

福島工業高等専門学校		開講年度	平成31年度 (2019年度)		授業科目	保健・体育	
科目基礎情報							
科目番号	0014			科目区分	一般 / 必修		
授業形態	実験・実習			単位の種別と単位数	履修単位: 2		
開設学科	機械システム工学科			対象学年	1		
開設期	通年			週時間数	2		
教科書/教材	現代高等保健体育、大修館						
担当教員	根本 昌樹,木次谷 聡						
到達目標							
①各種運動の実践を通して、運動技能を高め、強健な心身の発達を目指す。 ②公正、協力、責任等の態度を育てる。 ③生涯を通じて継続的に運動ができる態度を養う。							
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		到達目標の内容を実践で理解し、応用できる。		到達目標の内容を実践で理解している。		到達目標の内容を実践で理解していない。	
評価項目2							
評価項目3							
学科の到達目標項目との関係							
教育方法等							
概要		心身の総合的な発達を目指し、基礎的、基本的な運動技術を習得する。現代社会における健康について心身の機能を中心に理解し、自らの健康を保持増進できる態度を養う。					
授業の進め方・方法							
注意点		基礎的な体力・技術トレーニングの際、事故のないよう特に授業前日の健康管理に努めること。また、健康上の問題点については、担当教員に必ず事前に申し出ておくこと。 実技評価・レポートを60%、活動記録・課題を40%で総合的に評価し、60点以上を合格とする。					
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		体育施設・整列・集団行動・体育授業に当たっての諸注意		
		2週	体ほぐし		ストレッチング・ジョギング		
		3週	体ほぐし		ストレッチング・ジョギング・体ほぐし		
		4週	体ほぐし		基礎体力の向上（筋力トレーニング）		
		5週	サッカー（基本練習）		キック・パス・ミニゲーム		
		6週	サッカー（基本練習）		キック・パス・ミニゲーム		
		7週	サッカー（基本練習）		キック・パス・ミニゲーム		
		8週	テニス(基本練習)		グリップ・ボールコントロール		
	2ndQ	9週	テニス(基本練習)		グリップ・サーブ・ボールコントロール		
		10週	テニス(基本練習)		グリップ・サーブ・ストローク		
		11週	バレーボール		基礎技術（パス・サーブ・レシーブ）		
		12週	バレーボール		基礎技術（パス・サーブ・レシーブ）		
		13週	バレーボール		総合練習・練習ゲーム		
		14週	バレーボール		総合練習・練習ゲーム		
		15週	保健		体のつくりと働きについて		
		16週					
後期	3rdQ	1週	体力テスト		屋内種目		
		2週	体力テスト		屋外種目		
		3週	陸上		①長距離走 ②ハードル走 ③ジャベリックスロー		
		4週	陸上		①長距離走 ②ハードル走 ③ジャベリックスロー		
		5週	陸上		①長距離走 ②ハードル走 ③ジャベリックスロー		
		6週	バレーボール		総合練習・ゲーム		
		7週	バレーボール		総合練習・ゲーム		
		8週	バレーボール		総合練習・ゲーム		
	4thQ	9週	バレーボール		総合練習・ゲーム		
		10週	バスケットボール		パス・ドリブル・シュート・簡易ゲーム		
		11週	バスケットボール		パス・ドリブル・シュート・簡易ゲーム		
		12週	バスケットボール		パス・ドリブル・シュート・簡易ゲーム		
		13週	バスケットボール		パス・ドリブル・シュート・簡易ゲーム		
		14週	保健		現代社会と健康Ⅰ		
		15週	保健		現代社会と健康Ⅱ		
		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。	3		

				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。	3	
				目標の実現に向けて計画ができる。	3	
				目標の実現に向けて自らを律して行動できる。	3	
				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。	3	
				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。	3	
				チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。	3	
				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。	3	
				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。	3	
				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。	3	

評価割合

	試験	実技・レポート	相互評価	活動記録・課題	ポートフォリオ	その他	合計
総合評価割合	0	60	0	40	0	0	100
基礎的能力	0	60	0	40	0	0	100
専門的能力	0	0	0	0	0	0	0
分野横断的能力	0	0	0	0	0	0	0