【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 |  |
| 科目名 | 保健 | 時間数 | 　　　１ |  |

学習目標

・ストレスへのさまざまな対処方法の例をあげることができる。

・体ほぐし等の運動等のリラクセーションの方法で，ストレスを緩和することにつなげられることについて知る。

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 | 心の健康のために・ストレスのしくみを理解しその対処法を理解する・個人のストレス対処法を学習カードに記入し全体で共有を図る・体育　体つくり運動（体ほぐし）を行ってみる | オンデマンド |  | ○ |

評価方法：　ワークシート、レポート、新聞、パンフレット、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）