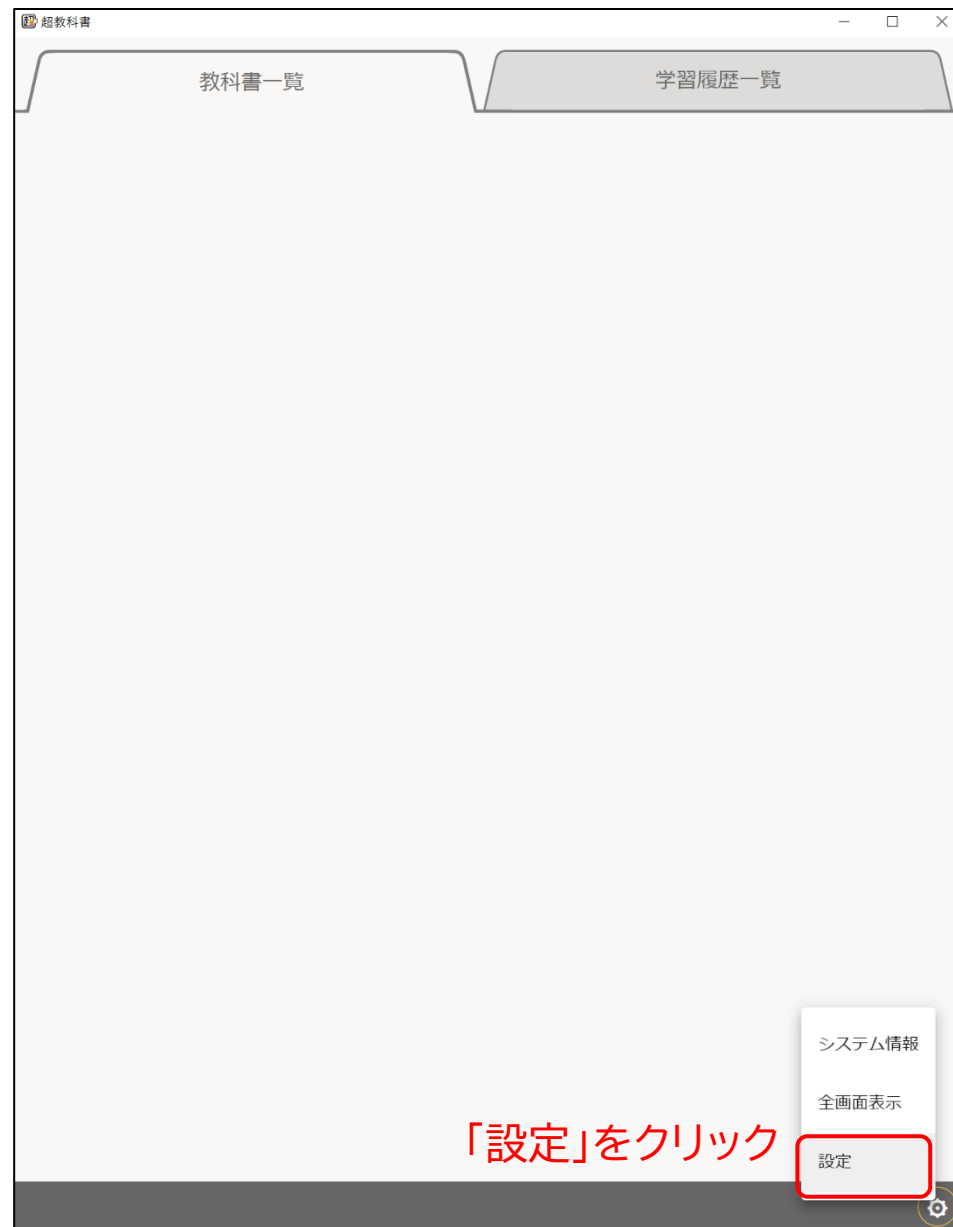
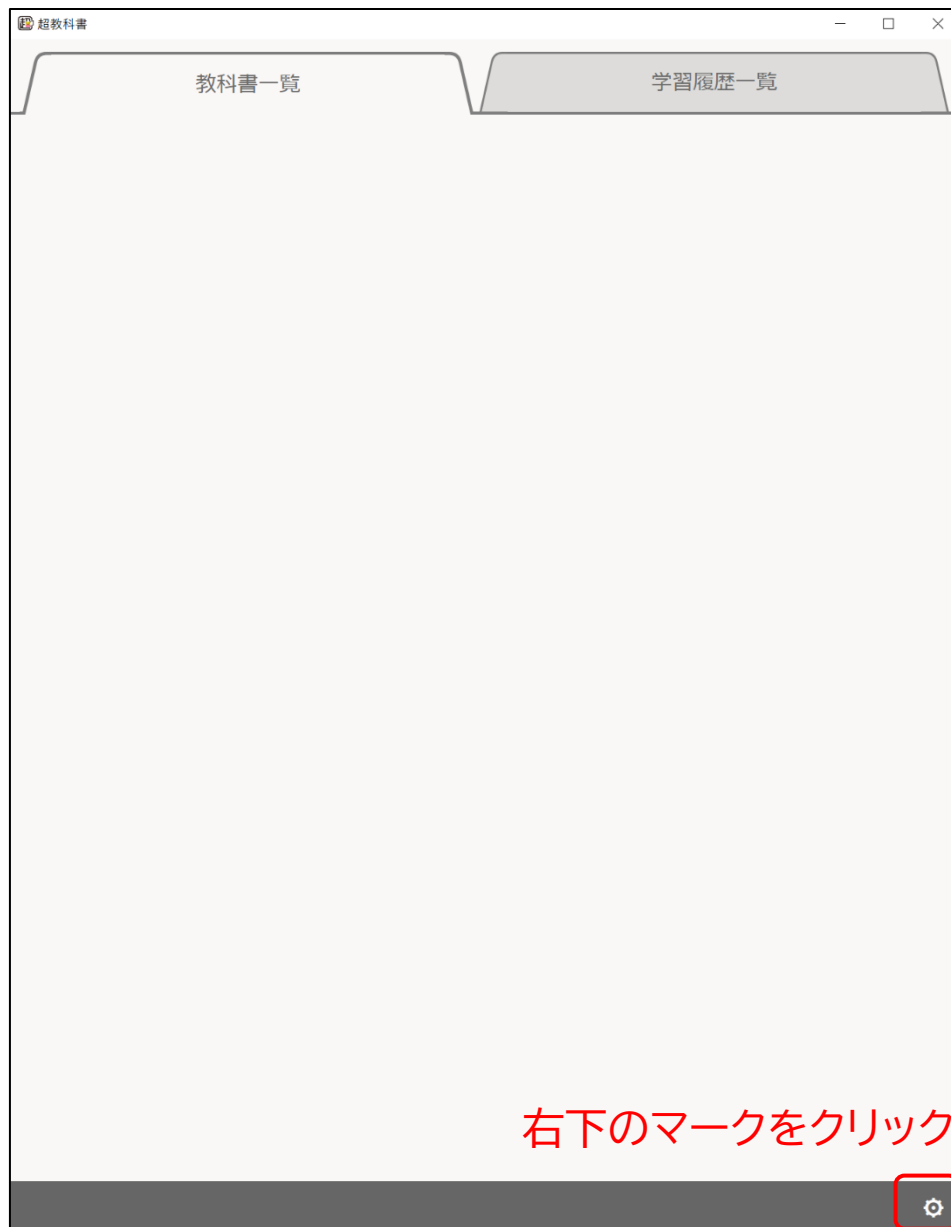


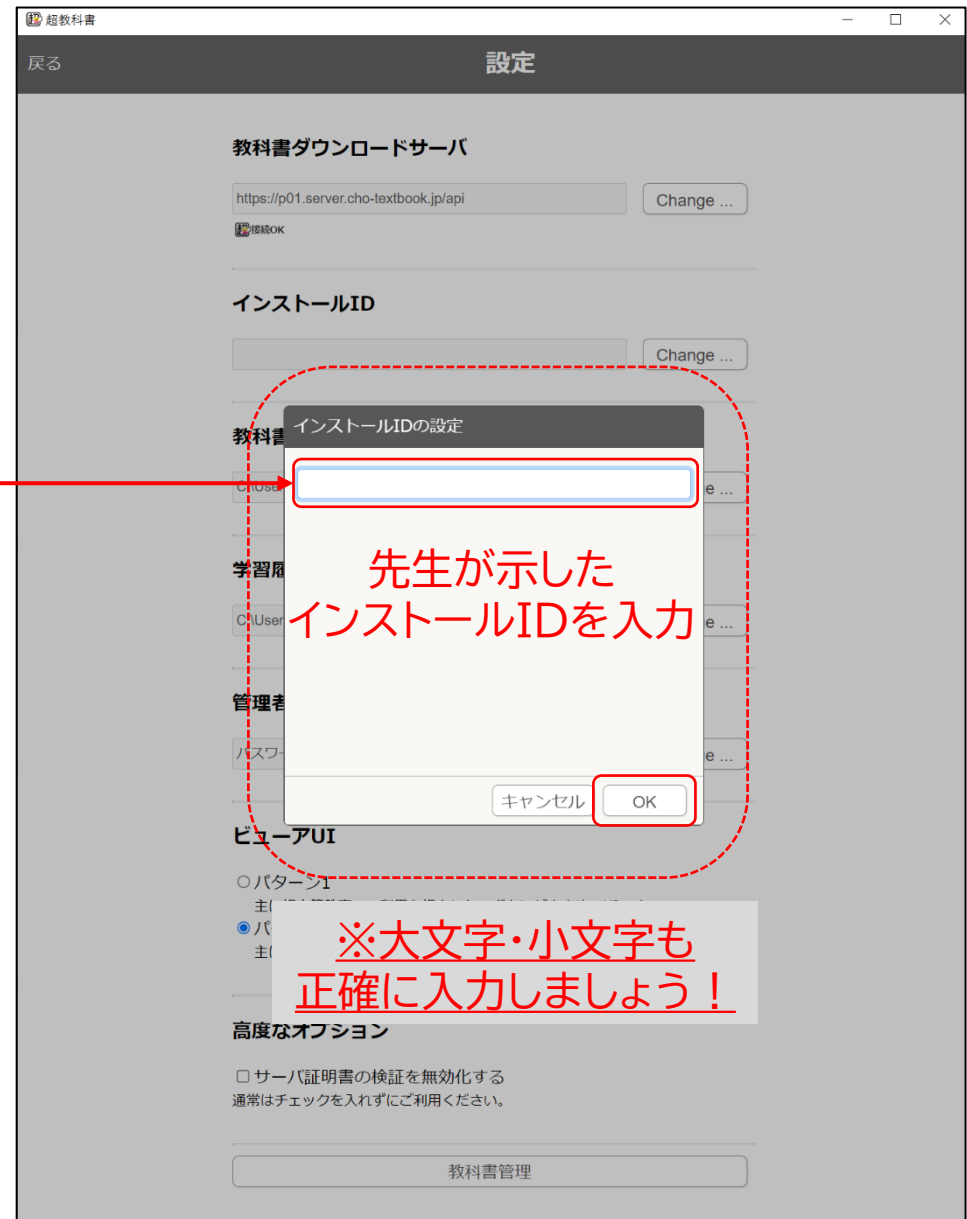
デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

Windows 導入手順

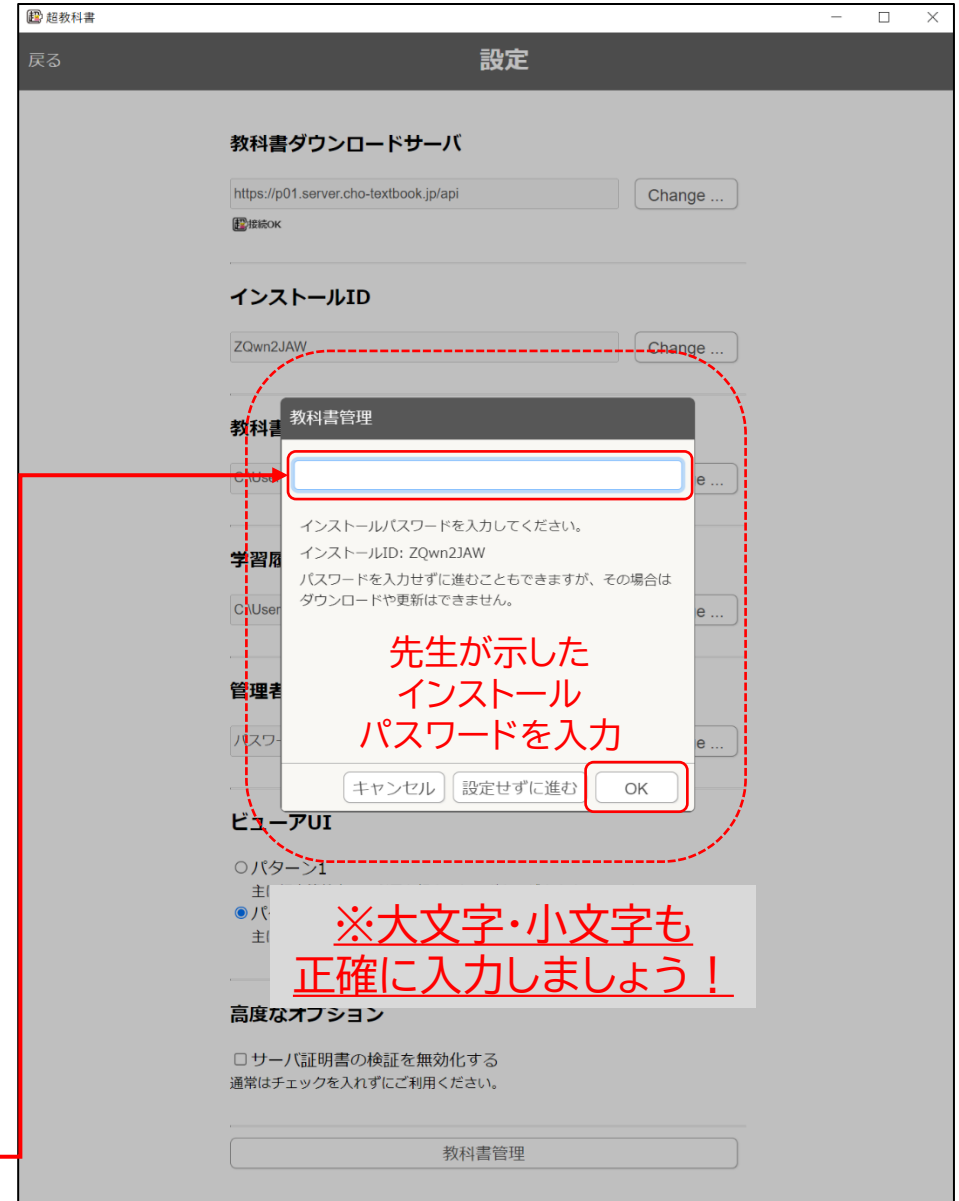
9. 超教科書ビューアを開きます。



10. インストールIDの設定を行います。



11. インストールパスワードの入力を行います。



12. インストールできる教材が表示されます



教科書管理

教材名	サーバ	操作
 デジタル版 ステップアップ高校スポーツ urn:uuid:f41d10d1-3ac5-8c94-d33f-e6f235202312-application	2028/3/31 まで	詳細

ダウンロードする教材をクリックします

13. 教材ダウンロード画面



教科書管理

ダウンロード

インストール状況
インストールされていません。

ダウンロード

ダウンロード対象を選択してください

コンポーネント	状態		
全体		<input type="checkbox"/>	
目次, 口絵等	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
体づくり運動	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
器械運動	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
陸上競技	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
水泳	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
バスケットボール	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
ハンドボール	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
サッカー	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
ラグビー	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
バレーボール	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
テニス	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
ソフトテニス	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
卓球	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	
バドミントン	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>	

閉じる

teacher

14-1. 全てのページをダウンロードする

ダウンロード



インストール状況
インストールされていません。

ダウンロード

全てダウンロード

コンポーネント	状態	
全体		<input checked="" type="checkbox"/>
目次, 口絵等	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
体づくり運動	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
器械運動	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
陸上競技	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
水泳	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
バスケットボール	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
ハンドボール	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
サッカー	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
ラグビー	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
バレーボール	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
テニス	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
ソフトテニス	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
卓球	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
バドミントン	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>

教科書情報

教材名
デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

ID
urn:uuid:f41d10d1-3ac5-8c94-d33f-e6f235202312-application

発行者
大修館書店

教科
保健体育

学年
高校1-3年生

閉じる

14-2. 一部のページをダウンロードする

ダウンロード



インストール状況
インストールされていません。

ダウンロード

選択したコンポーネントをダウンロード

コンポーネント	状態	
全体		<input type="checkbox"/>
目次, 口絵等	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
体づくり運動	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
器械運動	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
陸上競技	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
水泳	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
バスケットボール	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
ハンドボール	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
サッカー	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
ラグビー	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
バレーボール	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
テニス	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
ソフトテニス	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>
卓球	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
バドミントン	ダウンロード可能	<input type="checkbox"/>

教科書情報

教材名
デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

ID
urn:uuid:f41d10d1-3ac5-8c94-d33f-e6f235202312-application

発行者
大修館書店

教科
保健体育

学年
高校1-3年生

閉じる

先生の指示に従って、
教材を選択しましょう

クリックして
選択

15. ダウンロードが開始されます。ダウンロード完了まで、そのまま待ちましょう。

教科書管理

ダウンロード

インストール状況

インストールされていません。

ダウンロード

全てダウンロード

コンポーネント	状態	
全体		<input checked="" type="checkbox"/>
デジタル版 ステップアップ高校スポーツ		<input checked="" type="checkbox"/>
ラグビー	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
バレーボール	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
テニス	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
ソフトテニス	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
卓球	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>
バドミントン	ダウンロード可能	<input checked="" type="checkbox"/>

教科書情報

教材名
デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

ID
urn:uuid:f41d10c3ac5-8c94-d33f-e6f235202312-application

発行者
大修館書店

教科
保健体育

学年
高校1-3年生

ダウンロード

ダウンロード中 (100 / 2320)
items/kendo/content/297/p297sup_Mv16.jpg

キャンセル

閉じる

教科書管理

ダウンロード

インストール状況

b025c1de-f0f1-4153-bbd9-b18deb63d598

バージョン: 2

ライセンス: 2022/2/14 ~ 2028/3/31

ダウンロード

全てインストール済み

コンポーネント	状態	
デジタル版 ステップアップ高校スポーツ		<input checked="" type="checkbox"/>
ラグビー	閲覧可能	<input checked="" type="checkbox"/>
バレーボール	閲覧可能	<input checked="" type="checkbox"/>
サッカー	閲覧可能	<input checked="" type="checkbox"/>
ラグビー	閲覧可能	<input checked="" type="checkbox"/>
バレーボール	閲覧可能	<input checked="" type="checkbox"/>
テニス	閲覧可能	<input checked="" type="checkbox"/>

教科書情報

教材名
デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

ID
urn:uuid:f41d10c3ac5-8c94-d33f-e6f235202312-application

発行者
大修館書店

教科
保健体育

学年
高校1-3年生

ダウンロード

ダウンロードが完了しました。

閉じる

削除

更新

ライセンスファイルを削除

閉じる

16. 設定画面を閉じていきます。

超教科書 教科書管理

戻る ダウンロード



インストール状況

📁 b025c1de-f0f1-4153-bbd9-b18deb63d598

バージョン: 2

ライセンス: 2022/2/14 ~ 2028/3/31

ダウンロード

全てインストール済み

コンポーネント	状態	
全体	インストール済	
目次、口絵等	閲覧可能	
体づくり運動	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
器械運動	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
陸上競技	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
水泳	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
バスケットボール	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
ハンドボール	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
サッカー	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
ラグビー	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
バレーボール	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>
テニス	閲覧可能	<input type="button" value="削除"/>

教科書情報

教材名
デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

ID
urn:uuid:f41d10d1-3ac5-8c94-d33f-e6f235202312-application

発行者
大修館書店


教科
保健体育

学年
高校1-3年生

新編 現代の国語 2027/3/31 まで

超教科書 教科書管理

戻る

教材名	サーバ	操作
 デジタル版 ステップアップ高校スポーツ urn:uuid:f41d10d1-3ac5-8c94-d33f-e6f235202312-application 📁 b025c1de-f0f1-4153-bbd9-b18deb63d598 (31 / 31)	2028/3/31 まで	<input type="button" value="詳細"/>

17. 設定画面を閉じていきます。



超教科書 設定

戻る

教科書ダウンロードサーバ



インストールID

教科書保存先

学習履歴保存先

管理者パスワード

ビューアUI

パターン1
主に初中等教育での利用を想定した、ボタンが大きめのUIです。

パターン2
主に高等教育での利用を想定した、コンパクトなUIです。

高度なオプション

サーバ証明書の検証を無効化する
通常はチェックを入れずにご利用ください。

18. 本棚が表示されます。



超教科書

教科書一覧 学習履歴一覧



デジタル版 ステップアップ高校...

画像をクリックすると、
教材が開きます



19. 学習履歴を選択します。

教科書一覧

学習履歴一覧

STEP UP 高校スポーツ

デジタル版

STEP UP 高校スポーツ

3年ライセンス

デジタル

学習履歴選択

新規作成

初回は、「新規作成」をクリック

デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

発行者
大修館書店

教科
保健体育

学年
高校1-3年生

キャンセル

20. 目次が表示されます。

超教科書

好きな種目を開いてみましょう

STEP UP 高校スポーツ

目次

スポーツの魅力をもつけよう！
感じとろう！
ステップアップ高校スポーツの使い方
タブレットを上手に活用してみよう！

体づくり運動

器械運動

- マット運動
- 鉄棒運動
- 平均台運動
- 跳び箱運動

陸上競技

- 短距離走・リレー
- 長距離走
- ハードル走
- 走り幅跳び
- 走り高跳び
- 三段跳び
- 砲丸投げ
- やり投げ

水泳

- クロール
- 平泳ぎ
- 背泳ぎ
- バタフライ
- スタート・ターン

球技

- バスケットボール
- ハンドボール
- サッカー
- ラグビー
- バレーボール
- テニス
- ソフトテニス
- 卓球
- バドミントン
- ソフトボール
- ゴルフ

球技大会の企画・運営

武道

- 柔道
- 剣道

ダンス

- 創作ダンス
- フォークダンス
- 現代的なリズムのダンス

スキー・スノーボード
スケート
アウトドアスポーツ
障がい者スポーツ
応急手当
集団行動
新体力テスト
陸上競技記録
水泳競技記録
全国高等学校
総合体育大会
団体入賞校一覧
個人学習ノート

使用方は「使い方」をご覧ください

デジタル教科書 目次

21. ページが開けば、インストール作業完了です。おつかれさまでした。

BASKETBALL

バスケットボール

このマークがついた動きは動画で確認しよう！

歴史

●発祥

1891年にアメリカの国際YMCAトレーニングスクールの体育教師ネイスミス氏が、冬季に室内でおこなえるスポーツとして考案したのが始まり。当初はサッカーボールを使って桃のかごを体育館の手すりに打ちつけておこなった。1チーム9人、ルールは13条でドリブルという技術はなかった。このゲームはまたたく間にアメリカ国内に広まり、1893年には女子のバスケットも始まった。



世界で最初のゲームをプレイした日本人・石川源三郎氏が描いたスケッチ

●日本への普及と発展

わが国には、世界各国への普及と

同様に、1908 (明治41) 年に同校を卒業して帰国した大森兵蔵氏が、東京YMCAで初めて紹介し、1913 (大正2) 年に来日したブラウン氏の指導で広く普及した。

1936 (昭和11) 年のベルリンオリンピックで男子が正式種目に加えられ、日本代表もこれに参加した。女子は1976 (昭和51) 年のモントリオール大会から正式種目となっている。現在では、国際バスケットボール連盟 (FIBA) に210か国以上が加盟するほど盛んになり、特にアメリカのプロバスケットボール (NBA) の試合は、世界的に大変な人気を博している。

特性

- 手でボールを扱い、パスやドリブルを使ってボールを運び、一定の時間内に相手バスケットにシュートして得点を競うゴール型の球技。
- リングは3.05mの高さに上向きに設置されているため、ゴール近くまでボールをつなぎ、相手をかかわして確実にシュートをする技術や戦術が求められる。

れる。逆にそれらをさせないように防御する技術・戦術も必要になるが、身体接触はルールで禁じられている。

- 他のゴール型球技に比べてコートが狭いため、よりスピード感あふれるプレイとチームメイトとの緻密な連携プレイで攻防を楽しむことができる。
- バスケットボールのシュートは、「走る」「跳ぶ」「投げる」という基本的な運動要素で構成され、ゲーム中シュートの場面が多いため、敏捷性、全身持久力、スピードなどを高めることができる。

競技の見どころ

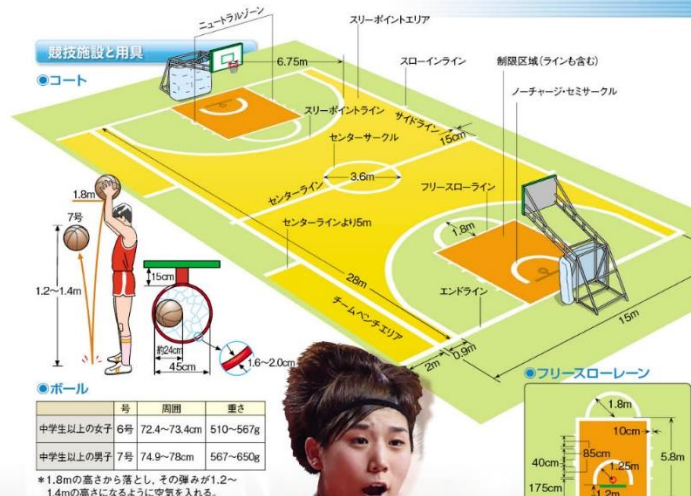
攻守の入れ替わりが非常に早く、得点場面が多いのが特徴。狭いコート内で繰り広げられるスピーディーなゲーム展開には、一瞬たりとも目が離せない。シュートに至るまでの各プレイヤーの華麗なボールさばきと、チームメイトとの緻密な戦術がこの競技の最大の見どころ。

世界的に人気のあるNBAは、世界最強のリーグとしてバスケット選手がいつかプレイしたいと夢見るリーグ。国際ルールとは若干異なり、ダンクシュートなど躍動感あふれるプレイは観客をあきさせない。



人気選手が一堂に集まる東西対抗試合 (NBAオールスターゲーム)

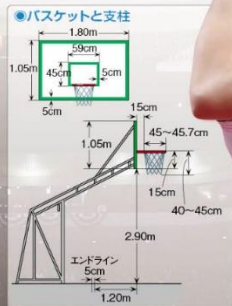
れた動きや位置どりの約束事に従って展開するオフENSEのこと。
トランジション: 攻守の切り替わりのこと。守りから攻めに切り替わったときのすばい攻めを速攻 (ファストブレイク) と言う。
インターセプト: 相手チームのボールを奪うこと。日本では「ボールをカットする」ともいう。相手チームのドリブラーからボールを奪うことを「スティール」という場合もある。
ターンオーバー: シュートミス以外で、オフENSEがボールの所有を失い、攻守が入れ替わること。
ショットクロック: 24秒計のこと。
フロントコート: センターラインを境にして、相手チームのバスケット (ゴール) があるほうをフロントコート、反対側をバックコートと言う。



●ボール

号	周長	重さ
中学生以上の女子 6号	72.4~73.4cm	510~567g
中学生以上の男子 7号	74.9~78cm	567~650g

●フリースローレン



BASKETBALL

