

八戸工業高等専門学校		開講年度	令和05年度 (2023年度)		授業科目	保健体育 I A(0241)	
科目基礎情報							
科目番号		1M17		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: 1		
開設学科		産業システム工学科機械・医工学コース		対象学年	1		
開設期		春学期(1st-Q),夏学期(2nd-Q)		週時間数	1st-Q:2 2nd-Q:2		
教科書/教材		A C T I V E S P O R T S (大修館)					
担当教員		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 ・ 新型コロナウイルスに感染しない方法、感染したときに重症化するリスクを軽減させるための免疫力を高める運動方法を理解する							
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 ◎ ディプロマポリシー DP5 ○ 地域志向 ○							
教育方法等							
概要		【開講学期】通年 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、十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							
		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（教室）		・ 保健体育における授業の流れを理解する ・ 体育施設の場所を把握する		
		2週	・ バレーボール（パス）		・ オーバーパス、アンダーパスの方法を理解する、実践する		
		3週	・ バレーボール（パス、サーブ）		・ オーバーパス、アンダーパスを実践する、習得する ・ サーブを安定して相手コートに入れる		
		4週	・ バレーボール（スキルテスト1）		・ オーバーパス、アンダーパスの現在の実力を知る		
		5週	・ 文部科学省新体力テスト（室内種目）		・ 学生が自身の体力について把握する		
		6週	・ 文部科学省新体力テスト（屋外種目）		・ 学生が自身の体力について把握する		
		7週	・ 文部科学省新体力テスト（持久走）		・ 学生が自身の体力について把握する		
		8週	新体力テストコンピュータ処理作業		・ 学生が自身の体力について把握する		
	2ndQ	9週	バレーボール（ネット越しパス・サーブ）		・ ネット越しパスを実践する、習得する ・ サーブを安定して相手コートに入れる		
		10週	バレーボール（円陣パス・サーブ）		・ 円陣パスを実践する、習得する ・ サーブを安定して相手コートに入れる		
		11週	バレーボール（スキルテスト2）		・ 対人とのオーバーパス、アンダーパスの現在の実力を知る		
		12週	水泳（水流、水に慣れる、浮き沈み）		・ 水の中に長時間いることになれる ・ 息継ぎをできるようにする		
		13週	水泳（ばた足、かえる足、プレスト）		・ 実践的な泳法を身につけることで次週の泳力テストに向けての準備を行う		
		14週	水泳（総合練習と泳力評価）		・ 学生が自身の泳力について把握する		
		15週	達成度評価アンケート 新体力テストの結果返却		・ 新体力テストの結果を返却することで、自身の体力について把握し、今後どのような運動をしなければならないかを理解する		
		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	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

	新体力テスト	スキルテスト	平素の学習状況等	合計
総合評価割合	20	40	40	100
基礎的能力	20	40	40	100
専門的能力	0	0	0	0
分野横断的能力	0	0	0	0