

|                                                                       |      |                                                                                                                                                             |                  |                                                         |                           |                                         |  |
|-----------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------|--|
| 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                                                                  |      | 0058                                                                                                                                                        |                  | 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                                                                  |      | 機械システム工学科                                                                                                                                                   |                  | 対象学年                                                    |                           | 3                                       |  |
| 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                                                                  |      | 根本 昌樹,木次谷 聡,大関 貴久                                                                                                                                           |                  |                                                         |                           |                                         |  |
| 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                               |  |
| 主体性                                                                   |      | 標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。                                                                                                             |                  | 周囲の状況を改善すべく自身の能力を主体的に発揮する行動をとれる                         |                           | 到達目標の内容を理解しておらず実践もできない                  |  |
| 自己管理能力                                                                |      | 標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。                                                                                                             |                  | 行動面、精神面、健康面での自己管理ができ、常に自身を良い状態に維持するための努力ができる            |                           | 到達目標の内容を理解しておらず実践もできない                  |  |
| 責任感                                                                   |      | 標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。                                                                                                             |                  | 社会の一員として意識を持って責任ある行動、言動、役割を演ずることができる                    |                           | 到達目標の内容を理解しておらず実践もできない                  |  |
| チームワーク力                                                               |      | 標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。                                                                                                             |                  | 課題に対し、チームの一員として他者の意見を尊重し、適切なコミュニケーションを持って共同作業を進めることができる |                           | 到達目標の内容を理解しておらず実践もできない                  |  |
| 運動の技能・知識                                                              |      | 標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。                                                                                                             |                  | 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技能や知識を持っている                   |                           | 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（主体性・自己管理能力・責任感・チームワーク力）を養う<br>・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。<br>・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。                                                                                          |                  |                                                         |                           |                                         |  |
| 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。<br>・運動にふさわしい服装で参加すること。<br>・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                                                          |      |                                                                                                                                                             |                  |                                                         |                           |                                         |  |
| <input type="checkbox"/> アクティブラーニング                                   |      | <input 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                                                                                                                                                          | オリエンテーション・体づくり運動 |                                                         | 授業の進め方・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           |                                                         | ストローク（フォア、バック）・サーブ        |                                         |  |
|                                                                       |      | 3週                                                                                                                                                          | バレーボール           |                                                         | 基礎的なパス・総合練習               |                                         |  |
|                                                                       |      | 4週                                                                                                                                                          | バレーボール           |                                                         | 基礎的なパス・総合練習               |                                         |  |
|                                                                       |      | 5週                                                                                                                                                          | バレーボール           |                                                         | ゲーム                       |                                         |  |
|                                                                       |      | 6週                                                                                                                                                          | バレーボール           |                                                         | ゲーム                       |                                         |  |
|                                                                       |      | 7週                                                                                                                                                          | バレーボール           |                                                         | ゲーム                       |                                         |  |
|                                                                       |      | 8週                                                                                                                                                          | 卓球               |                                                         | グリップと構え方、フォアハンド系          |                                         |  |
|                                                                       | 2ndQ | 9週                                                                                                                                                          | 卓球               |                                                         | バックハンド系、カット系              |                                         |  |
|                                                                       |      | 10週                                                                                                                                                         | 卓球               |                                                         | サービス、サービスレシーブ、フットワーク      |                                         |  |
|                                                                       |      | 11週                                                                                                                                                         | 卓球               |                                                         | ゲーム                       |                                         |  |
|                                                                       |      | 12週                                                                                                                                                         | バドミントン           |                                                         | 各種ストロークの総合的練習・サーブ         |                                         |  |
|                                                                       |      | 13週                                                                                                                                                         | バドミントン           |                                                         | 各種ストロークの総合的練習・サーブ         |                                         |  |
|                                                                       |      | 14週                                                                                                                                                         | バドミントン           |                                                         | ゲーム                       |                                         |  |
|                                                                       |      | 15週                                                                                                                                                         | バドミントン           |                                                         | ゲーム                       |                                         |  |
|                                                                       |      | 16週                                                                                                                                                         |                  |                                                         |                           |                                         |  |

|    |      |     |                  |                               |
|----|------|-----|------------------|-------------------------------|
| 後期 | 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・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           | 体力をたかめる運動・からだほぐし運動            |
|    |      | 3週  | 体カテスト            | 屋内種目                          |
|    |      | 4週  | 体カテスト            | 屋外種目                          |
|    |      | 5週  | バドミントン           | 各種ストローク・サーブの復習                |
|    |      | 6週  | バドミントン           | 各種ストローク・サーブの復習・簡易的ゲーム         |
|    |      | 7週  | バドミントン           | ゲーム                           |
|    |      | 8週  | バドミントン           | ゲーム                           |
|    | 4thQ | 9週  | バレーボール           | 各種パス（オーバーハンドパス・アンダーハンドパス）の練習  |
|    |      | 10週 | バレーボール           | 各種パス（オーバーハンドパス・アンダーハンドパス）の練習  |
|    |      | 11週 | バレーボール           | ゲーム                           |
|    |      | 12週 | バレーボール           | ゲーム                           |
|    |      | 13週 | バスケットボール         | パス・キャッチ・ドリブル・シュート             |
|    |      | 14週 | バスケットボール         | ゲーム                           |
|    |      | 15週 | バスケットボール         | ゲーム                           |
|    |      | 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 | 態度・志向性(人間力) | 態度・志向性 | 態度・志向性    | 周囲の状況と自身の立場に照らし、必要な行動をとることができる。                              | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | 自らの考えで責任を持つてものごとに取り組むことができる。                                 | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | 目標の実現に向けて計画ができる。                                             | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | 目標の実現に向けて自らを律して行動できる。                                        | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | 日常生活における時間管理、健康管理、金銭管理などができる。                                | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | 社会の一員として、自らの行動、発言、役割を認識して行動できる。                              | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。                                  | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | チームで協調・共同するために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ることができる。 | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | 当事者意識をもってチームでの作業・研究を進めることができる。                               | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | チームのメンバーとしての役割を把握した行動ができる。                                   | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。                                    | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | 適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。                                     | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |
|         |             |        |           | リーダーシップを発揮する(させる)ためには情報収集やチーム内での相談が必要であることを知っている             | 3<br>前13,前14,前15,後13,後14,後15 |

### 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 |
|----------|---|----|---|---|---|---|----|