

和歌山工業高等専門学校		開講年度	平成30年度 (2018年度)		授業科目	保健・体育	
科目基礎情報							
科目番号	0021			科目区分	一般 / 必修		
授業形態	演習			単位の種別と単位数	履修単位: 2		
開設学科	電気情報工学科			対象学年	2		
開設期	通年			週時間数	2		
教科書/教材	保健体育概論						
担当教員	桑原 伸弘,中出 明人						
到達目標							
15歳～20歳の年代の身体的、精神的な特徴を理解し、各種の運動の実践を通じて、自己の身体への認識を深め、健康・体力・運動能力の保持、増進を図る。 ルールや規則を守り、安全に留意し運動を通じて健康な人間関係を保つ態度を養う。							
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	
各種運動と身体や精神面の特性や特徴の理解		特性や特徴を十分理解することができる		特性や特徴を理解することができる		特性や特徴を理解することができない	
健康・体力・運動能力の保持増進		意欲的に運動に取り組み、健康・体力・運動能力の保持増進を図ることができる		運動に取り組み、健康・体力・運動能力の保持増進を図ることができる		運動に取り組み、健康・体力・運動能力の保持増進を図ることができない	
各種運動のルールや授業を進めるうえでの規則を守る		ルールや規則を十分に理解し守ることができる		ルールや規則を理解し守ることができる		ルールや規則を理解し守ることができない	
学科の到達目標項目との関係							
教育方法等							
概要		基礎体力作りを目的とした運動や、個人技能・集団技能・対人技能といったいろいろな種目の基本動作を中心とした運動。保健分野では、健康及び安全に留意した生活や意識に関することを中心とした内容を展開する					
授業の進め方・方法		後期は第8週までAとBを隔週で実施する 実技内容は、基本練習を中心に進め、実技のテストも実施する					
注意点		体操服、体育館実施種目は体育館シューズ、屋外実施種目は運動靴、柔道は柔道着、水泳は水着、ゴーグル、帽子を着用する 見学する場合は見学カードに必要事項を記入し、担当教員へ提出する					
授業計画							
		週	授業内容			週ごとの到達目標	
前期	1stQ	1週	スポーツテスト①			協力して正しく測定し、自己の能力を把握する	
		2週	スポーツテスト②			協力して正しく測定し、自己の能力を把握する	
		3週	バレーボール①			パス、サーブ、アタックの基本動作を習得する	
		4週	バレーボール②			パス、サーブ、アタックの基本動作を習得する	
		5週	バレーボール③			パス、サーブ、アタックの基本動作を習得する	
		6週	バレーボール④			基本動作とルールを理解しゲームができる	
		7週	バレーボール⑤			基本動作とルールを理解しゲームができる	
		8週	バレーボール⑥			練習した基本動作の成果を確認する	
	2ndQ	9週	バレーボール⑦			基本動作とルールを理解しゲームができる	
		10週	水泳①			遠泳を通してフォームの修正と心肺機能を向上する	
		11週	水泳②			遠泳を通してフォームの修正と心肺機能を向上する	
		12週	水泳③			遠泳を通してフォームの修正と心肺機能を向上する	
		13週	水泳④			遠泳を通してフォームの修正と心肺機能を向上する	
		14週	水泳⑤			遠泳を通してフォームの修正と心肺機能を向上する	
		15週	水泳⑥			遠泳を通してフォームの修正と心肺機能を向上する	
		16週					
後期	3rdQ	1週	(A)器械運動①			ハndsスプリングの技術を習得する	
		2週	(B)サッカー①			パス、キック、ドリブル等の基本動作を習得する	
		3週	(A)器械運動②			ハndsスプリングと跳び箱の技術を習得する	
		4週	(B)サッカー②			パス、キック、ドリブル等の基本動作および連携プレーを習得する	
		5週	(A)器械運動③			ハndsスプリングと跳び箱の技術を習得する	
		6週	(B)サッカー③			パス、キック、ドリブル等の基本動作および連携プレーを習得する	
		7週	(A)器械運動④			練習した基本動作の成果を確認する	
		8週	(B)サッカー④			基本動作とルールを理解しゲームができる	
	4thQ	9週	サッカー⑤			基本動作とルールを理解しゲームができる	
		10週	バスケットボール①			パス、ドリブル、シュート等の基本動作を習得する	
		11週	バスケットボール②			パス、ドリブル、シュート等の基本動作を習得する	
		12週	バスケットボール③			基本動作とルールを理解しゲームができる	
		13週	バスケットボール④			基本動作とルールを理解しゲームができる	
		14週	バスケットボール⑤			練習した基本動作の成果を確認する	
		15週	バスケットボール⑥			基本動作とルールを理解しゲームができる	
		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	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つ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	
評価割合						
	参加状況	技術習得度	学習意欲および態度			合計
総合評価割合	70	20	10	0	0	100
配点	70	20	10	0	0	100