

# 体育

体育科(スポーツ科)では、スポーツについての正しい理解と実践により、高度な運動技能や運動の学び方を身に付けた心身ともに健全な人を育てます。また、生涯にわたりスポーツを愛し実践できる体育・スポーツのリーダーづくりを目指します。

## スポーツ科を志望するのは

- 体育・スポーツが好きで、体育・スポーツに関する様々なことに挑戦したい人
- 自分が得意とするスポーツ種目の技能の向上を目指したい人
- 将来、体育・スポーツにかかわる仕事に就きたい人
- 運動部で活躍したい人



## 小山南高校スポーツ科は

- 専門教科「体育」を中心に共通教科も学びます。
- 2・3学年で生徒の興味・関心に応じて、アスリート、コーチングの2つのコースから1つを選ぶコース選択制を導入しています。
- 少人数制の授業により、きめ細やかな指導を行います。
- スポーツ科の生徒は、運動部で3年間活動します。

## スポーツ科の専門科目の学習内容は

### 総合選択スポーツ

球技4種目の中から選択し技能の向上を目指し学習します。

### スポーツⅠ・Ⅱ

測定競技(陸上、水泳、カヌー、ウエイトリフティングなど)、球技(バスケットボール、サッカー、バレーボールなど)を学習します。

### スポーツⅢ・Ⅳ

柔道・剣道、ダンスから選択して学習します。

### スポーツⅤ

野外活動の実習を実施します。ウィンタースポーツ実習やフィールドワーク実習(登山等)を実施する予定です。

### スポーツⅥ

体ほぐしの運動や体力を高める運動を学習します。

### スポーツ概論

体育・スポーツに関する知識を学びます。

### スポーツ総合演習

栄養学や応急処置の基礎を学び、実習や部活動と関連しながらスポーツに関する課題研究をします。

### ●特別実習・講座

- テーピング実習(1年) スポーツによる怪我の防止、再発予防について実習します。
- 栄養学講座(1年) スポーツ選手の正しい食事法を学びます。