【様式２】

遠隔授業指導計画書（提出用案）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 学校名 | ○○高等学校 | 学年 | １ | 対象クラス | 全クラス |
| 科目名 | 体育 | 時間数 | ３ |  |

学習目標

1. 体を動かす楽しさや心地良さを味わい継続的に取り組む。
2. 体がほぐれると心もほぐれること体が軽快になることを理解し運動の取り組み方を工夫する
3. 運動に自主的に取り組み健康の保持増進に努めること

③レッスン○の内容についての自分の考えを英語でまとめる。

学習計画

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 学習活動 | 実施形態 | 使用ツール | 準備状況 |
| １時間目 | ・体つくり運動（体ほぐしの運動）BGMを流す　イスに座ったままで体ほぐし（ストレッチ）動画参照脈拍測定　腹式呼吸学習カード記入 | オンデマンド |  | ○ |
| ２時間目 | ・体つくり運動（体ほぐしの運動）BGMを流すタオルを使った体ほぐし（ストレッチ）動画参照脈拍測定　腹式呼吸学習カード記入 | オンデマンド |  | 　　　　　　○ |
| ３時間目 | ・体つくり運動（実生活に生かす運動）BGMを流す　実生活に生かす運動動画参照脈拍測定　腹式呼吸学習カード記入 | オンデマンド | 後日課題提出 | 　　　　　　○ |

評価方法：　ワークシート等

（休校解除後に評価の対象となることを明記）

実施形態：　　オンデマンド（動画視聴）、同時双方向、資料配付による課題、等

使用ツール：　学校HP、Office 365 (Teams/Forms)、Zoom、

学習支援アプリ（スタディサプリ・Ｃｌａｓｓｉ）