

# 夏季フゾリンピック～鉄棒運動～

6年体育 6月上旬 18Q〈6時間〉  
 附属新潟小学校 教諭 山形 昭

## 1 目指す姿

### ○ 「鉄棒運動のこつ」とそのこつの見だし方が分かり、鉄棒運動の技能が上達する子ども

「手本の映像を見て、自分の映像と比べたら、お腹を鉄棒から離さないためには、脇を締めることが大切だと思い、それに気を付けて運動しました。すると、逆上がりができるようになりました」などと、自分と手本の体の動かし方とを比較し、部位に着目した新たな「運動のこつ」を見だし運動したことで、できなかった技が上達したことを自覚している姿

(1) **中核的な学習内容**：鉄棒運動における、部位に着目した体の動かし方という考え方を習得し、技が上達すること

(2) **学びをつなぐ力**：① 比較するすべを用いて、自分と手本の体の動かし方の相違点から、できない技ができるようになるための体の動かし方を収集する力

② 関係付けるすべを用いて、収集した体の動かし方を実際に試してみることで、技能が上達するための「鉄棒運動のこつ」を見いだす力

## 2 単元の計画

	【学習活動】☆つなぐ力	【働き掛け】	Q
一 次	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 運動感覚を養う運動に取り組む。                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・肋木渡り</li> <li>・登り綱（逆さ、回転、スイング）</li> <li>・こうもりジャンケン（逆さ、後方へ倒れる）</li> <li>・後ろ跳び降り（支持、スイング）</li> <li>・布団干し起き（支持、手首の返し）</li> <li>・ツバメ横移動（支持）</li> <li>・足抜き回り（回転）</li> <li>・ゆっくり前回り下り（支持、回転、手首の返し）</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 基礎となる運動感覚を養う易しい運動に取り組ませる。</li> </ul>	6 Q 2 時 間
二 次	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 上がる技、支持回転技、下りる技を試し、めあてとそのめあてを選んだ理由をワークシート①に書く。                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・僕は、上がる技を逆上りにしたいんだけど、逆上がりができない。めあては、逆上がりだ。</li> </ul> </li> <li>○ どこがよくないのかを考える。                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・肘が伸びているのかなあ。よく分からないな。</li> <li>・どうしてできないのかな。</li> </ul> </li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>○ この技ができるようになりたい。どうしたら、この技ができるようになるのだろうか</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「動きのこつ」を付箋に記入する。                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・逆上がりのこつは、肘をしっかりと曲げて、お腹を鉄棒から離さないようにすることだ。</li> </ul> </li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>【既有事項】自分の体の動かし方</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>※ 「膝掛け上がり」「逆上がり」の上がる技、「後方支持回転」「後方片膝掛け回転」「前方片膝掛け回転」の支持回転技、「前回り下り」「片足踏み越し下り」の下りる技の運動局面ごとの絵を提示する。</li> <li>◆ めあてを問う。</li> <li>◆ 「鉄棒運動の手本の映像（『対象』①）」を提示し、体のどこに問題があるのかと問う。 【働き掛け1】</li> </ul>	3 Q 1 時 間
	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「手本の映像」や「自分の映像」を見比べて、体の動かし方の相違点を探す。                             <ul style="list-style-type: none"> <li>・手本は脇を開けてない。僕は、開いている。もっと脇を締めた方がいい</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ できない鉄棒運動の技ができるようになりそうな体の動かし方を問い、できない自分の鉄棒運動の様子を動画撮影させる。 【働き掛け2】</li> </ul>	

<p>三 次</p>	<p>いな。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 自分のできない原因に気付き、手本の体の動かし方を試したくなる。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・僕とは腕の動かし方が違う。もしかして、脇を締めるとできるようになるのではないかな。</li> <li>・もしかして、僕が気付かなかった手首の動かし方がうまくできるためのコツなんじゃないかな。手首の返しをまねしてみよう。</li> </ul> </li> </ul> <p><b>○ 動かし方が違う。もしかして、□□（部位）を△△のように動かすことができるようになるのではないかな。まねしてみよう。</b></p> <p style="text-align: center;"><b>☆つなぐ力①</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 関係付けるすべを用いて、自分と手本の体の動かし方を考えて、挑戦の技ができるようになるためのコツを見だし、挑戦の技ができるようになる。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・手本は脇を締めてやってたから、これをまねしてみよう。（挑戦後）肘を曲げて、脇を締めてやると、できそうだ。◎だ。</li> </ul> </li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>☆つなぐ力②</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 「手本の映像」や「達成の秘伝書」から、手本の体の動かし方を基に「鉄棒運動のこつ」を見いだして、挑戦の技を身に付けることができたかが分かる。</li> </ul> <p><b>○ 「手本の映像」を見て、自分の「動きのカルテ」と比べたら、お腹を鉄棒から離さないためには、脇を締めることが大切だと思い、それに気を付けて運動しました。すると、逆上がりができるようになりました。うれしかったです。</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>※ もう一度「鉄棒運動の手本の映像（『対象』①）」を提示する。</li> <li>※ 自分の映像と手本の映像とを比較しやすくするために、2台のタブレット端末や拡大モニターを使わせたり、映像を重ねて提示できるアプリを使わせたりする。</li> <li>※ ワークシート②に記述させる。</li> </ul> <p>◆ <b>個々の能力に適した練習の場を設定し、試した「鉄棒運動のこつ」を評価させる。【働き掛け3】</b></p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>&lt;練習の場&gt;</p> <p>(Lv 1) 壁の場</p> <p>(Lv 2) 体と鉄棒くっつき場 ①ひもやタオルで ②ゴムで（徐々に本数を減らす）</p> <p>(Lv 3) 踏み切り板の場</p> <p>(Lv 4) ホール隣の場</p> <p>(Lv 5) 普通の場</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>※ 解決できない子どもがいた場合には、できた友達の鉄棒のこつが書かれた「達成の秘伝書（『対象』②）」を提示する。</li> <li>※ 「『対象』から新たな情報を得る→練習の場を選択する→試す」という一連の流れを繰り返す（本時1時間目。2時間行う）。</li> </ul> <p>◆ 「見付けたこつ」と「こつの見付け方」を問い、「鉄棒運動上達への道」を振り返らせる。 <b>【学びをつなぐ力を自覚させる働き掛け】</b></p>	<p>6 Q</p> <p>2 時間</p>
<p>四 次</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 上がる技ー支持回転技ー下りる技を選択し、組み合わせの練習をする。</li> <li>○ 上がる技ー支持回転技ー下りる技の演技をする。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 自己の能力に適した上がる技ー支持回転技ー下りる技を組み合わせさせる。</li> <li>◆ 組み合わせ技の練習をさせる。</li> <li>◆ 発表会（夏季フズリンピック～鉄棒運動～）を開き、演技させる。</li> </ul>	<p>3 Q</p> <p>1 時間</p>

3 内容の関連

