

教科	科目	必修・選択	履修条件	単位数	開講学習期間
保健体育	体育I	必修	なし	2単位	1・2・3
開講曜日	開講時間数	必要時間数	必要一斉時間数	テスト回数	レポート枚数
日曜	13時間	10時間	6時間	2回	5枚

### 科目紹介と履修上のアドバイス

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、自己の状態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。また、運動の楽しさや喜びを味わうと共に互いに協力して健康・安全を確保しながら運動に親しむ態度を養う。

教科書	現代高等保健体育(大修館書店)	学習書	ステップアップ高校スポーツ (大修館書店)
評価の観点	知識・技能	思考・判断・表現	主体的に学習に取り組む態度
	運動の多様性や体力の必要性について理解すると共に、それらの技能を身につけ、種目の特性に応じた技術や必要とされる体力及びルールを理解し、身につけている。	チームや自己の能力に応じた課題を発見し、その解決を目指して練習の仕方を工夫している。また、考えたことを他者に伝えたり、共有し合える。	継続して運動に親しみ、互いに協力して取り組む。それぞれの運動に興味を持ち、健康・安全に留意して積極的に運動に取り組んでいる。

### 面接指導計画

回	学習内容(実技)	回	学習内容(実技)
第1回	OR・体づくり・ソフトバレー	第11回	バドミントン
第2回	ソフトバレーボール	第12回	バドミントン
第3回	ソフトバレーボール	第13回	バドミントン
第4回	ソフトテニス(モルック)	テスト	レポートNo.3~No.5
テスト	レポートNo.1~No.2		
第5回	ソフトテニス(モルック)		
第6回	ソフトテニス(モルック)		
第7回	ソフトテニス(モルック)		
第8回	卓球		
第9回	卓球		
第10回	卓球		