

## 保健体育(系列選択)

科目名			
スポーツⅡ			
履修条件			
・特になし。			
単位数	対象年次	帯	R6年度教材費参考
2	2	G	0円
定期試験（授業内を含む）の有無	実技課題の有無	校外学習の有無	進路
○(各種目 1 回実施)	○(各種目 1 回実施)	×	⑩
<p><b>【紹介】</b>            将来、体育系の進路を考えている人が対象の科目です。            球技の特性について理解し、基礎体力向上および各種目の特性に応じた体力向上のトレーニングを実施し、スポーツの高度な技能と審判法を習得します。            練習やゲームの結果について評価・反省し、次の目標・課題や練習法の工夫ができるようになります。            コンディション管理のため持久走を行う時間があります。</p>			
<p><b>【履修上の注意】</b>            ・毎時間、運動量がとても多い授業です。            ・見学や欠席が多いと、実技科目のため単位の修得が難しくなります。            ・体育のルール（装飾品を授業前に外す、爪の管理等）で行います。ルールが守れず見学が多い場合は修得が難しくなります。</p>			

科目名			
スポーツⅣ（ヒップホップダンス入門）			
履修条件			
・特になし。			
単位数	対象年次	帯	R6年度教材費参考
2	2, 3	E, F	0円
定期試験（授業内を含む）の有無	実技課題の有無	校外学習の有無	進路
×	○	×	⑤⑩
<p><b>【紹介】</b>            身体的な自己表現能力の育成や、ヒップホップ文化の理解を深めることを目指します。            リズムのとり方、基本的なダンスステップ、ヒップホップ音楽等を学び、個人及びグループでの発表をします。誰でも、ヒップホップダンスを踊ることができるようになります。身体を動かすことが好きな人、ダンスに興味がある人、初心者でも経験者でもOK！です。楽しむことを素直に楽しめる授業です。感性を磨いていきましょう。</p>			
<p><b>【履修上の注意】</b>            ・発表の機会が複数回あります。参加が必須です。            ・文化祭でのステージ発表を行います。参加が必須です。            ・見学や欠席は、かなり周りに遅れてしまうので単位の修得が難しくなります。            ・発表や実技試験に取り組めないと単位の修得が難しくなります。</p>			

## 保健体育

科目名			
スポーツⅣ（ヒップホップダンス発展）			
履修条件			
・スポーツⅣ（ヒップホップダンス入門）を履修していること。			
単位数	対象年次	帯	R6年度教材費参考
2	3	G	0円
定期試験（授業内を含む）の有無	実技課題の有無	校外学習の有無	進路
×	○	×	⑩
<p>【紹介】</p> <p>スポーツⅣ（ヒップホップダンス入門）で得た身体的な自己表現能力をさらに高め、ヒップホップ文化の理解を深めることを目指します。</p> <p>リズムの応用、発展的なダンスステップ、ヒップホップ音楽の制作、個人及びグループでの発表をします。より一層ヒップホップダンスのステップを覚えて踊ることができるようになります。さらにダンスを深めたい人はどうぞ！</p> <p>感覚を研ぎ澄まし、体で感じて、心で踊りましょう！！</p>			
<p>【履修上の注意】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・発表の機会が複数回あります。参加が必須です。</li> <li>・文化祭でのステージ発表を行います。参加が必須です。</li> <li>・見学や欠席は、かなり周りに遅れてしまうので単位の修得が難しくなります。</li> <li>・発表や実技試験に取り組めないと単位の修得が難しくなります。</li> </ul>			

科目名			
アダプテッドスポーツ			
履修条件			
・特になし。			
単位数	対象年次	帯	R6年度教材費参考
2	3	C, F	0円
定期試験（授業内を含む）の有無	実技課題の有無	校外学習の有無	進路
○	○	×	⑤
<p>【紹介】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・様々なレクリエーションやニュースポーツを通して、健康の保持について理解し、実践力・指導力を育成することをねらいとしています。</li> <li>・体育の授業では扱わない、アルティメット、グラウンドゴルフ、シッティングバレーボールなどについて各自で調べ、生徒同士で指導・実践しながら学習します。</li> <li>・生涯にわたって健康にスポーツを楽しみたい人、高齢者や障害者と楽しむスポーツについて興味のある人におすすめです。</li> </ul>			
<p>【履修上の注意】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・見学や欠席が多い人は、授業についていけず単位の修得が難しいです。</li> <li>・体育のルール（装飾品を授業前に外す、爪の管理等）で行います。ルールが守れず見学が多い場合は修得が難しくなります。</li> <li>・体育系、保育系の進路を考えている人に向いています。</li> </ul>			

## 保健体育

科目名			
ヘルスプロモーションとコンディショニング			
履修条件			
・特になし。			
単位数	対象年次	帯	R6年度教材費参考
2	3	A1, D	0円
定期試験（授業内を含む）の有無	実技課題の有無	校外学習の有無	進路
○	○	×	⑩
<p>【紹介】</p> <p>毎時間講義と実技の時間を設定し、実技では用具（ウエイト）を用いたトレーニング等の高強度の運動を行いながら体の仕組みについて理解を深めます。 また講義ではヘルスプロモーションや自らのコンディショニングについて学んでいきます。</p>			
<p>【履修上の注意】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・高強度の運動を毎時間行います。</li> <li>・見学や欠席が多い人は、授業についていけず単位の修得が難しいです。</li> </ul>			