

|                                       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|---------------------------------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------|----------------------------------------------|--|
| 八戸工業高等専門学校                            |             | 開講年度                                                                                                                                                                                                                                                                        | 平成31年度 (2019年度)                                       |                                                              | 授業科目     | 保健体育 I B(0242)                               |  |
| 科目基礎情報                                |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 科目番号                                  |             | 1M18                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                       | 科目区分                                                         | 一般 / 必修  |                                              |  |
| 授業形態                                  |             | 実技                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       | 単位の種別と単位数                                                    | 学修単位: 1  |                                              |  |
| 開設学科                                  |             | 産業システム工学科機械システムデザインコース                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                       | 対象学年                                                         | 1        |                                              |  |
| 開設期                                   |             | 後期                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       | 週時間数                                                         | 1        |                                              |  |
| 教科書/教材                                |             | ACTIVE SPORTS (大修館)                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 担当教員                                  |             | 蝦名 謙一,川端 良介                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 到達目標                                  |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 授業計画に明示されている運動スキルを習得し、各運動の競技運営と管理ができる |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 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                                 |             | 授業計画に明示されている運動スキルを理解・習得し、自主的に各運動の競技運営と管理ができる                                                                                                                                                                                                                                |                                                       | 授業計画に明示されている運動スキルを習得し、各運動の競技運営と管理ができる                        |          | 授業計画に明示されている運動スキルを習得がみられず、各運動の競技運営と管理ができていない |  |
| 評価項目2                                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 評価項目3                                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 学科の到達目標項目との関係                         |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| ディプロマポリシー DP1<br>地域志向 ○               |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 教育方法等                                 |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 概要                                    |             | 【開講学期】冬学期週2時間<br>文部科学省新体力テストの実施を通して、生体の測定技術を理解し、人間工学の基礎技術を体得する。種々の競技種目の学習から、生涯教育としての体育の重要性を認識し、その基礎知識と基礎技術を体得する。                                                                                                                                                            |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 授業の進め方・方法                             |             | 1年次においては、主としてバレーボールと柔道の特性について理解し、技能と審判法を習得できるようにする。導入においては、充分なストレッチング、コンディショニングを実施し傷害予防とする。主運動では、用具の安全を確認し、実技の展開に入る。終わりに、環境を整え、次回への動機づけにする。各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるようにするとともに、体の調子を整え、体力の向上を図り、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて自主的、継続的に運動ができる資質や能力を兼ね備えた技術者を育てる。 |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 注意点                                   |             | Tシャツ、ジャージの着用、ピアス、ネックレス、指輪等をはずすなど、個人及び集団の安全に配慮し、率先して運動ができるよう留意すること。                                                                                                                                                                                                          |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
| 授業計画                                  |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 週                                                                                                                                                                                                                                                                           | 授業内容                                                  |                                                              | 週ごとの到達目標 |                                              |  |
| 後期                                    | 3rdQ        | 1週                                                                                                                                                                                                                                                                          | 柔道 オリエンテーション (武道館)                                    |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 2週                                                                                                                                                                                                                                                                          | 柔道 受け身① 後ろ・横・前                                        |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 3週                                                                                                                                                                                                                                                                          | 柔道 受け身② 前まわり                                          |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 4週                                                                                                                                                                                                                                                                          | 柔道 崩し(八方の崩し)、立技(大内刈り)                                 |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 5週                                                                                                                                                                                                                                                                          | 柔道 立技(足払い、大外刈り)、打ち込み、乱取り                              |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 6週                                                                                                                                                                                                                                                                          | 柔道 立技(背負い投げ、体落とし)、打ち込み、乱取り                            |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 7週                                                                                                                                                                                                                                                                          | 柔道 技能試験 ①前まわり受け身、②取りと受け                               |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 8週                                                                                                                                                                                                                                                                          | 柔道 達成度評価アンケート<br>安全・衛生・心身発達の管理について理解を深め、自己管理能力の向上を図る。 |                                                              |          |                                              |  |
|                                       | 4thQ        | 9週                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 10週                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 11週                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 12週                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 13週                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 14週                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 15週                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                       |                                                              |          |                                              |  |
|                                       |             | 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。                              | 1        |                                              |  |
|                                       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       | 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。                                 | 1        |                                              |  |
|                                       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       | 目標の実現に向けて計画ができる。                                             | 1        |                                              |  |
|                                       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       | 目標の実現に向けて自らを律して行動できる。                                        | 1        |                                              |  |
|                                       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       | 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。                                | 1        |                                              |  |
|                                       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       | 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。                              | 1        |                                              |  |
|                                       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                       | 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        |                                              |  |

|  |  |  |  |                                                  |   |  |
|--|--|--|--|--------------------------------------------------|---|--|
|  |  |  |  | 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。                   | 1 |  |
|  |  |  |  | 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。                       | 1 |  |
|  |  |  |  | リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。                        | 1 |  |
|  |  |  |  | 適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。                         | 1 |  |
|  |  |  |  | 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 | 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    |        |          |     |
|---------|--------|----------|-----|
|         | スキルテスト | 平素の学習状況等 | 合計  |
| 総合評価割合  | 60     | 40       | 100 |
| 基礎的能力   | 60     | 40       | 100 |
| 専門的能力   | 0      | 0        | 0   |
| 分野横断的能力 | 0      | 0        | 0   |