

1人1台端末を活用した授業実践例

学年	全学年	教科・領域	保健体育																																																																																																																																																																																																																																																															
単元・題材名	体づくり運動・家の中で工夫して運動しよう！																																																																																																																																																																																																																																																																	
使用したアプリケーション等	Teams・PowerPoint・オクリンク																																																																																																																																																																																																																																																																	
実践例	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度休校中にPowerPointでスライドショーの進行に合わせてストレッチやトレーニングが行える資料を作成し、Teamsで配信した。事前に配布しておいたワークシートに活動内容や振り返りを行い、写真としてオクリンクで提出させた。 																																																																																																																																																																																																																																																																	
意図した情報活用能力	<ul style="list-style-type: none"> ・ソフトを通じたデータのダウンロードやアップロード ・PowerPointの操作 																																																																																																																																																																																																																																																																	
資料等 その他	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;">  <p>1. 運動前チェック (以下の順番を行い、次の動作に移すよう！)</p> <p>2. ストレッチング (自分のペースでできるストレッチを全てやってみよう！)</p> </div> <div style="width: 45%;">  <p style="color: red; font-weight: bold;">反対側～</p> </div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between; margin-top: 10px;"> <div style="width: 45%;"> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>種別名</th> <th>購入/作成期間</th> <th>1セット</th> <th>2セット</th> <th>総量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>2</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>4</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>6</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>7</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>8</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>9</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>10</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>11</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>12</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>13</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>14</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>15</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>16</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>17</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>18</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>19</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>20</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>21</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>22</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>23</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>24</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>25</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>26</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>27</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>28</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>29</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>30</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>31</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>32</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>33</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>34</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>35</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>36</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>37</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>38</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>39</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>40</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>41</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>42</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>43</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>44</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>45</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>46</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>47</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>48</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>49</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>50</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr> </tbody> </table> </div> <div style="width: 45%;">  <p style="color: blue; font-weight: bold;">⑨アームカール(上腕二頭筋)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">     </div> <p style="color: blue; font-size: small;">おもりを両手に持ち、交互に上げ下げする。ひじの位置が変わらないようにする。手を完全に下げ切らない。上がらなくなるまで頑張ろう！</p> <p style="color: blue; font-size: small;">例: 1セット×△kg×○○回</p> <p style="color: yellow; font-size: small; border: 1px solid black; padding: 2px;">余裕がある人はおもりを増やしてレベルアップ！</p> </div> </div> <div style="margin-top: 20px; background-color: #FFD700; padding: 10px; border-radius: 15px;"> <p>①端末があればいつでも、どこでも資料を見ながら運動ができる。</p> <p>②自分のペースで学習を進められる。</p> <p>③Teams上にデータがあるため、何度でも資料を確認できる。</p> </div>			種別名	購入/作成期間	1セット	2セット	総量	1					2					3					4					5					6					7					8					9					10					11					12					13					14					15					16					17					18					19					20					21					22					23					24					25					26					27					28					29					30					31					32					33					34					35					36					37					38					39					40					41					42					43					44					45					46					47					48					49					50				
種別名	購入/作成期間	1セット	2セット	総量																																																																																																																																																																																																																																																														
1																																																																																																																																																																																																																																																																		
2																																																																																																																																																																																																																																																																		
3																																																																																																																																																																																																																																																																		
4																																																																																																																																																																																																																																																																		
5																																																																																																																																																																																																																																																																		
6																																																																																																																																																																																																																																																																		
7																																																																																																																																																																																																																																																																		
8																																																																																																																																																																																																																																																																		
9																																																																																																																																																																																																																																																																		
10																																																																																																																																																																																																																																																																		
11																																																																																																																																																																																																																																																																		
12																																																																																																																																																																																																																																																																		
13																																																																																																																																																																																																																																																																		
14																																																																																																																																																																																																																																																																		
15																																																																																																																																																																																																																																																																		
16																																																																																																																																																																																																																																																																		
17																																																																																																																																																																																																																																																																		
18																																																																																																																																																																																																																																																																		
19																																																																																																																																																																																																																																																																		
20																																																																																																																																																																																																																																																																		
21																																																																																																																																																																																																																																																																		
22																																																																																																																																																																																																																																																																		
23																																																																																																																																																																																																																																																																		
24																																																																																																																																																																																																																																																																		
25																																																																																																																																																																																																																																																																		
26																																																																																																																																																																																																																																																																		
27																																																																																																																																																																																																																																																																		
28																																																																																																																																																																																																																																																																		
29																																																																																																																																																																																																																																																																		
30																																																																																																																																																																																																																																																																		
31																																																																																																																																																																																																																																																																		
32																																																																																																																																																																																																																																																																		
33																																																																																																																																																																																																																																																																		
34																																																																																																																																																																																																																																																																		
35																																																																																																																																																																																																																																																																		
36																																																																																																																																																																																																																																																																		
37																																																																																																																																																																																																																																																																		
38																																																																																																																																																																																																																																																																		
39																																																																																																																																																																																																																																																																		
40																																																																																																																																																																																																																																																																		
41																																																																																																																																																																																																																																																																		
42																																																																																																																																																																																																																																																																		
43																																																																																																																																																																																																																																																																		
44																																																																																																																																																																																																																																																																		
45																																																																																																																																																																																																																																																																		
46																																																																																																																																																																																																																																																																		
47																																																																																																																																																																																																																																																																		
48																																																																																																																																																																																																																																																																		
49																																																																																																																																																																																																																																																																		
50																																																																																																																																																																																																																																																																		