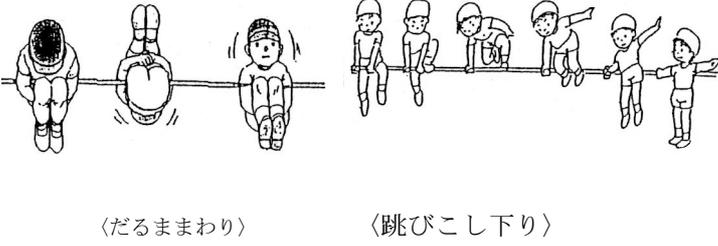
2 年
No.53～56

- 1 単元名 鉄棒遊び
- 2 目標 鉄棒遊びを楽しみながら、できそうな遊びを増やすことができる。
- 3 展開 (3～6 / 7)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
	いろいろな遊びに挑戦し、できる鉄棒遊びを増やすこと		
10分	1 集合、整列、挨拶をする。 2 準備運動をする。 ○固定施設を活用しながら、基礎感覚作りをする。 3 本時の学習のねらいを確認する。	○安全に、素早く集まれるようにする。	鉄棒 固定施設 マット
	鉄棒遊びを楽しみながら、できる遊びを増やそう		
10	4 できる鉄棒遊びで楽しむ。 【がまんの術・くるりんの術】 〈しりぬき〉 〈つばめのさんぽ〉  ※両足で地面をけり、首を下げる ※ひじはしっかりと伸ばす ↓ 【ぶらりんの術】 〈足かけふり〉 〈こうもりふり〉  ※伸ばした足や肩を大きく振る ※手を上手に使い、体を大きく振る	○身長を考慮した鉄棒で、決められた時間の中で今できる鉄棒遊びを楽しむ。 ○時間を区切りながら取り混ぜることで、鉄棒遊びに必要な運動感覚に触れられるようにする。 ○鉄棒の上がり方（こんにちはの術）や下り方（さらばの術）も念頭にいれながら遊びに取り混ぜ、発表会での簡単な連続技を意識させていくようにする。 ○逆上がり（こんにちはの術）の練習にも積極的に取り組ませていく。  ※ひじはまげさせておき、足は鉄棒の上後方へ振り上げるようにする。 ※補助具を活用しながら、段階的に取り組ませていく。	学習資料
15	5 もっと遊んでみたい鉄棒遊びやできそうな鉄棒遊びに挑戦する。  〈しりぬき・足ぬきの連続〉  (跳びこし下り)	○高度な遊びに挑戦させるだけでなく、よりよい動きにも挑戦させていく。 ○無理のない程度に鉄棒の高さを変えての遊びの挑戦もよしとする。 ○自分で考えた遊びに名前をつけていくことで、鉄棒遊びへの関心や意欲づけを図る。 ○動きを連続させたり、友達と一緒に鉄棒遊びを楽しんだりしている児童を紹介し、遊びの幅を広げるようにする。 ◇できそうな遊びに挑戦して、鉄棒遊びを楽しもうとする。 ◇できる遊びを増やすことができる。	
10	6 整理運動をする。 7 学習のまとめをする。 ○自己評価をする。 ○全体で本時の学習を振り返る。	○怪我の有無、体調について確認する。 ○学習カードの観点にそって自己評価させる。	学習カード

2 年
No.57

- 1 単元名 鉄棒遊び
- 2 目標 自分ができるようになった遊びを発表することができる。
- 3 展開 (7/7)

時配	学習内容と活動	指導・支援 (○) と評価 (◇)	用具・資料
10分	<p style="text-align: center;">できる鉄棒遊びを発表すること</p> <p>1 集合、整列、挨拶をする。</p> <p>2 準備運動をする。 ○固定施設を活用しながら、基礎感覚作りをする。</p> <p>3 本時の学習のねらいを確認する。</p>	○安全に、素早く集まれるようにする。	鉄棒 固定施設 マット
5 20	<p style="text-align: center;">できるようになった遊びを発表しよう</p> <p>4 個人のみあてを確認し、発表会に向けての練習をする。</p> <p>5 学習の成果を発表する。</p>	○自分の力にあつためあてをもたせる。 ○無理のない程度に、簡単な遊びの組み合わせで発表させる。	
<p>【発表の例】</p> <p>例①【こんにちはの術】 ⇒ 【がまんの術】 ⇒ 【ぶらりんの術】 ⇒ 【さらばの術】</p>  <p>例②</p> <p>【くるりんの術】 ⇒ 【さらばの術】</p> 			
10	<p>6 整理運動をする。</p> <p>7 学習のまとめをする。 ○自己評価をする。 ○全体で本時の学習を振り返る。</p>	<p>○友達の鉄棒遊びの上手なところやがんばったところを中心に感想を発表し、次学年での鉄棒遊びの意欲づけを図る。 ◇できるようになった鉄棒遊びを、安全に気を付けながら、発表しようとする。</p> <p>○怪我の有無、体調について確認する。</p> <p>○学習カードの観点にそって自己評価させる。</p>	学習カード

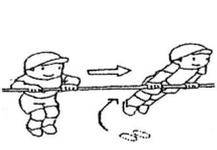
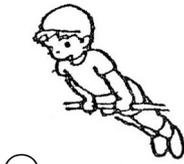
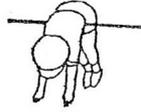
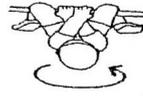
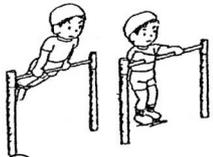
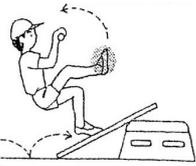
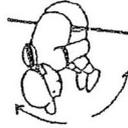
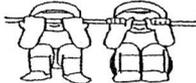
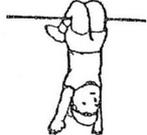
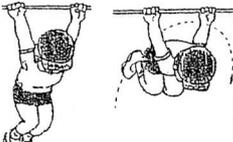
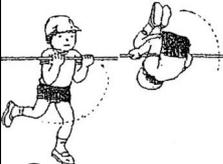
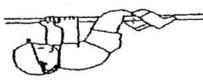
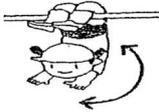
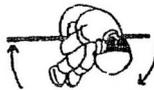
6 補助資料

(1) ふりかえり・学習カード

○ふりかえりカード例

できたらシールをはろう。							
★めあてをもつことができたか。	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
★ちからいっぱいをつぼ うあそびができたか。	◇	◇	◇	◇	◇	◇	◇
★やくそくをまもることができたか。	○	○	○	○	○	○	○

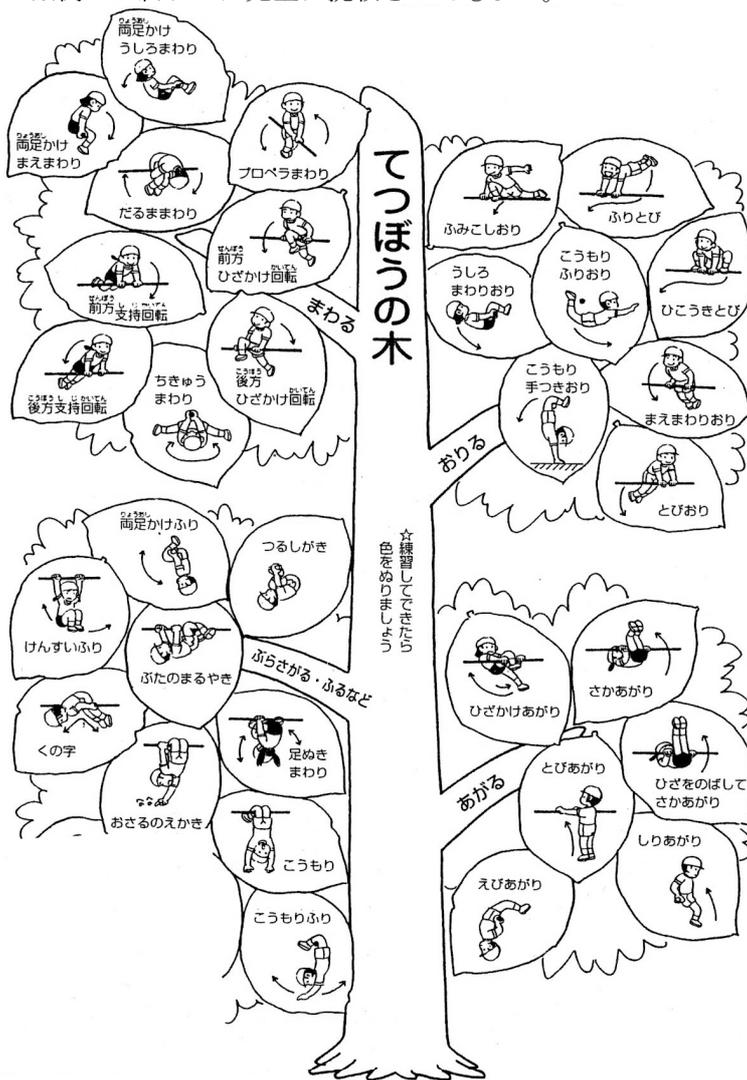
○学習カード例1

 ○ (とびあがり)	 ○ (つばめ)	 ○ (ふとんほし)	 ○ (ちきゅうまわり)	 ○ (とびおり)
 ○ (おたけさかあがり)	 ○ (じてんしゃ)	 ○ (だるまさん)	 ○ (あしぬきまわり)	 ○ (まえまわりおり)
 ○ (しりあがり)	 ○ (だんごむし)	 ○ (こうもり)	 ○ (しりぬきまわり)	 ○ (とおくべジャンプ)
 ○ (さかあがり)	 ○ (ふたのまるやき)	 ○ (こうもりふり)	 ○ (あしかけまわり)	 ○ (こうもりおり)

【あたらしいあそびをみつけたら、かいておこう】

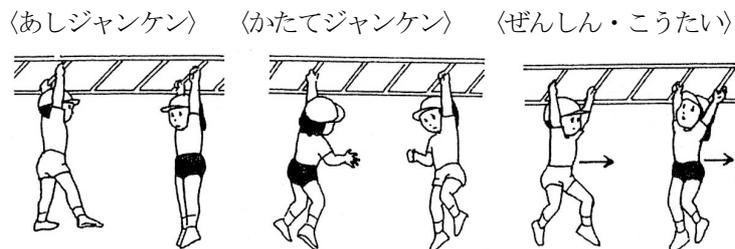
○ ()	○ ()	○ ()	○ ()	○ ()
-------	-------	-------	-------	-------

○学習カード例2 ※例1が終わった児童に挑戦させてもよい。

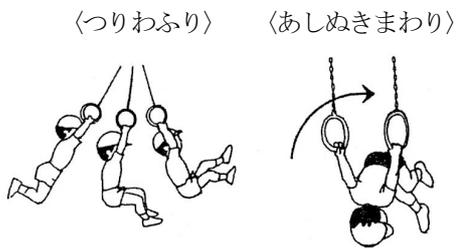


(2) 基礎感覚作りに取り入れたい固定施設遊び例

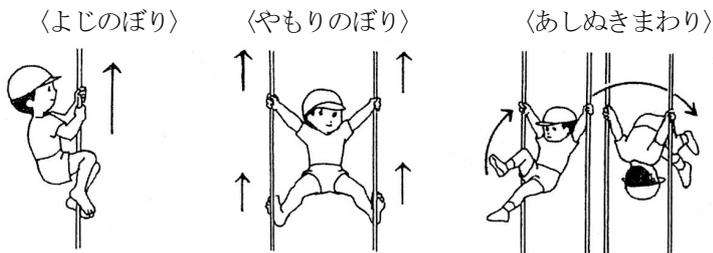
うんてい



つり輪



登り棒



ジャングルジム

