| 鈴鹿工業高等専門学校 | 開講年度 | 平成31年度 (2019年度) | 授業科目 | 保健体育(保健) |
|---|---|---|---|---|

## 科目基礎情報

| | | | |
|---|---|---|---|
| 科目番号 | 0009 | 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: 1 |
| 開設学科 | 材料工学科 | 対象学年 | 1 |
| 開設期 | 通年 | 週時間数 | 1 |
| 教科書/教材 | | | |
| 担当教員 | 宝来 毅 | | |

## 到達目標

「体育実技」では，成長期であるこの時期に運動を通して基礎体力を高め，心身の調和的発達を促すとともに，生涯を通じて運動を楽しみ，健康な生活を営む態度を育てる．

## 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 | 保健を通じて，目標の実現に向けた計画の応用ができる． | 保健を通じて，目標の実現に向けて計画ができる． | 保健を通じて，目標の実現に向けて計画ができない． |
| 評価項目２ | 保健を通じて，目標の実現に向けて自らを律した行動の応用ができる． | 保健を通じて，目標の実現に向けて自らを律して行動ができる． | 保健を通じて，目標の実現に向けて自らを律して行動ができない． |
| 評価項目３ | 保健を通じて，日常の生活における時間管理，健康管理などの応用ができる． | 保健を通じて，日常の生活における時間管理，健康管理などができる． | 保健を通じて，日常の生活における時間管理，健康管理などができない． |

## 学科の到達目標項目との関係

## 教育方法等

| | |
|---|---|
| 概要 | 「保健」の授業では，現代社会の健康，生涯を通じる健康，集団の生活における健康についての理解を深め，健康の保持増進を図り，集団の健康を高めることに寄与する能力と態度を養う． |
| 授業の進め方・方法 | 全ての授業内容は，学習・教育到達目標(Ａ)<意欲>に相当する<br>授業は実技時間と同じ時間に行い，前半部分を保健（座学）とする<br>「授業計画」における各週の「到達目標」はこの授業で到達する「知識･能力」に相当するものとする |
| 注意点 | <学業成績の評価方法および評価基準>９０分で保健と実技を行うため，保健の試験は全期末と学年末の２回のみ実施する．保健単独で試験を行うが，保健体育全般としての評価は，保健２５%及び体育実技２５%で全体の５０%，武道５０%を合わせて総合的に評価する．保健の試験は100点満点とし，年間合計点200点を50点に圧縮する<br><単位修得要件>上記評価方法により６０点以上取得すること<br><あらかじめ要求される基礎知識の範囲>中学校で学んだ保健の内容及び一般常識<br><備考>長期見学・欠席などで，実技評価が困難である学生に対してはレポート課題を課す． |

## 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（保健と実技の進め方など） | 体育の授業の進め方を理解できる |
| | | 2週 | スポーツテスト（保健は実施しない） | 協力し合って基本データを計測できる |
| | | 3週 | スポーツテスト（保健は実施しない） | 協力し合って基本データを計測できる |
| | | 4週 | 食事と健康 | 健康的な食生活の重要性と意義について理解できる |
| | | 5週 | 糖質について | エネルギーとしての糖質の働きを理解できる |
| | | 6週 | 脂質について | 脂質が身体にどの様な影響を及ぼすか理解できる |
| | | 7週 | タンパク質について | タンパク質が身体の成長と密接な関係を持っていることが理解できる |
| | | 8週 | ビタミン・ミネラルについて | 補酵素としての働きを理解できる |
| | 2ndQ | 9週 | 喫煙・薬物乱用について | 有害物質が身体にどの様な影響を及ぼすかについて理解できる． |
| | | 10週 | 心の健康 | メンタル面と身体の相関関係について理解できる |
| | | 11週 | 運動と健康 | 運動が身体に及ぼす効用について理解することが出来る |
| | | 12週 | 休養・睡眠と健康 | 休養・睡眠の大切さについて理解することが出来る |
| | | 13週 | 水泳実技（保健は実施しない） | クロールの基本動作を修得し，泳げるようになる |
| | | 14週 | 水泳実技（保健は実施しない） | これまでにやってきた内容を発揮できる |
| | | 15週 | 水泳実技（保健は実施しない） | 水上及び水中安全について学び，溺する場面に遭遇した時の対応方法を修得する |
| | | 16週 | | |
| 後期 | 3rdQ | 1週 | 体育祭の種目練習（保健は実施しない） | 協力して運営することができる |
| | | 2週 | 体育祭に振替（保健は実施しない） | 積極的に参加することができる |
| | | 3週 | 思春期と健康 | 思春期における男女の身体の発達について理解することができる |
| | | 4週 | 性機能の成熟 | 女性の性周期について理解することができる |
| | | 5週 | 妊娠・出産と健康 | 妊娠までの流れ、および妊娠中の母体の健康について理解することができる |
| | | 6週 | 妊娠・出産と健康 | 出産までの母胎の状態について理解することができる |
| | | 7週 | 家族計画と人工妊娠中絶について | 家族計画や中絶について理解することができる |
| | | 8週 | 現代の感染症 | 感染症の発生原因やその対応について理解することができる |
| | 4thQ | 9週 | 性感染症の予防 | 性感染症の発生原因について理解することができる |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | 10週 | 性感染症の予防 | それぞれの性感染症の症状および治療法について理解することができる |
| | | 11週 | エイズについて | エイズの現状とその対応について理解することができる |
| | | 12週 | 応急手当について（1） | 心肺蘇生法について理解することが出来るとができる |
| | | 13週 | 応急手当について（２） | 日常起こりやすい怪我の対応について理解することが出来る |
| | | 14週 | 応急手当について（３） | AEDの使い方について理解することが出来る |
| | | 15週 | まとめ | これまでの保健の授業を振り返り，これからの日常生活の糧にすることができる |
| | | 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 | 目標の実現に向けて計画ができる。 | 1 | |
| | | | | 目標の実現に向けて自らを律して行動できる。 | 1 | |
| | | | | 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。 | 1 | |

評価割合

| | 試験 | 課題 | 相互評価 | 態度 | 発表 | 合計 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 総合評価割合 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 100 |
| 配点 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 100 |