

# デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

iPad 導入手順

②超教科書ビューアのアイコン  をタップします。



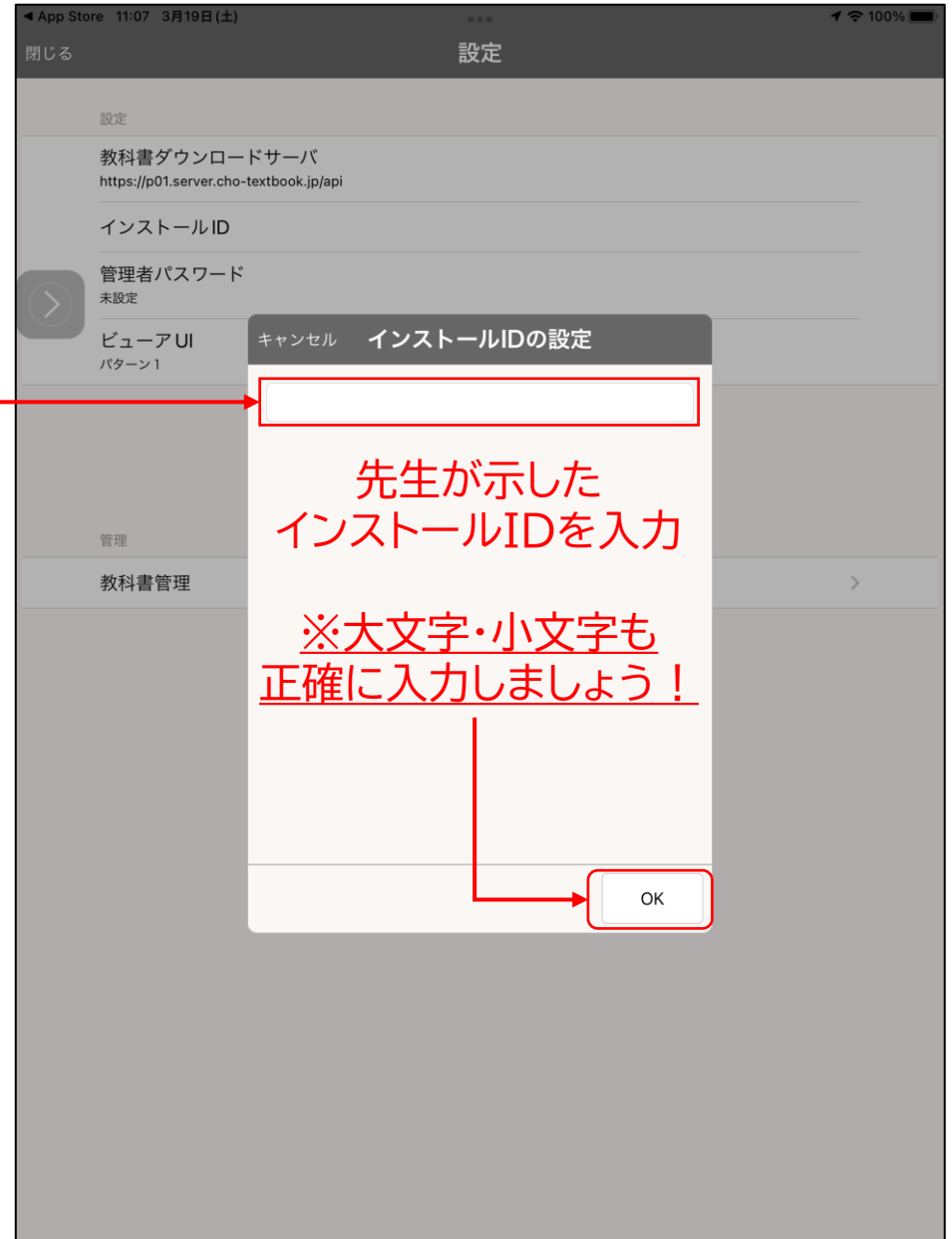
③右上のボタンから「設定」を選択します。



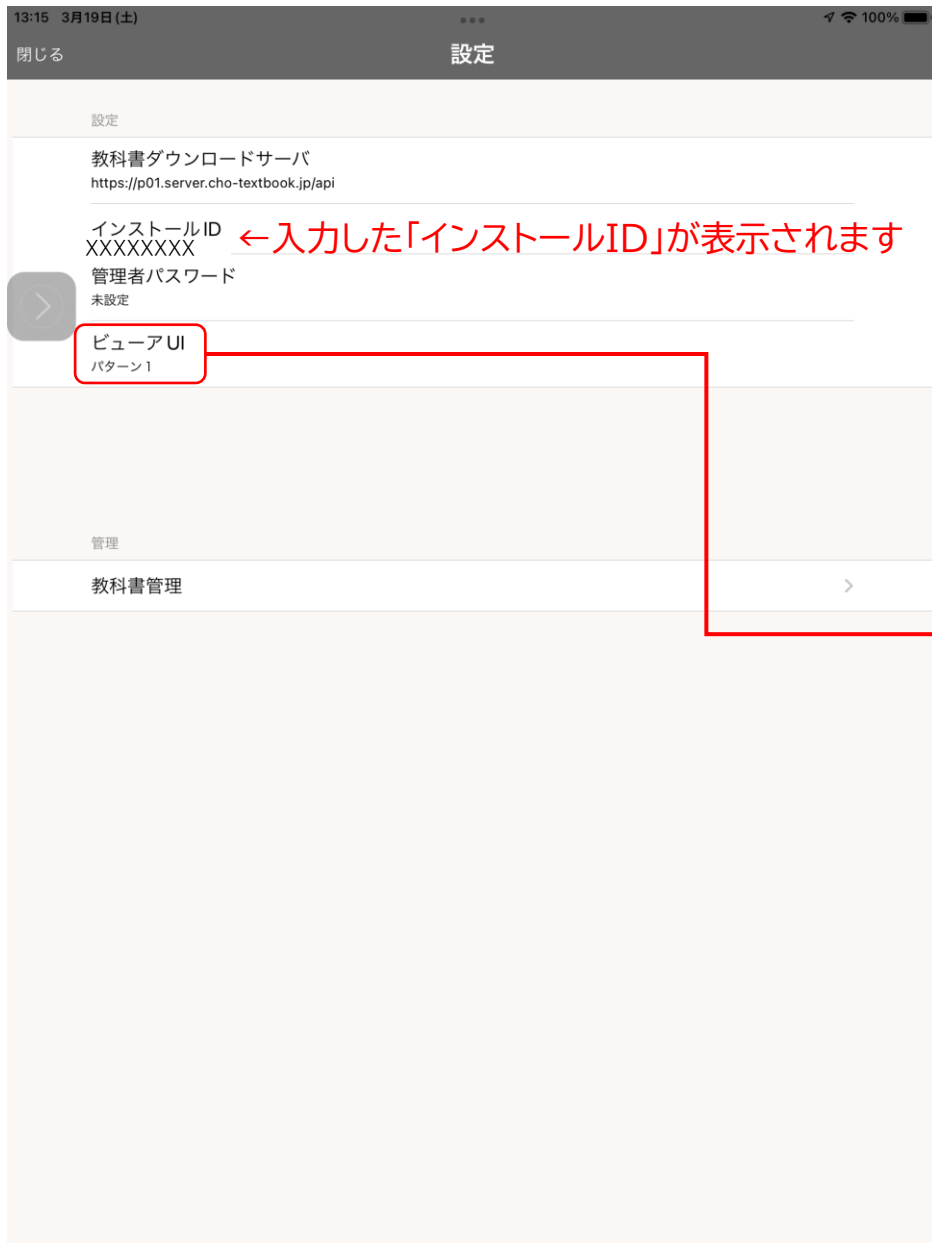
#### ④ 「インストールID」をタップします。



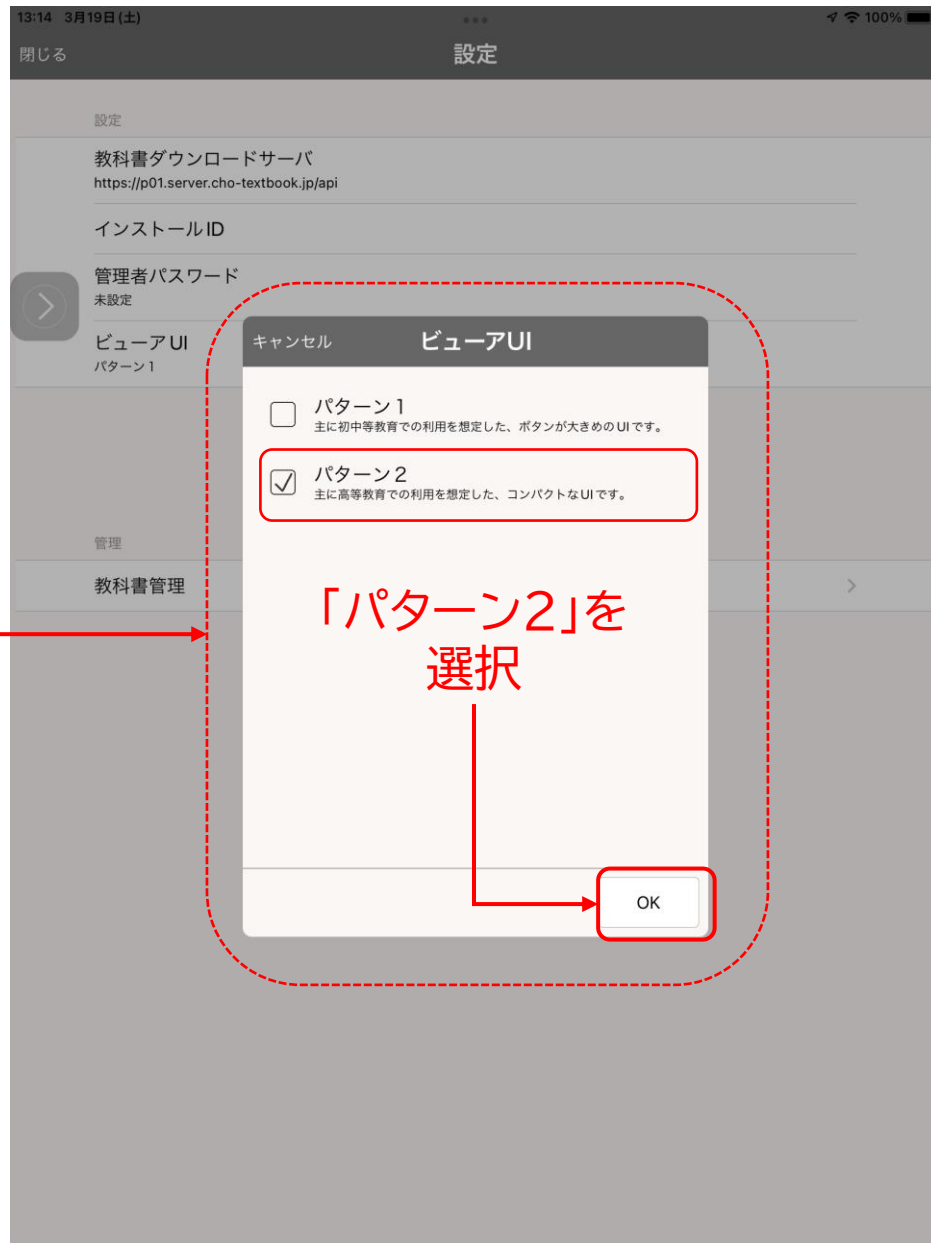
#### ⑤ 「インストールID」を入力します。



## ⑥ 「ビューアUI」をタップします。



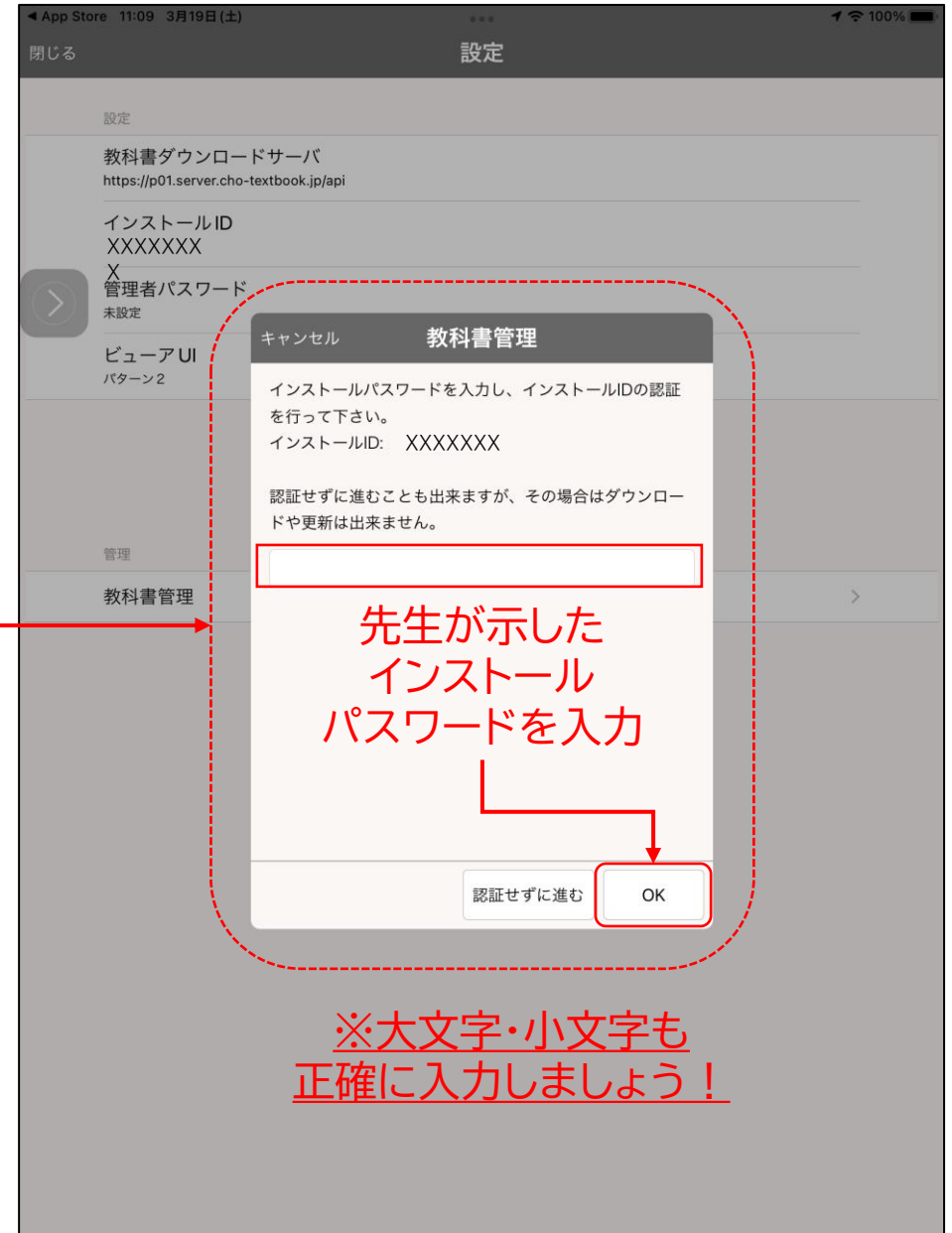
## ⑦ 「ビューアUI」を選択します。



## ⑧ 「教科書管理」をタップします。



## ⑨ 「インストールパスワード」を入力します。



## ⑨ダウンロードする教材をタップします。



## ⑩教材のダウンロード画面が表示されます。



## ⑩-1全てのページをダウンロードする

App Store 11:10 3月19日(土) 100%

戻る 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  
全体をダウンロード

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-app-lication  
発行者 大修館書店  
教科 保健体育  
学年 高校1-3年生

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 checked="" type="checkbox"/>
体づくり運動	ダウンロード可能 <input checked="" 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"/>

## ⑩-2一部のページをダウンロードする

App Store 11:11 3月19日(土) 100%

戻る 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

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-app-lication  
発行者 大修館書店  
教科 保健体育  
学年 高校1-3年生

先生の指示に従って、  
教材を選択しましょう

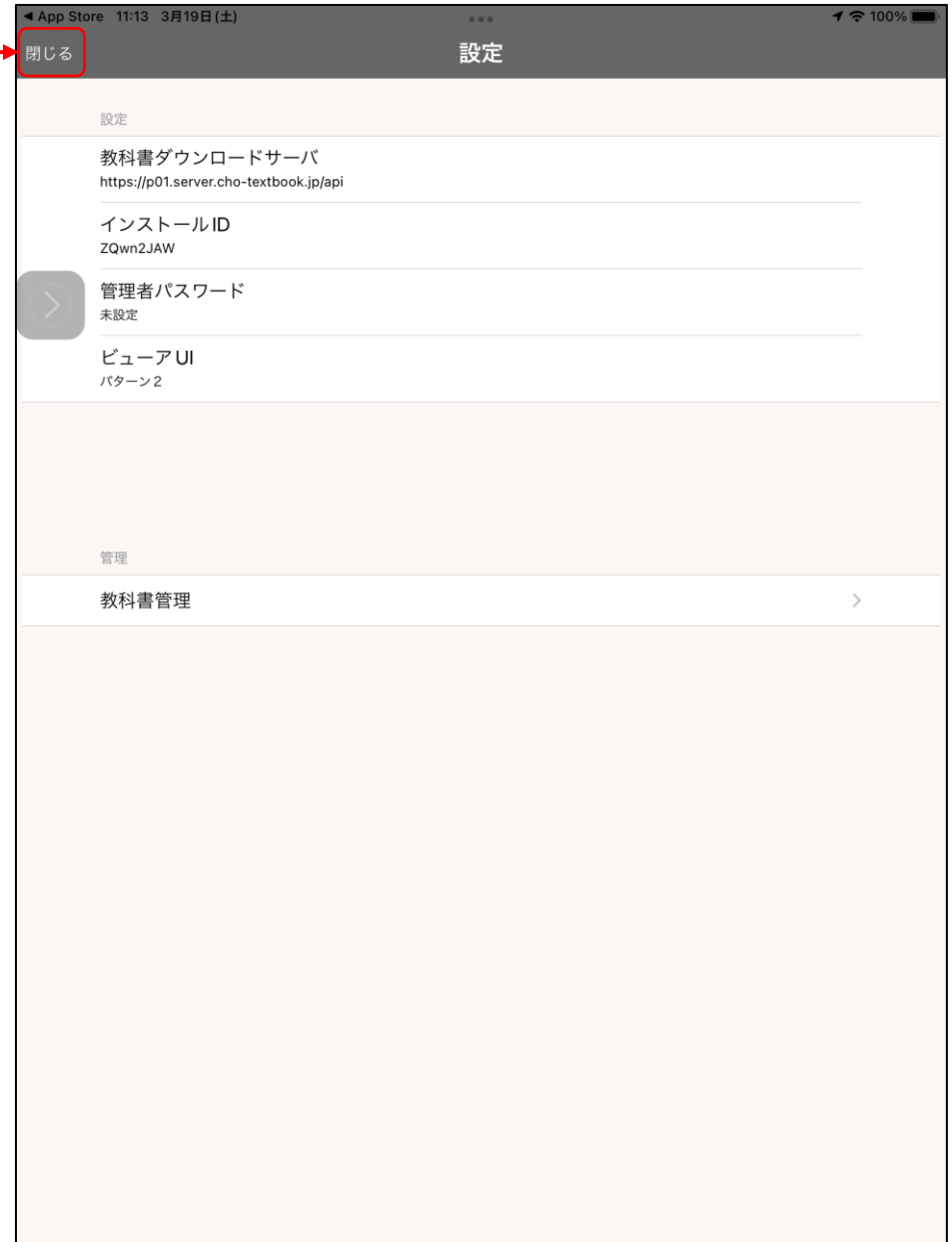
コンポーネント	状態
全体	<input type="checkbox"/>
目次、口絵等	ダウンロード可能 <input checked="" type="checkbox"/>
体づくり運動	ダウンロード可能 <input type="checkbox"/>
器械運動	ダウンロード可能 <input type="checkbox"/>
陸上競技	ダウンロード可能 <input checked="" type="checkbox"/>
水泳	ダウンロード可能 <input checked="" type="checkbox"/>
バスケットボール	ダウンロード可能 <input checked="" type="checkbox"/>
ハンドボール	ダウンロード可能 <input 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 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"/>

# ⑪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。

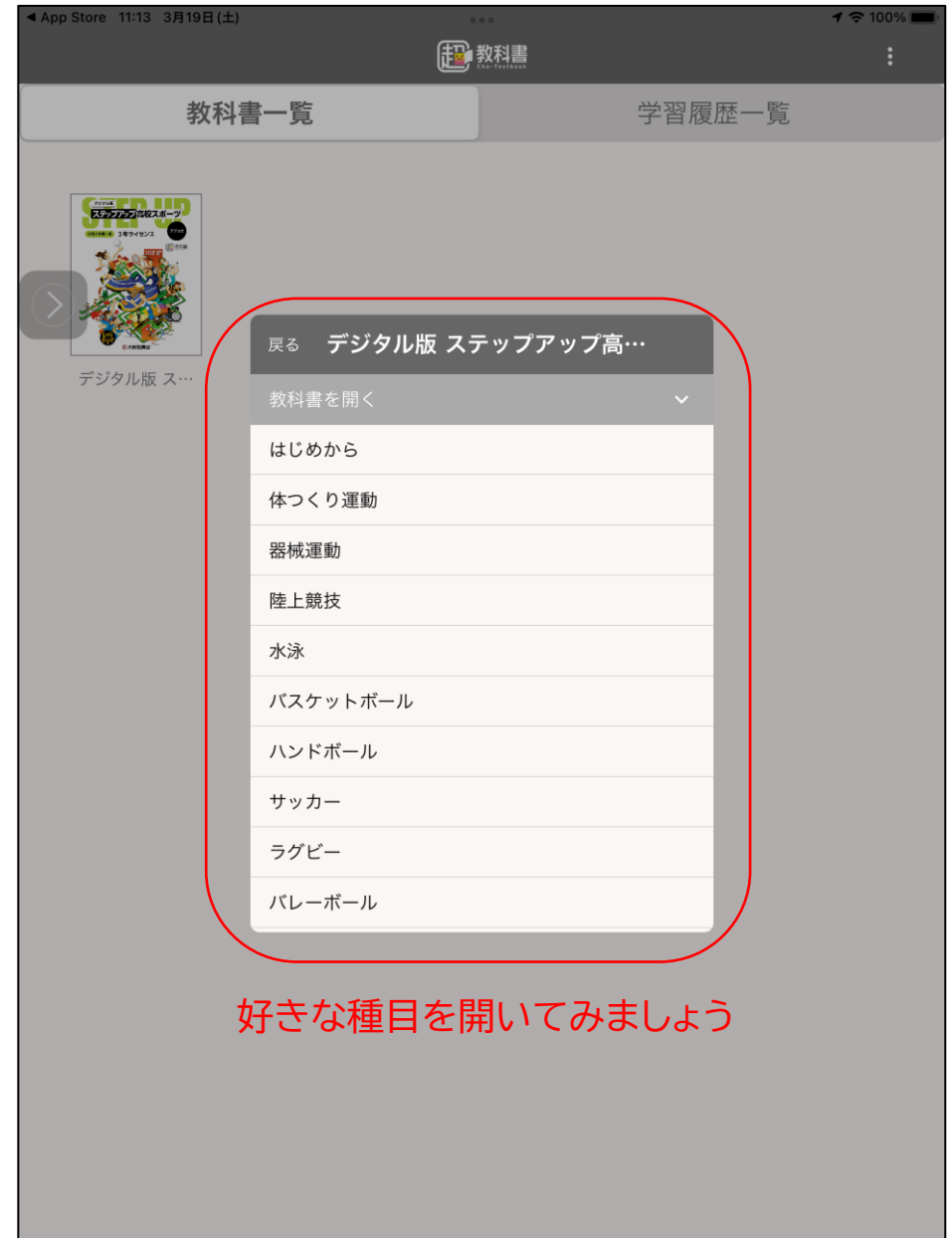




## ⑫設定画面を閉じていきます。



⑬本棚が表示されます。教材画像をタップして、好きな種目を開いてみましょう。



# ⑭ ページが開けば、インストール作業は完了です。おつかれさまでした。

App Store 11:14 3月19日(土)

100%

戻る

## デジタル版 ステップアップ高校スポーツ

BASKETBALL

# バスケットボール



### 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様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。



日本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貞蔵氏が、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得ている。

### 特徴

- 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ことから、敏捷性、全身持久力、スピードなどを高めることができる。

### 競技の男と女

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。



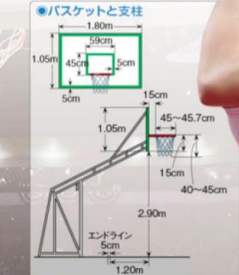
人気選手が一堂に集まる東西対抗試合(NBAオールスターゲーム)



●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

●1.8mの高さから落とし、その弾みが1.2~1.4mの高さになるように空気を入れる。



BASKETBALL

### 観戦に役立つ専門用語

- ダンクシュート**: 各クォーターや試合の終了直前に放たれ、終了のブザーと同時にリングを通したシュート。
- マッチアップ**: マンツーマンディフェンスで自分の相手をマークすることを言う。1組の攻守プレイヤーの組み合わせのことを言う。
- ワンオンワン**: 1対1のこと。
- ダンク**: リングの上から直接ボールをたたき込むシュートのこと。「スラムダンク」とは激的なダンクシュートのこと。
- カット**: オフェンスプレイヤーがある場所からある場所へ移動することを「カットする」と言う。Vの字の軌跡の移動を「Vカット」と表現する。
- セットオフェンス**: チームでの決められた動きや位置どりの約束事に従って展開するオフェンスのこと。
- 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やい攻めを速攻(ファストブレイク)と言う。
- インナーセーブ**: 相手チームのゴールを奪うこと。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ゴールを奪うことを「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ェンス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秒制のこと。
- 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。

