

# 自分の走りをグラフや動画で確認して練習する

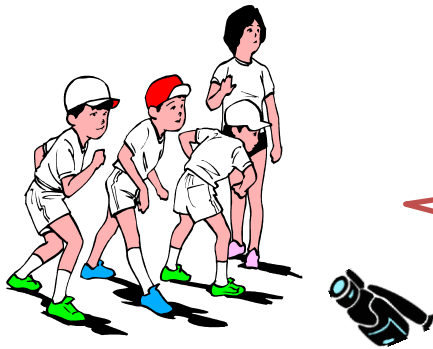
単元名「50m走」(6年)

岬町立多奈川小学校

## ICT 活用のポイント

- ・10mごとの速度の変化を、グラフを使って視覚的に理解する。
- ・ビデオカメラの映像から、自分の走り方の課題を確認する。

## 学習の流れ



速く走るには、「初速」「最高速」「最短コース」「走る姿勢」「最後まで走りきる」という5つのポイントがあることを説明する。

①50m走を行い、10mごとに係の児童を立てさせてタイムを記録する。ビデオカメラで走る様子を撮影する。

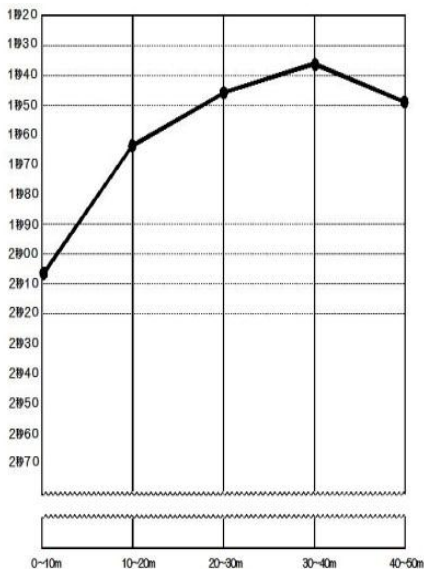
②10mごとのタイムをグラフ化したものや走る様子を、プロジェクタでいくつか示し、速く走るためのポイントがどうなっているか考えさせる。  
どのように走ればタイムが上がるかグループで意見を出し合う。

### 活用のポイント

- ・グラフの形や走る様子から、良い走り方のイメージをつかませる。

③再度、走る様子をビデオカメラで撮影し、②で考えた走り方ができているか確認しながら練習する。

④50m走の記録会を行い、どれくらい記録が伸びたか確かめる。



## 使用する機器・教材等

HDDビデオカメラ、パソコン、プロジェクタ、貼るスクリーン