

福島工業高等専門学校		開講年度	令和03年度 (2021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人間力（主体性・自己管理能力・責任感・チームワーク力）を養う ②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とともに、生涯にわたって運動やスポーツを継続できるための資質や能力を養う。 ③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資質や能力を養う。							
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	
主体性	標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。			周囲の状況を改善すべく自身の能力を主体的に発揮する行動をとれる		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
自己管理能力	標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。			行動面、精神面、健康面での自己管理ができ、常に自身を良い状態に維持するための努力ができる		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
責任感	標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。			社会の一員として意識を持って責任ある行動、言動、役割を演ずることができる		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
チームワーク力	標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。			課題に対し、チームの一員として他者の意見を尊重し、適切なコミュニケーションを持って共同作業を進めることができる		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
運動の技能・知識	標準的な到達レベルを達成するとともに、他の模範となったりリーダーシップを発揮することができる。			生涯にわたって運動を継続し、健康を維持増進するための技能や知識を持っている		到達目標の内容を理解しておらず実践もできない	
学科の到達目標項目との関係							
学習・教育到達度目標 (D)							
教育方法等							
概要	・人間力（主体性・自己管理能力・責任感・チームワーク力）を養う ・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とともに、生涯にわたって運動やスポーツを継続できるための資質や能力を養う。 ・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	・新型コロナウイルス感染症拡大予防のため、2021年度は下記年間授業計画に示されたものとは異なる内容を実施することがある【遠隔授業（講義）・身体活動・選択体育・下記に示されていない種目の実施】 ・新型コロナウイルスの影響により渡日できない留学生については、遠隔授業を行い、課題等により評価とする。						
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。 ・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20%、態度・参加状況を80%で総合的に評価し、60点以上を合格とする。						
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			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	テニス(基本練習)			グリップ・ボールコントロール	
		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	バレーボール			基礎技術（パス）	
		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	オリエンテーション・体づくり運動	授業の進め方についての説明・体力をたかめる運動・からだほぐし運動
		2週	体カテスト	屋内種目
		3週	体カテスト	屋外種目
		4週	バレーボール	パスの基礎的練習・簡易ゲーム
		5週	バレーボール	パスの基礎的練習・簡易ゲーム
		6週	バレーボール	パスの基礎的練習・簡易ゲーム
		7週	バレーボール	パスの応用・ゲーム
		8週	バドミントン・卓球	基本のショット・サーブ・簡易ゲーム
	4thQ	9週	バドミントン・卓球	基本のショット・サーブ・簡易ゲーム
		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	
				リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。	3	
				適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。	3	
				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	3	

評価割合

	試験	実技・レポート	相互評価	態度・参加状況	ポートフォリオ	その他	合計
総合評価割合	0	20	0	80	0	0	100
態度・志向性(人間力)	0	0	0	80	0	0	80
運動の技能・知識	0	20	0	0	0	0	20