

1 単元名 器械運動（鉄棒運動）

2 単元の目標

- 支持系や懸垂系の基本的な技を滑らかに行うことや、条件を変えた技，発展技ができるようにする。 (技能)
- 鉄棒運動に主体的に取り組むとともに，自己や仲間と教え合っって練習を行うことができるようにする。 (態度)
- 学習する技の名称やポイントを理解し，練習の仕方を考えたり，場や器具の安全に気を配ったりできるようにする。 (知識，思考・判断)

3 単元について

(1) 教材観

器械運動は，自己の課題や練習の成果を明確に知ることができ，達成感や可能性を味わうことができる教材である。また，筋力やバランス能力を高めると共に，ルールやマナーを互いに守りながら練習に取り組むことで，協調性や公正な態度を養うことも期待できる。

(2) 生徒の実態

対象学級は，\*\*科3学年\*組の女子生徒\*名。体育の授業に対する取り組みは積極的で，苦手とすることにも皆で努力しようとする雰囲気がある。器械運動に関しては，技ができないからという理由や鉄棒に対する恐怖心から，どちらかというとも苦手意識が強い生徒が多い。

(3) 指導観

本校生徒の器械運動（鉄棒運動）における取り組みの傾向として，最初は技を身につけようと積極的に練習しようとするが，自分の体の動きやコツを理解することに，分からない事が多く，結果的に技能を身につけられないまま終わってしまう生徒が多い。

そこで，グループ活動を通じてお互いに動きを確認し，個人の課題を明確にする。また，ICT機器の活用を通して，視覚的にポイントを認識させたり，意識的に挑戦する意欲を上げさせたりすることで，技能の向上を図っていきたい。

4 単元の評価基準（学習活動に即した評価規準）

	運動への 関心・意欲・態度	運動についての 思考・判断	運動の技能	運動についての 知識・理解
学習活動に即した評価基準	①支持系や懸垂系の基本的な技や条件を変えた技，発展技の練習に◎ <u>自主的に</u> 取り組んでいる。 ②グループで◎ <u>積極的に</u> 教え合ったり，相互評価を行ったりしている。	①支持系や懸垂系の基本的な技や発展技の動き方を知り，◎ <u>自己の課題に応じた</u> 練習方法，練習の場を選んで活動している。 ②自分の演技や模範演技を映像で見ることで，◎ <u>動きを分析し</u> ，自分の練習に生かしている。	①支持系や懸垂系の◎ <u>基本的な技を身につけ</u> ，条件を変えた技や発展技ができる。 ②自分の身につけた技能を◎ <u>組み合わせ</u> て演技することができる。	①鉄棒運動の技の名称や運動の仕方について，◎ <u>具体的に</u> 理解している。 ②映像機器を使用し，それぞれの◎ <u>技のポイント</u> や動きの流れを理解している。

◎下線は十分に満足できる状況

5 指導と評価の計画（10 時間扱い）

		○指導の機会 ←→ □ 観察の評価機会（期間）						
段階	時間	学習のねらい・学習活動	評価の観点				評価方法	
			関意態	思考判断	技能	知識理解		
1 はじめ	1	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">○運動の特性や学習のねらいを理解する。</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">○鉄棒運動の学習準備をし、感覚づくり運動を行う。</div>	①				観察 学習カード	
	2	1 鉄棒の準備，体操，挨拶，健康観察をする。 2 運動の特性や学習のねらいを知る。 3 鉄棒運動に必要なストレッチを行う。 4 グループ分けを行う。 5 課題に取り組む。 6 学習カードの記入をする。	↑ □ 1		①			
2 なか	3 <small>本時に○を付ける</small>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">○グループ活動の中で、自分の課題やポイントを理解しあい、練習に生かす。</div>	↓		↑ □ 1		観察 学習カード	
	4	1 鉄棒の準備，体操，挨拶，健康観察をする。 2 鉄棒運動に必要なストレッチを行う。 3 本時の学習内容や進め方を確認する。			↓ ① 学習カード			
	⑤	4 自分の課題に応じた練習方法やポイントを意識して学習に取り組む。 5 ICT機器を活用し，自分の動きや模範となる動きを確認する。		① 学習カード				
	6	<学習課題> (1) 逆上がり (2) 前方支持回転 (3) 後方支持回転	②					
	7	5 整理運動，学習カードの記入をする。 6 学習の振り返りをする。	↑ □ 2			② 学習カード		
	8		↓		②			
3 まとめ	9	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">○実技テストを行い，達成度を評価する。</div>		② 学習カード	↑ □ 2		観察 学習カード	
	10	1 鉄棒の準備，体操，挨拶，健康観察をする。 2 鉄棒運動に必要なストレッチを行う。 3 本時の学習内容や進め方を確認する。 4 実技テストを行う。 5 整理運動，学習カードの記入をする。 6 学習の振り返りをする。			↓			

6 本時の指導

(1) 目標

支持系や懸垂系の基本的な技や発展技の動き方を知り、自己の課題に応じた練習方法、練習の場を選んで活動している。 【思考・判断】

(2) 準備・資料

屋内用鉄棒、マット、逆上がり補助具、帯、学習カード、タブレット端末（スマートフォン）

	学習内容・活動	指導上の留意点	評価の観点、方法
はじめ 5分	<p>1 鉄棒の準備，ラジオ体操，整列，挨拶，健康観察をする。</p> <p>2 本時のねらいを確認する。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>○グループ活動の中で、自分の課題やポイントを理解しあい、練習に生かす。</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>全員で協力して、安全に準備ができるよう、全体の様子を観察する。</li> <li>健康安全に留意して、怪我や事故のないよう十分注意して行うよう声掛けをする。また、動画を撮影するので、その扱い方にも注意喚起を行う。</li> <li>ペアや個人で鉄棒運動に必要な筋肉を伸ばすよう助言する。</li> </ul>	
なか 35分	<p>3 鉄棒運動に必要なストレッチを行う。</p> <p>4 自分の課題に応じた練習方法やポイントを意識して学習に取り組む。</p> <p>5 ICT機器を活用し、自分の動きや模範となる動きを確認する。</p> <p>〈学習課題〉</p> <p>(1) 逆上がり</p> <p>(2) 前方支持回転</p> <p>(3) 後方支持回転</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇逆上がりが課題の生徒には、補助具を用いて練習を行わせるようにする。</li> <li>◇回転系が課題の生徒には、グループで補助に入る。</li> <li>技能に応じた練習ができるよう助言する。</li> <li>タブレット端末を使って随時、動画撮影を行い、自身の動きを確認できるようにする。</li> <li>模範動画を確認し、ポイントを視覚的に理解できるようにする。</li> </ul>	<p>思考・判断①</p> <p><u>◎自己の課題に応じた練習方法、練習の場を選んで活動している。</u></p> <p><u>(観察・学習カード)</u></p>
おわり 10分	<p>6 整理運動，学習カードの記入をする。</p> <p>7 学習の振り返りをする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>簡単なストレッチを行い、健康観察をする。</li> <li>学習カードの内容及びグループでの話し合いから、学習を振り返らせる。</li> </ul>	

◇は努力を要する状況にある生徒の手立て