

本資料の活用例（教師用）

- 1 「体づくり運動」や他の領域も含めて家庭で運動に取り組ませるというイメージで生徒に指導する。
- 2 生徒が家庭で計画している体育の学習の時間に実施する。
- 3 1～4日目までは実践する運動を固定して提示しているが、生徒の興味・関心に合わせて柔軟に変えてもよい。5日目以降は自分の目的に合った運動種目、運動時間を自分で選択・決定し実行できるように促す。
- 4 運動実践チェックカードには、簡単な一言を記載させるだけでもいいが、上手くできた理由、できなかった理由、そのために考えた改善策など、生徒の思考の見える化ができれば授業の評価にもつなげることが可能となる。
- 5 運動実践チェックカードについては、登校日等に提出させ、教科担当教員がチェックする。
- 6 登校日等の授業では、実践した動きを実際に動いてみたり、仲間に披露したり、自分の計画の修正をしたり、する学習内容などが考えられる。
- 7 この学習を家庭で生徒に実施させておくことで、学校の授業において「体づくり運動」や「ダンス」の領域を行う際にスムーズに授業を進めることができたり、評価できたりすることが可能となる。
- 8 生徒に対し、家庭や近くの公園等で運動を実施する場合には、感染症対策をしっかりと行うとともに、交通安全、周囲の安全、近所への配慮（音等）、公園使用のルール遵守等に配慮して実施することを指導すること。
- 9 感染症対策としては、基本的な感染症対策（咳エチケットや手洗い、目・鼻・口を手で触れるのを避ける等）を徹底するとともに、個人または家族と実施することを前提に、3密を避けるため、利用したい公園等が混んでいる場合には、別の場所にしたり、時間帯をずらしたりすること等が考えられる。
- 10 熱中症の予防対策を講じて、運動を実施することを指導すること。具体的には、気温の高いときには涼しい時間帯に実施すること、こまめな水分補給を行うこと（激しい運動の場合には30分に1回が望ましい）。