

平成31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（1年次）                  |
| 単位数 | 4単位             | レポート | 4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<br>（大修館書店） |

学習目標

体育・スポーツに関する知識を理解できるようにし、運動の合理的な実践および健康の増進と体力の向上に活用することができる資質や能力を育てる。

学習内容

| 前期（4～9月）                                                                                                             | 後期（10～2月）                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| （第1回レポート）<br>・体のつくりと働き・体ほぐしの考え方<br>・体ほぐしの運動の行い方・器械運動・<br>（第2回レポート）<br>・運動・スポーツの文化的特徴<br>・陸上競技・バレーボール・サッカー<br>・体づくり運動 | （第3回レポート）<br>・運動・スポーツの学び方<br>・バスケットボール・体づくり運動<br>（第4回レポート）<br>・豊かなスポーツライフの設計<br>・卓球・バドミントン・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<br>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。<br>・実技<br>それぞれの時間を楽しみながら実践する。<br>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、授業中の見学者用レポートで出席の代替えとする。 | ・レポート<br>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。<br>・実技<br>それぞれの時間を楽しみながら実践する。<br>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、授業中の見学者用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。<br>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。 |        |