小学5年　体育

跳び箱運動（5年）

基本的な 技の 安定、発展技の かかえ込み跳び、安全

自分で 考えて 書きましょう。わからない ときは、QRコードで 動画の 場面を 見よう。

① 「安定して いないのに 高い 跳び箱に ちょうせんする」「先生と 相談して 自分の 力に 合う 高さを 選ぶ」「先生の 指導の もとで 補助の 人と いっしょに 行う」の 中で、安全に 気を つけて いないのは どれですか。

動画で 見る
場面 6
「自分に 合った 課題」

② かかえ込み跳びの 動きの 流れを、順に 言いましょう。

動画で 見る
場面 2
「かかえ込み跳び（発展技）」

小学5年 体育 答え

跳び箱運動（5年）

基本的な 技の 安定、発展技の かかえ込み跳び、安全

1 「安定して いないのに 高い 跳び箱に ちょうせんする」「先生と 相談して 自分の 力に 合う 高さを 選ぶ」「先生の 指導の もとで 補助の 人と いっしょに 行う」の 中で、安全に 気を つけて いないのは どれですか。

ヒント 自分の 力に 合わせて、先生と 相談して 決める 進め方を 思い出そう。

答え **「安定して いないのに 高い 跳び箱に ちょうせんする」です。基本的な 技が 安定したか 確かめ、先生と 相談して 自分の 力に 合う 高さを 選びます。むずかしい 技は 先生の 指導の もとで 行います。**

2 かかえ込み跳びの 動きの 流れを、順に 言いましょう。

ヒント ふみきり、手を つく、ひざの かかえ込みと 手の つきはなし（同時）、とびこす、の 順です。

答え **「両足で ふみきる」→「両手を 跳び箱に つく」→「ひざを かかえ込みながら 手で つきはなす」→「足を つかずに とびこす」の 順です。**