鉄棒　　　　　　４年　　組　　番（　　　　　　　）

**鉄棒　目標**

・　鉄棒運動の行い方を知り、基本的な技ができるようにする。

・　自分で課題を設定し、技ができるようになるための活動を工夫するとともに、考えたことを友達に伝えることができる。

・　ルールを守って友達と仲良く運動し、安全に気をつけて進んで授業に取り組んでいる。

　進んで授業の準備や片付けに取り組んでいる。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | めあて・目標 | 挑戦した技 | ・　できるようになるために意識したこと、工夫したこと。・　友達に教えてもらったこと　など |
| 第１時 | 学習のねらいと学習の進め方を知る。 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| 第２時 | 今できる鉄棒運動の技を続けて楽しみ、少し努力すればできそうな技に挑戦する。 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| 第３時 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| 第４時 | 少し努力すればできそうな技を練習する。・連続技の練習をする。　　　　　 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| 第５時 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |
| 第６時 | 学習のまとめ・連続技の発表会 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 | 　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　　 |

技の組み合わせ

上がり技

周り技

下り技

上がり技

周り技

下り技

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 〔上がり技〕 | レベル | 〔回り技〕 | レベル | 〔下り技〕 | レベル |
| ・とび上がり・ひざかけ振り上がり・逆上がりひざかけ上がりなど | １３３５ | ・かかえ込み回り・後方片ひざかけ回り・前方片ひざかけ回り・後方しじ回転　など | ３４５５ | ・前回り下り・後ろとび下り・転向前下り・片足ふみこし下り・両ひざかけとう立下り・両ひざかけしん動下りなど | １１２４２５ |

鉄棒の学習を振り返って