

## 【取組内容①】 動画を活用した意見の共有

## ★保健体育科での活用事例

## ○「けんこうによい一日の生活」

- ・パワーポイントを用いて食事や運動について一斉授業を行う。
- ・睡眠についての動画(NHK for school)を視聴し、理解を深める。  
→言葉だけでなく視覚的に知識を得ることができた。



## クイズ③

早くねるためにするとよくないことは？

- ①朝に、朝日をあびる
- ②朝ごはんはんに肉や魚、たまご、なっとうなどを食べる
- ③夜寝る前に、スマホやタブレットを見る

正解は動画で  
確認しよう



NHK for school  
「ねないと どうなっちゃうの？」  
動画視聴