

C協働学習（C 1）

主な学習活動

ラジオ体操の動きを録画し、
体の動かし方の確認をする。

1 本時のねらい

タブレットを活用し、練習してきたラジオ体操の動きが機能的にできているか確認する。

2 主に活用したICT機器・コンテンツ等

タブレット

3 参考にしてほしいポイント

タブレットを使って、実際に録画した自分の動きを見て、四肢の動きやリズム感を視覚的に見られることにより、本来の機能的な動きに気づき、効果的な運動につなげることができる。

段階 場面	主な学習活動	ICT機器活用のポイント
展開	お互いに自分たちの動きを動画で撮影し、改善点を見つけ、効果的な動きをアドバイスし合う。	・タブレットで録画することにより、すぐに自分の動きを振り返ることができる。 ・自分の動きが思った通りに動いていないと気づきやすく、すぐに課題解決に取りかかることができる。

タブレット



しっかり腰を曲げて
なかったなあ...



ここまで曲げれば後屈の
運動は効果的だね！

4 活用効果

自分以外の意見を聞き出すことが容易で、グループ内での共通意識を持ち、練習することができ、自分の動きにもすぐにフィードバックすることができる。
さらに実際にからだを動かしてみても自分の感覚的な違いを視覚的に捉え、積極的に練習する場面が見られた。