

和歌山工業高等専門学校		開講年度	平成29年度 (2017年度)	授業科目	保健・体育
科目基礎情報					
科目番号	0007		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	物質工学科		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	武道の礼節、心構えを理解し実践できる	
		3週	バレーボール①	協力して正しく測定し、自己の能力を把握する	
		4週	バレーボール②	補助運動と受身基本動作を実践し習得する	
		5週	バレーボール③	協力して正しく測定し、自己の能力を把握する	
		6週	バレーボール④	受身基本動作と投技基本動作を習得する	
		7週	バレーボール⑤	パスの基本動作を習得する	
		8週	バレーボール⑥	受身基本動作と投げ技基本動作を習得する	
	2ndQ	9週	バレーボール⑦	パス、サーブ、アタックの基本動作を習得する	
		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	ハング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	ハングスプリングと跳び箱運動の技術を習得する	
		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	ハングスプリングと跳び箱運動の技術を習得する	
		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	ハングスプリングと跳び箱運動の技術を習得する	
		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	パス、ドリブル、シュート等の基本動作を習得する	
		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	基本動作とルールを理解しゲームができる	
		15週	保健	内容を理解する	
		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		
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	0	100
配点	70	20	10	0	0	0	100