長岡工業高等専門学校	開講年度	令和02年度 (2020年度)	授業科目	保健体育

科目基礎情報

科目番号	0157	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	電子制御工学科	対象学年	5
開設期	前期	週時間数	2
教科書/教材	現代保健体育改訂版，大修館書店		
担当教員	江田 茂行,桐生 拓		

到達目標

(【科目コード】Ｍ：10260Ｅｅ：20260Ｅｃ：30260Ｍｂ：40260Ｃｉ：50260英語名：Health，Physical Education)
既習した運動理論や運動技術を基本に生涯健康であるために，総合的に運動と関わるか，運動習慣を身に付けるためにはどうするかを自ら考え，自ら学び，練り上げ，生活にいかせる能力を身に付ける.

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	最低限の到達レベルの目安	未到達レベルの目安
評価項目1	チームの課題や自己の能力に応じて技能を高め，作戦を生かした攻防を高度に展開してゲームができる.	チームの課題や自己の能力に応じて技能を高め，作戦を生かした攻防を展開したゲームが理解できる.	チームの課題や自己の能力に応じて技能を高め，作戦を生かした攻防を展開してゲームが概ねできる.	左記に達していない
評価項目2	互いに協力してトレーニングや競技ができるようにするとともに，グラウンド，体育館などの安全を確かめ，健康・安全に高度に留意してトレーニングや競技ができる。	互いに協力してトレーニングや競技ができるようにするとともに，グラウンド，体育館などの安全を確かめ，健康・安全に留意してトレーニングや競技が理解できる。	互いに協力してトレーニングや競技ができるようにするとともに，グラウンド，体育館などの安全を確かめ，健康・安全に留意してトレーニングや競技が概ね理解できる。	左記に達していない
評価項目3	自己の能力に応じた課題の解決を目指して，計画的なトレーニングの仕方や競技の仕方を高度に工夫できる.	自己の能力に応じた課題の解決を目指して，計画的なトレーニングの仕方や競技の仕方を工夫することが理解できる.	自己の能力に応じた課題の解決を目指して，計画的なトレーニングの仕方や競技の仕方を工夫することが概ね理解できる.	左記に達していない

学科の到達目標項目との関係

教育方法等

概要	既習した運動理論や運動技術を基本に生涯健康であるために，総合的に運動と関わるか，運動習慣を身に付けるためにはどうするかを自ら考え，自ら学び，練り上げ，生活にいかせる能力を身に付ける．また,その活動を通じて高専生として必要な、コミュニケーションスキル等の汎用的技能・主体性等の態度・志向性(人間力)を養う.
授業の進め方・方法	各学生の環境に応じ授業を受講できるもしくは運動ができる場所で実施する。ただし、社会状況の変化に応じて教室の他、体育館・グラウンド他体育施設にて講義を行う可能性がある。遠隔で実施する期間中は各自で健康的な生活を心がけ、提出物の締め切り等を厳守すること。
注意点	健康・安全に留意して授業参加できるようにすることが大切であり，各学生の．天候や気温，湿度などの気象条件に応じた服装の用意し受講すること．地面や床の固さやスポーツ種目を考え，適切なシューズを履くこと．以上のことが健康・安全にかかわる態度の育成に寄与する．本科目は本来、面接授業として実施を予定していたものであるが、新型コロナウイルス感染症の拡大による緊急事態において、必要に応じ遠隔授業として実施するものである。

授業計画

		週	授業内容	週ごとの到達目標
前期	1stQ	1週	感染症の予防と対策	感染症の予防と対策を学ぶ
		2週	感染症の予防のための体調管理①	自身の生活を感染症の予防という観点で振りかえる。
		3週	感染症の予防のための体調管理②	自身の健康観察の重要性を学ぶ
		4週	感染症の予防のための体調管理③	自身の健康観察を実践する①
		5週	感染症の予防のための体調管理④	自身の健康観察を実践する②
		6週	感染症の予防のための運動処方①	感染症対策としての運動の重要性を学ぶ
		7週	感染症の予防のための運動処方②	感染症対策としての運動を実践する
		8週	感染症の予防のための運動処方③	運動強度「メッツ」を学ぶ
	2ndQ	9週	体力の変化に応じた運動処方①	運動強度をもとに自身の運動量を記録する
		10週	体力の変化に応じた運動処方②	運動強度をもとに自身の運動量を増やす
		11週	体力の変化に応じた運動処方③	自分の運動記録をもとに運動量を調整する①
		12週	体力の変化に応じた運動処方④	自分の運動記録をもとに運動量を調整する②
		13週	自身の生活を分析する①	自分の生活記録をもとに自分の生活を客観的に分析する
		14週	自身の生活を改善する①	自分の生活を改善する①
		15週	自身の生活を改善する②	自分の生活をレポートにまとめる
		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	汎用的技能	汎用的技能	汎用的技能	日本語と特定の外国語の文章を読み、その内容を把握できる。	3	
				他者とコミュニケーションをとるために日本語や特定の外国語で正しい文章を記述できる。	3	
				他者が話す日本語や特定の外国語の内容を把握できる。	3	
				日本語や特定の外国語で、会話の目標を理解して会話を成立させることができる。	3	
				円滑なコミュニケーションのために図表を用意できる。	3	

				円滑なコミュニケーションのための態度をとることができる(相づち、繰り返し、ボディーランゲージなど)。	3	
				他者の意見を聞き合意形成することができる。	3	
				合意形成のために会話を成立させることができる。	3	
				グループワーク、ワークショップ等の特定の合意形成の方法を実践できる。	3	
				あるべき姿と現状との差異(課題)を認識するための情報収集ができる	3	
				複数の情報を整理・構造化できる。	3	
				特性要因図、樹形図、ロジックツリーなど課題発見・現状分析のために効果的な図や表を用いることができる。	3	
	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っ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	
				日常の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	
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	3	
				他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	3	
				技術が社会や自然に及ぼす影響や効果を認識し、技術者が社会に負っている責任を挙げることができる。	3	
				高専で学んだ専門分野・一般科目の知識が、企業や大学等でどのように活用・応用されるかを説明できる。	3	
				高専で学んだ専門分野・一般科目の知識が、企業等でどのように活用・応用されているかを認識できる。	3	
	総合的な学習経験と創造的思考力	総合的な学習経験と創造的思考力	総合的な学習経験と創造的思考力	公衆の健康、安全、文化、社会、環境への影響などの多様な観点から課題解決のために配慮すべきことを認識している。	3	
				課題や要求に対する設計解を提示するための一連のプロセス(課題認識・構想・設計・製作・評価など)を実践できる。	3	

評価割合

	試験	提出物	相互評価	合計
総合評価割合	20	40	40	100
基礎的能力	10	15	20	45
専門的能力	10	15	20	45
分野横断的能力	0	10	0	10