

今回は、新型コロナウイルス感染症対策の中で行われた保健体育科の取り組みに関し、お伝えいたします。

◇ その1 自宅待機期間の課題

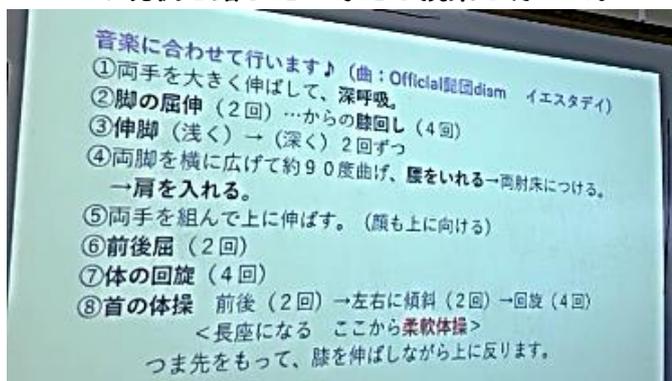
自宅待機期間中に保健体育科では、オンライン学習や授業再開後、どのように授業を再開していくのかなどの課題に対して科内での研修会を行った。具体的には年間指導計画の見直しやそれぞれの種目で注意することなど共通理解を図った。

◇ その2 web会議システムを利用したオンライン学習支援

オンライン学習支援では、週に2回の体育と1・2年生に週1回の保健を行った。

体育では、自宅でも行いやすいよう、その場でできるもの、用具を必要としない動きで、運動量が確保できるよう工夫した。また、少しでも楽しみながら行えるよう、CMやドラマで使用されていた曲を使用し、オリジナルの準備体操やエクササイズを作成した。毎回同じ内容にならないよう、筋トレやコーディネーションのコーナーを作り、それぞれの苦手や運動不足解消に努められるようにした。

1年生の保健では、毎年秋ごろに取り扱う「感染症」の範囲を先取りして行った。感染症がどのように広がっていくのか、感染症対策で自分たちにできることは何があるのかをコロナや現状を踏まえて考える授業を行った。



準備体操のポイントをまとめたパワーポイント

保健体育科、全員で見本を行い、DVDを作成した

◇ その3 対面授業再開後の対応

3月からの休校により、体力低下が予想されたため、対面授業再開後は体力の回復をメインとして授業を行った。体づくり運動から、体力テストを通して段階的に運動量を上げていくように工夫した。段階的にトレーニングを行っていったことで、スムーズに種目に入っていくことができた。

◇ その4 現状と今後の課題

現在行っている、授業前後の手洗いや距離を保った活動などの感染症対策については今後も継続して行っていく。また、密を避けるため、カリキュラムの変更を行っているが、限られた種目の中でそれぞれの種目の特性や運動の楽しさを伝えられるよう、指導内容や方法を工夫していきたい。