

## 2025年度 前期教育計画

面接指導施設名	科学技術学園高等学校				
教科	科目	単位数	標準単位数	学習期間	担当者
保健体育	体育D	2	2	半期	本校教員・スクーリング講師
教科書名		出版社	学習書		
現代高等保健体育		大修館	本校作成学習書		

指導目標					
<ul style="list-style-type: none"> <li>・運動の楽しさを深く味わうことができるようにする。</li> <li>・生涯にわたって運動を楽しみ、健康を維持・増進するための能力を育てること</li> </ul>					
レポート(添削指導)	全 2 回	定期試験	あり	年間(学期)	1 回
スクーリング	全実施時間数 20 時間	定期試験の評価割合	70 %		
	標準面接時数 10 時間	評定算出方法	評点が100～85点は5、84～70点は4、69～50点は3、49～35点は2、34～0点は1		

回数	日付	スクーリング 単元・学習内容	レポート 提出期限	回数	高校通信教育講座(コンテンツ視聴) 単元・学習内容
1	4/16	生涯スポーツの見方・考え方 ※誰もが生涯にわたってスポーツに親しむことができる社会の実現を目指すことを理解させる	5/25	1	・生涯スポーツの見方・考え方 ・ライフスタイルに応じたスポーツ
			6/25	2	・スポーツを推進する取り組み ・豊かなスポーツライフの創造
2	4/12	体づくり運動 ・ペアや4人組などで心と身体をほぐす活動		3	・バレーボール講義編
3	4/12	体づくり運動 ・ペアや4人組などで心と身体をほぐす活動		4	・かかと上げ・体幹 ・スポーツに関わる職業
4	4/26	ピククルボール ・ボールの打ち方、ラリー		5	・テニス ・レジャー社会
5	4/26	ピククルボール ・シングルスゲーム		6	・応急手当の基礎知識 ・野球
6	4/23	ライフスタイルに応じたスポーツ ※「する」「みる」「支える」「調べる」などの関わり方を理解させる		7	・ヒップトレーニング & ひじひざタッチ ・ペットボトルトレーニング
				8	・ホッケー、生涯スポーツ ・ランジ・ブリッジウォーク・逆さ自転車こぎ
7	5/18	バレーボール ・オーバーハンドパス、アンダーハンドパス		9	・健康づくりのための運動 ・揚力と抗力
				10	・モルック
8	5/18	バレーボール ・ラリー、ゲーム形式の活動		11	・リバーズ腕立て・背筋
9	5/24	生涯スポーツ(ペタンク) ・ルールを理解する、ゲーム		12	・トレーニング腕②
10	5/24	アルティメット ・ゲーム形式の活動		13	・体育D 確認問題
11	4/30	スポーツを推進する取り組み ※日本がこれまでスポーツを推進させてきた取り組みについて理解させる。		14	・卓球
				15	・目標心拍数
12	6/15	ウォーキングフットボール ・パスの仕方、シュートの打ち方		16	・スクワット①
13	6/15	ウォーキングフットボール ・ゲーム形式の活動		17	・ヨガ
14	6/22	体づくり運動 ・ペアやグループでさまざまな動きを入れた運動		18	・スクワット②
15	6/22	体づくり運動 ・体力を高める運動		19	・プランク(体幹)②
16	7/5	体づくり運動 ・体ほぐしの運動、リズムカルな動きを入れた運動			
17	5/7	豊かなスポーツライフの創造 ※スポーツの持っているよさやそのスポーツの文化を理解させ、生涯にわたってどのような形でスポーツと関わっていくか考えさせる。			
18	7/5	ソフトボール ・ボールの投げ方、バッティング			
19	7/20	ソフトボール ・ゲーム形式の活動			
20	7/20	生涯スポーツ(パターゴルフ) ・スティックの使い方を理解し、ポストを目指す			

《留意事項》

・スクーリングには教科書または学習書を必ず持参すること。※実技をおこなう際は、運動着、体育館履きを着用。

・実験器具、ICT機器、映像資料等を用いてより効率的に学習を進める。