

教科名 体育科	主題名・単元名 走り幅跳び
------------	------------------

めあて

走り幅跳びのやり方を知ろう。

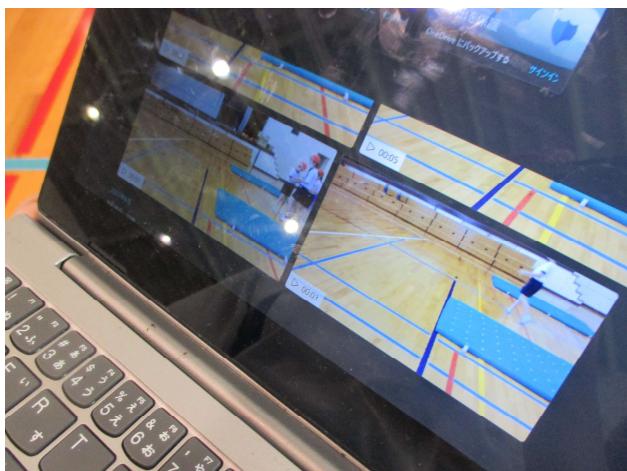
ICT 機器利用のねらい

自分が走り幅跳びをしている姿を動画で見ることで、課題に気付くことができる。

【本時の流れ】

事前.NHK for school「体育ノ介」を視聴し、走り幅跳びのポイントを押さえる。

- 1.準備体操、めあての確認
- 2.走り幅跳びを試す
- 3.動画を撮影しながら練習し、手本の跳び方と比較する。
- 4.1回目の記録を計る。
- 5.整理体操、振り返り



振り返り

- ・等速再生やスロー再生で自分の跳び方を見返したり、NHK for school の手本の跳び方と比較したりすることで、自分の跳び方の課題に気付けた児童が多数いた。
- ・走り幅跳びが得意な児童の動画を手軽に撮影・自分と比較できるのがよいと思った。
- ・動画を消さずに保存しておき、児童は自分の成長に気付く材料として、また教師は評価用として活用できると思った。

