

|                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------|
| 鈴鹿工業高等専門学校                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 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                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 0006                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                          | 科目区分                                                                                                                                                                                                       | 一般 / 必修  |                                         |
| 授業形態                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 授業                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                          | 単位の種別と単位数                                                                                                                                                                                                  | 履修単位: 2  |                                         |
| 開設学科                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 機械工学科                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          | 対象学年                                                                                                                                                                                                       | 1        |                                         |
| 開設期                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 通年                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                          | 週時間数                                                                                                                                                                                                       | 2        |                                         |
| 教科書/教材                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | (参考書) ステップアップ高校スポーツ (大修館書店)                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 担当教員                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 宝来 毅                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 到達目標                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 成長期であるこの時期に運動を通して基礎体力を高め、心身の調和的発達を促すとともに、生涯を通じて運動を楽しむことができる健康な生活を営む知識・態度を育むことができる。<br>他と協調して積極的に課題に取り組むことができる。 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 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                                                                                                                                                                                                  |          |                                         |
| 評価項目 1                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | スポーツを通じて、周囲の状況と自身の立場に照らし、自らの考えで責任を持って必要な行動の応用ができる。そして、リーダーがとるべき行動や役割を認識し、またリーダーシップの発揮の際には情報収集やチーム内での相談の必要性を理解しながら、適切な方向性に沿った協調行動を促し、その応用ができる。<br>保健を通じて、目標の実現に向けて計画の応用ができる。                                    | スポーツを通じて、周囲の状況と自身の立場に照らし、自らの考えで責任を持って必要な行動をとることができる。そして、リーダーがとるべき行動や役割を認識し、またリーダーシップの発揮の際には情報収集やチーム内での相談の必要性を理解しながら、適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。<br>保健を通じて、目標の実現に向けて計画ができる。                                  | スポーツを通じて、周囲の状況と自身の立場に照らし、自らの考えで責任を持って必要な行動をとることができない。そして、リーダーがとるべき行動や役割を認識し、またリーダーシップの発揮の際には情報収集やチーム内での相談の必要性を理解しながら、適切な方向性に沿った協調行動を促すことができない。<br>保健を通じて、目標の実現に向けて計画ができない。                                 |          |                                         |
| 評価項目 2                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | スポーツを通じて、チームで協調・共同することの意義・効果を認識し、メンバーとしての自らの行動、発言、役割を把握した上で、自身の感情をコントロールし、他者の意見を尊重するためのコミュニケーションをとりながら、当事者意識をもってチームとしての作業を進めることができる。その際、ルールを遵守し、他者のおかれている状況を配慮した行動の応用ができる。<br>保健を通じて、目標の実現に向けて自らを律した行動の応用ができる。 | スポーツを通じて、チームで協調・共同することの意義・効果を認識し、メンバーとしての自らの行動、発言、役割を把握した上で、自身の感情をコントロールし、他者の意見を尊重するためのコミュニケーションをとりながら、当事者意識をもってチームとしての作業を進めることができる。その際、ルールを遵守し、他者のおかれている状況を配慮した行動ができる。<br>保健を通じて、目標の実現に向けて自らを律して行動ができる。 | スポーツを通じて、チームで協調・共同することの意義・効果を認識し、メンバーとしての自らの行動、発言、役割を把握した上で、自身の感情をコントロールし、他者の意見を尊重するためのコミュニケーションをとりながら、当事者意識をもってチームとしての作業を進めることができる。その際、ルールを遵守し、他者のおかれている状況を配慮した行動ができない。<br>保健を通じて、目標の実現に向けて自らを律して行動ができない。 |          |                                         |
| 評価項目 3                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | スポーツを通じて、目標の実現に向けて計画を立て、日常の生活における時間管理、健康管理などを行いながら、その実現に向けて自らを律した行動の応用ができる。<br>保健を通じて、日常の生活における時間管理、健康管理などの応用ができる。                                                                                             | スポーツを通じて、目標の実現に向けて計画を立て、日常の生活における時間管理、健康管理などを行いながら、その実現に向けて自らを律して行動ができる。<br>保健を通じて、日常の生活における時間管理、健康管理などの応用ができる。                                                                                          | スポーツを通じて、目標の実現に向けて計画を立て、日常の生活における時間管理、健康管理などを行いながら、その実現に向けて自らを律して行動ができない。<br>保健を通じて、日常の生活における時間管理、健康管理などができない。                                                                                             |          |                                         |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 教育方法等                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 概要                                                                                                             | 実技<br>各運動を通じて、基本的な運動能力の向上と基本的技術の習得を図る。ゲームや集団競技において協調性や個人の役割を自覚し、チームの力量に応じた練習やゲームができるようにする。また、実践することによって活動的で豊かな生活を高め、心身の健全な発達を促す。<br>保健<br>「保健」の授業では、現代社会の健康、生涯を通じる健康、集団の生活における健康についての理解を深め、健康の保持増進を図り、集団の健康を高めることに寄与する能力と態度を養う。                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 授業の進め方・方法                                                                                                      | 全ての授業内容は、学習・教育到達目標(A)＜意欲＞に相当する<br>授業は保健(座学)と体育実技(実技)を同時内に行う。<br>「授業計画」における各週の「到達目標」はこの授業で到達する「知識・能力」に相当するものとする                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 注意点                                                                                                            | <学業成績の評価方法および評価基準><br>90分で保健(座学)と実技を行う。保健は授業内に行う小テスト(ICT機器を用いて行う)により評価を行い、実技は実技テストにより評価を行う。評価は、保健30%及び体育実技70%を合わせて総合的に評価する。ただし、学校行事による体育館使用や、悪天候に伴う授業実施の不可により、実技の種目内容や授業形態が変更になる可能性がある。<br><単位修得要件><br>上記評価方法により60点以上取得すること<br><あらかじめ要求される基礎知識の範囲><br>実技：(前期)バスケットボール、(後期)卓球について、競技上のルールを事前に学習し、覚えておくこと。<br>保健：中学校で学んだ保健の内容及び一般常識<br><レポートなど><br>長期見学・欠席などで、実技評価が困難である学生に対してはレポート課題を課す場合がある。 |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| 授業の属性・履修上の区分                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                            |          |                                         |
| <input type="checkbox"/> アクティブラーニング                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <input checked="" type="checkbox"/> ICT 利用                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                          | <input type="checkbox"/> 遠隔授業対応                                                                                                                                                                            |          | <input type="checkbox"/> 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  | 実技：ガイダンス（体操服の着用マナー、授業の集合について、体育館シューズの記名）<br>保健：運動・休養と健康 | 実技：体育実技の授業の流れについて知る。体操服・体育館シューズを使用する際のルールを知る。前期の授業の流れについて理解できる<br>保健：健康からみた運動の意義について正しく理解することができる                          |
|    |      | 2週  | スポーツテスト                                                 | 協力し合って基本データを計測できる                                                                                                          |
|    |      | 3週  | スポーツテスト                                                 | 協力し合って基本データを計測できる                                                                                                          |
|    |      | 4週  | スポーツテスト                                                 | 協力し合って基本データを計測できる                                                                                                          |
|    |      | 5週  | 実技：バスケットボール（ルール、基本動作、ドリブル）<br>保健：交通事故について               | 実技：ルールを理解することができる。ボールを正確にドリブルすることができる<br>保健：交通事故が身近で危険である事を知り、自転車通学に対する安全意識を向上できる                                          |
|    |      | 6週  | 実技：バスケットボール（ドリブル、パス、フリースロー）<br>保健：応急手当について（1）           | 実技：ボールを正確にドリブルすることができる。フリースローを打つことができる。相手に正確にパスができる<br>保健：応急手当についての知識・方法を正しく理解することができる                                     |
|    |      | 7週  | 実技：バスケットボール（ドリブル、レイアップ）<br>保健：応急手当について（2）               | 実技：ボールを正確にドリブルすることができる。レイアップ動作ができる<br>保健：応急手当についての知識・方法を正しく理解することができる                                                      |
|    |      | 8週  | 実技：バスケットボール（攻守の動き）<br>保健：熱中症について                        | 実技：これまでにやってきた内容を発揮できる<br>保健：熱中症についての知識・対処方法を正しく理解することができる                                                                  |
|    | 2ndQ | 9週  | 実技：バスケットボール（練習試合）<br>保健：健康の考え方と成り立ち・私たちの                | 実技：取り組んできた内容が試合で出せる<br>保健：「健康」とは何か、ということについて、自分なりの考えを持ち、心身共に健康に過ごすための知識を身につけることができる。また、健康に過ごすために自分ではどのような行動をするべきか考える事ができる。 |
|    |      | 10週 | 実技：バスケットボール（リーグ試合）<br>保健：生活習慣病とその予防                     | 実技：試合の運営ができる<br>保健：生活習慣病に対する正しい知識を持ち、日常生活において、食事、運動、休養などの面から生活習慣病の予防に役立つ知識を身につけることができる                                     |
|    |      | 11週 | 実技：バスケットボール（リーグ試合）<br>保健：食事と健康                          | 実技：試合の運営ができる<br>保健：健康的な食生活の重要性と意義について理解できる。                                                                                |
|    |      | 12週 | 実技：バスケットボール（リーグ試合）<br>保健：実施しない                          | 実技：試合の運営ができる                                                                                                               |
|    |      | 13週 | 実技：バスケットボール（技術テスト）<br>保健：実施しない                          | 実技：試合の運営ができる                                                                                                               |
|    |      | 14週 | 実技：バスケットボール（技術テスト・リーグ）<br>保健：実施しない                      | 実技：これまで練習してきたバスケットボールに関する動きを表現する事ができる                                                                                      |
|    |      | 15週 | まとめ                                                     | 前期の反省・まとめを行う                                                                                                               |
|    |      | 16週 |                                                         |                                                                                                                            |
| 後期 | 3rdQ | 1週  | 体育祭の種目練習                                                | 実技：協力して運営することができる                                                                                                          |
|    |      | 2週  | 体育祭に振替                                                  | 実技：積極的に参加することができる                                                                                                          |
|    |      | 3週  | 実技：卓球（基本の打ち方1）<br>保健：喫煙と健康                              | 実技：ラケットの持ち方・打ち方を理解できる<br>保健：喫煙が健康に及ぼす影響について正しく理解することができる                                                                   |
|    |      | 4週  | 実技：卓球（基本の打ち方2）<br>保健：飲酒と健康                              | 実技：サーブ動作ができるようになる<br>保健：飲酒が健康に及ぼす影響について正しく理解することができる                                                                       |
|    |      | 5週  | 実技：卓球（基本の打ち方3）<br>保健：薬物乱用と健康                            | 実技：継続してラリーをすることができる<br>保健：薬物乱用が健康に及ぼす影響について正しく理解することができる                                                                   |
|    |      | 6週  | 実技：卓球（基本の打ち方4）<br>保健：精神疾患の特徴と予防                         | 実技：サーブからラリーまでをスムーズに行う事ができる<br>保健：精神疾患に関する特徴を把握し、それに対する予防について正しく理解することができる                                                  |
|    |      | 7週  | 実技：卓球（基本の打ち方5）<br>保健：現代の感染症とその予防                        | 実技：様々な打ち方を理解できる<br>保健：薬物乱用が健康に及ぼす影響について正しく理解することができる                                                                       |
|    |      | 8週  | 実技：卓球（練習及び練習試合）<br>保健：欲求・心身相関・ストレス                      | 実技：卓球の基本打ちが理解できる。試合の流れが理解できる<br>保健：欲求・心身相関・ストレスについて正しく理解し、うまくコントロールする方法を探究することができる                                         |
|    | 4thQ | 9週  | 実技：持久走<br>保健：実施しない                                      | 実技：2000m走を走りきることができる                                                                                                       |
|    |      | 10週 | 実技：卓球（試合）<br>保健：実施しない                                   | 実技：リーグ戦を行い、結果をまとめることができる                                                                                                   |
|    |      | 11週 | 実技：卓球（試合）<br>保健：実施しない                                   | 実技：リーグ戦を行い、結果をまとめることができる                                                                                                   |
|    |      | 12週 | 実技：卓球（試合）<br>保健：実施しない                                   | 実技：リーグ戦を行い、結果をまとめることができる                                                                                                   |
|    |      | 13週 | 実技：卓球（試合）<br>保健：実施しない                                   | 実技：リーグ戦を行い、結果をまとめることができる                                                                                                   |
|    |      | 14週 | 実技：卓球（試合）<br>保健：実施しない                                   | 実技：リーグ戦を行い、結果をまとめることができる                                                                                                   |

|                       |    |     |      |                                |    |       |     |
|-----------------------|----|-----|------|--------------------------------|----|-------|-----|
|                       |    | 15週 | まとめ  | 1年間の反省・まとめを行い，次年度の体育に対する意欲を高める |    |       |     |
|                       |    | 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 |
| 評価割合                  |    |     |      |                                |    |       |     |
|                       | 試験 | 課題  | 相互評価 | 態度                             | 発表 | その他   | 合計  |
| 総合評価割合                | 70 | 0   | 0    | 30                             | 0  | 0     | 100 |
| 配点                    | 70 | 0   | 0    | 30                             | 0  | 0     | 100 |