

# さわやか No. 8



幸手市立さくら小学校体育だより  
令和2年8月3日号

盛夏の候、いかがお過ごしでしょうか。今回のさわやかだよりでは、7月28日(火)に行なった2年生の体育研究授業の様子をご紹介します。

## < 研修主題 >

『生き生きと学び、主体的に取り組む児童の育成』

～一人一人が自己の体力の伸びを実感できる実践を通して～



第2回 校内授業研究会 7月28日(火) 第6校時  
2年1組 体育館 低学年担当 古谷 朋香  
「体づくりの運動遊び」(体ほぐし)



【ひとりで新聞玉  
スロー&キャッチ】  
体を動かすと、心  
はどんな気持ちに  
なるだろう？



【ペアで反射ゲーム】ひとりで運動  
したときより、もっとドキドキ、  
競い合うとなんだか楽しいな…



【みんなで新聞紙をつかんでリズム遊び】



【付箋(ふせん)】「体ほぐし」で気付いたこと  
や、考えたことは付箋に書いてみんなに伝  
えます。会話以外の方法でも意見を交流し、友  
達と関わり合いました。

更にみんなで動くと、体と心がもっともっと「ほ  
かほか」するんだ！友達とリズムが合うと楽しい！



2年「体づくりの運動遊び」では、「体ほぐし」によって体を動かす楽し  
さや心地よさ、更には心と体の変化について汗を流しながら学びました。

今回の授業では、新しい生活様式のもとでも楽しく運動できる工夫(身  
体接触をしない、直接会話を減らす)を講じてみました。児童は、命を守  
るためと分かっているにもかかわらず、なんとなく心のモヤモヤがたまってしま  
う。そんなときに運動をすることで、心も体も健康になることを実感しました。

# 「着衣泳」指導のための 動画ができました！



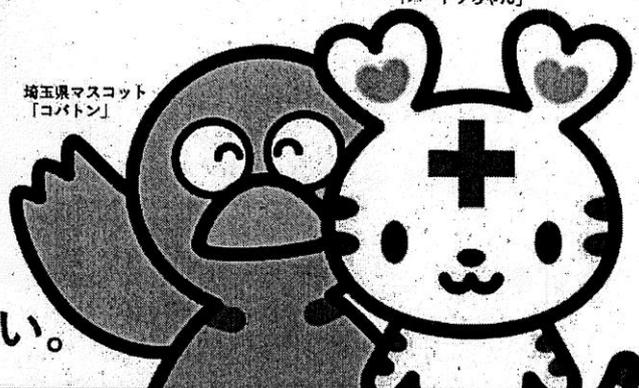
日本赤十字社  
埼玉県支部  
公式YouTube



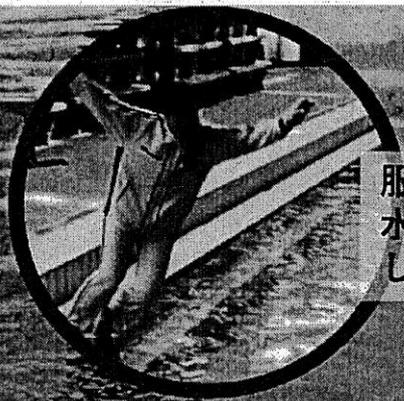
<https://youtu.be/fqx7LCk-YTo>

日本赤十字社キャラクター  
「ハートラちゃん」

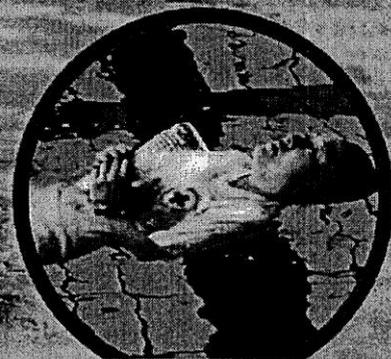
埼玉県マスコット  
「コバトン」



学校やご家庭での  
水の事故防止にご活用ください。



服を着たまま、  
水に落ちて  
しまったら…？

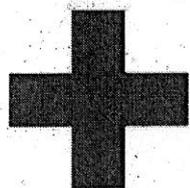


ペットボトルや  
お菓子の袋を  
浮き具にしよう



服を着たまま  
「浮いて待て」！

コバトンと  
一緒に学ぼう！



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

制作：日本赤十字社埼玉県支部  
実技指導：日赤埼玉水上安全奉仕団  
協力：埼玉県教育局県立学校部保健体育課

日本赤十字社埼玉県支部 救護・講習課 講習係（小淵・松村・及川）  
TEL：048-789-7117 / Mail：koshu@saitama.jrc.or.jp