

「3 安全な運動やスポーツの行い方」

①学習の目標

『運動やスポーツを安全に楽しく行うためには、どのようにすればよいのかを知る』

②準備するもの

・教科書(P24～P25) ・ワーク「保健体育ノート2」(P38～P39) ※1学校再開後提出します！ ・筆記具

③学習の方法・手順

- 1: 今回の課題(目標)を確認したら、教科書本文の左上の「考えよう」を、ワーク冊子右上の“ノート”に書き出してみる。
- 2: 教科書を読む
- 3: ワーク冊子右ページ上段の“ノート”欄に、学習のまとめを整理して記入する。＜まとめ方は自由＞
- 4: 最後にワーク冊子右ページ下段の“要点のまとめ”を解く。

④学習のポイント・取り組み方の例

- ③-1 「考えよう」を読んで、素直に思い描いたことをワークに書き出してみよう。
- ③-2 本文に関わる資料やトピックスでも確認して深める。→ ワーク冊子左ページも読み、参考にする。
教科書本文にアンダーラインまたは、蛍光ペンなどで引いて押さえておこう。
左ページ02「運動やスポーツを行うときは、常に健康や安全に配慮する必要があります。」
右ページ02「運動やスポーツの実施中に発生した傷害(運動傷害)や事故に素早く適切に対処できるように、RICE、心肺蘇生などの初歩的な応急手当を身につけましょう」
011「野外活動を安全に行うには、十分な経験を積んだ指導者による引率、無理のない計画の作成、参加者の事前準備、気象や環境の変化を予測した行動、ルールを守ること、仲間への配慮が大切」
- ③-3 見出しごとにまとめることがいいだろう。

☆考えよう ⇒ <いくつも書き出してみよう>

○安全な運動やスポーツの行い方

.....
.....

○運動中に発生した傷害や事故への対処

○野外活動の安全な行い方

〃□□□□に必要なことは1☆☆☆☆☆☆、2☆☆☆☆☆☆、3☆☆☆☆☆☆、

〃○○とは△△△△△である、〃◇◇◇◇◇なことを▽▽という、などと、まとめる。

- ③-4 「教科書など見ないで解く」→「教科書などを見て解く」→「別冊解答で答え合わせをして再確認」

⑤自己評価の仕方

- ☆ワーク最後の「深めよう」でまとめを行い、整理しよう。
- ☆学習の目標(課題)2つにすぐ答えられるか、確認しよう。
- ☆キーワードをすぐいえるか。そしてそのキーワードを説明できるか確認しよう。

△休業中の学習内容は、学校生活再開後に確認テストや定期考査で出題され評価されます。また、ワークを提出してもらい、チェックして評価もします。しっかりと学習を進めましょう!!

△学校再開の登校初日にクラスごと女子の分を番号順にして回収しますので、持参してくださいね!!