

令和2年度 教科シラバス（キャリアコース）

教科	保健体育	科目	体育（3年次）
単位数	3単位	レポート	3回
教科書	最新高等保健体育（大修館書店）	副教材	ステップアップ高校スポーツ （大修館書店）

学習目標

- 様々な運動を通じて日常生活を送る上で必要な、基礎体力の向上を図る。
- 身体を動かし、汗をかくことの素晴らしさを感じ、自らの健康に関心を持ち運動する態度の育成を目指す。

学習内容

前期（4～9月）	後期（10～2月）
（第1回レポート） ・体ほぐしの運動の行い方 ・バレーボール・器械運動・体づくり運動 （第2回レポート） ・運動・スポーツの学び方 ・陸上競技・卓球・サッカー・ラグビー・ ソフトボール・体づくり運動	（第3回レポート） ・運動によるけが・病気の予防 ・バドミントン・バスケットボール ・スキー・スノーボード ・柔道・剣道 ・体づくり運動

学習方法

週4日登校型	週1日登校型
・レポート 教科書・ルールブックを参考に、体育理論・実技に関する問題を解きながら知識を深める。 ・実技 それぞれの時間を楽しみながら実践する。 身体的・精神的に実技が困難な場合診断書を提出し認められれば、授業中のレポートで出席の代替えとする。	・レポート 教科書・ルールブックを参考に、体育理論・実技に関する問題を解きながら知識を深める。 ・実技 それぞれの時間を楽しみながら実践する。 身体的・精神的に実技が困難な場合診断書を提出し認められれば、授業中のレポートで出席の代替えとする。

評価方法

週4日登校型	週1日登校型
レポートの評価、授業の出席状況、授業の中で行う実技テストの成績などを総合して評価します。 レポートをすべて提出し、合格し、出席時数を満たしたならば単位が認定されます。	