

体育下

指導目標	体育の見方・考え方を働かせ、課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けた学習過程を通して、心と体を一体として捉え、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を育成することを目指す。
------	--

教材	教科書：大修館書店 現代高等保健体育 学習書：現代高等保健体育 レポート・学習ノート	レポート 面接指導 放送 到達度チェック・試験	全3回 必要時間数：3時間 全11回（ラジオ WEB視聴可） 年度末試験（1月）
----	--	----------------------------------	---

単位	3単位
評価	<p>【①知識・技能】 レポート各回の学習内容・成果、年度末試験での成果にもとづき評価します。</p> <p>【②思考・判断・表現】 レポート各回の学習内容・成果、年度末試験での成果にもとづき評価します。</p> <p>【③主体的に学習に取り組む態度】 レポート各回の学習内容・成果、レポート提出状況（提出期限）、スクーリング出席状況（必要時間の出席充足）、放送視聴状況にもとづき評価します。</p> <p>上記①～③の総合評価により、年度末に5段階で評定を決定します。</p>

月	添削指導（レポート）		面接指導（スクーリング）		放送（NHK高校講座）		オンライン指導	中間到達度チェック 年度末試験
	回（提出期限）	指導単元・項目	週	指導内容・学習活動等	回	内容	内容	内容・範囲
4								
5							体力テスト 体力テストの種目や方法について、体育の生活化について解説。	
6								
7				<ul style="list-style-type: none"> <li>・服装・・・運動にふさわしい服装。ジーパンや作業着、スラックス、スカートなど運動にふさわしくないものは不可。</li> <li>・靴・・・運動靴（体育館の場合は体育館履き）</li> </ul> <p>◆体力テスト 体力テストは次の種目について実施する（学習ノート参照）。握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、立ち幅とび、5分間走（N学独自、急歩でも可）。測定</p>				

