

「Japanese exercises (the radio gymnastics)」

- 1 **Purpose**
 - ・ Understand the radio gymnastics that almost all Japanese know..
 - ・ Develop interest in the radio gymnastics, and enjoy it actively
- 2 **Audience** 6 th ~ 8 th
- 3 **Time required** 50 minutes
- 4 **place** Classroom
- 5 **Supplies** CD&Video of the radio gymnastics, TV, CD-player, prize
- 6 **Method**

1st: the radio gymnastics ... Most famous Japanese exercises

2nd: the algorithm gymnastics & the health muscle gymnastics

...become famous among kids & young since televising by television program.

7 Teaching plan in classroom

	Teacher's activity	Student's activity	Attention,Prepare,etc
introduction	<p>「What do you do before sports and physical activities?」</p> <p>「What warm-ups?」</p> <p>「There are famous warm-ups that almost all Japanese know. In physical education class of many schools, students do it before sports. Today I will introduce you to “the radio gymnastics”.」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ demonstrate to music ・ tell that the gymnastics have about 10 kinds of movements. 	<ul style="list-style-type: none"> ・ Remember their case and the gym, tell and show it. ・listen to the music and watch the demonstration. 	<ul style="list-style-type: none"> ・one student talks. ・ CD of the radio gymnastics
development	<p>「Let's try!」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ do slowly each movement while counting. ・ show the name of each movement on the black board. ・ do all with music <p>「Japanese do it at various places except physical education of school.」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ Show the example with the video and picture. <p>(ex) It is broadcasted everyday. In the early morning during summer vacation, elementary school students do it in the park. In some companies and factories, employees do it before work.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ stand up there. ・ follow the model and count. ・ do with music ・ watch the videos and picture and understand about the radio gymnastics. 	<ul style="list-style-type: none"> ・ at first, do 8 counts each movement ・ the name card of each movement ・ CD of the radio gymnastics ・ the video of TV program ・ the video of children during summer vacation & card of radio gym.
summary	<p>「Let's do it again!」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ competition with 4groups. I give the winner the prize. 	<ul style="list-style-type: none"> ・ do all with music 	<ul style="list-style-type: none"> ・prize

「Japanese exercises (the radio gymnastics)」

指導計画 「日本の体操（ラジオ体操）」

2006オハイオ団 田中康暁

- 1 目 標
 - ・日本人のほとんどが知っている体操があることを知る。
 - ・ラジオ体操に興味を示し、師範を真似しながら積極的に身体を動かす。
- 2 対 象 6 t h ~ 8 t h
- 3 指導に要する時間 50分
- 4 場 所 教室
- 5 教 材 ラジオ体操に関する CD・ビデオ、CD デッキ、テレビ、賞品
- 6 指導計画

1 時間目：ラジオ体操・・・ほとんどの日本人が知っている日本でもっとも有名な体操を紹介する

2 時間目：アルゴリズム体操・健康筋肉体操・・・テレビで放映されたことで、幼稚園児から青年ぐらいの人達の間で広がってきている体操を紹介する

7 授業展開

	指導者の支援	子ども達の活動	注意点, 準備物など
導入 (5)	<p>「スポーツや運動をする前にすることは何かある？」</p> <p>「どんな準備体操をするの？」</p> <p>「体育で準備体操に良く使われ、多くの日本人が知っている体操があるよ。今日はそれを紹介します。」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・音楽をかけて、少しだけ見せる。 ・約10の動きを5分ぐらいで行うことを説明 	<ul style="list-style-type: none"> ・日ごろやっている準備体操を思い出し、発表する。 ・曲を聴きながら、教師の見本を見る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・一人のみ発表 ・ラジオ体操の曲
展開 (35)	<p>「やってみよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・曲無しのカウントのみで示範しながら、一つずつゆっくり行う。 ・各運動を順に黒板に示す。 ・曲をつけて一通り行う。 <p>「学校の授業以外でも色々な場所で行われているよ。」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ビデオを見せたり、黒板に図示したりしながら例を説明する。 <p>例) 毎日テレビとラジオで放送される。夏休みの早朝には、小学生が公園で行う。会社や工場で仕事が始まる前に行う。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・周りの人との間隔を少しあけて立つ。 ・示範を見ながら、身体を動かす。曲に合わせて体操する。 ・ビデオや板書を見て、ラジオ体操についての知識を深める 	<ul style="list-style-type: none"> ・最初は、各運動8拍のみ行う。 ・各運動の名称カード ・ラジオ体操の曲 ・TV番組のビデオ ・夏休みのビデオ&ラジオ体操カード
まとめ (10)	<p>「最後にもう一度、やってみよう」</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チーム対抗（うまくできたチームに商品进行授与） 	<ul style="list-style-type: none"> ・曲に合わせて体操する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・賞品（和風）