

【教科・学年・科目】朝体操 全学年

【担当者・問い合わせ先】保健体育科全教員 ksameshi@high-s.tsukuba.ac.jp

【取り組み形態】ライブ配信 動画配信

【取り組みの紹介】

4月に学校全体で課題視していた「生徒たちの生活習慣の乱れ」への対応策として、保健体育科主導の朝体操を企画、4月22日に開始。5月2日までは、月曜～土曜の9：15から、5月7日からは、1限開始前の8：30からの15分間で実施した。

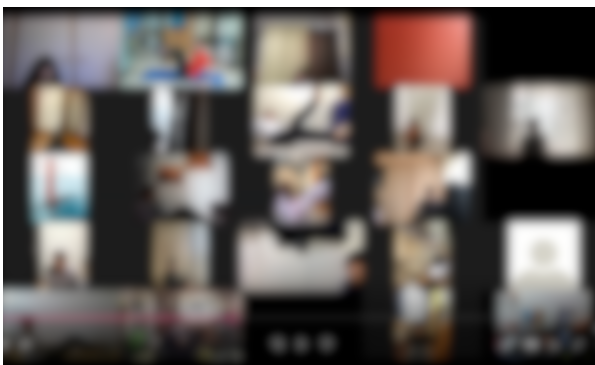
学年ごとのZoomミーティングを作成し、5人の保体科教員が毎日ローテーションで各学年を担当して全学年同時配信で実施。現在は非常勤講師1名もローテーションに加わっている。担当日ではない教員も各学年のZoomに参加し、生徒の観察や機器トラブルへの対処などのサポートをしている。運動内容は各教員で異なり、生徒は毎日別の教員の別の内容の朝体操を実践している。他教科の教員も積極的に参加しており、生徒ともに運動しながらコミュニケーションをとる場にもなっている。また、Zoomに参加できない生徒や繰り返し取り組みたい生徒へ向け、実施動画を資料としてGoogle classroomで配信している。

全生徒が家庭の状況やデバイスの関係で身体全体を映せる状況にないことや、活動の主旨が体育の教科外にも及ぶため、朝体操の出欠は体育の評価として扱いにくい。よって、授業外の活動として位置付けて任意参加とし、体育の評価対象となるPDCAシート課題（別紙「体育」参照）に組み込める用にリンクさせた。5月中旬の生徒の参加率は1年生90%、2年生55%、3年生45%ほどとなっている。参加生徒からも生活習慣の改善や心身の健康への好影響の声があり、開始時より参加率も向上するなど効果を実感する一方で、全く参加しない生徒（特に上級生）への生活習慣改善へのサポートが課題となっている。

様々な実践



あらかじめ撮影した運動動画を使用して実施する様子。各担当は学年一回り毎に新しい動画を作成している。担当教員が生徒の様子を観察しやすい、動画の事後配信がしやすいというメリットがある一方、ライブ感がないというデメリットもあり、動画の再生中に声をかけたり、再生後に互いのコミュニケーションを含んだ運動を加えたりと工夫している。



教員もライブで動きながら実施する様子。その日の状況や、対象学年に合わせたトレーニングが出来る、互いの温度感を感じやすいというメリットがある一方、教員が動いているときに生徒の様子を観察しにくい、生徒の顔が映るZoom録画動画はそのまま配信できないといったデメリットもある。