

## 1 単元名 鉄棒運動

## 2 運動の特性（機能的特性）

鉄棒運動は、今できる技を繰り返したり、組み合わせたりすることや、できそうな上がり技、支持回転技、下り技に挑戦したりすることが楽しい運動である。

## 3 児童の実態（学習の準備状況）

～省略～

## 4 実態の考察

## (1) 運動の楽しさの体験状況について

本学級の児童は、休み時間になると室内で過ごすことを好む児童が多く、体育の学習に対して「できない」ということを理由に苦手意識を感じている。鉄棒運動に関しても同様で、半数が鉄棒運動を「どちらかという」と嫌い「嫌い」と回答している。鉄棒運動が好きな児童は、「技ができた」「技ができるようになった」ことに喜びを感じている。一方、鉄棒運動が嫌いな児童は、その理由として「技ができない」ことを挙げている。5年生の児童にとって、「技ができる」ということが、好き嫌いを判断する上で重要な部分を占めていることがよくわかる。関連して、「鉄棒運動で楽しみなこと、不安なことはなんですか」という問いについても、全体の8割程度の児童が楽しみなこととして、「できる技を増やす」「できない技をできるようにする」ということを挙げている。また、年度初めの「短距離走・リレーの学習」の経験から「やってみると楽しかった」「鉄棒もできるようになるかもしれない」という思いをもち、鉄棒の学習に対して前向きに取り組んでいきたいと感じている児童が増えている。

## (2) 運動の楽しさを求める学び方の習得状況について

児童は、課題解決学習の経験があり徐々に学び方も身に付いてきている。そのため、事前のアンケートでは学級の約7割の児童がめあてをもって学習することができると答えている。

しかし、新しい単元になるとどのようにめあてをもてばよいかとまどったり、自分の力に合っためあてを立てられなかったりする。4年生の時の跳び箱運動では、「今できる技を安定して行ったり、大きくしたりして楽しむ」、「少し練習すればできそうな技に挑戦して楽しむ」というスパイラル型の学習過程で活動していた。しかし、それぞれの楽しみ方を理解して学習に臨んでいた児童は約3割程度だった。さらに、自分にあった練習方法についても学習に対しての見通しがもてておらず、自分で練習方法を考えることに自信がないと14名の児童が答えている。

また、学習において友達のアドバイスを聞くことが重要だと感じてはいるものの、児童同士の学習の中での自発的なかわりは薄い。

## (3) 運動の楽しさを味わうための技能の習得状況について

児童はこれまでも鉄棒を使った運動遊びや鉄棒運動を行っている。そのため、「つばめ」や「前回り下り」はほとんどの児童ができるが、「つばめ」では、腕の支持がしっかりできていなかったり（腕が曲がってしまう・手首が折れた状態になっていて、鉄棒の真上に体が乗っていない）、「前回り下り」では、回るというよりは足が落ちるような姿勢になったり、静かに着地できなかったりする児童も多い。これらは技能的に低いというよりも、技のポイントを意識しながら取り組めていないことの表れとも言えるだろう。「膝掛け振り上がり」では、片足をかけて振るという動き自体の経験が少なく、多くの児童ができなかった。また、「片膝掛け回り」や「前方・後方支持回転」などの回る技は一部の児童しかできず、手首の返しなどの技能もできていなかった。下り

技に関しては知識や経験が少なく、「前回り下り」や「こうもり手つき下り」しかできなかった。

## 5 研究の視点と学習の手立て

### (1) 市教研体育部の研究主題

生涯にわたって健康を保持増進し、運動に親しむ子どもを育てる体育学習

### (2) 研究の視点と手立て

#### 視点1 課題を見付け解決できる学習過程の工夫と指導内容の明確化

<手立て>

#### ○児童の実態に合わせた学習過程の工夫

児童が自分の課題をもって学習に臨めるよう、「今できる技を繰り返し行ったり、組み合わせたりして楽しむ」『こだわりタイム』と「できそうな技に挑戦して楽しむ」『チャレンジタイム』の活動を設定していく。実態調査から、児童はもち技が少なく、技ができないという苦手意識をもっている。そこで、オリエンテーション後に「今できる技を繰り返し行ったり、組み合わせたりして楽しむ」を1時間設ける。この時間は、簡単な下り技を紹介したり技を繰り返したりすることも行うが、技を組み合わせることを大切にして指導していきたい。鉄棒運動では、上がり技や下り技を少し変えるだけでも様々な組み合わせがうまれる。自分で組み合わせ方を工夫したり、友達の組み合わせ方を参考にしたりしながら活動することで、今もっている力でも十分楽しめることを児童に味わわせたい。しかし、鉄棒運動の経験の少なさから、自分の力を把握できず、できない技に挑戦しようとする場合も考えられる。その時はめあてと児童の実態を確認し、声かけを行っていく。

さらに、『こだわりタイム』を充実させ、今できる技を十分楽しむことで鉄棒運動への苦手意識もなくなり、『チャレンジタイム』の活動も充実していくと考える。その後、1時間の中で、できる技やもう少し練習すればできそうな技に取り組む学習へと移行し、授業を進めていきたい。

また、毎時間の導入時に主運動につながる運動の時間を設ける。主運動につながる運動では、ペアで「跳び上がり→つばめ→つばめの水飲み→布団干し→布団干し振り→前回り下り」を行ったり、技の習得につながる振りの確認をしたりして、新しい技の習得につなげていきたい。さらに、後ろ振り跳び下りやダンゴムシ（鉄棒にぶら下がり、あごが鉄棒の棒より下にいかないようにする。）で自分のできばえを評価してもらう活動を行ったりすることで、自己の成長を実感したり、友達の試技を見る視点を養っていきたい。

#### 【指導内容の明確化】

指導時間	指導内容	つながる運動によって習得を促したい技
1時間目	つばめの水飲み（勢いをつけて体を倒す。手首の返し。）	前方支持回転
	布団干し振り（腹部での支持感覚）	前方支持回転 後方支持回転
	後ろ振り跳び下り（振りを大きくする感覚）	後方支持回転
	膝かけ振り（伸ばした足による振る感覚。手首の返し）	膝掛け振り上がり 膝掛前回り
2時間目	こうもり振り（顎や腕を使っでの振る感覚）	こうもり振り下り
3時間目	かかえ込み振り（腹部での支持感覚。振り感覚）	かかえ込み回り 前方・後方支持回転
4時間～	上記内容から各々のめあてに沿って「振る感覚」を選択	上記内容

#### 【主運動につながる運動で取り上げる技】

- ・リズム鉄棒

跳び上がり→つばめ→つばめの水飲み→布団干し→布団干し振り→前回り下り

- ・頑張りタイム（できばえを評価）

後ろ振り跳び下り、ダンゴムシ

- ・振りタイム



←ダンゴムシの図

準備運動と関連させて全員が同じように運動に取り組むことで、「技ができた」「後ろ振り跳び下りでふわっと下りられた」という思いをもって主運動にも意欲的に臨めるのではないかと考える。そのような運動を行う中で、腕支持感覚や振り感覚もつかませていきたい。

### 視点3 子どもの意欲を高め、主体的に学習に取り組むための評価の工夫

<手立て>

#### ○ギガタブを用いた評価の工夫

##### 【教師側から見たギガタブの活用】

毎時間『こだわりタイム』と『チャレンジタイム』においてギガタブを用いて、ペアで試技を録画する時間を設定していく。児童が撮影した毎時間の動きを教師も確認することで、児童のめあてに対する的確なアドバイスや修正ができると考える。また、同じ技でも2時間目と3時間目を比較して見ることによって、技のできばえの変容を確認でき、児童の成長を見取りやすくなると考える。さらに、撮影した映像を根拠に、技のポイントを考えたり、友達にアドバイスしたりすることもできるようになる。そのような取組を行っている児童を称賛することで、児童の思考力・判断力・表現力を評価するとともに、それらの力をより培う手立てとすることができるのではないかと考える。

また、ギガタブに「技の映像資料」や「技のポイント」を提示することで、児童が視覚的に技を理解したり、自己の課題解決の手立てとしたりすることができるようにしていきたい。

##### 【児童から見たギガタブの活用】

試技を行っている自分の姿は、見ることができない。そこで、ギガタブを活用することで、動きのポイントと自己や仲間の動きを照らし合わせ、技のできばえや次の課題を確認するなど、自己の課題を設定するための手立てとなると考える。自分の動きを客観的に見ることで、自己の課題も明確になり、技能習得にもつながると考える。また、撮影した映像を用いることによって、アドバイスがしやすくなり、友達とかかわり合いながら鉄棒運動に取り組めると考える。

さらに、鉄棒運動は、「できた」「できない」がはっきりしているため、技が成功したときの映像を見たり、技のできばえが向上していることを映像で確認したりすることで、児童が自分の成長を実感し、意欲的に学習に取り組めるようにしていきたい。

#### 6 単元の目標

- (1) 鉄棒運動の行い方を知るとともに、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、それらを繰り返したり、組み合わせたりすることができるようにする。(知識及び技能)
- (2) 自分の力に合った課題をもち、練習の方法や組み合わせ方を工夫したり、課題解決のために考えたことを他者に伝え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)
- (3) 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をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、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。(学びに向かう力, 人間性等)



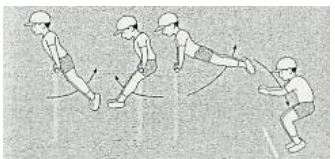

7 評価規準

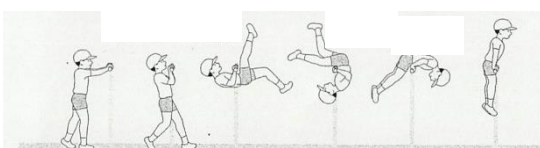

	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
内容のまとまりごとの評価規準	次の運動の行い方を理解しているとともに、その技を身に付けている。 ・鉄棒運動では、支持系の基本的な技を安定して行ったり、その発展技を行ったり、それらを繰り返したり、組み合わせたりしている。	自己の能力に適した課題の解決の仕方や技の組み合わせ方を工夫しているとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えている。	運動に積極的に取り組もうとし、約束を守り助け合って運動をしようとしていたり、仲間の考えや取組を認めようとしていたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりしている。
学習活動に即した評価規準	①鉄棒運動の行い方を知っている。 ②自己の能力に適した支持系の技を安定して行うことができる。 ③自己の能力に適した発展技を行うことができる。 ④技を繰り返したり、組み合わせたりすることができる。	①自分に合った課題をもっている。 ②課題解決のための練習方法や場を選んでいる。 ③課題解決のために考えたことを友達に伝えている。 ④仲間の振りや手首の返し、姿勢に着目して、技のできばえを伝えている。	①鉄棒運動に積極的に取り組もうとしている。 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。 ③準備や後片付けなどで、分担された役割を果たそうとしている。 ④場や用具の安全に気を付けている。



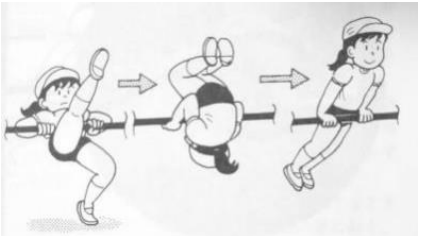
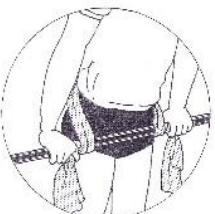
8 学習過程と評価計画

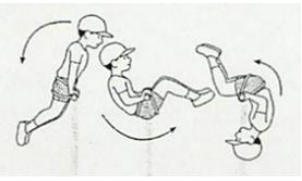

	1	2	3	4	5 (本時)	6	
学習のねらい	学習のすすめ方を知り、見通しをもつ	支持系の基本的な技に取り組み、場や資料の使い方、技の組み合わせを知る	自分の課題に応じて技や活動の場を選んで楽しむ				
0 ↓ 45	オリエンテーション ・学習内容の確認 ・場や用具の準備や片付けの仕方 ・安全について ・つながる運動 ・もち技調べ	場の準備・準備運動・主運動につながる運動 (感覚づくりの運動)					
		○簡単な下り技の紹介 ・背面支持からの前下り ・片足踏み越し下り ・こうもり手つき下り 等 ○今できる技を安定して行ったり、組み合わせたりして楽しむ。 (こだわりタイム)	今できる技を安定して行ったり、組み合わせたりして楽しむ。(こだわりタイム)			できそうな技に挑戦して楽しむ。(チャレンジタイム)	
						まとめ	
知・技		②		③	④	①	
思・判・表		④	①	②	③	④	
態度	③④	①	②				

9 指導計画

	学習内容と活動	教師の指導・支援○・評価◇
はじめ	<p>オリエンテーションをする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 学習のねらいを理解し、学習の進め方について見通しをもつ。</li> <li>○ 学習の仕方やマナー、安全について理解する。</li> <li>○ 学習資料（ギガタブや紙面）の活用方法や、学習カードの使い方について理解する。</li> <li>○ 主運動につながる運動のポイントや行い方を確認したり、膝掛振りの行い方を確認する。</li> <li>○ もち技調べ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○学習の見通しがもてるよう資料を視覚的に見せながら話したり、動きやマナーについても実際に見せたりしながら指導する。</li> <li>○鉄棒運動が苦手な児童に対しては、マットやクッションを用意し、鉄棒への恐怖心を取り除くことができるようにする。</li> <li>◇準備や後片付けなどで、分担された役割を果たそうとしている。 【態度③】</li> <li>◇場や用具の安全に気を付けている。 【態度④】</li> </ul>
なか	<p>1 学習の場づくりをする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・マット、クッションなど</li> </ul> <p>2 準備運動をする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ストレッチ</li> <li>○鉄棒運動につながる運動</li> <li>・リズム鉄棒</li> </ul> <p>跳び上がり→つばめ→つばめの水飲み</p>  <p>布団干し→布団干し振り→前回り下り</p>  <p>・頑張りタイム</p> <p>【後ろ振り跳び下り】</p>  <p>【ダンゴムシ】</p>  <p>3 簡単な下り技に挑戦する。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・背面支持からの前下り</li> <li>・片足踏み越し下り</li> <li>・転向前下り</li> <li>・こうもり手つき下り</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○協力して準備ができるよう声をかける。</li> <li>○学習で特に使用する部位を意識させながら行う。</li> <li>○つばめは、肘や足先までピンと伸ばすよう指導し腕支持感覚が身に付くようにする。</li> <li>○つばめの水飲みでは、前方に勢いよく上体を倒したり、手首の返しを意識させたりすることで、前方支持回転の感覚を養うようにする。</li> <li>○布団干し振りでは、腹部の支持を感じながら行うよう声をかけ、支持感覚を身に付けるようにする。</li> <li>○前回り下りは、音を立てず静かに下りよう声をかけ腕支持感覚を高めるようにする。</li> <li>○後ろ振り跳び下りでは、「1、2、3」のリズムで振りを大きくするよう意識させ、最後は鉄棒を突き放すよう助言する。</li> <li>○ダンゴムシでは、腕に力を入れ体を支持できるよう指導する。</li> <li>○苦手な児童には、10秒の間で繰り返しチャレンジするよう声をかけたり、持ちやすい持ち方を一緒に確認したりする。</li> <li>○ペアや友達で励まし合っている児童を称賛し、仲間と高め合えるようにする。</li> <li>◇友達の振りや手首の返し、姿勢に着目して、技のできばえを伝えている。 【思・判・表④】</li> <li>○単な下り技を紹介し、児童が組み合わせを考える際のバリエーションが増えるようにする。</li> <li>○苦手な児童には、踏台を用いたり、補助をしたりして安全に挑戦できるよう支援する。</li> </ul>

<p>4 めあてを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>今できる技を安定して行ったり、組み合わせたりして楽しむ。(こだわりタイム)</p> </div> <p>5 こだわりタイムの活動をする。 【予想されるめあての例】</p> <p>○逆上がりを連続でやる。</p>  <p>○技を組み合わせる</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・膝掛け振り上がり→後方片膝かけ回転→片足踏み越し下り</li> </ul>  <p style="text-align: right;">など</p> <p>4 ギガタブタイムを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアでギガタブを用いて試技を撮影し合う。</li> </ul> <p>5 学習の振り返りをする。</p> <p>6 後片付けをする。</p>	<p>○今できる技を繰り返し行ったり、組み合わせたりするよう声をかける。</p> <p>○技を繰り返して行っている児童を称賛し、組み合わせの一連の流れに繰り返し技を入れて、組み合わせの楽しさを味わえるように促す。</p> <p>○上がり技→支持回転技→下り技を組み合わせで行っている児童を称賛し組み合わせを行う児童が増えるようにする。</p> <p>○組み合わせ方を考えられない児童には、資料を示したり、友達の組み合わせ方を参考にしよう助言する。</p> <p>○自分の力に合った活動が行えていない児童には、もち技調べの表をもとにして技を選ぶよう助言をする。</p> <p>○友達の参考になる繰り返し方や組み合わせ方を行っていた児童を紹介し称賛し、児童に広まるようにする。</p> <p>◇自己の能力に適した支持系の技を安定して行うことができる。 <span style="float: right;">【知・技②】</span></p> <p>○ペアで、ギガタブを用いて試技を撮影し、できばえを見合うよう声をかける。</p> <p>○撮影の仕方がわからなかったり、撮影場所が的確でない児童にはギガタブの使い方や動きを確認しやすい位置を指導する。</p> <p>◇鉄棒運動に積極的に取り組もうとしている。 <span style="float: right;">【態度①】</span></p> <p>○学び方や友達同士のかかわりがよかった児童を紹介、称賛し学習の意欲をもたせる。</p> <p>○協力して片付けるよう声をかける。</p>
<p>な か 2</p> <p>1 学習の場づくりをする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・マット、ゴムチューブなど</li> </ul> <p>2 準備運動をする</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ストレッチ</li> <li>○鉄棒運動につながる運動 <ul style="list-style-type: none"> <li>・リズム鉄棒</li> <li>・後ろ振り跳び下り</li> <li>・ダンゴムシ</li> </ul> </li> <li>○振りタイム</li> </ul>	<p>○準備する道具、場はあらかじめ決めておき、協力して行うよう声をかける。</p> <p>○学習で特に使用する部位を意識させながら行う。</p> <p>○安全な握り方や動きのポイントが意識できるように声をかける。</p> <p>○振りを大きくするためのポイントを指導する。</p>

<p>3 めあてを確認する。</p>	<p>◇自分に合った課題をもっている。 【知・技①】</p>
<p>今できる技を安定して行ったり、組み合わせたりして楽しむ。(こだわりタイム)</p>	
<p>4 こだわりタイムの活動をする。 【予想されるめあての例】</p> <p>○前方片膝かけ回転 ・3回回れるようにする。</p>  <p>○技を組み合わせる ・逆上がり→後方支持回転→前回り下り</p>  <p>5 ギガタブタイム ギガタブを用いて試技を撮影する。</p> <p>6 めあてを確認する。</p>	<p>○自分のめあてに合った活動ができるよう支援する。</p> <p>○順番を守り、正しい持ち方で安全に活動が行えるよう配慮する。</p> <p>◇学習の仕方や約束を守り、仲間と助け合おうとしている。 【態度②】</p> <p>○友達にアドバイスをするよう呼びかける。</p> <p>○友達に積極的にアドバイスをしている児童を称賛する。</p> <p>○自分の力に合った活動が行えていない児童には、助言をし、適した技を練習するよう指導する。</p> <p>◇技を繰り返したり、組み合わせたりすることができるようにする。 【技能④】</p> <p>○ペアで、ギガタブを用いて試技を撮影し、できばえを見合うよう声をかける。</p> <p>○動きを確認しやすい位置から撮影するよう児童に指導をする。</p>
<p>できそうな技に挑戦して楽しむ。(チャレンジタイム)</p>	
<p>7 チャレンジタイムの活動をする。 【予想されるめあての例】</p> <p>○逆上がり ・おなかを離れないようにゴムチューブを使って練習する。</p>   <p>ゴムチューブを用いた練習方法</p>	<p>○自分の力に合っためあての活動ができるよう支援する。</p> <p>◇課題解決のための練習方法や場を選んでいる。 【思・判・表②】</p> <p>○順番を守り、正しいにぎり方で安全に活動が行えるよう配慮する。</p> <p>○友達同士でアドバイスをしたり、資料を用いたりして技のポイントを意識するよう呼びかける。</p> <p>○技の習得につまずいている児童には見本を見せたり、資料を用いたりして、めあてが達成できるよう支援する。</p> <p>◇自己の能力に適した発展技を行うことができる。 【技能③】</p> <p>◇課題解決のために考えたことを友達に伝えている。 【思・判・表③】</p> <p>◇仲間の振りや手首の返し、姿勢に着目して、技のできばえを伝えている。 【思・判・表④】</p>

	<p>○後方支持回転</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・振り大きくすることを意識する。</li> <li>後ろ振り跳び下りで感覚がつかめるようにする。</li> </ul>  <p>振りを意識した練習方法</p>  <p>8 ギガタブタイムを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・技ごとのグループで試技を撮影し合う。</li> </ul> <p>9 ギガタブの映像をもとに、チャレンジタイムに再度取り組む。</p> <p>10 学習の振り返りをする。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・学習に取り組んだ成果について振り返り、次時のめあてと学習内容を決める。</li> </ul> <p>11 後片付け</p>	<p>○児童の活動を称賛したり、アドバイスしたり、補助したりして児童が意欲的に取り組めるようにする。</p> <p>○ギガタブを活用して自分の動きを確認するよう声をかけ、課題を明確にできるようにする。</p> <p>○もち技が増えた児童を意図的に紹介したり、称賛したりして学習の意欲をもたせる。</p> <p>○ギガタブを用いて試技を撮影するよう声をかけ、技のポイントが振り返りやすい位置から撮影するよう指導する。</p> <p>○ギガタブで撮影した映像をもとに、技のポイントや自己の課題を明確にして、練習に取り組めるように声をかける。</p> <p>○ギガタブを活用し、前時や本時の動きを確認し、次時のめあてを設定するよう声をかける。</p> <p>○協力して片付けるよう声をかける。</p>
ま と め	<p>○学習のまとめを行う。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鉄棒運動の行い方を知るとともに、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、それらを繰り返したり、組み合わせたりすることができたか。</li> <li>・自分の力に合った課題をもち、練習の方法や組み合わせ方を工夫したり、課題解決のために考えたことを他者に伝えたりすることができたか。</li> <li>・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をしたり、仲間の考えや取組を認めたり、場や器械・器具の安全に気を配ったりすることができたか。</li> </ul>	