

熊本高等専門学校		開講年度	平成31年度 (2019年度)	授業科目	保健・体育III
<b>科目基礎情報</b>					
科目番号	LK1305		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	人間情報システム工学科		対象学年	3	
開設期	通年		週時間数	2	
教科書/教材	ステップアップ高校スポーツ (大修館書店)				
担当教員	熊本キャンパス 教務係				
<b>到達目標</b>					
2年時よりも心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てることができる。					
<b>ルーブリック</b>					
	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		
体育実技 (選択種目) ・バレーボール、ソフトボール、卓球 ・バスケットボール、サッカー	2年時よりも更に高い技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力し、チーム内でも積極的に練習や試合に参加できる。	2年時よりも基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力し、練習や試合に参加できる。	3年時における基本的な技術を身につけたり、ルールを覚えることが殆どできず、練習や試合に対して消極的な態度で参加してる。		
体育実技 (必修種目) ・水泳	2年時よりも更に高い技術を身につけ、速いタイムで泳ぐことができる。	2年時よりも基本的な技術を身につけ、常に速いタイムを出すという目標を設定し泳ぐことができる。	3年時における基本的な技術を身につけることが殆どできず、泳ぐことができない。		
体育実技 (必修種目) ・持久走	健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、2年時よりも更に速いタイムで走ることができる。	健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、2年時よりも速いタイムを出すという目標を設定し走ることができる。	3年時における健康・安全に留意できず、常に速いタイムを出すという目標を設定し走ることができない。		
<b>学科の到達目標項目との関係</b>					
<b>教育方法等</b>					
概要	個人及び社会生活における健康・安全について理解を深め、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく資質や能力について講義するとともにスポーツを楽しむ心を育てる。				
授業の進め方・方法	天候や施設の状況によって実施する週数は変更になることもある。各種目では、基礎体力向上のため健康維持に必要な最低限の体力を確保するために、トレーニングを兼ねた準備体操を行う。その後、実技へと移行していく。得意・不得意がある場合は、学生同士で教えあうことで、理解を深め技能向上を目指す。相談したりしながら学習の質を高め、ゲームや記録測定、実技試験に向けて常にステップアップを心掛ける。				
注意点	授業以外でも運動を習慣化することを心掛けて下さい。授業に積極的に参加し、その中で自分を表現できるようになって下さい。わからないことがあればいつでも質問して下さい。教員から特に指示がない限り、全ての授業で学校指定の体育服を着用し、屋内・屋外関わらず体育館シューズも持参すること。授業中のふざげや、スマートフォンの使用等は大変危険なので、発見し次第口頭で注意し減点処置をします。				
<b>授業計画</b>					
	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 新体力テスト (1)	シラバスの概要を説明し、文部科学省の新体力テストを実施する。	
		2週	新体力テスト (2)	文部科学省の新体力テストを実施する。	
		3週	バレーボール・ソフトボール・卓球 (1)	基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力して練習や試合ができる。	
		4週	バレーボール・ソフトボール・卓球 (2)	同上	
		5週	バレーボール・ソフトボール・卓球 (3)	同上	
		6週	バレーボール・ソフトボール・卓球 (4)	同上	
		7週	実技試験 (1)	1種目を選択し、受験する。2種目以上の受験は認めない。	
		8週	実技試験 (2)	同上	
	2ndQ	9週	水泳 (1) (雨天時) 室内競技・トレーニング	健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、できるだけ速く泳げるようにする。仲間作りができる。社会性、協調性を身につけることができる。体力を向上することができる。	
		10週	水泳 (2) (雨天時) 室内競技・トレーニング	同上	
		11週	水泳 (3) (雨天時) 室内競技・トレーニング	同上	
		12週	水泳 (4) (雨天時) 室内競技・トレーニング	同上	
		13週	水泳 (5) (雨天時) 室内競技・トレーニング	同上	
		14週	水泳 (6) (雨天時) 室内競技・トレーニング	同上	
		15週	実技試験 (1)	クロールと平泳ぎ、各1本ずつ25mの記録測定	
		16週	実技試験 (2)	同上	
後期	3rdQ	1週	バスケットボール・サッカー (1)	基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力して練習や試合ができる。	
		2週	バスケットボール・サッカー (2)	同上	
		3週	バスケットボール・サッカー (3)	同上	
		4週	バスケットボール・サッカー (4)	同上	

4thQ	5週	バスケットボール・サッカー（5）	同上
	6週	バスケットボール・サッカー（6）	同上
	7週	実技試験（1）	1種目を選択し、受験する。2種目以上の受験は認めない。
	8週	実技試験（2）	1種目を選択し、受験する。2種目以上の受験は認めない。
	9週	持久走タイム測定（1） （雨天時）室内競技・トレーニング	健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、できるだけ速く走れるようにする。仲間作りができる。社会性、協調性を身につけることができる。体力を向上することができる。
	10週	持久走タイム測定（2） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
	11週	持久走タイム測定（3） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
	12週	持久走タイム測定（4） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
	13週	持久走タイム測定（5） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
	14週	持久走タイム測定（6） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
	15週	持久走タイム測定（7） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
	16週	持久走タイム測定（8） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上

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
<b>評価割合</b>					
	実技試験				合計
総合評価割合	100	0	0	0	100
基礎的能力	80	0	0	0	80
専門的能力	20	0	0	0	20