

## 富山県立富山視覚総合支援学校

| 教科・科目       | 学科・学年  | 単位数   | 教科書  |
|-------------|--------|---|--|
| 保健体育・体育     | 普通科・1年 | 3   | 現代高等保健体育(大修館書店)  |
| 科目の概要と目標    |        |   | 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・能力を育成する。 |
| 学期          | 単元     | 学習内容  | 到達度目標  |
| 1<br>学<br>期 | 体つくり運動 | ・ランニング・筋力トレーニング<br>・新体力テスト                    | ・自己の体力の状況を把握し、運動に親しむ資質・能力や体力を培う。   |
|             | 陸上競技   | ・短距離走(音響走)<br>・円周走<br>・長距離走<br>・立幅跳           | ・走る、投げる、跳ぶという基本の動きを自分のイメージと体の動きを合わせることができる。  |
|             | 球技     | ・フロアバレーボール<br>・ソフトバレーボール                      | ・視覚障害者スポーツを理解し、活動することができる。<br>・ルールを理解し、ゲームをすることができます。  |
|             | ダンス    | ・フォークダンス                                      | ・音楽に合わせてステップや動きができる。   |
|             | 体育理論   | ・スポーツの発祥と発展                                   | ・スポーツの意義や歴史、文化的特徴や、現代スポーツを取り巻くさまざまな問題について理解することができる。   |
|             | 体つくり運動 | ・ランニング<br>・筋力トレーニング<br>・フライングディスク             | ・自分のペースや体調を考えながら、目標をもって取り組むことができる。   |
| 2<br>学<br>期 | 球技     | ・グランドソフトボール<br>・ソフトボール<br>・サウンドテーブルテニス<br>・卓球 | ・視覚障害者スポーツを理解し、活動することができる。<br>・ルールを理解し、ゲームをすることができます。  |
|             | 武道     | ・柔道(空手道)                                      | ・基本動作や基本となる技ができる。  |
|             | 体育理論   | ・運動・スポーツの学び方                                  | ・スポーツの意義や歴史、文化的特徴や、現代スポーツを取り巻くさまざまな問題について理解することができる。   |
|             | 体つくり運動 | ・縄跳び<br>・トランポリン                               | ・自分のペースや体調を考えながら、目標をもって取り組むことができる。   |
| 3<br>学<br>期 | 器械運動   | ・マット運動  | ・基本となる技を習得し、体の使い方を知る。<br>・安全に留意して練習することができる。   |
|             | 球技     | ・ブラインドサッカー<br>・バスケットボール<br>・バドミントン            | ・視覚障害者スポーツを理解し、活動することができる。<br>・ルールを理解し、ゲームをすることができます。  |