

活動計画 地区別保健体育科授業カステップアップセミナー(体づくり運動)

時間	活動内容	準備・用具
9:30~9:40 (10分)	1 開講式	
9:40~10:20 (40分)	2 講義 「新学習指導要領の趣旨を踏まえた、体づくり運動における指導の在り方」	○ パソコン ○ プロジェクター ○ スクリーン
10:20~10:40 (20分)	3 講義 体づくり運動の考え方	○ パソコン ○ プロジェクター ○ スクリーン
10:40~11:30 (40分)	4 実技 ※各領域で2~4種目程度行う ○体ほぐしの運動 ○柔軟性を高める運動 ○巧みな動きを高める運動 ○力強い動きを高める運動	○ボール ○デッキ ○スピーカー
11:30~12:00 (30分)	○効率のよい組み合わせ (音楽を使用して効率のいい組み合わせを実践する) ○バランスのよい組み合わせ	○ボール ○デッキ ○スピーカー
12:00~12:20 (20分)	5 演習 ○単元計画と授業づくり	○ パソコン ○ プロジェクター ○ スクリーン