

福島工業高等専門学校		開講年度	令和06年度 (2024年度)		授業科目	保健・体育	
科目基礎情報							
科目番号	0013			科目区分	一般 / 必修		
授業形態	実験・実習			単位の種別と単位数	履修単位: 2		
開設学科	ビジネスコミュニケーション学科			対象学年	1		
開設期	通年			週時間数	2		
教科書/教材	Active Sports総合版 大修館						
担当教員	木次谷 聡,根本 昌樹						
到達目標							
①人間力（主体性・自己管理能力・責任感・チームワーク力）を養う							
②心身の総合的な発達を目指し、基礎的、基本的な運動技術を習得するとともに、生涯にわたって運動やスポーツを継続できるための資質や能力を養う。							
③現代社会における健康について心身の機能を中心に理解し、自らの健康を保持増進できる資質や能力を養う。							
ルーブリック							
		理想的な到達レベルの目安		標準的な到達レベルの目安		未到達レベルの目安	
コミュニケーションスキル		標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となり影響を及ぼすことができる。		信頼関係、礼節、アンガーマネジメント、多様性の尊重と配慮など多様な他者との間で良好な人間関係を形成するための行動ができる。		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
チームワークとリーダーシップ		標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となり影響を及ぼすことができる。		チーム活動の目標共有を図り、目標達成に向けた行動を実践し、また、チームの協働を促進するための行動（リーダーシップ）ができる。		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
課題発見力・問題解決力		標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となり影響を及ぼすことができる。		自己の運動や健康に関する現状を分析した上で、解決すべき課題を把握できる。		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
主体性		標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となり影響を及ぼすことができる。		与えられた役割を実践するとともに、自分に求められる役割を自ら考え実践することができる。		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
自己管理と責任ある行動		標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となり影響を及ぼすことができる。		やるべきことを実行するための具体的な行動や計画を考え、行動できる		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
倫理観		標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となり影響を及ぼすことができる。		社会のルール・マナーを理解し、自分の判断や行動、及びそれらがもたらす結果や影響について考え、行動することができる。		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
自己理解		標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となり影響を及ぼすことができる。		自分の経験や活動を振り返り、自分の考え方を客観的に認識することができる。		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
継続的な学習と学び		標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となり影響を及ぼすことができる。		主体的、継続的な学習の実現に向けて自分の学習活動や学習内容を点検し、改善を検討できる。		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
健康・運動に関する技能と知識・理解		生涯にわたって運動を継続し、健康を維持増進するための卓越した技能や深い知識を持っている		生涯にわたって運動を継続し、健康を維持増進するための基礎的技能や基本的知識を持っている		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
学科の到達目標項目との関係							
学習・教育到達度目標 (D)							
教育方法等							
概要	・人間力（コミュニケーションスキル・チームワークとリーダーシップ・課題発見力と問題解決力・主体性・自己管理と責任ある行動・倫理観・自己理解・継続的な学習）を養う ・心身の総合的な発達を目指し、基礎的、基本的な運動技術を習得するとともに、生涯にわたって運動やスポーツを継続するための資質や能力を養う。 ・現代社会における健康について心身の機能を中心に理解し、自らの健康を保持増進できる態度を養う。						
授業の進め方・方法	・生涯にわたって健康で活力ある生活を営むための基礎的な技能を身につけるため、体育の実技の授業においては、基礎的・基本的な内容を扱う。 ・保健では教員が準備した教材を使って授業が行われる。						
注意点	・基礎的な体力・技術トレーニングの際、事故のないよう特に授業前日の健康管理に努めること。 ・運動にふさわしい服装で参加すること。 ・健康上の問題点については、担当教員に必ず事前に申し出ておくこと。 ・実技評価・レポートを20%、態度・参加状況を80%で総合的に評価し、60点以上を合格とする。						
授業の属性・履修上の区分							
☐ アクティブラーニング		☐ ICT 利用		☐ 遠隔授業対応		☐ 実務経験のある教員による授業	
授業計画							
		週	授業内容		週ごとの到達目標		
前期	1stQ	1週	オリエンテーション		体育施設・整列・集団行動・体育授業に当たっての諸注意		
		2週	体づくり運動		ストレッチング・ジョギング・からだほぐし運動		
		3週	体づくり運動・ユニバーサルスポーツ		ストレッチング・ジョギング・体力をたかめる運動・ユニバーサルスポーツ		
		4週	バドミントン		オリエンテーション・グリップ・基礎的なストローク		
		5週	バドミントン		基礎的なストローク・サービス		
		6週	バドミントン		基礎的なストローク・サービス・簡易的なゲーム		

後期		7週	バドミントン	簡易的なゲーム
		8週	バドミントン	簡易的なゲーム
	2ndQ	9週	バレーボール	オリエンテーション・体ほぐし アンダーハンドパスの基礎
		10週	バレーボール	オーバーハンドパスの基礎
		11週	バレーボール	各種パスの基礎および集団的技能
		12週	バレーボール	簡易的なゲーム①
		13週	バレーボール	簡易的なゲーム②
		14週	バレーボール	簡易的なゲーム③
		15週	保健	現代社会と健康①
		16週		
	3rdQ	1週	オリエンテーション・体づくり運動	授業の進め方についての説明・体力をたかめる運動・ からだほぐし運動
		2週	体づくり運動・ユニバーサルスポーツ	体力をたかめる運動・からだほぐし運動・ユニバーサ ルスポーツ
		3週	体力テスト	屋内種目
		4週	体力テスト	屋外種目
		5週	テニス	オリエンテーション・体ほぐしの運動・グリップ・基 礎的なストローク
		6週	テニス	基礎的なストローク
		7週	テニス	簡易ゲーム
		8週	テニス	簡易ゲーム
	4thQ	9週	バスケットボール	オリエンテーション・ボールハンドリング ドリブルの基礎・パスの基礎
		10週	バスケットボール	個人的技能（ドリブル・パス・シュート）
		11週	バスケットボール	個人的技能（ドリブル・パス・シュート）
		12週	バスケットボール	パス・ドリブル・シュート・簡易ゲーム
		13週	バスケットボール	パス・ドリブル・シュート・簡易ゲーム
		14週	バスケットボール	簡易ゲーム
		15週	保健	現代社会と健康②
		16週		

モデルコアカリキュラムの学習内容と到達目標

分類	分野	学習内容	学習内容の到達目標	到達レベル	授業週
分野横断的 能力	汎用的技能	コミュニケーション スキル	コミュニケーション スキル	他者の考えや主張を理解するために、相手を尊重し配慮する態度 をとることができる。	3 前10,前 11,前12,前 13,前14,後 12,後13,後 14
				目的に応じた適切な方法で自分の考えや主張を伝えることができる。	3 前10,前 11,前12,前 13,前14,後 12,後13,後 14
				多様な他者との間で良好な人間関係を形成するための行動ができる。	3 前10,前 11,前12,前 13,前14,後 12,後13,後 14
		チームワークとリーダ ーシップ	チームワークとリーダ ーシップ	チーム活動において意見の相違や対立を踏まえて合意形成に向け て行動できる。	3 前10,前 11,前12,前 13,前14,後 12,後13,後 14
				チームの協働関係の形成、維持、向上を促すための行動ができる 。	3 前10,前 11,前12,前 13,前14,後 12,後13,後 14
				チーム活動の目標共有を図り、目標達成に向けた行動を実践し、 また、チームの協働を促進するための行動ができる。	3 前10,前 11,前12,前 13,前14,後 12,後13,後 14
		課題発見力 ・問題解決 力	課題発見力 ・問題解決 力	直面している事象や出来事を分析して、対応すべき問題を特定で きる。	3 前10,前 11,前12,前 13,前14,後 12,後13,後 14
				現状を分析した上で、実現すべき理想との乖離（ギャップ）の中 に含まれる課題を把握できる。	3 前10,前 11,前12,前 13,前14,後 12,後13,後 14

基盤的資質・能力				問題の解決、理想の実現のために達成すべき目標を設定し、また、具体的な行動案を検討できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
	自己理解	自己理解	自己理解	自分の経験や活動を振り返り、自分の考え方や価値観などを認知できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
				自己理解に基づき必要な対応や行動を検討できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
		主体性	主体性	自分が果たすべき役割や行動について認識できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
				自分が果たすべき役割や行動を実践できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
		自己管理と責任ある行動	自己管理と責任ある行動	自分に求められる役割や行動を把握し、確認できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
				やるべきことを実行するための具体的行動や計画を考えることができる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
				自分に求められる役割や行動を実践し、その過程や結果の振り返りができる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
		倫理観	倫理観	自分の判断や行動、及びそれらがもたらす結果や影響について、倫理的観点から検討、評価できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
				自分の判断や行動の基盤となる倫理観を振り返り、表現できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14
		継続的な学習と学びの目的	継続的な学習と学びの目的	主体的、継続的な学習の実現に向けて自分の学習活動や学習内容を点検し、改善を検討できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後12,後13,後14

評価割合							
	試験	実技・レポート	相互評価	態度・参加状況	ポートフォリオ	その他	合計
総合評価割合	0	20	0	80	0	0	100
態度・志向性 (人間力)	0	0	0	80	0	0	80
運動の技能・知識	0	20	0	0	0	0	20