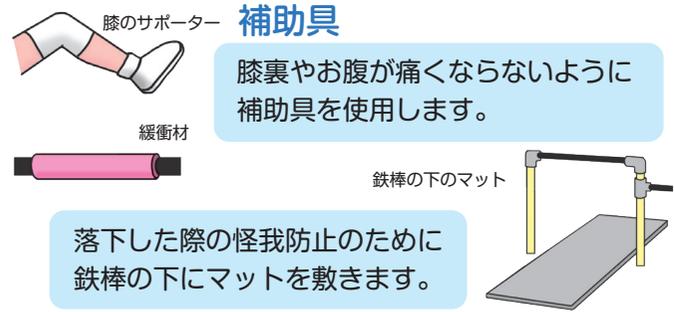
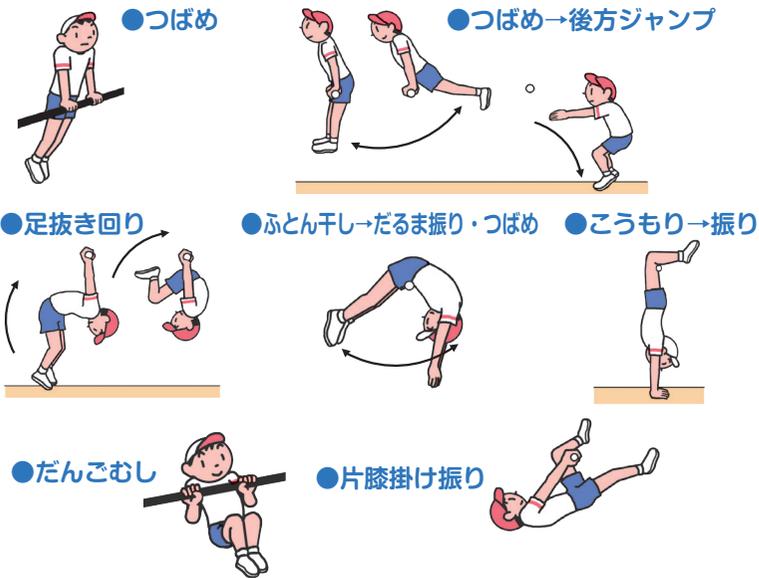


# 【基本的な技の例】

単元の前半は、基本的な技を身に付けられるようにしていきます。単元の後半では、単元前半で身に付けた技を繰り返したり、組み合わせたりしていきます。さらに、発展技に取り組んでいくために基本的な技の技能ポイントを理解して取り組みましょう。

## 基本的な技につながる運動

以下が基本的な技に関連した動きにつながるので、子供の課題解決の手段にもなります。運動の意図を教師が十分に理解したうえで、活動に取り入れるようにしましょう。



**鉄棒の高さ**

一般的には、自分に合った鉄棒の高さはおへそから胸の間くらいです。ただ、取り組む技や子供の実態によっては、より低い(高い)高さが適切な場合も考えられます。子供が適切に選択できるように、個に応じた支援をしていきましょう。

### ●膝掛け振り上がり

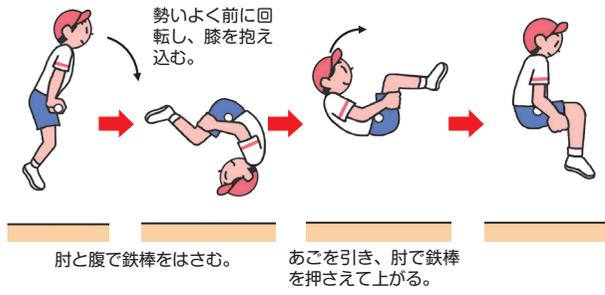


### ●補助逆上がり

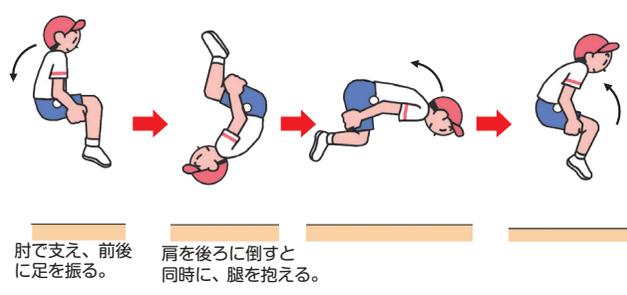


できるようになったら、跳び箱の高さを低くして取り組みます。

### ●抱え込み前回り



### ●抱え込み後ろ回り



### ●前回り下り



### ●転向前下り

