

# 小学校 体育DVD

## 器械運動 全 3 巻

3年～6年

- マット運動  
～技のポイントと練習・補助のしかた～
- 鉄棒運動  
～技のポイントと練習・補助のしかた～
- とび箱運動 文部科学省選定  
～技のポイントと練習・補助のしかた～

監修・指導：上原三十三（愛知教育大学教授）

## 陸上運動 全 2 巻

3,4年 / 5,6年

- 走、跳、投の運動 ちょう  
～技のポイント集～（中学年用）
- 走、跳、投の運動 ちょう  
～技のポイント集～（高学年用）

監修・指導：繁田進（東京学芸大学教授）  
佐藤善人（東京学芸大学准教授）



「技のポイント」を多数収録！  
正しい動作を楽しく学べるクリップ集

# 小学校 体育 DVD

価格  
器械運動 各巻9500円(本体)  
陸上運動 各巻15000円(本体)

## 器械運動 全 3 巻

監修・指導：上原三十三(愛知教育大学教授)



### マット運動 ~技のポイントと練習・補助のしかた~

基本的な回転技や倒立技(3、4年)

安定した基本的な回転技や倒立技、発展技、それらの繰り返しと組み合わせ(5、6年)

◎前転 ◎大きな前転 ◎開脚前転 ◎後転 ◎開脚後転 ◎壁倒立 ◎補助倒立 ◎頭倒立 ◎ブリッジ ◎腕立て横とび越し ◎側方倒立回転 など



### 鉄棒運動 ~技のポイントと練習・補助のしかた~

基本的な技(3、4年)

安定した基本的な技、発展技、それらの繰り返しと組み合わせ(5、6年)

**上がり技** ◎ひざ掛け振り上がり ◎ひざ掛け上がり ◎補助逆上がり ◎逆上がり ◎支持回転技 ◎かかえ込み回り ◎前方支持回転 ◎後方支持回転 ◎後方片ひざ掛け回転 ◎前方片ひざ掛け回転 **下り技** ◎前回り下り ◎転向前下り ◎片足踏み越し下り ◎両ひざ掛け倒立下り ◎両ひざ掛け振動下り など



### とび箱運動 ~技のポイントと練習・補助のしかた~

基本的な技(3、4年)

安定した基本的な技、発展技(5、6年)

**切り返し系の技** ◎開脚跳び ◎大きな開脚跳び ◎かかえ込み跳びなど  
**回転系の技** ◎台上前転 ◎大きな台上前転など

## 陸上運動 全 2 巻

監修・指導： 繁田進(東京学芸大学教授) 佐藤善人(東京学芸大学准教授)



### 走、跳、投の運動 ~技のポイント集~ (中学年用)

**かけっこ・リレー** ◎スキップ ◎すばやくスタートするくふう ◎正しい走り方 ◎バトンパス  
**小がたハードル走** ◎小がたハードルのこし方とインターバル ◎3歩、5歩のリズム  
**はばとび** ◎立ちのはばとび ◎ふみきり板とび ◎3歩、5歩の助走 ◎ふみきり ◎とび方の姿  
**高とび** ◎ふみきり足を決める ◎3歩、5歩助走のリズム ◎とび方の姿  
**投運動** ◎正しい投げ方 ◎ふり向きスロー ◎いろいろな道具を使って(タオルふり/フラッグ/ジャベボール) ◎新聞紙 ◎サイドステップスロー



### 走、跳、投の運動 ~技のポイント集~ (高学年用)

**短きより走・リレー** ◎スタート~中間走(中間の力強い走り) ◎バトンパス ◎コーナーの走り  
**ハードル走** ◎ハードルのこし方(姿勢とめき足) ◎ハードルのこし方とインターバル  
**走りはばとび** ◎5歩、7歩の助走 ◎ふみきり ◎とび方の姿  
**走り高とび** ◎5歩、7歩助走のリズム ◎とび方の姿  
**投運動** ◎正しい投げ方 ◎ふり向きスロー ◎道具を使って(タオルふり/ジャベボール) ◎オーバーハンドスロー ◎ステップスロー ◎バトンスロー



\*企画につきタイトルその他が変更になる場合があります。  
視聴覚施設、図書館等への納入価格は別途となります。お問い合わせください。

企画:大日本図書株式会社 株式会社パンドラ

発売:株式会社パンドラ

〒104-0041 東京都中央区新富2-12-6

TEL 03-3555-3987 FAX 03-3555-8709

E-mail kibou@pan-dora.co.jp

www.pan-dora.co.jp

● お求めは