

本時のねらい

50m走の中間疾走時において、足が後方に流れないようにする。

本時における1人1台端末の活用方法とそのねらい

- ・お互いにフォームを撮影し、動画を見る中で中間疾走における足の後方へ流れがないか確認する。
- ・自分の動きを分析し、課題の解決に向け粘り強く取り組めるようにする。
- ・他者への課題を指摘し、その改善点を見つけアドバイスする。

活用したICT機器・デジタル教材・コンテンツ等

- ・タブレットPC
- ・カメラ機能
- 授業支援ソフト（ロイロノート）

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"> ○ウォーミングアップ (ランニング・ラジオ体操・リズムジャンプトレーニング) ○本時の「めあて」中間疾走の中で足が流れていない状態の画像・動画を見せる。 ○画像・動画から自分の走り方をイメージさせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・故障が起きないようにタブレットの置く場所を指定する。 ・カメラ機能の使い方や、スローモーションで再生する方法（スクロールバーをスライドさせる）などについて説明を行い、撮影等の作業がスムーズに行えるようにする。 ・動画は陸上選手が走行している場面を動画で見せる。事前に足が後方に流れている走り方と流れていない走り方を動画で準備し、決定的な差異がわかる瞬間のスクリーンショットも準備しておく。
展開 (35分)	<ul style="list-style-type: none"> ○50m走の測定、ペアの撮影を交互に行う。 ・班の中でペア（走る人、撮影する人）を決める。 ・ペアのタブレットを用いて正面から動画を撮影する。 ○動画のチェック ・自身の映像をコマ送り、スロー再生することで自分の走りのフォーム（足が後方に流れていないか）確認する。 ○ペアで互いのフォームについて気づいた点について話し合い、タブレットに気づいた点を書き込む。（ロイロノート） ○再測定及び再撮影 ・自分やペアが気づいたフォームの修正ポイントを意識して走る。撮影者は撮影場所を横から行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・動画を撮影する方向を正面と横の2方向から撮影し、分析の幅を広げる。撮影した動画の保存を忘れないようにする。 ・動画を撮影し、動画再生ページ下部のバーを指でスライドさせ、スロー再生を活用する。 ・互いに動画を撮影し、その中で気づいた点をすぐにロイロノートに入力することでフィードバックしやすくする。 ・映像として記録を残すことができ、客観的に自分の走行を確認できるので、どのようにすれば目標となる走り方になるかを考えることができる。また、走行を撮影することでアドバイスをもらうための待機時間などが削減され、有意義に活動する時間を確保する。
まとめ (5分)	<ul style="list-style-type: none"> ○2本走った動画を見比べ、自分の課題を再確認する。 ○授業で気づいた点、ペアへのアドバイス内容についてタブレットのまとめシートに入力する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ロイロノートの授業ふりかえりシートを入力し、本時に撮影した自分の動画と一緒に教員BOXへ提出する。

1人1台端末を活用した活動の様子



写真1：撮影風景（正面）



写真2：撮影風景（横）



写真3：フィードバックの様子

児童生徒の反応や変容

他者からのフィードバックのみの時と比べ、興味を持って取り組む生徒が多かった。また、自身の映像を用いて教員からのアドバイスができるので、技術の習得がスムーズであった。習得する技術としてはかなり専門的であったが、自身の映像を元にフィードバックされるので、どの部分をどのようにすればよいのかわかりやすいと感じる生徒が多かった。

授業者の声～参考にしてほしいポイント～

映像として記録を残すことができるので、生徒がアドバイスを得るために順番を待つ時間などが削減され、有意義な活動時間が増えた。「生徒が意識するポイント」と「映像として見られる結果」を分けて提示(例 地面を蹴らないことを意識すると、接地局面で遊脚の膝が前方へ出るなど)する方がスムーズな技術の習得につながる。