

|                                                       |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------|--------------------|-------------------------------------------|-------------------|
| 沼津工業高等専門学校                                            |                                                                                                                                                                                | 開講年度 | 平成31年度 (2019年度)  |                    | 授業科目                                      | 保健体育 I            |
| 科目基礎情報                                                |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
| 科目番号                                                  | 2019-385                                                                                                                                                                       |      |                  | 科目区分               | 一般 / 必修                                   |                   |
| 授業形態                                                  | 授業                                                                                                                                                                             |      |                  | 単位の種別と単位数          | 履修単位: 2                                   |                   |
| 開設学科                                                  | 電子制御工学科                                                                                                                                                                        |      |                  | 対象学年               | 1                                         |                   |
| 開設期                                                   | 通年                                                                                                                                                                             |      |                  | 週時間数               | 2                                         |                   |
| 教科書/教材                                                |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
| 担当教員                                                  | 渡邊 志保美                                                                                                                                                                         |      |                  |                    |                                           |                   |
| 到達目標                                                  |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
| スポーツの実践を通じ、自らの能力に見合った目標を設定し、他者と協力して行動していく中で人間力の向上を図る。 |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
| 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 協力してプレイできる。                                     |                                                                                                                                                                                |      | 積極的に協力してプレイできる   | 協力してプレイできる         |                                           | 協力してプレイできない       |
| 評価項目2 各種目の技能を習得できる                                    |                                                                                                                                                                                |      | 各種目の技能を習得できる     | 技能を習得できる           |                                           | 技能を習得できない         |
| 評価項目3 ルールに沿って安全にプレイできる                                |                                                                                                                                                                                |      | ルールに沿って安全にプレイできる | ルールに沿って概ね安全にプレイできる |                                           | ルールに沿って安全にプレイできない |
| 学科の到達目標項目との関係                                         |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
| 【本校学習・教育目標（本科のみ）】 3                                   |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
| 教育方法等                                                 |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
| 概要                                                    | 各スポーツ種目を教材として取り上げ、それぞれの種目のルール、特性、特徴的な動きなどを理解し、個人や集団で実践していくことを通して、生涯にわたって継続的にスポーツを実践していく能力と姿勢、仲間と協力していく態度を養う。授業を展開していく中で人間力の向上を図る。                                              |      |                  |                    |                                           |                   |
| 授業の進め方・方法                                             | 個人においては、各種目、学生の能力に応じた課題を設け、その獲得及び習熟度を向上させる。集団においては、それぞれのレベルにあったゲームの展開を自分たちでできるようにする。テキストは使用しないが、必要に応じて資料を配付する。各種目の実技試験の成績（到達度）を60%、授業への参加率、参加態度、仲間との協力を40%として評価する。60点以上を合格とする。 |      |                  |                    |                                           |                   |
| 注意点                                                   |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
| 授業計画                                                  |                                                                                                                                                                                |      |                  |                    |                                           |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 週    | 授業内容             |                    | 週ごとの到達目標                                  |                   |
| 前期                                                    | 1stQ                                                                                                                                                                           | 1週   | ガイダンス            |                    | 今年度の授業概要を理解し、自分の目標設定ができる。                 |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 2週   | 安全教育・ほぐしの運動      |                    | 緊急時の応急処置ができる。                             |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 3週   | 安全教育・ほぐしの運動      |                    | さまざまな怪我に対する応急処置ができる。                      |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 4週   | バレーボール           |                    | バレーボールの基本技術が理解できる。                        |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 5週   | バレーボール           |                    | バレーボールのパスが理解できる。                          |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 6週   | バレーボール           |                    | バレーボールの基本攻撃ユニットを理解できる。                    |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 7週   | バレーボール           |                    | バレーボールのゲーム形式を理解できる。                       |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 8週   | ハンドボール           |                    | ハンドボールのパスを理解できる。                          |                   |
|                                                       | 2ndQ                                                                                                                                                                           | 9週   | ハンドボール           |                    | ハンドボールのシュートを理解できる。                        |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 10週  | ハンドボール           |                    | ハンドボールのオフenseとディフェンスを理解できる。               |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 11週  | ハンドボール           |                    | ハンドボールのゲーム形式を理解できる。                       |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 12週  | ソフトボール           |                    | キャッチボールが理解できる。                            |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 13週  | ソフトボール           |                    | バンドの技術が理解できる。                             |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 14週  | ソフトボール           |                    | トスバッティングの技術が理解できる。                        |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 15週  | ソフトボール           |                    | ソフトボールのゲーム形式が理解できる。                       |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 16週  |                  |                    |                                           |                   |
| 後期                                                    | 3rdQ                                                                                                                                                                           | 1週   | ほぐしの運動           |                    | 自分の体調を理解できる。                              |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 2週   | バスケットボール         |                    | ドリブルの技術が理解できる。                            |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 3週   | バスケットボール         |                    | さまざまなシュート技術が理解できる。                        |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 4週   | バスケットボール         |                    | バスケットボールのオフenseとディフェンスが理解できる。             |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 5週   | バスケットボール         |                    | バスケットボールのオフenseとディフェンスが理解できる。             |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 6週   | バスケットボール         |                    | バスケットボールの試合形式が理解できる。                      |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 7週   | 長距離走             |                    | 持久力の構造について理解できる。                          |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 8週   | 長距離走             |                    | 自分のペースを理解して一定の距離を走ることができる。                |                   |
|                                                       | 4thQ                                                                                                                                                                           | 9週   | 長距離走             |                    | 決められた距離を自分のペースで走ることができる。                  |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 10週  | 長距離走             |                    | 決められた時間を自分のペースで走ることができる。                  |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 11週  | サッカー・テニス         |                    | パス技術、リフティング技術が理解できる。テニスのラケットコントロールが理解できる。 |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 12週  | サッカー・テニス         |                    | パス技術、リフティング技術が理解できる。テニスのラケットコントロールが理解できる。 |                   |
|                                                       |                                                                                                                                                                                | 13週  | サッカー・テニス         |                    | サッカーのシュート技術が理解できる。テニスのラリーが理解できる。          |                   |

|  |  |     |          |                                                      |
|--|--|-----|----------|------------------------------------------------------|
|  |  | 14週 | サッカー・テニス | サッカーのオフENSEとディフェンスが理解できる。<br>テニスのラリーをある程度継続することができる。 |
|  |  | 15週 | サッカー・テニス | サッカーのゲーム形式、テニスのゲーム形式が理解できる。                          |
|  |  | 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 | 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。                              | 2     |     |
|         |             |        |        | 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。                                 | 2     |     |
|         |             |        |        | 目標の実現に向けて計画ができる。                                             | 2     |     |
|         |             |        |        | 目標の実現に向けて自らを律して行動できる。                                        | 2     |     |
|         |             |        |        | 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。                                | 2     |     |
|         |             |        |        | 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。                              | 2     |     |
|         |             |        |        | チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。                                  | 2     |     |
|         |             |        |        | 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。 | 2     |     |
|         |             |        |        | 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。                               | 2     |     |
|         |             |        |        | 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。                                   | 2     |     |
|         |             |        |        | リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。                                    | 2     |     |
|         |             |        |        | 適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。                                     | 2     |     |
|         |             |        |        | 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             | 2     |     |
|         |             |        |        | 法令やルールを遵守した行動をとれる。                                           | 2     |     |
|         |             |        |        | 他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。                                      | 2     |     |
|         |             |        |        | 自身の将来のありたい姿(キャリアデザイン)を明確化できる。                                | 1     |     |
|         |             |        |        | その時々で自らの現状を認識し、将来のありたい姿に向かっていくために現状で必要な学習や活動を考えることができる。      | 1     |     |
|         |             |        |        | 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。             | 1     |     |
|         |             |        |        | コミュニケーション能力や主体性等の「社会人として備えるべき能力」の必要性を認識している。                 | 1     |     |

#### 評価割合

|         | 試験60 | 発表 | 相互評価 | 態度20 | ポートフォリオ | その他20 | 合計  |
|---------|------|----|------|------|---------|-------|-----|
| 総合評価割合  | 60   | 0  | 0    | 20   | 0       | 20    | 100 |
| 基礎的能力   | 30   | 0  | 0    | 20   | 0       | 20    | 70  |
| 専門的能力   | 30   | 0  | 0    | 0    | 0       | 0     | 30  |
| 分野横断的能力 | 0    | 0  | 0    | 0    | 0       | 0     | 0   |