

小学校 体育 DVD

学校指導用 DVD

基本技に重点を置いた
器械運動 DVD の決定版 全 **3** 巻



3年～6年 器械運動

●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

～技のポイントと練習・補助のしかた～

小学校体育 DVD 全 3 巻

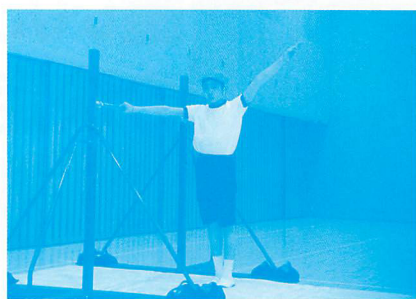
安全な授業のための注意点と3台のカメラによる同時撮影により立体的にポイント、コツをアドバイスします。基本技から技の繰り返し、スムーズな技の組み合わせ、さらに発展技へも挑戦をめざし、器械運動の楽しさが身につくことを願っています。

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と
発展技、それらの繰り返し、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◎腕立て横跳び越し◎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～

**基本的な上がり技や支持回転技、下り
技(3年、4年)**
安定した基本的な上がり技や支持回転
技、下り技、発展技、繰り返し、組み合
わせ(5年、6年)

上がり技◎膝掛け振り上がり◎膝掛け上
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◎後方片膝かけ回転◎前方
片膝かけ回転など

下り技◎前回り下り◎転向前下り◎片足踏
み越し下り◎両膝掛け倒立下り◎両膝掛
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～

基本的な支持跳び越し技(3年、4年)
安定した基本的な支持跳び越し技 発
展技(5年、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



*企画中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。

監修：上原三十三 (愛知教育大学教授)

DVD 各巻約60分

価格：各9,500円(本体) 全3巻28,500円(本体)

●お求めは

(株)オプチカル 販売課 教育映像係

香川県高松市屋島西町2484-8

TEL 087-841-1100

FAX 087-841-1101