

第 6 学年 体育科（保健領域）指導案

1. 題材 「足は第 2 の心臓！」

2. ねらい

○足が第 2 の心臓と言われることを構造と機能に関係づけて理解し、自分の足と健康と運動のかかわりについて考えるとともに、小学校 6 年間で学んだことや考えたことを伝えることができるようにする。

○しっかり正しい靴の履き方を実行できるようにする。

3. 本時の展開

	学習活動	資料（画面）
導 入	1. 前時の振り返りをする。 心臓はどこにある？	スライド 1
展 開	2. 足は第 2 の心臓 第 2 の心臓はどこだと思いますか？ 3. 血液は「運び屋」でもあり「回収屋」！ 4. 健康に過ごすためには、足をどんどん動かそう！ 5. 足指体操を行う。 → 運動することの大切さ みんなで「美らがんじゅう体操～大山っ子バージョン～」に取り組もう 6. 足の清潔について ①足の洗いか（1 日を振り返り感謝しながら…） ・動画見ながら一緒に実践してみよう。 ②足の感染症について 7. もうすぐ中学生！	スライド 2,3 スライド 4 スライド 5～8 スライド 9（動画） 美らがんじゅう体操 スライド 10（動画） 足の清潔について スライド 11,12
ま と め	8. 靴の履き方を確認する ①正しい靴のはき方をすると、50M 走のタイムはどうなる？ ②靴の履き方は覚えているかな？ 靴ひもがしっかりと結べるようになったか。確認しよう。 *事後の指導として、児童の実践力を高めるために、学んだことを実践している児童を称賛する。 ③児童玄関へ移動し、自分の靴を確認し、靴の正しい履き方を再確認しながら、履いてみる。 振り返りシートに記入し、発表する。	スライド 13、14 （動画：50M 実験） スライド 15 （動画：一流選手の靴の履き方） 振り返りシート

【準備するもの】 パソコン、電子黒板