

教科名	保健体育	科目名	体育3
履修区分	単位数	レポート添削回数	
必履修	4	4	
教科書		学習書・副教材等	
現代高等保健体育改訂版(大修館書店)【304】			
学 習 目 標			
体育・スポーツに関する知識を理解できるようにし、運動の合理的な実践及び健康の増進と体力の向上に活用することができる資質や能力を育てるようにする。			
学 習 内 容			
【前期試験範囲】		【後期試験範囲】	
第1回レポート 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  実技 チャレンジウォーク 陸上競技 バドミントン バスケットボール 卓球 フットサル		第2回レポート 日本のスポーツ振興 ～ スポーツと環境  実技 チャレンジウォーク 陸上競技 バドミントン バスケットボール 卓球 フットサル スキー、スノーボード(通学)	
学 習 方 法			
通学コース		通信教育コース	
各時間に行われる種目を選択し、楽しみながら実践する。身体的・精神的に実技が困難場合は、見学を申し込み出席扱いとする。 チャレンジウォーク・スキースノーボードツアーの校外実技については、集団性を特にとめない、協調性や校外スポーツの知識を学ぶために参加しなければならない。		・レポートについて 2回分のレポートを作成し、計画的に学習してください。レポートの内容は、教科書問題を中心に作ってあります。それぞれの学習計画に沿って提出できるように計画的に学習を進めてください。分からないところは長岡駅前学習センターへ問い合わせたり、学習会を利用して質問してください。再提出となった場合でも諦めずに学習に取り組んでください。最終締め切りは必ず守りましょう。  ・スクーリングにおける実技 各時間に行われる種目を選択し、楽しみながら実践する。また、郊外でのスクーリング(ウォーキング)も予定しており、参加者には体育出席扱いとする。身体的・精神的に実技が困難な場合は、見学を申し込み出席扱いとすることができる。	
評 価 方 法			
通学コース		通信教育コース	
授業の出席状況、授業態度、授業に対する姿勢(やる気)など総合的に評価します。		レポートの評価、授業の出席状況など総合して評価します。スクーリングでは仲間を作って楽しく運動をしていますが、体育嫌いな生徒も、好きになっているので、気軽に参加してください。	