

仙台高等専門学校		開講年度	平成29年度 (2017年度)		授業科目	健康とスポーツ		
科目基礎情報								
科目番号	0143			科目区分	一般 / 選択			
授業形態	実験・実習			単位の種別と単位数	学修単位: 1			
開設学科	名取キャンパス一般科目			対象学年	4			
開設期	前期			週時間数	1			
教科書/教材								
担当教員	平間 哲雄,柴田 尚都,遠藤 壮							
到達目標								
(1)種目別、教材別、習熟度別に目標を設定し、各自に合った練習方法を身につけ、スポーツの楽しさを味わい、個人的にも実践できる力を身につける。 (2)各種目、基本的技術を身につけ、ゲームや審判ができるようにする。 (3)自分に合った運動の実践は、将来にわたって必要であり、この学年で学んだことは、卒業後の社会体育につなげるようにする。								
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		
活動	全ての授業に参加し、積極的に活動をおこなう。			授業に参加し、積極的に活動を行う。		積極的な授業参加を行わない。		
意欲・態度	授業のための準備、各種目の実施、諸注意等への配慮を自ら行うことができる。			授業のための準備、各種目の実施などを教員の指示によってできるようになる。		授業の準備、各種目の実施について、行うことができない。		
技能	各種目の技能を正確に実施することができ、クラスメイトに適切なアドバイスができる。			各種目の技能を理解し実施することができる。		各種目の技能を理解できず、実施できない。		
学科の到達目標項目との関係								
教育方法等								
概要	科学的知識に基づいた合理的な運動学習を通して、学生間のコミュニケーションを活性化し、心身の健康の保持・増進を図る。また、さまざまなスポーツ種目の学習を通して社会生活に必要なマナーを身につける。							
授業の進め方・方法	スポーツの実践を中心に授業を進めていく。1. 各種目の競技特性、競技の楽しみ方などを説明 2. 各種目のルールの理解および技術の習得トレーニング 3. 各競技の実施 各種目ごとに以上の順番を基本として授業を行っていく。 事前学習（予習）：毎回の授業前までに、授業で行う内容と意義を考えて整理しておくこと。 事後学習（復習）：毎回の授業後に、授業で学んだことを振り返り、今後へ活かす方法を考えること。							
注意点	体育は身体活動による学習である。ほとんどのスポーツは他者と共通の空間と時間を共有することで成立する。したがって、授業では、十分に周囲の安全に留意しなければならない。また、運動着・体育館シューズ・外用シューズ・水着は、各自その運動に適したものを用意すること。身体的事情で長期見学する場合は医師の診断書を提出すること。							
授業計画								
前期	1stQ	週	授業内容			週ごとの到達目標		
		1週	保健体育オリエンテーション			1年間の保健体育の授業の流れを理解する		
		2週	新体力テストを実施			新体力テストが出来る		
		3週	新体力テストを実施			新体力テストが出来る		
		4週	屋外球技（ソフトボール、サッカー、テニス）を選択し実施			2、3年次の復習		
		5週	屋外球技（ソフトボール、サッカー、テニス）を選択し実施			応用動作が出来る		
		6週	屋外球技（ソフトボール、サッカー、テニス）を選択し実施			簡易ゲームが出来る		
		7週	屋外球技（ソフトボール、サッカー、テニス）を選択し実施			ゲームが出来る		
	2ndQ	8週	屋内球技（バドミントン、卓球、バレー、バスケット）を選択し実施			2、3年次の復習		
		9週	屋内球技（バドミントン、卓球、バレー、バスケット）を選択し実施			応用動作が出来る		
		10週	屋内球技（バドミントン、卓球、バレー、バスケット）を選択し実施			簡易ゲームが出来る		
		11週	屋内球技（バドミントン、卓球、バレー、バスケット）を選択し実施			ゲームが出来る		
		12週	屋内球技（バドミントン、卓球、バレー、バスケット）を選択し実施			ゲームが出来る		
		13週	水泳			救助泳法の基本泳法を理解する		
		14週	水泳			救助泳法の腕と足のコンビネーションが出来る		
		15週	水泳			救助泳法の基本泳法が出来る		
16週	水泳（スキルテスト）			スキルテストに合格する				
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	
評価割合								
	活動点（授業参加）		意欲（取組）		態度	技能	合計	
総合評価割合	40		20		20	20	100	
分野横断的能力	40		20		20	20	100	
	0		0		0	0	0	