

| | | | | | | | |
|------------------|--|-----------------------|--|-----|-----|------|---|
| 分類 | 1-05 | 教科名 | 保健体育 | 科目名 | 体 育 | | |
| 対象学科 (コース) | 全 学 科 | | | 学 年 | 1 | 単位数 | 2 |
| 指 導 目 標 | <p>運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、高度な運動技能を修得する。 心身ともに健全な人格の育成に努める。 体育・スポーツの発展に寄与する能力を育て、活力ある生活を営む態度を育てる。</p> | | | | | | |
| 内 容 | <p>運動に親しむための学び方や運動課題を解決するための理論と実践を身につける。 運動による心と体への効果や健康が密接に関連していることを理解させる。 運動や健康の体育理論を理解し、スポーツ指導者としての資質を養う。</p> | | | | | | |
| 内容の取扱い | <p>自ら選択した運動種目を重点的に履修し技能を高める。 決断力、集中力、忍耐力などや協調性、公正性、社会性などを育成する。 運動への関心、意欲や仲間との協調や運動の楽しさに触れるための工夫を考えさせる。</p> | | | | | | |
| 指 導 計 画 | 学 期 | 指 導 事 項 | 指 導 内 容 | | | 予定時間 | |
| | 1 学 期 4 ~ 6 月 | リエンテーション 体づくり、マラソン | 一年間の予定・体育授業時の心得 基本的な体力づくり 強歩大会に向けての走り込み | | | 2 2 | |
| | | ソフトボール・バレーボール | ソフトボール 投げる、捕る、打つなどの技術を身につける。場面に応じて作戦をたてゲームを展開する。 | | | | |
| | | 同 上 | バレーボール サーブ、パスとレシーブ、トス、スパイクの技術の精度をみがく。サーブレシーブから三段攻撃への連携を生かしたゲームを展開する。 | | | | |
| | 2 学 期 7 ~ 11 月 | 水 泳 | 水 泳 クロール：手のかき、呼吸の確保を的確に行う。 平泳ぎ：手と足のコンビネーション、手と呼吸のタイミングの技能を習得する。 | | | 3 0 | |
| | | 同 上 | 剣 道 礼法と道具の使用法の習得 基本的な動きを習得する。 | | | | |
| | | 剣道 男子 ダンス 女子 | ダンス 基本的な動きを習得し、リズム感と創造力を養い作品を発表する。 | | | | |
| | | 同 上 | サッカー パス、トラップ、ドリブル、シュートの技術を身につける。作戦をたてゲームを展開する。 | | | | |
| | 3 学 期 12 ~ 3 月 | サッカー・バド | バスケットボール パス、ドリブル、シュートの技術を身につける。作戦をたてゲームを展開する。 | | | 1 8 | |
| | | 同 上 | バドミントン 各種のフライト、サーブ、レシーブの技術を身につける。パートナーとの連携を保ったゲームを展開する。 | | | | |
| | | バスケットボール・バドミントン・卓球 | 卓 球 フォア・バックハンドの打法、サーブ・レシーブの技術を身につける。パートナーとの連携を保ったゲームを展開する。 | | | | |
| | | 同 上 | | | | | |
| 教科書・副教材他 | | | | | | | |

| 評 価 規 準 | | | | | |
|-----------|----------|-------|-------|-------|------|
| 評価項目・対象 | 関心・意欲・態度 | 思考・判断 | 技能・表現 | 知識・理解 | 評価比重 |
| 実 技 | ○ | | ◎ | | |
| 小 テ ス ト | | | ◎ | ○ | |
| 集 合 ・ 体 操 | ◎ | ○ | | | |
| 服 装 | ◎ | | | | |
| 重 点 項 目 | | | | | |