

木更津工業高等専門学校		開講年度	令和06年度 (2024年度)	授業科目	保健体育IA
科目基礎情報					
科目番号	0037		科目区分	一般 / 必修	
授業形態	講義		単位の種別と単位数	履修単位: 1	
開設学科	電子制御工学科		対象学年	1	
開設期	前期		週時間数	2	
教科書/教材					
担当教員	清野 哲也,坂田 洋満,田川 浩子				
到達目標					
<p>1.日常的に自己の体調管理を行い、授業を受けるために必要なコンディションを維持することができる。また、担当教員や仲間と協力し、主体的かつ安全に活動を実行できる。</p> <p>2.各種スポーツ種目や体力テストを通して、自己の体力水準と課題を認識し、体力の維持増進を図ることができる。また、ソフトボール、水泳等の基礎的技術を習得し、ルールを理解して試合や記録測定を実行できる。</p> <p>3.保健で取り上げられた各項目の基礎知識について説明できる。</p>					
ループリック					
		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		課題である種目の運動に対して、体力・技能の向上と関連知識の獲得に向けた取り組みが積極的にできる。	課題である種目の運動に対して、体力・技能・知識の向上を図る取り組みができる。	課題である種目の運動に対して、体力・技能・知識の向上を図る取り組みができない。	
評価項目2		自己やチームの課題をみつけ、必要な取り組みや工夫を考え取り組むことができる。	自己やチームの課題に取り組むことができる。	自己やチームの課題に取り組むことができない。	
評価項目3		運動種目の特性とルールを理解してプレーができ、審判や記録による授業の運営ができる。	生活習慣病・保健活動について概ね説明できる。	生活習慣病・保健活動についてほとんど説明できない。	
評価項目4		集団における自己の役割を自覚し、周りへの働きかけにより授業運営やチーム力の向上に貢献できる。	集団における自己の役割を自覚し、能力に応じた貢献ができる。	集団における自己の役割が自覚できない。	
評価項目5		運動・ゲームを構成する基本的な技術が身につけており、効率的に発揮して運動を展開できる。	運動・ゲームを構成する基本的な技術が身につけている。	運動・ゲームを構成する基本的な技術が身につけていない。	
学科の到達目標項目との関係					
教育方法等					
概要	<p>体育実技と保健の講義を行う。</p> <p>体育実技では、各種スポーツ種目の基礎的技術の習得とルールの理解を通して、それぞれのスポーツの特性を理解する。また、スポーツを通じた仲間との関わりの中で協調性やコミュニケーション能力を養う。さらにスポーツを生活の中に取り入れるための知識・技能・態度を身につける。</p> <p>保健の講義では、生涯にわたる健康の保持増進に必要な基礎的内容を学ぶ。</p>				
授業の進め方・方法	<p>体育実技は、主にグラウンド及び体育館で行う。準備運動に続いて、その日の主要課題を行う。</p> <p>保健の講義は、主に教室で行う。</p>				
注意点	<ul style="list-style-type: none"> <li>各種目について、授業内で実技テストを実施する。また、保健についても授業内において小テストを実施する。</li> <li>授業への参加状況を60%、運動技能及び保健の成績を40%として総合評価する。</li> <li>日常的に体調管理をしっかり行い、良い身体コンディションで授業に臨むこと。また、他者への十分な配慮を行い真面目に取り組むこと。</li> <li>授業計画や評価方法は、天候等の事情により変更することがありうる。</li> <li>実技の授業時には、学校指定の体育ジャージ・Tシャツ・体育館シューズを着用すること。</li> <li>安全面に注意するとともに、体調不良時には必ず担当教員に申し出ること。</li> <li>体育・スポーツ分野及び保健衛生分野に関する時事問題に関心を持ち、それらについて自分なりの考えを持っておくこと。</li> </ul>				
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	授業のガイダンス及び実技 (ソフトボール)	保健体育IAの履修内容を把握し、履修上の注意点について理解できる。実技に関する重要事項等を把握し、運動に取り組むことができる。	
		2週	ソフトボール	打つ・捕る・投げるの基本技術とルールの理解。	
		3週	ソフトボール	打つ・捕る・投げるの基本技術とルールの理解。	
		4週	ソフトボール	グループで協力して技能を高めるとともにルールへの理解を深める。	
		5週	ソフトボール	グループで協力して技能を高めるとともにルールへの理解を深める。	
		6週	ソフトボール	ゲームを行いながら、実践の中で基本技術の使い方を理解する。	
		7週	ソフトボール	ゲームを行いながら、実践の中で基本技術の使い方を理解する。	
		8週	中間試験(実技テスト) ソフトボール	実技テストにより、基本技術習得状況を把握する。	
	2ndQ	9週	体力テスト (屋内種目)	新体力テスト (文部科学省スポーツ・青少年局) を行い、自己の体力の現状について把握する。	

	10週	体力テスト（屋外種目）	新体力テスト（文部科学省スポーツ・青少年局）を行い、自己の体力の現状について把握する。
	11週	保健（生活習慣病・保健活動）	各分野の基本的内容が理解できる。
	12週	水泳及びアクアエクササイズ	様々な水中運動を通して体力の向上を図ることができる。各種泳法の基本技術を学び、泳力の向上を目指すことができる。
	13週	水泳及びアクアエクササイズ	様々な水中運動を通して体力の向上を図ることができる。各種泳法の基本技術を学び、泳力の向上を目指すことができる。
	14週	水泳及びアクアエクササイズ	様々な水中運動を通して体力の向上を図ることができる。各種泳法の基本技術を学び、泳力の向上を目指すことができる。
	15週	水泳及びアクアエクササイズ	様々な水中運動を通して体力の向上を図ることができる。各種泳法の基本技術を学び、泳力の向上を目指すことができる。
	16週		

評価割合

	運動技能	保健	相互評価	参加状況（取り組み）	ポートフォリオ	その他	合計
総合評価割合	30	10	0	60	0	0	100
基礎的能力	30	10	0	60	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