

## 本時のねらい

・受け身の動作で重要な「衝撃を和らげる」動作を正しく行うために、タブレット端末で動作の確認をしたり、周囲の仲間の意見を聞いたりして、自分では見えない角度からの受け身の動作について考え、改善することができる。

## 本時における1人1台端末の活用方法とそのねらい

- ① カメラ機能を活用し、受け身の正しい方法を第三者が見た目線で多角的に捉え、自分の身体の動かし方を理解する。
- ② 自分の課題・改善点に気づき、解決する方法を考えることができる。
- ③ ペアでお互いの改善点などを見つけ合い、自分の意見を伝えたり、他者の意見を聞いたりすることで課題解決に取り組む。

## 活用したICT機器・デジタル教材・コンテンツ等

・ロイロノート      ・カメラアプリ

## 本時の展開

学習の流れ	主な学習活動と内容	ICT活用のポイント・工夫
導入 (10分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・準備体操、マットの準備</li> <li>・本時の流れの説明</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・動画撮影の際の留意点                             <ul style="list-style-type: none"> <li>①周囲に人が居ないか</li> <li>②しっかりと全身が写っているか      などを確認する</li> </ul> </li> </ul>
展開 (30分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ペアでタブレット端末を使って「受け身の動作」の動画撮影をする。      【写真1】</li> <li>    ⇒改善シートの「動画①」に貼る。</li> <li>・ロイロノートにて「見本動画」を送信する。      【写真2】</li> <li>ペアで確認し、お互いの改善点などを話し合い、改善シートに記入する。</li> <li>(重要なポイント)</li> <li>○回転する際に、斜めに回れているか(横回転×)</li> <li>○親指が内側を向いて回ることができるか</li> <li>○脚が重ならないように、しっかりと開脚できているか</li> <li>・改善点を踏まえたうえで、再度、ペアで「受け身の動作」の動画撮影をする。</li> <li>    ⇒改善シート「動画②」に貼る。</li> <li>    ⇒ロイロノートのカードを提出する。      【写真3】</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・「改善シート」を配布する。</li> <li>・時間内に撮影し、撮り直しも可能なことを伝える。</li> <li>・「見本動画」を送信する。</li> <li>・自分の動画と比較し、できている部分、できていない部分を分析する。</li> <li>・できていない部分を改善し、再度撮影したものをロイロノートのカードで提出する。</li> </ul>
まとめ (10分)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・片付け、本時の振り返り</li> <li>「なぜ受け身をとるのか」を確認し、痛みを和らげるために行う動作であることを認識する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・動画で確認することで、以前の自分と見比べて、自分の動作がどのように変化したかを実感し、改善することで痛みの衝撃を和らげることができることを学ぶ。</li> </ul>

## 1人1台端末を活用した活動の様子



写真1 ペアで「受け身の動作」の動画撮影をしている様子



写真2 送られた見本動画をペアで視聴している様子



写真3 本時の始めと終わりに撮影した動画と改善点を書き入れたシート

## 児童生徒の反応や変容

・これまで実技テストを動画で撮影することはあったが、生徒自身が自分の動画を見て動作の修正を試みる機会が少なかった。今回、見本動画と見比べることで、生徒自身が「こうすれば良くなる」と意識して練習できていた。提出された改善シート内の2つの動画を見ると、ほとんどの生徒の動きが改善されていた。「見本動画のポイントがわかりやすくまとめられていて、大事なところを意識しやすかったし、友だちがアドバイスをくれたのがよかった」と振り返っている生徒が多く、手本と適切な助言の大切さを実感した。

## 授業者の声～参考にしてほしいポイント～

・受け身の動作を行っている様子を他者と一緒に動画で確認することで、より正しい姿勢に近づけることができる。これまでは見本を見せてから、実際に行うだけで、自分がどのように動作を行っているかが見えなかったが、タブレット端末を使うことで多方向から自分の動作を見ることができ、動作の改善につながると考えた。体育の授業におけるタブレット端末の活用方法の一つとして見てほしい。