

|      |  |      |    |  |          |      |    |
|------|--|------|----|--|----------|------|----|
| 科目名  | 保健・体育Ⅲ<br>Health and Physical Education Ⅲ  |      |    | 担当教員   | 福濱孝志     |      |    |
| 学年   | 3年   | 学期   | 通年 | 履修条件   | 必修       | 単位数  | 2  |
| 分野   | 一般   | 授業形式 | 実技 | 科目番号   | 12220032 | 単位区別 | 履修 |
| 学習目標 | 様々なスポーツの運動理論を理解し、基礎技術を修得する。その種目のルールを把握し、それらのスポーツを実践できるようにする。また、スポーツテスト等で個人の体力・運動能力を把握し、それらの維持と向上をはかる。                                |      |    |  |          |      |    |
| 進め方  | 個人種目については、各種目の基本の理論を説明した上で、基礎技術の実践を行い、修得できるようにする。団体種目については、個人の基礎技術を習得した上で、各種目の運動理論を理解する。また、各種目のルール説明を行い、試合を行うことで、それらの種目の運営をできるようにする。 |      |    |  |          |      |    |
| 学習内容 | 学習項目（30時間）   |      |    | 学習到達目標   |          |      |    |
|      | 1. 年間授業の概要説明(1)<br>【スポーツテスト】<br>2. 記録測定(3)<br>【ソフトボール・テニス選択】<br>3. 選択授業の説明、種目の決定(1)<br>4. ゲーム(10)<br>5. 実技試験(1)<br>[前期中間試験]          |      |    | 年間計画を説明し、効率的にかつ安全に授業が行なえるようにする。<br>F2:1-4<br>毎年測定することにより、自分自身の運動能力を把握し、運動能力の向上を目指す。<br>F1:1-4<br>ルールを把握した上で、自分たちで試合を運営できることを目指す。<br>F2:1-4, F3:1-5 |          |      |    |
|      | 【水泳】<br>6. 競泳種目の練習および遠泳(2)<br>【ゴルフ・バドミントン・卓球選択】<br>7. 選択授業の説明、種目の決定(1)<br>8. ゲーム(ゴルフは基本スイング)(10)<br>9. 実技試験(1)<br>前期末試験              |      |    | 水に慣れると共に、泳力(持久力)の向上を目指す。<br>F2:1-4, F3:1, 2<br>基礎技術を修得すると共に、ルールと理論を理解し、ゲームが行なえるようにする。<br>F2:1-4, F3:1-5  |          |      |    |
|      | 【バレーボール・バスケットボール選択】<br>10. 選択授業の説明、種目の決定(1)<br>11. ゲーム(13)<br>12. 実技試験(1)<br>[後期中間試験]  |      |    | 1・2年時に基礎技術を修得しているため、ゲーム中心の内容で、チームの戦術の向上、審判技術の向上を目指す。<br>F2:1-4, F3:1-5   |          |      |    |
|      | 【サッカー・ゴルフ選択】<br>13. 選択授業の説明、種目の決定(1)<br>14. ゲーム(13)<br>15. 実技試験(1)<br>後期末試験  |      |    | サッカーは、1・2年時に基礎技術を修得しているため、ゲーム中心の内容で、チームの戦術の向上、審判技術の向上を目指す。またゴルフでは、バードゴルフなどを取り入れて実践的なことを体験する。<br>F2:1-4, F3:1-5                                     |          |      |    |
|      | 後期末試験  |      |    |  |          |      |    |
|      | 後期末試験  |      |    |  |          |      |    |
| 評価方法 | 各種目の実技試験と平常点(出席率、授業態度)で総合評価を行う。  |      |    |  |          |      |    |
| 履修要件 | 特になし   |      |    |  |          |      |    |
| 関連科目 | 特になし   |      |    |  |          |      |    |
| 教材   | 教科書「アクティブスポーツ」(総合版) 大修館書店  |      |    |  |          |      |    |
| 備考   | 特になし   |      |    |  |          |      |    |