

**保健体育・体育理論シラバス**  
(本科保健理療科・専攻科保健理療科・理療科共通)

**【授業目標】**

- ・ 視覚障害者スポーツを中心にスポーツの基本的なルールや技能について理解し、運動の楽しさを理解するとともに生徒同士の交流を深める。
- ・ 健康や安全に留意して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを形成する能力を高める。
- ・ スポーツ障害やけがの防止について理解を深める。

**【授業の概要】**

- ・ 視覚障害に配慮したスポーツを中心に実践し、効果的な練習方法や運動する環境の安全確保、けがの防止について理解を深める。
- ・ 運動を行う環境、器具や補助具の使い方や安全面についての知識について理解を深める。
- ・ 運動について必要な筋力、運動種別に予想されるけが、スポーツ障害等について理解し、予防策を考える。

◇使用教科書（出版社）：なし

◇総時間：

各 科	単 位	時 間
本科保健理療科 1年	3	105
2・3年	2	70
専攻科保健理療科 1・2年	1	35
専攻科理療科 1・2年	1	35

◇学習内容

月	単元・題材名	備考
4	体づくり運動 体カテスト	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 内容については左記の内容を原則とするが、生徒数、年齢構成、性別、障害の程度、健康状態に配慮し、学校の施設設備等も考慮しながら進めていく。</li> <li>・ 体育理論については、座学ではなく、体育的活動の場で実践をとおして学習する。</li> <li>・ 長期休業明けには体力の回復を見込み、体づくり運動（簡単な筋カトレーニング含む）を行う。</li> <li>・ 視覚障害に特化したスポーツを行う際には、そのスポーツが誕生した歴史や競技人口等の背景にも注目する。</li> <li>・ 事故防止やけがの予防についても話題とし、施術者として必要な資質及び能力に応用できるようにする。</li> <li>・ 6月のサウンドテーブルテニス、弱視卓球、12月のフロアバレーボールは、それぞれ校内球技大会の参加に向けての一環として取り組む。</li> <li>・ 見え方に応じ、晴眼者と同じルールで運動ができる場合には、実態に合わせて取り入れていく。</li> </ul>
5	陸上競技 グランドソフトボール	
6	サウンドテーブルテニス	
7	弱視卓球	
9	体づくり運動 ブラインドテニス	
10	ゴールボール	
11	ブラインドサッカー	
12	フロアバレーボール	
1	体づくり運動 ゴールボール	
2	ターゲットバードゴルフ	
3		