

## 中学部 保健体育の様子

### 〈マット運動〉

i P a dのカメラを使って、スローモーションで撮った自分の動きを確認しながら、活動に取り組みました。手本となる動画と見比べて、「もっと腕を伸ばします。」「あごを引きます。」などと教師や友達と一緒に振り返りながら、より上手く前転や横転ができるように努力する姿が見られました。



### 〈ボール投げ運動〉

手のひら大のボールを的に向かって投げるとき、どうすればもっと勢いよく投げたり、的に狙いやすくなったりするのを確認しながら活動を行いました。自分の投げ方をビデオで撮ったり、友達や教師の投げ方を真似したりして、だんだんと的にボールが当たる回数が増えていくことに、喜ぶ様子が多く見られました。

