

一関工業高等専門学校		開講年度	令和05年度 (2023年度)		授業科目	保健体育 I
科目基礎情報						
科目番号	0014		科目区分	一般 / 必修		
授業形態	実技		単位の種別と単位数	履修単位: 2		
開設学科	未来創造工学科（一般科目）		対象学年	1		
開設期	通年		週時間数	2		
教科書/教材	図説現代高等保健/ステップアップ高校スポーツ2023					
担当教員	加藤 研三					
到達目標						
①各種身体運動に必要な基礎技術の習得ができる。 ②保健に関する知識を理解し、学習を通して自己の考えたことを表現することができる。 ③自己や仲間の課題解決に向けて、互いに観察評価し、協力しながら学ぶことができる。 【教育目標】B, E						
ルーブリック						
	理想的な到達レベルの目安(優)		標準的な到達レベルの目安(良)		未到達レベルの目安(不可)	
①各種身体運動に必要な基礎技術の習得ができる。	各種身体運動に必要な基礎技術の習得が高くなる。		各種身体運動に必要な基礎技術の習得ができる。		各種身体運動に必要な基礎技術の習得ができない。	
②保健に関する知識を理解し、学習を通して自己の考えたことを表現することができる	保健に関する基礎的な知識を理解し、自己の考えたことを具体的に表現することができる。		保健に関する基礎的な知識を理解し、自己の考えたことを表現することができる。		保健に関する基礎的な知識を理解できず、自己の考えたことを表現することができない。	
③自己や仲間の課題解決に向けて、互いに観察評価し、協力しながら学ぶことができる。	自己や仲間の課題解決に向けて、互に観察評価し、意見交換をする等、協力しながら学ぶことができる。		自己や仲間の課題解決に向けて、互に観察評価し、協力しながら学ぶことができる。		自己や仲間の課題解決に向けて、互に観察評価し、協力しながら学ぶことができない。	
学科の到達目標項目との関係						
教育目標 B 教育目標 E						
教育方法等						
概要	各種身体運動に必要な基礎技術を習得させつつ、保健に関する知識を理解を促し、学習を通して得られた自己の考えを表現する力を養う。自己や仲間の課題解決に向けて協働的に学ぶことで、社会性や課題解決能力を高める。					
授業の進め方・方法	・「授業項目」に対応する教科書・参考書の内容を事前に読んでおくこと。また、前回の学習内容についての確認をしておくこと。 ・服装や体育館用シューズは学校指定のものを身につける。 ・安全管理、怪我防止のため授業中のアクセサリ（ピアス・ネックレス等）の着用は認めない ・実技実施不可能の学生に対し、見学者として考慮することがある。 ・安全については常に心がけ、怪我のないよう留意する。					
注意点	保健体育 I の成績は①知識・技能 ②思考力・判断力・表現力 ③学びに向かう力・人間性の3点で評価を行い、それぞれの評価点の合計が60点以上で単位習得とする。 ①知識・技能【60点】 ・評価については各単元の最初の授業で詳細を説明する。 ②思考力・判断力・表現力等【20点】 ・保健の授業における学習カード・レポート・小テスト等で評価（20点） ③学びに向かう力・人間性【20点】 ・各授業においての服装、授業内で課された提出物、授業に取り組む姿勢等の授業に関わる態度（10点） ・仲間とのコミュニケーションを積極的に行っているか、競技のルールを守って活動しているか、準備や片付けに積極的に取り組んでいるかといった授業に取り組む姿勢（10点）					
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						
前期	1stQ	週	授業内容		週ごとの到達目標	
		1週	オリエンテーション・集団行動		本講座の概要を理解する。集団行動ができる。	
		2週	体づくり運動		アイスブレイキング等の活動を通して、仲間と交流することが出来る。	
		3週	体づくり運動		体ほぐしの運動を通して、仲間と自主的に関わることが出来る。	
		4週	体づくり運動		様々な運動を通して仲間との交流を深めることができる。	
		5週	体力テスト		体力テストの行い方を理解する。自己の身体的特徴を把握する。	
		6週	体力テスト		体力テストの行い方を理解する。自己の身体的特徴を把握する。	
		7週	保健		現代の健康問題や新しい時代の健康のあり方などについて理解することができる。	
	2ndQ	8週	陸上（短距離走・ハードル走）		種目特有の技能を高めることが出来るようにする。	
		9週	陸上（短距離走・ハードル走）		種目特有の技能を高めることが出来るようにする。	
		10週	陸上（短距離走・ハードル走）		種目特有の技能を高めることが出来るようにする。	
		11週	陸上（短距離走・ハードル走）		種目特有の技能を高めることが出来るようにする。	
		12週	水泳		クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの各泳法の技能を高めることが出来るようにする。	
		13週	水泳		クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの各泳法の技能を高めることが出来るようにする。	
14週	水泳		クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライの各泳法の技能を高めることが出来るようにする。			

		15週	保健	現代の健康問題や新しい時代の健康のあり方などについて理解することができる。
		16週		
後期	3rdQ	1週	陸上（持久走・リレー）	試しの記録会を実施し、自分の力を知ることができる。
		2週	陸上（持久走・リレー）	種目の特性を理解し、より発展した技術の獲得を目指すことができる。
		3週	陸上（持久走・リレー）	種目の特性を理解し、より発展した技術の獲得を目指すことができる。
		4週	陸上（持久走・リレー）	種目の特性を理解し、より発展した技術の獲得を目指すことができる。
		5週	保健	現代の環境問題や、健康を保持増進するための環境づくりについて理解することができる。
		6週	バレーボール	特性にふれ、基本技術を習得することができる。
		7週	バレーボール	特性にふれ、基本技術を習得することができる。
		8週	バレーボール	基本的なルールを理解し、簡易ゲームができる。
	4thQ	9週	バレーボール	基本的なルールを理解し、簡易ゲームができる。
		10週	バレーボール	基本的なルールを理解し、簡易ゲームができる。
		11週	バスケットボール	特性にふれ、基本技術を習得することができる。
		12週	バスケットボール	基本的なルールを理解し、簡易ゲームができる。
		13週	バスケットボール	基本的なルールを理解し、簡易ゲームができる。
		14週	バスケットボール	基本的なルールを理解し、簡易ゲームができる。
		15週	保健	現代の環境問題や、健康を保持増進するための環境づくりについて理解することができる。
		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
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	チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。	1	
				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。	1	
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	1	
				他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	1	

評価割合

	知識・技能	思考力・判断力・表現力	学びに向かう力・人間性	合計
総合評価割合	60	20	20	100
総合評価	60	20	20	100