

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（一部対象者は郵送レポート）	レポート 面接指導 放送 効果測定・試験	全3回 必要時間数：3時間（※面接指導減免6割の学習者は必要6時間） 全11回（ラジオ WEB視聴可） なし・年度末試験（1月） 実技テスト（1回）
単位	2単位		
評価	レポート提出状況（提出期限）および各回評価、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、実技試験、試験結果等を総合的に評価し判定。		

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		到達度チェック 年度末試験	
	回数	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	内容・範囲	
4										
5				※体育実技におけるの服装・靴について。  ・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（学習書p.148～151）。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			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 6/15）	・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 ・放送課題のまとめ							

7			<p>すように指導する。</p> <p>(3) ルールの解説とゲーム</p> <p>◆ダブルス</p> <p>(1) フォーマーション</p> <p>(2) ルールの解説とゲーム</p> <p>ダブルスでは、フォーマ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、この面の理解もしていく。</p>			
8						
9	第2回レポート (提出期限 9/5)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育理論</li> <li>・体育の生活化 (実践報告)</li> <li>・バドミントン</li> </ul>		<p>6 スポーツの変遷とスポーツ文化</p> <p>7 オリンピックとパラリンピックの意義</p> <p>8 スポーツの経済効果とスポーツの高潔さ</p> <p>13 スポーツにおける技能と体力</p> <p>14 スポーツにおける技術と戦術</p> <p>20 技能の上達過程と効果的な動きのメカニズム</p> <p>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</p> <p>27 生涯スポーツの見方・考え方とライフスタイルに応じたスポーツ</p> <p>28 スポーツを推進する取り組み</p> <p>29 スポーツと環境</p> <p>38 豊かなスポーツライフの創造</p>	バドミントンについての解説	
10			<p>⑪～⑳</p> <p>◆ソフトテニス (学習書、学習ノート参照)</p> <p>(1) 基本技術</p> <p>サービス・グランドストローク・ボレー・スマッシュの技術を習得する。</p> <p>(2) 応用技術</p> <p>2人のコンビネーションプレーについて理解する。</p> <p>(3) ルールの解説とゲーム</p> <p>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。</p> <p>(4) 実技テスト</p> <p>技術的な面やルールの理解度、年間を通しての出席などをみて総合的に判定する。</p>		ソフトテニスについての解説	
11	第3回レポート (提出期限 11/5)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体育理論</li> <li>・ソフトテニス</li> <li>・体育の生活化の実践報告</li> <li>・放送課題のまとめ</li> </ul>				
12					<p>試験対策</p> <p>体育理論についての解説</p>	

1							◆年度末試験（第1回～ 第3回レポート）
2							
3							