福井工業高等専門学校	開講年度	令和05年度 (2023年度)	授業科目	保健体育Ⅰ（体育）(F1)

科目基礎情報

科目番号	0016	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: 2
開設学科	1年混合学級（一般教育科目）	対象学年	1
開設期	通年	週時間数	2
教科書/教材	ステップアップ・高校スポーツ2023（大修館書店）, 現代高等保健体育（大修館書店）		
担当教員	松井 一洋,東 章弘,青木 宏樹		

到達目標

（1）身体・健康・体力・運動に関する課題の理解から，個人あるいはグループにおける問題や課題を発見し，それぞれの能力に応じた目標設定・解決プロセスを提案・実行することができる.

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
評価項目1	欠席、遅刻、早退、見学がほとんどなく、忘れ物もなく、安全かつ主体的に授業に取り組むことができる。	欠席、遅刻、早退、見学が少なく、忘れ物も少なく、安全かつ積極的に授業に取り組むことができる。	欠席、遅刻、早退、見学が多く、または忘れ物が多い。もしくは、安全かつ積極的に授業に取り組むことができない。
評価項目2	効率的技術を有している、または効果的プレーができるほか、自己やチームの課題に対して適切な取り組みや工夫ができる。	基本技術が身についている、または基本的なプレーができるほか、自己やチームの課題に対して適切な取り組みができる。	基本技術が身についていない、または基本的なプレーができない。もしくは、自己やチームの課題に対して適切な取り組みができない。
評価項目3	自己の体格・体力データを横断的、縦断的に分析し、かつ多角的に考察できるとともに、健康管理や体格・体力の改善を図るための具体的な計画を論理的に記述することができる。	自己の体格・体力データを総合的に分析・考察できるとともに、健康管理や体格・体力の改善を図るための計画を具体的に、かつわかりやすく記述することができる。	自己の体格・体力データを客観的に分析することができない．もしくは健康管理や体格・体力の改善を図るための計画を具体的に、かつわかりやすく記述することができない。

学科の到達目標項目との関係

学習・教育到達度目標 RE3

教育方法等

概要	体育実技による身体運動の実践やスポーツテストを通して，身体運動文化に対する科学的理解・安全管理・態度について学習するとともに，保健の講義によって得た知識を駆使して，身体・健康・身体運動の相互の関連性について個人的・社会的観点から理解を深める.
授業の進め方・方法	各種運動（走・跳・投・水泳）の実施及びこれに必要な基礎技術の習得とスポーツテストによる体力・運動能力の自己評価方法を学習する．これらに関する講義および運動実施上の安全管理については，実技授業時に適宜加えていく.
注意点	授業計画のうち，外で行われる種目は天候などによって授業項目を入れ替えるなど変更せざるを得ない場合がある. 球技種目は使用場所が他クラスと重なった場合，変更することもありうる. 演習課題が合格水準に満たない場合は，補習を受けなければならない．レポート（必須課題）を提出しない場合は合格とはならない.

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 シラバスの説明と運動実践上の安全管理について	シラバスの内容および体育授業における安全管理について理解できる.
		2週	体力測定 文部科学省体力テストの測定方法について	体力テストの測定方法および実施目的について理解できる.
		3週	体力測定 体力テスト	グループワークとして正確に体力テストを実施できる。また、測定項目の運動要素について理解できる.
		4週	体力測定 体力テスト	グループワークとして正確に体力テストを実施できる。また、測定項目の運動要素について理解できる.
		5週	体力測定 体力テスト	グループワークとして正確に体力テストを実施できる。また、測定項目の運動要素について理解できる.
		6週	走運動 陸上競技（短距離走・リレー）	リレーの競技上のルールを理解し、協力してバトンパスの練習ができる.
		7週	走運動 陸上競技（短距離走・リレー）	リレーチームの課題について話し合い、協力して課題克服のための練習ができる.
		8週	体力測定講義 スポーツテスト結果記入および健康・体力についての講義	自己の体格・体力データを整理できる.
	2ndQ	9週	走運動 陸上競技（短距離走・リレー）　まとめ	リレータイム向上のための方策を話し合い、協力して練習するとともに、互いに記録計測ができる.
		10週	演習ガイダンス	
		11週	スポーツ科学演習①	
		12週	スポーツ科学演習②	
		13週	スポーツ科学演習③	
		14週	スポーツ科学演習④	
		15週	着衣水泳	
		16週		

後期	3rdQ	1週	球技（サッカー）と持久走 全身持久力の重要性について	サッカーの基礎的なボールコントロールを対人で互いに練習できる．全身持久力向上の健康上の意義を理解できる．
		2週	球技（サッカー）と持久走 基礎技術の習得　（VTR学習による基礎技術の習得）	サッカーの基本的なパスとドリブルが対人またはチームで練習できる．全身持久力向上のための走ペースを意識して走ることができる．
		3週	球技（サッカー）と持久走 基礎技術の習得　（VTR学習による基礎技術の習得）	サッカーの基本的なドリブルとシュートが対人またはチームで協力して練習できる．全身持久力向上のためのジョギングの運動強度を心拍数から確認できる．
		4週	球技（サッカー）と持久走 ルールの理解(VTRによるゲーム分析)	サッカーのルールを理解できる．全身持久力向上のためのジョギングの運動量を歩数計から確認できる．
		5週	球技（サッカー） 攻撃方法の習得	サッカーの攻撃方法について理解し、チームで協力して練習できる．
		6週	球技（サッカー） 守備方法の習得	サッカーの守備方法について理解し、チームで協力して練習できる．
		7週	球技（サッカー） ゲーム戦略の習得	サッカーのゲーム戦略について理解し、チームで協力して練習できる．また、チームで課題を抽出し課題克服のための練習を協力してできる．
		8週	球技（サッカー） 試合のまとめ	サッカーのゲームを行い、試合後にチームで振り返り、次のゲームに反省点を活かすことができる．
	4thQ	9週	健康・体力の講義 体格・体力・運動能力について	自己の健康管理や体格・体力の改善を図るための計画を具体的に記述することができる。
		10週	球技（バレー・バスケ） 基礎技術の習得	バレーボールのパスの重要なポイントを理解し、対人で連続してできる．
		11週	球技（バレー・バスケ） 試合（ゲーム）方法とルールについて	バレーボールのルールを理解し、チームで協力してアタック、レシーブ、サーブの練習ができる．
		12週	球技（バレー・バスケ） ゲーム戦略の習得	バレーボールのゲーム戦略について理解し、チームで協力して練習できる．
		13週	球技（バレー・バスケ） 試合（トーナメント戦）	バレーボールのゲームを行い、チームで課題を抽出し課題克服のための練習を協力してできる．
		14週	球技（バレー・バスケ） 試合のまとめ	バレーボールのゲームを行い、試合後にチームで振り返り、次のゲームに反省点を活かすことができる．
		15週	総合学習 1年間のまとめ	地域スポーツ、健康スポーツについて社会的、健康上の意義について理解できる．
		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	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	後7,後8,後12,後13,後14
				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	前2,前3,前4,前5
				複数の情報を整理・構造化できる。	3	前10,前11,前12,前13,前14,後9
				課題の解決は直感や常識にとらわれず、論理的な手順で考えなければならないことを知っている。	3	前6,前7,前9
				事実をもとに論理や考察を展開できる。	3	前8,前10,後9
				結論への過程の論理性を言葉、文章、図表などを用いて表現できる。	3	前11,前12,前13,前14,後9
	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	前2,前3,前4,前5,前15
				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	前15
				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	後9
				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	後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14
				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	後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14
				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	後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14

				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	後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14
				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	後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14
				適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。	3	後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14
				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	後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	3	後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14
				他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	3	前15

評価割合

	演習課題	レポート	実技	取り組み	合計
総合評価割合	20	20	30	30	100
分野横断的能力	20	20	30	30	100