

鶴岡工業高等専門学校		開講年度	令和05年度 (2023年度)		授業科目	保健・体育Ⅲ	
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: 2		
開設学科	創造工学科（機械コース）			対象学年	3		
開設期	通年			週時間数	2		
教科書/教材	Activesports, ICT教材						
担当教員	松橋 将太						
到達目標							
・主体的な行動選択と他者配慮を身につける。 ・運動実践を通して運動技能を高めると同時に、運動の楽しさや喜びを感得する。 ・自己の体調を整え、体力向上と健康の保持増進習慣を養う。 ・集団行動の中で、協力、責任などの社会的態度を育み、社会性を身につける。							
ルーブリック							
	理想的な到達レベルの目安(優)			標準的な到達レベルの目安(良)		未到達レベルの目安(不可)	
1.参加意欲・主体性	授業へ意欲的に参加し自ら積極的に行動できる。			自ら積極的に行動できる。		行動規範が乏しい。	
2.技術発揮・課題挑戦	・自分ができることを最大限発揮しようとしている。 ・楽しみながらチャレンジできている。			・自分ができることに取り組める ・チャレンジできている。		チャレンジ姿勢が見られない。	
3.服装	適切な服装、シューズで参加できている。 （ピアス、その他の装飾品は外して参加：減点対象）			忘れ物があった場合にはきちんと報告した上で参加できている。		適切な服装での参加ができない。	
4.自律・規律	・道具を正しい用途で使用できている。 ・授業に集中した態度で過ごしている。			授業に集中した態度で過ごしている。		適切な道具使用ができない。	
5.安全管理	ゲームや休憩時間を問わず、周囲への安全配慮を図れる。			周囲への安全配慮への取り組み姿勢が見られる。		適切な安全配慮が見られない。	
6.周りへの声かけ	ゲーム中や休憩時間を問わず、周囲への「前向きな声かけ」「声援」による貢献ができる。			周囲への貢献への取り組み姿勢が見られる。		貢献姿勢が見られない。	
7.場の雰囲気作り	授業に対して、適切な雰囲気を保つ事ができる。			授業に適切な雰囲気に貢献できる。		授業に適さない雰囲気を示す等、適さない行動が見られる。	
8.試合補助・プレー補助	休憩中などに「得点」「タイム管理」などの手伝いができる。			補助しようとする姿勢が見られる。		補助姿勢が見られない。	
9.準備	用具運搬、ゴール設営、ネット張りなど積極的に取り組める。			準備への補助に取り組める。		準備に対する行動が見られない。	
10.片付け	撤収作業、片付けに率先して丁寧に取り組める。			撤収作業、片付けを丁寧に組みめる。		撤収作業、片付けに取り組めない。	
学科の到達目標項目との関係							
(B) 幅広い教養と技術者・研究者としての倫理を身につける。							
教育方法等							
概要	1.お互いに“居心地の良い”クラスにするための関係構築の時間！ クラス内ではすでに友人関係の人や実はまだ話したことのない人など多様な関係性があると思います。実習や実験、クラス活動などで色々なクラスメイトと関わる場面があります。その上で、体育ではポジティブな空気を大切にしつつ、色々な人とコミュニケーションを図ることも大切にしてください。前向きな取り組み姿勢と、普段あまり話さない人とも話す気遣いを通じて、面白さに気づいたり、笑ったりすることで気持ちが晴れやかになりストレス緩和つながります。 2.健康維持、増進のためにスポーツを楽しむ！ 体内の約70%は水分であり、それらは約14日前に摂取した水分を循環させています。この古い水分を発汗などにより体外へ出すことでフレッシュになり、健康な状態に整える事も目的の1つです。 3.気分転換と脳機能向上 運動の重要性を示す科学的根拠として「全く運動をしない人と一定強度以上の運動をした人では脳(海馬)の活性に大きな差があり、記憶力を高める脳のコンディショニング法として役立つ」(筑波大学, 征矢,2018)とされ、運動をしない人よりも運動後の記憶量上昇が望めるとされ、学力の向上にも不可欠です。						
授業の進め方・方法	・準備運動（ランニング、ストレッチ）の意義を理解し、怪我予防のために実施する。 ・適時種目内容に応じた施設・設備、用具を活用し、毎時間の目標に沿って授業を進めていく。						
注意点	・服装は学校指定の運動着または、クラスで製作したTシャツとする。（シューズは体育館用であれば確認不要） ※ 通常の服装が困難な場合は、担当教員に事由を相談し、許可を得ること。 ※ 体調不良、特殊的な事由以外は、遅刻は減点対象となるので注意すること。 ※ 屋外で使用した靴を、体育館用シューズとして再利用することを固く禁ずる。						
事前・事後学習、オフィスアワー							
オフィスアワー（OFFICE HOUR）15：00～17：00 ※ ケガ相談、テーピング、健康に関わる相談等、可能な限り学生の意向に沿って対応可能です。							
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	・授業ガイダンス ・校内体育大会選択種目（4種目から選択） 1) サッカー／ソフトボール 2) バドミントン／バスケットボール 3) ソフトバレー 4) 陸上／卓球	・各種目のルールを守り、安全な環境設営ができる。	
		2週	・選択種目ver 1 - 2（校内体育大会 - 練習4種目から選択） 1) サッカー／ソフトボール 2) バドミントン／バスケットボール 3) ソフトバレー 4) 陸上／卓球	・仲間と協力して行動できる。	
		3週	校内体育大会選択種目（4種目から選択） 1) サッカー／ソフトボール 2) バドミントン／バスケットボール 3) ソフトバレー 4) 陸上／卓球	・実戦に向けた基本的技術習得のための練習を实践できる。	
		4週	校内体育大会選択種目（4種目から選択） 1) サッカー／ソフトボール 2) バドミントン／バスケットボール 3) ソフトバレー 4) 陸上／卓球	・基本技能を活かし、楽しく意欲的に競技することができる。	
		5週	校内体育大会選択種目（4種目から選択） 1) サッカー／ソフトボール 2) バドミントン／バスケットボール 3) ソフトバレー 4) 陸上／卓球	・自己の能力に応じ、楽しみながらゲームに参加できる。	
		6週	校内体育大会選択種目（4種目から選択） 1) サッカー／ソフトボール 2) バドミントン／バスケットボール 3) ソフトバレー 4) 陸上／卓球	・大会本番に向けてクラスメイトへの支援ができる。	
		7週	校内体育大会選択種目（4種目から選択） 1) サッカー／ソフトボール 2) バドミントン／バスケットボール 3) ソフトバレー 4) 陸上／卓球	・大会本番に向けてクラスメイトへの支援ができる。	
		8週	ソフトボール1（雨天時：館内種目2種）	・キャッチボール、打撃における基本動作ができる。	
	2ndQ	9週	ソフトボール2（雨天時：館内種目2種）	・競技の危険性を考慮した練習参加、ゲーム運営ができる。	
		10週	アルティメット1	・チームメイトと連携を図ることができる。	
		11週	アルティメット2	・自己の能力に応じ、楽しみながらゲームに参加できる。	
		12週	アルティメット3	・仲間と協力して、安全な環境設営ができる。	
		13週	バレーボール1	・サーブ、レシーブ、トス、スパイクの基本動作ができる。	
		14週	バレーボール2	・ゲーム内で味方と連携し3段攻撃を実施できる。	
		15週	バレーボール3	・ローテーションを理解し、ゲームで発揮できる。	
		16週	バレーボール4	・試合：Aコート、Bコートで2試合同時実施	
後期	3rdQ	1週	バスケットボール1	・パス、ドリブル、シュートの基本的技術ができる。	
		2週	バスケットボール2	・ポストプレー、フェイントなどの技術に積極的に取り組める。	
		3週	バスケットボール3	・チーム内で戦術や役割を考えて、試合に挑める。	
		4週	バスケットボール4	・試合：フルコート（Aコート、Bコート2箇所）	
		5週	卓球・バドミントン	・基本技能を活かし、楽しく意欲的に競技することができる。	
		6週	ソフトバレー・卓球	・競技の意義と特性を理解する。	
		7週	ソフトバレー・バドミントン	・前向きに基礎スキル練習を実行できる。	
		8週	アルティメット	・競技の意義と特性を理解する。	
	4thQ	9週	アルティメット	・前向きに基礎スキル練習を実行できる。	
		10週	ドッジボール・フットサル	・基本技能を活かし、楽しく意欲的に競技することができる。	
		11週	ドッジボール・フットサル	・競技の意義と特性を理解する。	
		12週	ソフトバレー大会	・ゲーム運営（審判、リーグ戦）を率先して行うことができる。	
		13週	R6体育大会種目	・基本技能を活かし、楽しく意欲的に競技することができる。	
		14週	R6体育大会種目	・基本技能を活かし、楽しく意欲的に競技することができる。	
		15週	R6体育大会種目	・基本技能を活かし、楽しく意欲的に競技することができる。	
		16週	R6体育大会種目	・基本技能を活かし、楽しく意欲的に競技することができる。	
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					
		態度・志向性	協力・集団貢献	活動支援	合計

総合評価割合	50	30	20	100
1.参加意欲・主体性	10	0	0	10
2.技術発揮・課題挑戦	10	0	0	10
3.服装	10	0	0	10
4.自律・規律	10	0	0	10
5.安全管理	10	0	0	10
6.周りへの声かけ	0	10	0	10
7.場の雰囲気作り	0	10	0	10
8.試合補助・プレー補助	0	10	0	10
9.準備	0	0	10	10
10.片付け	0	0	10	10