

体育2

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 ネットレポート
----	---

レポート	全2回
面接指導	必要時間数：2時間（※面接指導減免6割の学習者は必要4時間）
放送	全11回（ラジオ WEB視聴可）
到達度チェック・試験	中間到達度チェック（なし）・年度末試験（1月）

単位	2単位
評価	<p>【①知識・技能】レポート各回の学習内容・成果および年度末試験での成果にもとづき評価する。</p> <p>【②思考・判断・表現】レポート各回の学習内容・成果および年度末試験での成果にもとづき評価する。</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する。</p> <p>上記①～③の総合評価により、年度末に5段階で評定を決定する。</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	指導内容・学習活動等		回	内容	内容		内容・範囲	
4			・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。 ・靴・・・運動靴（体育館の場合は体育館履き） ①～④ ◆体力テスト 体力テストは次の種目について実施する。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）。測定結果について、測定値をレポートへ記入する。 ⑤～⑩ ◆シングルス（学習書、学習ノート参照） （1）ストローク （2）フライト イースタングリップで各種フライトを場面に応じて打てるようにする。特にハイクリヤーは基本ともなるので飛距離をのばすようにする。 （3）ルールの解説とゲーム ◆ダブルス （1）フォーメーション （2）ルールの解説とゲーム ダブルスでは、フォーメーションを理解させた上でゲームをする。レポート問題に審判用語が入っているので、この面での理解もする。				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	第1回レポート（提出期限6/5）	・体育理論 ・体力テスト、体力テストの分析理想体重の算出、体育の生活化の計画 ・バドミントン ・放送課題のまとめ								
7							バドミントンについての解説			
8					6	スポーツの変遷とスポーツ文化				
					7	オリンピックとパラリンピックの意義				
					8	スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ				

9				13	スポーツにおける技能と体力		
				14	スポーツにおける技術と戦術		
10				20	技能の上達過程と効果的な動きのメカニズム		
				21	体力トレーニングと運動やスポーツにおける安全の確保		
11	第2回レポート (提出期限 11/5)	・体育理論 ・体育の生活化の実践報告 ・ソフトテニス ・放送課題のまとめ	⑪～⑳ ◆ソフトテニス（学習書、学習ノート参照） （1）基本技術 サービス・グラウンドストローク・ボレー・スマッシュの技術を習得する。 （2）応用技術 2人のコンビネーションプレーについて理解する。 （3）ルールの解説とゲーム ゲームを通じてルールを理解させる。特に審判用語について理解する。 （4）実技テスト 技術的な面やルールの理解度、授業態度などをみて総合的に判定する。	27	生涯スポーツの見方・考え方やライフスタイルに応じたスポーツ	ソフトテニスについての解説	
				28	スポーツを推進する取り組み		
12				29	スポーツと環境	試験対策 体育理論についての解説	
				38	豊かなスポーツライフの創造		
1							◆年度末試験（第1回～第2回レポート）
2							
3							