

毎時間の振り返りで自己成長を感じる

高跳びの練習 過程記録

小学校高学年

体育

オクリンク

こんな場面にオススメ!

▶ 自分自身で振り返りをさせたい場面

振り返りカードを作ることで、
自分の成長を感じながら
目標に向かう習慣ができました。

調布市立若葉小学校
飯田 哲也 教諭



活用方法

跳ぶ様子を 動画で撮影して振り返る

a 高跳びの様子



- 児童は一人ずつ高跳びを行い、その様子を同じグループの児童に動画で撮影してもらいます。(a)
- 児童は友だちからのアドバイスも参考にし、撮ってもらった自分の動画を確認してカードに貼り付け、毎時間提出BOXに提出します。(b)

人と比べるのではなく
自分自身の成長を
実感させることができました。



b 実際に子どもが作成したカードの例

めあて、動画、振り返りを
セットで1枚のカードに
まとめることができる

3回目 めあて

1mを目指して抜き足に気をつける。



振り返り

1mを跳べた後、1m5cmに挑戦したら、跳べました。

自分の意識した事は、まず振り上げ足を抜かないといけなかったので、振り上げ足を意識しました。



詳しい
使い方は
WEBで
チェック!