

項目 時間	目 標	学 習 内 容	時間	教 授 と 分 担		形 態	反 応 評 価	準 備		
				T e	T f					
二 時	<ul style="list-style-type: none"> <li>前転と開脚前転を続けて行なうことができるようにさせる</li> <li>助走して両足でふみきり両手をつき背を丸くして前転ができるようにさせる</li> </ul>	3. 前転—開脚前転の練習	14	3. 全体指導 (1) 開脚前転の要領 <ul style="list-style-type: none"> <li>開脚のタイミング</li> <li>手のつき方</li> <li>起きあがるときの重心のかけ方</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>用具の準備</li> <li>要領の確認</li> <li>グループ指導</li> </ul>	大	38	マット		
		4. 台上前転の練習	14	4. 全体指導 (1) 台上前転の要領説明 <ul style="list-style-type: none"> <li>両手のつく位置</li> <li>ひざをまげ体を丸くするタイミング</li> <li>着地のしかた</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>グループの指導</li> </ul>	大 小			38	マット とび箱 ふみきり板
		5. 整理運動とおわりの話し合い	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>用具のあとしまつ指示</li> </ul>	5. 全体指導 (1) 学習の反省と次時の予告	大				
三 時	<ul style="list-style-type: none"> <li>各部の筋力、調整力、柔軟性を養う</li> <li>前転と開脚前転を連続してなめらかにできるようにさせる</li> </ul>	1. はじめの話し合い	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>健康観察と学習内容の確認</li> <li>見学者の指示</li> </ul>	1. 全体指導 (1) 学習内容の説明 <ul style="list-style-type: none"> <li>体操</li> <li>開脚前転</li> <li>台上前転</li> </ul>	大	38	マット		
		2. 体 操 <ul style="list-style-type: none"> <li>筋力、調整力をつける運動</li> </ul>	10	2. 全体指導 (1) 運動方法の説明 <ul style="list-style-type: none"> <li>腕の屈伸や回旋</li> <li>伏臥で腕の曲げ伸ばし</li> <li>ひざの屈伸</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>動きの観察と指導</li> </ul>	大				
		3. 前転—開脚前転—開脚前転—前転の組み合わせ	14	<ul style="list-style-type: none"> <li>用具の準備</li> <li>要領の確認</li> <li>グループの指導</li> </ul>	3. 全体指導 <ul style="list-style-type: none"> <li>前転と開脚前転の組み合わせの説明</li> <li>スムーズな連続前転話し合い</li> </ul>	大 小				