

保健体育科学習指導案

平成18年10月13日(金) 第2校時
同 10月17日(火) 第6校時
同 10月20日(金) 第2校時
同 10月23日(月) 第3校時
同 10月30日(月) 第3校時(本時)
同 10月31日(火) 第6校時
同 11月 6日(月) 第2校時
同 11月 7日(火) 第6校時

安中市立松井田西中学校

第2学年A組 男子5名 女子6名 計11名

指導者 特別研修員 丸山岳人

I 題材名 マット運動

II 単元の考察

1 生徒の実態

本学年の生徒は、1年生の時の「マット運動」の学習において、自分の興味や関心に応じた技を選んで、安全に気を付けながら練習してきた。最後の発表会では、自分の選んだ技を組み合わせ、連続技を発表し、技能を高めより良い動きで演技する楽しさを味わってきた。

このような学習の中で、小学校のマット運動では経験できなかった伸膝前転や、頭はねおき等のほん転技群の練習に意欲的に取り組み、マット運動に対する関心を高めるとともに、「準備運動をしっかりとする」「練習中はふざけない」「器具の安全を確かめる」など、自他の安全に気を付けながら練習することや、仲間同士でアドバイスし合いながら、課題を解決しようとする態度を身に付けてきた。

また、ビデオカメラを使用し、自分の動きを映像で振り返りながら学習をすることで、「開脚前転の最終局面で膝が曲がっている」や「頭はねおきのマットを突き放す際に腕が伸び切っていない」等の自課題を、生徒自らの力で見付けることができるようになった。そして、課題を解決するために練習する過程では、倒立前転の練習において、壁倒立で倒立の技能を身に付けてから、前転への動きにつなげる練習に取り組むなど、各自の課題に応じて段階的に練習する様子も見られるようになった。

このような学習の結果、開脚前転、開脚後転では最終局面で膝が曲がってしまったり、後転の時に、両方の手の平を、しっかりとマットに付けなかつたりする生徒もいるものの、全員が基本的な技能を身に付けることができた。また、倒立前転の技能については、男子2名が身につけることができた。そして、ほん転技群の技についても、男子1名が頭はねおきの技能を、女子1名が側方倒立回転1/4ひねりの技能を身に付けることができた。

マット運動に関する知識の面では、マット運動を安全に学習する上で注意しなければならないことについて、「準備運動をしっかりとする」「ふざけない」「器具の安全を確かめる」などと答えており、安全面についての基本的な知識は身に付いている。しかし、技の名称やその技がどのような構造で成り立っているかなど、技能面の知識については、技の名称を正確に答えられなかつたり、技の系統がどのようなになっているのかわからない生徒がおり、知識が不足している部分もみられた。

なお、生徒は今年度のマット運動の学習に対しては、「昨年度やったことを生かして、もっと難しい

技ができるようにしたい」や「マット運動をもっと上手にできるようになりたい」という技能の向上を期待しているが、「友達への上手なアドバイスの仕方を学びたい」「自分の課題を見付ける力を高めたい」や「友達の良いところを見つけて教えてあげたい」という知識・理解や思考・判断面での向上を望んでいる生徒もいる。

2 教材観

このような生徒たちに、自ら課題を見付け、仲間とアドバイスし合いながら、マット運動の色々な技に挑戦していく楽しさや、技能が上達する喜びを味わわせたいと考え、本単元を設定した。

本単元の設定に当たり、マット運動の特性を以下のようにとらえた。

(1) マット運動の一般的特性

マット運動は、自己の能力に応じた回転系や巧技系の技に挑戦したり、これらの技の組み合わせを工夫したりして、円滑にできるようにする楽しさや喜びを味わうことができる運動である。

マット運動は筋力、平衡性、巧み性、柔軟性などの体力的要素を必要とし、練習をすることによってそれらの能力を効果的に伸ばすことができる種目である。また、これらの体力的要素は他の運動においても必要とされる能力であるため、中学生のこの時期にぜひとも取り組ませたい種目の1つである。なお、その競技特性から達成型、挑戦型のスポーツに分類され、各自の取り組み方によって満足感が大きく異なるため、意欲を持って取り組めるような工夫が必要である。

(2) 生徒から見た特性

本学年の生徒たちは、マット運動について次のような場面で楽しく感じたり、つまらないと感じている。

① マット運動の学習をしていて楽しいと感じるとき。

- ・技が完成した時や、友達にアドバイスをしてもらったとき。
- ・教師に技のできばえを賞賛されたとき。
- ・自分が少しでも技が上達したと思えたとき。
- ・自分で意識した動きができたとき。
- ・自分の課題がわかったとき。
- ・みんなと練習しているとき。
- ・友達の演技が上手に撮影できたとき。

② マット運動の学習をしていてつまらないと感じるとき。

- ・なかなか技ができないとき（上達しないとき）。
- ・思い通りに体が動かないとき。
- ・友達ができていのに、自分だけできないとき。
- ・技に失敗して、マットで背中を強打して、痛かったとき。
- ・技の練習の仕方ですまらずいて、技能が上達しなかったとき。
- ・自分の課題を発見したとき。
- ・友達の演技が上手に撮影できなかったとき。

3 単元の構想

このような特性をもつマット運動の学習においては、生徒が自らの興味や関心に応じて技を選択し、主体的に学習に取り組むことが大切である。したがって導入の段階では、練習の方法等の基礎的な知識をしっかりと身につけられるような工夫が必要である。

また、達成感や成就感を味わわせることで、意欲をもって活動できるようにするために、各自の課題がしっかりと把握でき、また目に見える形で練習の成果がわかるような方法を取り入れたいと考える。

このようなマット運動の学習で、運動する楽しさを味わうとともに、自他の動きを分析し、課題や向上したところをとらえる力を養いながら、技能が向上できるようにしたいと考え、本単元を①のように構想し、そのための支援を②のように考えた。

(1)「つかむ」過程

①構想

前学年での、マット運動の学習で習得した技能を振りかえるために、「スキルテスト」を実施し、自らの技能の習得の状況を確認する。また、この際に互いの動きをデジタルカメラの動画機能を用いて撮影し、G-T a Kの模範画像と比較しながら、課題を見付ける活動を行うことで、IT機器を活用して、自分の動きと模範の動きを比較し、その違いを分析することが、自己の課題を見付けるために有効な方法であることに気付くことができる。

さらに、技を選択する場面では、自分が習得しているマット運動の技能をもとにしながら、「技の系統図」を参考に、挑戦したい技を選ぶことで、現在自分が身につけている技能が、どのように発展していくのかを知り、マット運動の技の系統性について理解を深めることができる。

②支援

- ・スキルテストを実施する場面では、デジタルカメラの動画機能の操作ができるようにするために、デジタルカメラの動画機能を用いて互いの演技を撮影し合うようにする。
- ・自分の課題を見付ける場面では、授業において、「課題発見」→「課題解決」のための教具として、生徒が積極的にパソコンを活用しようとする意識を高めるために、統合画像ビューアソフトVIX（以下VIXとする）を活用して、模範画像と自分の画像とをパソコンの同じ画面上に並べ、比較し、自分の動きと模範画像の動きの違いを分析することで、自分の課題が明確になることに気付かせる。
- ・自分の動きと模範画像の動きを比較し、分析する場面では、技のポイントを提示したポイントカードを用意して、それを参考にしながら画像を観させるようにすることで、視点を絞った分析ができるようになる。
- ・技を選択する場面では、「技の系統図」を用意し、それを参考にしながら技を選択させるようにすることで、現在の自分のマット運動の技能をもとにした、発展的な学習を進めることができるようになる。

(2)「追求する」過程（ねらい）

①構想

追求する過程においては、生徒が自分の興味や関心に応じて選択した、一つ一つの技の技能を高めるための「学習の段階1」と、それを連続した技として構成し練習することで、それぞれの技が円滑に行えるようにするための「学習の段階2」の、2段階に分けて学習を行う。このことにより、生徒は、まとめの発表会に向けて、見通しを持った学習を進めることができる。

「学習の段階1」では、生徒はそれぞれの興味や関心に応じて選択した技について、デジタルカメラやパソコンを活用しながら、自分の動きの課題を見付けるとともに、その課題を修正するために、IT機器を活用したり、仲間同士でアドバイスし合いながら練習することで、それぞれの技の技能を向上させ、達成感や成就感を味わうことができる。また、G-T a Kの模範画像や、過去の自分の動きの画像と、現在の自分の動きの画像とを比較し、分析することで、自分自身の向上を知ることができる。

これらの学習によって、生徒は確かな技能を身に付けられるとともに、自らの動きの高まりに気付き、運動に対する有能感を高め、意欲をもって学習に取り組むことができる。

「学習の段階2」では、学習の段階1で学習したマット運動の技を使って、色々な連続技の構成を考え、練習をすることで、技の完成度を高めるとともに、技の構成の仕方による連続技のイメージの変化を楽しむことができる。

②支援

- デジタルカメラを2台、生徒の画像を保存したり、G-T a Kの模範画像との比較ができる生徒用パソコンを2台、資料提示用パソコンを1台用意することで、それらを活用しながら課題を見付ける活動の機会を増やすことによって、課題解決のための練習を効果的に進めることができるようになる。
- 「学習の段階1」では、デジタルカメラの動画機能を利用して、各時間ごとの自己の動きを撮影し、生徒用パソコンに作成してある各個人のフォルダに保存する。その画像と、現在の自分の動きの画像とを、技のポイントを参考にしながら比較することで、自分の動きの高まりに気づき、達成した喜びを感じることができるようになるとともに、G-T a Kの模範画像と、自己の画像とを比較することで、模範の動きと自分の動きのずれが、練習を積み重ねることで少なくなっていく事に気づき、意欲をもって練習に取り組めるようになる。
- 「学習の段階2」では、導入の段階で連続技の模範画像を見たり、仲間同士で互いの演技を見合いながらアドバイスし合うことで、演技のイメージを高め、工夫された連続技の構成ができるようになる。

(3)「まとめる」過程

①構想

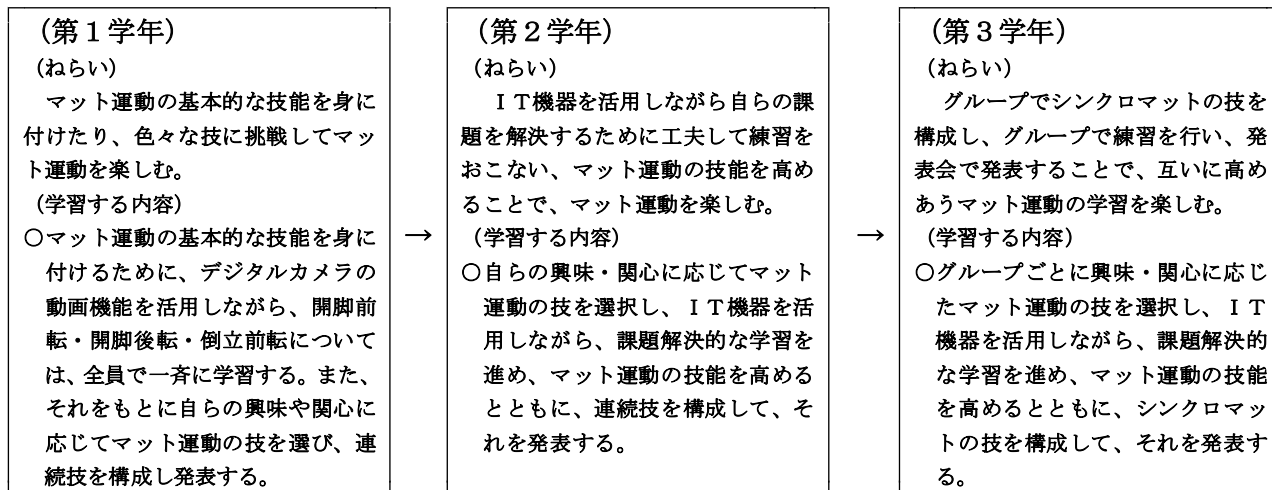
発表会を実施し、追求する過程での成果を生かして連続技を発表し合い、互いの良かった点などを話し合うことで、単元の学習のまとめをする。

このことにより生徒は、自他の良さを認め合い、運動に対する有能感を高めることができる。

②支援

- 発表会では、発表の前に組み合わせる技や、技の組み合わせで工夫したところを説明できる場を設けことで、それぞれの技の出来映えや、組み合わせのおもしろさに着目しながら、見学することができるようになる。
- まとめの話し合いの場面では、それぞれの演技の様子を映像で見合いながら話し合いをすることで、自他の良かったところを深く見つめられるようになり、仲間への賞賛がより具体的に行えるようになる。

4 教材の系統



Ⅲ 単元の目標

安全に気を付け、互いに協力しながら、自らの課題を解決するためにIT機器を活用し、工夫して練習を行い、技能を高め、マット運動を楽しむ。

Ⅳ 評価規準

観 点	おおむね満足できる状況	十分満足できる状況
運動や健康・安全への 関心・意欲・態度	○安全に配慮しながら、互いに協力して練習をし、技の出来映えを競い合ったり、向上させたりする器械運動の楽しさや喜びを味わい、技を発表することができる。	○安全に配慮し、練習環境を積極的に整えようとしながら、互いに協力して練習をし、技の出来映えを競い合ったり、向上させたりする器械運動の楽しさや喜びを味わい、進んで技をすることができる。
運動や健康・安全につ いての思考・判断	○IT機器を活用して、自己の課題を把握し、技能の向上や課題解決に向けて練習の仕方を工夫しようとしている。	○IT機器を活用して、自己の課題を的確に把握し、に適した明確な課題を設定し、技能の向上や課題解決に向けて効果的な練習の仕方を工夫している。
運動の技能	○自分の能力に適した技の技能を身に付け、より良い動きでその技を行うことができる。	○自分の能力に適した技の技能を十分に身に付け、さらに動きを工夫しながら、より良い動きでその技を行うことができる。
運動や健康・安全につ いての知識・理解	○マット運動の技能の大切なポイント（回転力を生かしたり、バランスを保つこと等）を理解し、技能習得のための練習や競技の仕方を身に付けている。	○マット運動の技の大切なポイント（回転力を生かしたり、バランスを保つこと等）を十分に理解し、技能習得のための練習や競技の仕方を身に付けている。

Ⅴ 指導と評価の計画（8時間予定……本時はその5時間目）

1 指導計画（8時間）

◎は研究に関わる評価項目

週	時	主な学習活動	支援及び留意点	評 価 項 目
つ か む	1	○学習の進め方や、用具の取り扱い方の説明を聞き理解する。 ○昨年度を振り返りながら、スキルテストをし、自己の現在の技能の定着度や課題を確認する。 ○デジタルカメラ、パソコンの使用方法について理解する。	・学習資料を用いることで、単元全体の学習の進め方について見通しをもてるようにする。 ・スキルテスト実施時にデジタルカメラで互いの演技を撮影させることで、デジタルカメラの操作ができるようにする。 ・撮影した画像をパソコンに保存させたり、VIXを操作して模範画像と比較し学習資料をもとに分析することで、自己の課題が明確になることを気付くとともに、パソコンの操作ができるようにする。	◎デジタルカメラやパソコンを活用しながら、自らの課題を見付けたり、課題を解決するために、デジタルカメラやパソコンの機能を効果的に活用できる方法について理解している。 {知・理}{観 察} ◎デジタルカメラ、パソコンを活用して、自己の課題を意欲的に見付けようとしている。

				{感・意} (学習カード)
	2	○学習資料の技の系統図や体育の副読本を参考に自分がやってみてみたい技、できそうな技を選び、挑戦する。 ○挑戦した技の中から、今年度取り組む技を選択する。	・前学年で身に付けたで技については、できる限り選択しないように助言することで、新たな技に挑戦しようとする意欲を高める。 ・技の選択にあたっては、学習資料の技の系統図を参考にするように助言することで、技を系統的に学習できるようにする。	○自分の技能に応じた技を、技の系統図を参考にしながら、自分の技能が発展できるような、技を選択することができる。 {思・判} (学習カード)
追 求 す る	3	【学習の段階1】 ○デジタルカメラで撮影した自己の技をモデル画像と比較したり、学習資料や友達のアドバイスを教師からの助言を参考にしながら練習し、それぞれの技の技能を高める。	・自分の課題を的確に見付けられるようにするために、モデル画像と自己の画像を比較する時は、学習資料の技のポイントを参考にしながら比較するよう助言する。 ・自分がアドバイスしてもらいたい部分を、友達に示してからアドバイスをもらうよう助言したり、画像を見ながらアドバイスを行うよう助言することで、アドバイスが効果的に行えるようにする。 ・前時までの自分の映像と、現時点での映像を比較するよう助言することで、自分の動きの高まりに気づき、意欲をもって学習を進めることができるようにする。 ・巡視を行い、課題の見付け方が不十分だったり、練習の方法が、課題を修正するために適切でない方法で練習を行っている生徒については、それぞれに応じた助言をすることで、技能を効果的に高めことができるようにする。	◎自己の画像とモデル画像との比較から、自分の課題を課題を的確に見付けることができる。 {思・判} (学習カード) ○課題を解決するために、マットを重ね、段差を作ったり、それぞれの技について段階的に練習するなどの、練習の工夫ができる。 {思・判} (観 察) ○選択した技を、より良い動きで行うことができる。 {技} (観 察)
	4			
	5			
	6	【学習の段階2】 ○学習の段階1の成果を踏まえて、発表会で演技する連続技の構成を考える。 ○デジタルカメラを使用して、自己の演技を確認しながら、連続技の練習をする。	・導入部分で、連続技の模範演技の例を観ることによって、技の組み合わせ方についての意識を高めることができる。 ・演技のはじめ・なか・おわりを意識した連続技の構成を考えるよう助言することで、技の特徴を生かし、円滑な技の組み合わせを工夫できるようにする。 ・構成が良く工夫されている演技については、賞賛したり、紹介することで、生徒の運動に対する有能感が高められるようにする。	○自己の技術に応じて、それぞれの技の特徴を生かし、はじめ・なか・終わりを意識した連続技の構成をすることができる。 {思・判} (学習カード) ◎自らの動きを映像で確認して、自分の課題を的確に把握し、より良い動きを目指して、技の組み合わせ等を工夫しながら練習している。 {思・判} (観 察) ○1つ1つの技の技能がしっかりと身に付いている。 {技} (観 察)
	7			
ま と め る	8	○連続技の発表会を行う。 ○発表会后、ビデオを視聴し、ねらいに沿った演技ができたか、仲間がどのような関わりをもってくれたかについて話し合いを行う。 ○単元のまとめをする	・一人一人の連続技の良かった点について、全員の前で賞賛することで、運動に対する有能感を高め、意欲的に運動に取り組もうとする態度を培うことができるようにする。	○円滑な連続技の演技ができている。{技} (スキルテスト) ◎マット運動に対して好意的なとらえ方をしている。 {感・意} (学習カード)

VI 本時の学習（第5時の学習）

- (1) ねらい IT機器を活用しながら、G-T a K模範画像と自分の動きのずれを修正するための練習に取り組み、選んだ技をより良い動きで行うことができる。
- (2) 準備 学習資料、マット×5、エバーマット×1、前後転補助傾斜台×1、デジタルカメラ×2、生徒用パソコン×2、資料提示用パソコン×1、プロジェクター×1、学研DVDソフト中学校体育シリーズ「マット運動」
- (3) 展開 (◆は「おおむね満足」できる状況、◇は「十分満足できる」状況にある子どもの姿)

避	学 習 活 動	時 間	教師の支援・留意点等
導 入	1 準備運動を行う 2 本時のめあてをもつ ○生徒各自の学習内容を発表し、本時の学習の見通しをもつ。	10	(1について) ○首や手首、足首などの各関節の運動を十分に行ったり、手指の爪や服装などを互いにチェックしたりするよう助言することで、安全に活動しようとする意識を高められるようにする。 (2について) ○本時が「各自で選択した一つ一つの技の技能を高める学習の段階1」の最終時であることを伝え、各自の学習内容が本時の学習として適当であるかについて発表前に振り返るよう促し、必要に応じて修正することで、本時のねらいに沿った学習ができるようにする。
展 開	3 各自が選択したマット運動の技の技能を高める。 ○IT機器を活用しながら、模範の動きと自分の動きのずれを修正するための練習を行い、より良い動きにしていく。 《予想される各自の活動の例 1》 ・生徒用パソコンに入っているG-T a Kの模範画像や、学習資料提示用パソコンに入っている学研DVDの模範画像を観て、動きのイメージをもつ。 ・イメージ通りの動きができるよう練習をする。 ・仲間からのアドバイスを受けたり、デジタルカメラで撮影し、模範画像と比較して、自分の動きを見直し、修正するための練習を行うとともに、自分の動きの高まりに気付く。 《予想される生徒の活動の例 2》 ・生徒用パソコンに保存してある前時の自分の動きを見て、課題を確認し、修正するための練習を行う。 ・デジタルカメラで撮影し、G-T a Kの模範画像や、前時の自分の動きと比較し、新たな課題を見付けたり、自分の動きの高まりを知る。 ・新たな課題を見付けた場合には、それを修正するための練習を行う。	30	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p>本時の評価項目</p> <p>【思考・判断】</p> <p>◆仲間からのアドバイスや、IT機器を活用して、自分の課題を見付け、課題を修正するための練習をすることができる。</p> <p>◇仲間からのアドバイスや、IT機器を活用して、自分の課題を的確に見付け、課題を修正するために練習の場を工夫したり、動きを工夫したりしながら、練習することができる。</p> <p>【技能】</p> <p>◆選択したマット運動の技を練習し、動きを身に付けている。</p> <p>◇選択したマット運動の技を練習し、より良い動きを身に付けている。</p> </div> <p>(3について)</p> <p>○練習を始めるときだけでなく、練習の間にも示範の画像を観るよう助言することで、良い動きのイメージをもちながら練習ができるようになる。</p> <p>○模範画像や前時の自分の動きと、現在の自分の動きとを比較するときには、学習資料の技のポイントを参考にしながら観るよう助言することで、的確に課題を見付けることができるようになるとともに、自己の課題の達成状況を見ることができるようになる。</p> <p>○仲間にアドバイスをするときには、学習資料の技のポイントを参考にしながら、仲間の課題に応じたアドバイスをしよう助言することで、効果的なアドバイスができるようになる。</p> <p>○前時の自分の動きと、本時の自分の動きを比較するときには、前時の課題の部分に注目して、比較するよう助言することで、自分の動きの高まりに気付けるようになる。</p> <p>○自分の動きの高まりや、課題に気付けない生徒に対しては、画像を基に良くなった点を賞賛したり、示範の動きを基に動きの違いを具体的に助言したりすることで、自分の動きの高まりに気付いたり、効果的に課題を修正できたりするようになる。</p> <p>○より良い動きを追求しようとする意欲を高めるために、自分の動きを細かく分析し、新たな課題を見付けるよう助言する。</p> <p>○練習の場を工夫する方法や、段階に分けた練習の方法の例を学研DVDの資料映像を使って提示することで、各自の課題に応じた練習ができるようにする。</p> <p>○2、3の技を組み合わせて実際に演技するよう助言することで、次時の連続技の構成を考える学習に生かせるようにする。</p> <p>○生徒の良い点を積極的にみとり、その都度賞賛したり、紹介することにより、活動に対する意欲の向上を図るようにする。</p>
ま と め	4 本時の学習のまとめをし、次時の学習への見通しをもつ	10	(4について) ○自分の動きの高まったところを一人一人が発表する場を設定し、それを賞賛することで、本時の学習に対する充実感を高められるようにする。 ○学習記録カードを用意し、本時の感想や課題を書き込みながらまとめができるようにする。 ○次時は発表会に向けて、連続技の構成を考え、練習することを説明し、学習の見通しがもてるようにする。

フリーソフト「vix」のダウンロードとその活用について

安中市立松井田西中学校 丸山 岳人

I, vixをダウンロードしましょう。

- 1 インターネットを開きます。
- 2 vixで検索すると①の画面が開きます。
- 3 ここで、1番上を選んでクリックしてください。

- 4 すると②の画面が開きます。ここで、保存する場所を選んで（今回は共有ドキュメントにダウンロードしました。）ダウンロードを選んでください。（ミラーでは無い方です。）

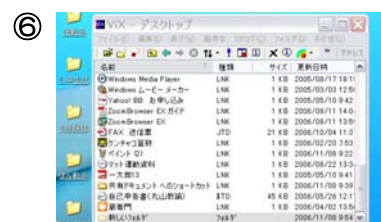
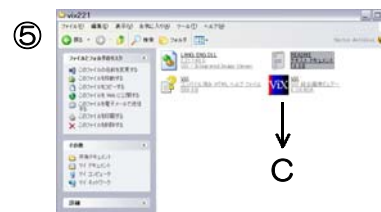
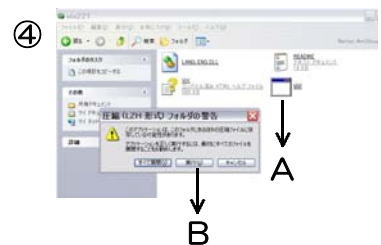
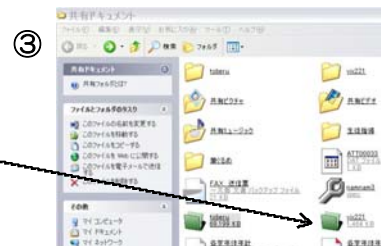
- 5 ダウンロードに成功すると、保存した場所にvixフォルダが作成されます。

- 6 先ほどのフォルダを開くと④の画面が開きます。ここでAのアイコンをクリックすると、Bのウィンドが開くので、全て展開を選んでください。

- 7 先ほどのAがCのアイコンに変わります。これをデスクトップ上に移動すれば、ダウンロード及び、vix活用の準備は終了です。

II vixを目的に合わせて使いやすくしましょう。

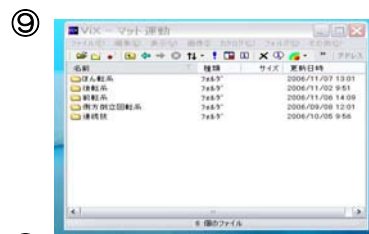
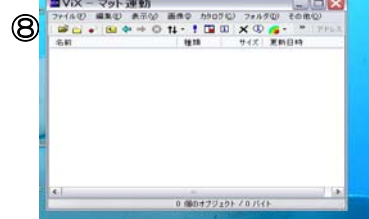
- 1 デスクトップ上のvixを開くと⑥の画面のように、デスクトップ上のソフトやフォルダ、ファイルが全て表示されます。このままでは大変使いづらいので、ここで、フォルダの新規作成を行います。



⑦



- 2 操作が終了すると、⑦のようにデスクトップ上に「新しいフォルダ」が作成されます。
- 3 フォルダ名を変更し（今回はマット運動としました）、それをv i xにドラッグします。次回v i xを開いた時には⑧のような画面になります。
- 4 ここに授業で使用したい動画や、静止画を保存します。フォルダの作成で、新しいフォルダを作成し、それぞれを分類しておくとう便利です。
- 5 今回はマット運動の授業で使用する動画を、G-T a kから取り込み保存しました。⑨
以上で授業でv i xをかつようする準備は終了しました。
- 6 授業の際には、必要に応じてフォルダを選択し、活用してください。⑩



※ 注意

- ・学校のパソコンに保存する際には、管理職または、教育委員会に連絡し、許可を受けてください。
- ・今回のダウンロード等の操作は、ウィンドウズXPでの操作ですので、他のOSでは手順が異なるかも知れません。
- ・また、v i xを開く際に、別にv i xを解凍するためのソフトが必要になるかも知れません。その場合はパソコンの指示に従ってください。

Ⅲ v i xの便利な使い方

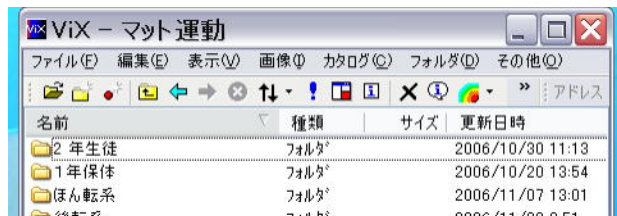
- 1 たくさんの動画をパソコンの同画面上で観ることができます。ファイルを指定してクリックすればOKです。ちなみに⑪は4つのファイルを立ち上げたものです。

これを活用することで、示範の画像と、デジタルカメラの動画機能を活用して撮影した、生徒の姿をパソコンの同一画面上で比較することができます。

同様に生徒同士での比較もできます。

- 2 デジタルカメラで撮影したv i xに動画を保存しましょう。Ⅱの4の要領で、生徒用フォルダを作成します⑫。

⑫



この中に個人フォルダを作成しましょう。⑬
このようにしておくで後で便利です。

Ⅳ デジタルカメラで撮影した動画を保存します。

- 1 使っているデジタルカメラ付属のアプリケーションソフトをパソコンにインストールしてください。
- 2 実際に動画を保存します。撮影後デジカメを付属のUSBケーブルでパソコンに接続してください。パソコンがデジタルカメラを認識すると⑭のような表示ができます。

- 3 私の場合はここでの保存はキャンセルします。

そしてマイコンピュータから、デジタルカメラの記憶媒体を開き⑮（今回使用のデジタルカメラは、ソニーのサイバースhotsのため、アイコンはsony memorystickと表示されます。）

この中の動画ファイルから⑯、必要なファイルを選択し、先ほどv i xの中に作った個人フォルダに保存すれば、保存は終了です。

色々活用してみてください。

⑪



⑬



⑭



⑮



⑯

