

新学習指導要領 体育編(小)、保健体育編(中)解説の指導計画作成と内容と取扱いの改善において、小学校では「情報手段の積極的な活用」、中学校では「情報活用能力の育成」が示されました。今回は、体育授業の導入の段階でICT機器を活用するポイントについて掲載しました。今回は体育授業の課題解決場面でのICT機器の活用について紹介します。



Q. 体育授業で、児童生徒が自己やチームの課題解決をする際に活用できるアプリを教えてください。



A. ICT機器を効果的に活用し、

- ① 一人一人の能力や特性に応じた学び「個別学習」
- ② 児童生徒同士が教え合い、学び合う協働的な学び「協働学習」を推進することが大切です。

※ 学校訪問や研修会で先生方が実際に授業で活用していた無料アプリやコンテンツも紹介します。参考にしてください。



## ① 一人一人の能力や特性に応じた学び「個別学習」で活用する

### 《動きのヒントとして～視聴～》

#### 「体づくり運動アプリ」

ユニバーサル・無料  
児童生徒一人一人が運動動画の視聴や個に応じた運動計画の作成ができる。

- ・学習指導要領に沿った授業が可能。
- ・一人一人に合った運動計画の作成。
- ・約300の運動を映像で見られる。
- ・先生は専用管理画面で一元管理。

#### 「NHK for school」

##### ～はりきり体育ノ介～

コンテンツ(映像資料)

小3～小6年の体育の苦手を克服し、“できる”ようにするポイントやヒントが満載。

- ・対象学年以外や、中学校の授業でも十分活用できる。
- ・できる、できないポイントを映像と言葉で紹介。
- ・特に器械運動の取扱が多い。

### 《自他やチームの動きを比較修正するための思考ツールとして ～撮影・再生・編集～》

#### 「Multi Video」 iPhone、iPad用/Windows・無料

2つの動画を重ねたり並べたりして再生できる。自分の動きのビフォー&アフターを確認・修正できる。

- ・2つの動画を見比べたり重ねたりして表示できる。
- ・スロー再生や透明度を設定でき、編集した動画を保存して残せる。

#### 「Twin View」 iPhone、iPad用/Windows・無料

比較場面で活用できるシンプルなアプリ。写真を2つ並べて閲覧することができる。

#### 「i Movie」

iPhone、iPad用/Windows・無料

動画の撮影から編集まで行えるアプリ。撮影から編集まで1つの機能で行えるので便利。

#### 「Video 2 Photo」

iPhone、iPad用/Windows・無料

動画から写真を抜き出すアプリ。動画撮影し、後からベストショットやシーンを写真に取り出すことができる。

### 「遅延再生カメラ」 ユニバーサル・無料

撮影した映像を遅れて再生できるアプリ。テレビやスクリーン、タブレットにも「〇秒後」にセットして技を撮影すると〇秒後に確認できる。自分の動きを何度でも確認できる。

### 「Hudl Technique」 ユニバーサル・無料

技の完成度を高めたい時に活用できるカメラアプリ。スローモーション再生機能があり、見本映像を比べて改善点分かる。 ※「コソ練カメラ」も同機能で人気。

### 「タイムシフトカメラ」(追いかけて再生ツール)

Windows、chromebook、Mac、safari、iPad、Android・無料

自分の姿を客観的に見せる。インストールやログイン不要で、Webページ上で作動する。

## ② 児童生徒同士が教え合い、学び合う協働的な学び「協働学習」で活用する

### 《チームで作戦を立て、反省に生かすツールとして ～作戦ボード機能～》

#### 「Sports Board」 Google playより・無料

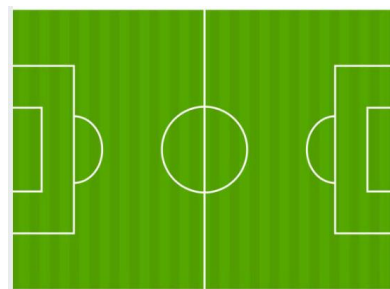
試合の戦術を立てたり、説明したりするのを助けるアプリ。タブレット上でマグネットを並べたり、ペンで書く感覚で操作したりできる。サッカー、バレーボール、バスケットボール、バドミントン、テニス、ラグビー、野球などに対応できる。

- ・コート回転、拡大、縮小が可能。
- ・作成画面をエクスポートして仲間と共有できる。

以下のアプリを併せて活用している学校も多い

※「試合作戦ボード(タッチ対応)」 Microsoft・無料

※「Jamboard」付箋機能で意見集約 Google・無料



### 《ダンス・武道でのお手本ツールとして ～ミラーリング・倍速・スロー再生機能～》

#### 「ウゴトル」 Google playより・無料

ダンスや武道の動きを学んだり伝えたりするアプリ。お手本ミラー、時間差ミラー、コマ撮り、リピート再生、左右反転表示等2つの動画を同期して比較再生できる。

- ・コマ送りシーク、0.1～4.0倍速までの可変速再生可能

※「SymPlayer」「Shazam」「Capriccio」「VLC」等

ユニバーサルアプリ・無料 もほぼ同機能で人気。



#### 〈注意点〉

- ・OS環境によって使用できる、できないアプリがあります。
- ・アプリをダウンロードする際には、学校や教育委員会の許可を受け、セキュリティポリシーに従ってください。
- ・児童生徒の有効な学びにつなげるために、活用の際には必ず事前にアプリの内容を確認しましょう。



#### ICTは万能ではない！

ICTを活用することによって視覚的に捉えられれば「わかる」へつながります。しかし、「わかる」と「できる」は別です。「理解した」から「身に付いた」への、できるようになる手立てや仕掛け作り(発問、対話、交流、場作り、共有等)は、教師にしかできません。ICTをツールとしての活用はできますが、教師や児童生徒にしかできない大事な部分を見極め授業をデザインしていくことが大切です。学習成果が目に見え、児童生徒の学びが蓄積できるようICTを利活用しましょう。