

2024年度 通信教育実施計画書

相生学院高等学校

教科	科目	単位数	教科書番号	出版社	教科書名
保健体育	体育c	2	保体701	大修館	現代高等保健体育

目標 【学習指導要領】	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・能力を次のとおり育成することを目指す。 (1)運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。 (2)生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。 (3)運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。
目標に向けての具体的取り組み 【指導上の留意点】	単元などの内容や時間のまとまりを見通して、その中で育む資質・能力の育成に向けて、生徒の主体的・対話的で深い学びの実現を図るようにする。その際、体育の見方・考え方を働かせながら、運動や健康についての自他や社会の課題を発見し、その合理的、計画的な解決のための活動の充実を図る。また、運動の楽しさや喜びを深く味わったり、健康の大切さを実感したりすることができるよう留意する。
評価の観点	【知識・技能】 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解しているとともに、それらの技能を身に付けたか。 【思考・判断・表現】 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝えたか。 【主体的に学習に取り組む態度】 生涯にわたって継続して運動に親しむために、運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするとともに、健康・安全を確保したか。

学期	実施時期	内容	到達目標	添削指導 (レポート)	面接指導(単位時間)			評価方法
				回	時期	内容	時間	
後期 (前期)	10月 (4月)	2単元 運動・スポーツの学び方 03技能の上達過程と練習	・技能がどのようなステップを経て上達するかを説明できる。 ・練習によって技能が上達すると、どのような特徴がみられるかをあげることができる。	第5回	スクーリング 10～12月 (6～7月)	効果的な練習法についての講義	1	レポート 視聴報告書 行動観察 課題プリント
	10月 (5月)	2単元 運動・スポーツの学び方 特設③球技における戦術の特徴を比較してみよう			10月 (5月)	メディア学習により免除	0	レポート 視聴報告書
	10月 (5月)	2単元 運動・スポーツの学び方 特設④ゲームにおける戦術的判断			10月 (5月)	メディア学習により免除	0	レポート 視聴報告書
	10月 (5月)	2単元 運動・スポーツの学び方 04効果的な動きのメカニズム	スクーリング 10～12月 (6～7月)		動きのコントロールと状況判断についての講義	1	レポート 視聴報告書 行動観察 課題プリント	
	11月 (5月)	2単元 運動・スポーツの学び方 特設⑤運動・スポーツと脳	11月 (5月)		メディア学習により免除	0	レポート 視聴報告書	
	11月 (6月)	2単元 運動・スポーツの学び方 特設⑥動きと力	11月 (6月)		メディア学習により免除	0	レポート 視聴報告書	
	11月 (6月)	2単元 運動・スポーツの学び方 05体力トレーニング	・目的に応じたさまざまなトレーニングの方法を説明できる。 ・筋力、持久力、調整力、柔軟性を高める具体的な方法をあげることができる。 ・スポーツ外傷とスポーツ障害の違いを説明できる。 ・スポーツ活動中に起きる重大な事故をあげ、その発生原因と予防方法を説明できる。	第6回	スクーリング 10～12月 (6～7月)	目的に応じたさまざまなトレーニング方法についての講義	1	レポート 視聴報告書 行動観察 課題プリント
	11月 (6月)	2単元 運動・スポーツの学び方 06運動やスポーツでの安全の確保			スクーリング 10～12月 (6～7月)	運動・スポーツでのけがや自己の予防についての講義・実技	1	レポート 視聴報告書 行動観察 課題プリント
	11月 (6月)	2単元 運動・スポーツの学び方 特設⑦スポーツによるさまざまなリスクを考えてみよう			11月 (6月)	メディア学習により免除	0	レポート 視聴報告書
	12月 (7月)	2単元 運動・スポーツの学び方 特設⑧スポーツ外傷・障害とその原因			12月 (7月)	メディア学習により免除	0	レポート 視聴報告書
	1月 (9月)	単位認定試験						考査
					面接指導(単位時間) 合計			4