

教科名	保健体育	科目	体育（選択）	週授業時間	3時間
-----	------	----	--------	-------	-----

### 1. 教科書および副教材・参考書

### 2. 授業の目標および内容

この選択種目は、全種目を体験したのち1種目を選び、通年で技術の習得を図ります。

中学で学習してきた、親しみながらの基礎的な動きづくりの学習をふまえて、高校においてはさらに運動技能を高め、スポーツの本当の楽しさや感動を味わってもらいます。

自ら計画を立て積極的に運動能力や技能の向上をはかり、充実した授業で楽しくゲームができるように展開し、生涯スポーツの基礎とします。

### 3. 試験について

	1学期		2学期		3学期
定期試験	一次 なし	二次 なし	一次 なし	二次 なし	期末 なし
学力試験	第1回 なし		第2回 なし		第3回 なし

・各学期ごとにノートチェックとスキルチェックを行います

### 4. 課題・補習について

特になし

### 5. 評価の視点

実技点：80点

（自己の能力と各種の運動の特性に応じた技能を高め、運動の楽しさや喜びを深く味わうとともに、体力を高めるための合理的な運動の仕方を身につけます。）

参加（出席）点：20点

（欠席・遅刻・見学・服装・態度に関して減点対象とします。）

以上100点満点で評価します。

授業計画

学期	単 元	学 習 内 容	備 考
1 2	卓球	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ラケット選びと正しいグリップ</li> <li>・ボールつき</li> <li>・サービス、レシーブの基本</li> <li>・フォアハンドロング</li> <li>・バックショート、バックハーフボレー</li> <li>・フォア、バックの切り替え</li> <li>・フットワーク</li> <li>・サービス、レシーブ</li> <li>・ゲーム</li> </ul>	
	サッカー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人技能のアップ・チームワーク及び、ルール、審判法の理解</li> <li>・ドリブル、ボールリフティング、キックなどの基礎練習</li> <li>・基礎技術を使いボールに触れる</li> <li>・簡易ゲーム・チーム対抗試合</li> </ul>	
	テニス	<ul style="list-style-type: none"> <li>・個人技能のレベルアップ及びルール、審判法の理解</li> <li>・フォアハンド、バックハンドでのグラウンドストローク</li> <li>・ボレー(フォア・バック)、サービスなどの基礎練習</li> <li>・簡易ゲーム(シングルス・ダブルス)</li> </ul>	
	体育祭 (～6月15日)	自校体操 ※棒倒し・騎馬戦 (感染防止のため、種目変更の可能性あり)	体育祭