

|                                                                                     |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|--------------------|---------|----------------------------|-------|-----|
| 福島工業高等専門学校                                                                          |                                                                                                                                  | 開講年度 | 平成29年度 (2017年度)    |         | 授業科目                       | 保健・体育 |     |
| 科目基礎情報                                                                              |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| 科目番号                                                                                | 0015                                                                                                                             |      | 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                                                                                | 電気電子システム工学科                                                                                                                      |      | 対象学年               | 1       |                            |       |     |
| 開設期                                                                                 | 通年                                                                                                                               |      | 週時間数               | 2       |                            |       |     |
| 教科書/教材                                                                              | 現代高等保健体育、大修館                                                                                                                     |      |                    |         |                            |       |     |
| 担当教員                                                                                | 根本 昌樹,木次谷 聡                                                                                                                      |      |                    |         |                            |       |     |
| 到達目標                                                                                |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| ①各種運動の実践を通して、運動技能を高め、強健な心身の発達を目指す。<br>②公正、協力、責任等の態度を育てる。<br>③生涯を通じて継続的に運動ができる態度を養う。 |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| 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                  |       |     |
| 評価項目1                                                                               | 到達目標の内容を実践で理解し、応用できる。                                                                                                            |      | 到達目標の内容を実践で理解している。 |         | 到達目標の内容を実践で理解していない。        |       |     |
| 評価項目2                                                                               |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| 評価項目3                                                                               |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                       |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| 学習・教育到達度目標 (A)                                                                      |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| 教育方法等                                                                               |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| 概要                                                                                  | 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。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                                                                           |                                                                                                                                  |      |                    |         |                            |       |     |
| 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。また、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。<br>実技評価・レポートを60%、活動記録・課題を40%で総合的に評価し、60点以上を合格とする。 |      |                    |         |                            |       |     |
| 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   | 体ほぐし               |         | ストレッチング・ジョギング              |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 3週   | 体ほぐし               |         | ストレッチング・ジョギング・体ほぐし         |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 4週   | 体ほぐし               |         | 基礎体力の向上（筋力トレーニング）          |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 5週   | サッカー（基本練習）         |         | キック・パス・ミニゲーム               |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 6週   | サッカー（基本練習）         |         | キック・パス・ミニゲーム               |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 7週   | サッカー（基本練習）         |         | キック・パス・ミニゲーム               |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 8週   | テニス(基本練習)          |         | グリップ・ボールコントロール             |       |     |
|                                                                                     | 2ndQ                                                                                                                             | 9週   | テニス(基本練習)          |         | グリップ・サーブ・ボールコントロール         |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 10週  | テニス(基本練習)          |         | グリップ・サーブ・ストローク             |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 11週  | バレーボール             |         | 基礎技術（パス・サーブ・レシーブ）          |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 12週  | バレーボール             |         | 基礎技術（パス・サーブ・レシーブ）          |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 13週  | バレーボール             |         | 総合練習・練習ゲーム                 |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 14週  | バレーボール             |         | 総合練習・練習ゲーム                 |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 15週  | 保健                 |         | 体のつくりと働きについて               |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 16週  |                    |         |                            |       |     |
| 後期                                                                                  | 3rdQ                                                                                                                             | 1週   | 体力テスト              |         | 屋内種目                       |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 2週   | 体力テスト              |         | 屋外種目                       |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 3週   | 陸上                 |         | ①長距離走 ②ハードル走 ③ジャベリックスロー    |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 4週   | 陸上                 |         | ①長距離走 ②ハードル走 ③ジャベリックスロー    |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 5週   | 陸上                 |         | ①長距離走 ②ハードル走 ③ジャベリックスロー    |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 6週   | バレーボール             |         | 総合練習・ゲーム                   |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 7週   | バレーボール             |         | 総合練習・ゲーム                   |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 8週   | バレーボール             |         | 総合練習・ゲーム                   |       |     |
|                                                                                     | 4thQ                                                                                                                             | 9週   | バレーボール             |         | 総合練習・ゲーム                   |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 10週  | バスケットボール           |         | パス・ドリブル・シュート・簡易ゲーム         |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 11週  | バスケットボール           |         | パス・ドリブル・シュート・簡易ゲーム         |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 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  | 保健                 |         | 現代社会と健康Ⅰ                   |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 15週  | 保健                 |         | 現代社会と健康Ⅱ                   |       |     |
|                                                                                     |                                                                                                                                  | 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 | 実技・レポート | 相互評価 | 活動記録・課題 | ポートフォリオ | その他 | 合計  |
|---------|----|---------|------|---------|---------|-----|-----|
| 総合評価割合  | 0  | 60      | 0    | 40      | 0       | 0   | 100 |
| 基礎的能力   | 0  | 60      | 0    | 40      | 0       | 0   | 100 |
| 専門的能力   | 0  | 0       | 0    | 0       | 0       | 0   | 0   |
| 分野横断的能力 | 0  | 0       | 0    | 0       | 0       | 0   | 0   |