

|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------|--|
| 豊田工業高等専門学校                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                          | 開講年度   | 平成31年度 (2019年度)                       |                                                              | 授業科目          | 保健体育ⅢB                    |  |
| 科目基礎情報                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 科目番号                                                                                                                                                                                                                                       | 03202                                                                                                                                                                                    |        |                                       | 科目区分                                                         | 一般 / 選択必修 (体) |                           |  |
| 授業形態                                                                                                                                                                                                                                       | 実技                                                                                                                                                                                       |        |                                       | 単位の種別と単位数                                                    | 履修単位: 1       |                           |  |
| 開設学科                                                                                                                                                                                                                                       | 環境都市工学科                                                                                                                                                                                  |        |                                       | 対象学年                                                         | 3             |                           |  |
| 開設期                                                                                                                                                                                                                                        | 後期                                                                                                                                                                                       |        |                                       | 週時間数                                                         | 2             |                           |  |
| 教科書/教材                                                                                                                                                                                                                                     | 「ACTIVE SPORTS」 (大修館書店) 「運動と健康の科学」 (鈴木製本所) / プリント ビデオ教材                                                                                                                                  |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 担当教員                                                                                                                                                                                                                                       | 高津 浩彰                                                                                                                                                                                    |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 到達目標                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| (ア)基本技能が実践できる。<br>(イ)練習した技術をゲームで試みることが出来る。<br>(ウ)各種ゲームを仲間と協力し、楽しんで実践できる。<br>(エ)サッカーの歴史とルールを理解し、主審と副審ができる。<br>(オ)ゲームの中でのポジションなど自己の役割を理解できる。<br>(カ)ゲームを通じて、戦法の発展を理解できる。<br>(キ)運動後の休養の必要性と回復、オーバートレーニングについて理解できる。<br>(ク)できるだけ速く長い距離を走ることが出来る。 |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 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                                                                                                                                                                                                                                      | 基本技能の要点を理解し、実践できる。                                                                                                                                                                       |        |                                       | 基本技能が実践できる。                                                  |               | 基本技能が実践できない。              |  |
| 評価項目2                                                                                                                                                                                                                                      | 身につけた技能を活用し、ゲームで応用することが出来る。                                                                                                                                                              |        |                                       | 身に着けた技能をゲームで活用できる。                                           |               | 基本技能をゲームで活用できない。          |  |
| 評価項目3                                                                                                                                                                                                                                      | 各種ゲームを仲間と協力し、自分の役割を認識しながら実践できる。                                                                                                                                                          |        |                                       | 各種ゲームを仲間と協力して実践できる。                                          |               | 各種ゲームを仲間と協力して実践することができない。 |  |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 本校教育目標 ⑤ 技術者倫理                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 教育方法等                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 概要                                                                                                                                                                                                                                         | サッカーでは、二人組での練習を中心として個人技能を高め、それを生かしチームでの様々な練習を通して集団技能を高めていく。ゲームでは、自分のチームの特徴を生かして、相手との攻防が展開できるようにする。また、持久力の保持増進のために長距離を最大限に努力して走ることができるようにする。保健講義では、運動および休養と健康との関係について理解し、適切な運動や休養について考える。 |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 授業の進め方・方法                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 注意点                                                                                                                                                                                                                                        | ジャージを着用し、使用施設にあったシューズを使用する。爪は切っておく。貴金属類は外す。                                                                                                                                              |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 選択必修の種別・旧カリ科目名                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
| 授業計画                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                          |        |                                       |                                                              |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 週      | 授業内容                                  | 週ごとの到達目標                                                     |               |                           |  |
| 後期                                                                                                                                                                                                                                         | 3rdQ                                                                                                                                                                                     | 1週     | 基本技能① (ボールコントロール、トラップ、キック、ヘディング、ドリブル) | 基本技能を理解し、ボールコントロールができるようにする。                                 |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 2週     | 簡易ゲーム① (パスゲーム、ワンツーゲーム)                | ゲームの動きを理解し、仲間と協力して実践できる。                                     |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 3週     | ボール回し (3対1～5対2、ワンサイドカット)              | 視野を広げ、味方と敵の動きをよく見て的確にパスをすることができる。                            |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 4週     | 簡易ゲーム② (パラレルゴールを使用したミニゲーム)            | ゲームの内容を理解し、仲間と協力して実践できる。                                     |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 5週     | オフENSEの技能 (フェイント、ターン、シュート)            | 基本的な動きを理解し、実践できる。                                            |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 6週     | ディフェンスの技能 (マンツーマン、ゾーン、数的有利、不利)        | 基本的な動きを理解し、実践できる。                                            |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 7週     | 簡易ゲーム③ (ハーフコートでのゲーム)                  | ゲームの内容を理解し、自分の役割を認識して実践できる。                                  |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 8週     | リスタートプレー (コーナーキック、フリーキック、ゴールキック)      | 基本的な動きを理解し、実践できる。                                            |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            | 4thQ                                                                                                                                                                                     | 9週     | サッカーの歴史、ルールと審判法                       | サッカーの歴史、ルールと審判法を理解できる。                                       |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 10週    | ゲーム                                   | 仲間と協力して楽しんで実践できる。                                            |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 11週    | ゲーム                                   | 仲間と協力して楽しんで実践できる。                                            |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 12週    | ゲーム                                   | 仲間と協力して楽しんで実践できる。                                            |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 13週    | 長距離走 (男子5000m、女子3000mのタイムトライアル)       | 決められた距離を、自分のペースを守って走りぬくことができる。                               |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 14週    | 運動、休養と健康                              | 運動の効果や各種トレーニング方法について理解できる。                                   |               |                           |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          | 15週    | 運動、休養と健康                              | 休養の効果的なとり方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                                                                                                                                                                                                                                    | 態度・志向性(人間力)                                                                                                                                                                              | 態度・志向性 | 態度・志向性                                | 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10,後11,後12               |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          |        |                                       | 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10,後11,後12               |  |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          |        |                                       | 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10,後11,後12               |  |

| 評価割合   |        |      |    |     |
|--------|--------|------|----|-----|
|        | 耐寒マラソン | 実技課題 | 保健 | 合計  |
| 総合評価割合 | 20     | 60   | 20 | 100 |
| 基礎的能力  | 20     | 60   | 20 | 100 |