

和歌山工業高等専門学校		開講年度	令和05年度 (2023年度)	授業科目	保健・体育	
科目基礎情報						
科目番号	0024		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	環境都市工学科		対象学年	2		
開設期	通年		週時間数	2		
教科書/教材	現代高等保健体育					
担当教員	桑原 伸弘, 中出 明人, 芥河 晋					
到達目標						
健康で活力のある心身の獲得とその維持は、本校在学中のみならず、卒業後も自身の生活の基盤となる。保健体育では、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・増進を図るとともに、生涯にわたる運動習慣の獲得を目指す。また、ルールや規則を守りながら行動する習慣を身につけ、運動を通じて健康な人間関係を保つコミュニケーション能力を養うことも目標とする。						
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			
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						
A						
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。 陸上競技、水泳、サッカーの雨天時はバレーボールに振り替える。					
授業の進め方・方法	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。 なお、天候、授業実施場所の状況等何らかのやむを得ない事情がある場合、授業内容を変更することがある。					
注意点	体操服を着用し、シューズは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を履くこと。水泳は水着、ゴーグル、帽子を着用すること。 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こと。腕時計、アクセサリは身に着けないこと。 体育という科目の特性上、授業への参加状況（服装、指示通りのことを行うといった態度等）も下記の「参加状況」における評価対象となるので留意すること。 新型コロナウイルス対応等が必要となった場合は授業内容等を変更することがある。					
授業の属性・履修上の区分						
<input type="checkbox"/> アクティブラーニング		<input type="checkbox"/> ICT 利用		<input type="checkbox"/> 遠隔授業対応		
<input type="checkbox"/> 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	陸上競技①	ペース走。やり方を理解し、自分で設定したペースで走ることができる ラダー。基本的な動作を行うことができる		
		2週	陸上競技②	ペース走。やり方を理解し、自分で設定したペースで走ることができる ラダー。基本的な動作を行うことができる		
		3週	陸上競技③	ペース走。テストの模擬練習。設定したペースで走り結果を見る ラダー。基本的な動作を行うことができる		
		4週	陸上競技④	実技テスト。これまで練習してきたペース走の測定を行う		
		5週	バレーボール①	パス、サーブ、アタックの基本技術を習得する		
		6週	バレーボール②	パス、サーブ、アタックの基本技術を習得する		
		7週	バレーボール③	パス、サーブ、アタックの基本技術、関係プレーを習得し、試合につなげる		
		8週	バレーボール④	練習した基本技術習得の成果を確認する ルールを理解し、基本技術を使って安全に楽しくゲームができる		
	2ndQ	9週	中間試験期間			
		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	バスケットボール①	パス、ドリブル、シュート等の基本技術を習得する		
		2週	バスケットボール②	パス、ドリブル、シュート等の基本技術を習得する		
		3週	バスケットボール③	パス、ドリブル、シュート等の基本技術を習得する		

4thQ	4週	バスケットボール④	練習した基本技術習得の成果を確認する ルールを理解し、基本技術を使って安全に楽しくゲームができる
	5週	サッカー①	キック、ドリブル等の基本技術を習得する
	6週	サッカー②	キック、ドリブル等の基本技術および連携プレーを習得する
	7週	サッカー③	キック、ドリブル等の基本技術および連携プレー技術を習得し、試合へつなげる
	8週	中間試験期間	
	9週	サッカー④	練習した基本技術習得の成果を確認する ルールを理解し、基本技術を使って安全に楽しくゲームができる
	10週	ジョギング・ウォーキング・他スポーツ・レポート	状況によって内容を変える 与えられた条件で、運動量を確保する
	11週	ジョギング・ウォーキング・他スポーツ・レポート	状況によって内容を変える 与えられた条件で、運動量を確保する
	12週	ジョギング・ウォーキング・他スポーツ・レポート	状況によって内容を変える 与えられた条件で、運動量を確保する
	13週	ジョギング・ウォーキング・他スポーツ・レポート	状況によって内容を変える 与えられた条件で、運動量を確保する
	14週	ジョギング・ウォーキング・他スポーツ・レポート	状況によって内容を変える 与えられた条件で、運動量を確保する
	15週	ジョギング・ウォーキング・他スポーツ・レポート	状況によって内容を変える 与えられた条件で、運動量を確保する
	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	チームのメンバーとしての役割を把握した行動ができる。	3	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前7,前8,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16
				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	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	3	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16

評価割合

	参加状況	技術習得度	学習意欲および授業進行への貢献度	合計
総合評価割合	70	20	10	100
配点	70	20	10	100