

津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Ⅰ
科目基礎情報				
科目番号	0011	科目区分	一般 / 必修	
授業形態	実技	単位の種別と単位数	履修単位: 3	
開設学科	総合理工学科(電気電子システム系)	対象学年	1	
開設期	通年	週時間数	3	
教科書/教材	教科書：大修館書店編集部『図説現代高等保健体育』（大修館書店）参考書：高橋健夫ほか（編）『ステップアップ高校スポーツ』（大修館書店）その他、授業に応じてプリントやビデオを使用する。			
担当教員	内倉 康二 , 荒木 祥一			
到達目標				
学習目的：各種スポーツを行うなかで、個人的、集团的運動技術を習得しながら、様々な運動課題に対して自ら学び考え、解決していく力を身につける。さらに、グループとしての活動を通して、「他者の意見を聞くこと」、「他者と協力すること」といった、集団行動に必要な力を身につける。また、保健においても体育同様には、今日の健康に関する各種問題について理解を深めつつ、自ら考え、解決していく力を身につける。 到達目標 ◎ 1. 各種スポーツの技術・戦術を理解し、実施できる。 ◎ 2. 他者の意見を正しく理解し、他者の意見に対する、自らの意見を明確に表現できる。 ◎ 3. 周囲の状況と自らの立場を照らし合わせ、自身の長所を活かしながら集団の中で行動ができる。 ◎ 4. 課題の解決や目標達成のために、自らの役割を認識し、率先して行動したり、他者と協調して行動したりすることができる。				
ルーブリック				
	優	良	可	不可
評価項目1	各種スポーツの技術・戦術を理解し、さらに表現できる。	各種スポーツの技術・戦術について理解している。	各種スポーツの技術・戦術について5割程度理解している。	各種スポーツの技術・戦術についてまったく理解していない。
評価項目2	他者の意見を理解し、それを踏まえて自らの意見を表現できる。	他者の意見をいつでも聞くことができる。自らの意見をいつでも表現できる。	他者の意見を聞こうとすることができる。自らの意見を表現しようとすることができる。	他者の意見を全く聞き入れない。自らの意見を全く表現できない。
評価項目3	置かれた状況を理解し、その中で、自らの長所を発揮しながら集団の中で行動できる。	集団の中で、どういった状況に置かれているのかを理解することができる。また、集団の調和を乱すことなく行動できる。	集団の中で、どういった状況に置かれているのかを理解しようとする。	置かれた状況に関わらず、自らの欲求を満たす行動を取り、集団の調和を乱す。
評価項目4	課題解決や目標達成のために、何が必要であるかわかり、他者と協調しながら、自らすべきことを遂行することができる。	課題が何であるのかを認識することができる。また、その解決や目標の達成に向けて努力することができる。	課題を認識しようとし、課題を解決する手段を考えることができる。	課題が何であるのかを認識することができていない。また、目標の達成に向けて行動を伴わない。
学科の到達目標項目との関係				
教育方法等				
概要	一般・専門の別：一般・保健体育			
	必修・履修・履修選択・選択の別：必修			
	基礎となる学問分野：複合領域／健康・スポーツ科学			
	学科学習目標との関連：本科目は「①教養豊かな実践的人間力の養成」に相当する科目である。 技術者教育プログラムとの関連：本科目が主体とする学習・教育到達目標は「（B-3）芸術やスポーツをとおして広く教養を身に付け、これに基づいて自己表現できること」であるが、付随的に「（D-3）課題解決のために他者と共通認識を形成しながら、組織的な取り組みができること」である。 授業の概要：保健においては「現代社会における健康のあり方」を、体育においては各種スポーツを通して、基礎的な体力を保持・増進しながら、運動の特性について理解を深めていく。			
授業の進め方・方法	授業の方法：体育においては、基礎的な技術を学んだ上で、ゲームを中心とした授業を実施する。なお、天候等により、内容を変更することもある。また、保健の授業は板書・プリント等を用いた説明を中心に具体的事例を取り上げながら進めていく。 成績評価方法：授業での小テスト（50％：個人的及び集团的技術の理解・習得ができているか）、課題解決能力の判定（30％：毎回授業に参加し、自らの技術上の課題を認識し、他者の意見を参考にしながら、自らの能力向上に努めているか）、主体性及び協調性の判定（20％：授業において、自ら率先して行動したり、他者と協力したりできているか）を総合して評価する。なお、遅刻や欠課は成績に反映される。			
注意点	履修上の注意：学年の課程修了のためには履修（欠席時間数が所定授業時間数の5分の1以下）・修得が必要である。運動に適した服装で、装飾品（時計、ネックレス等）を一切身に付けていない状態で受講すること。 履修のアドバイス：特別なアドバイスはないが、今後、学年が上がるごとに高度な運動技術が要求されていくので、その素地をしっかりと身につけるようにする。 基礎・関連科目：中学校までの保健体育、保健・体育Ⅱ（2年）、保健・体育Ⅲ（3）、体育（4） 受講上のアドバイス：授業開始時間から5分を超えて授業に参加した場合は「遅刻」、20分を超えて授業に参加した場合「欠課」扱いとする。さらに4回の遅刻で1回の欠課とみなす。実技系科目であるので、毎回の授業に出席することが大切であるが、「出席さえしておけばよい」「テストさえできればよい」という考えを持たないこと。毎回の授業を通して、常に自分の能力を向上させようとする意欲と態度を持ちながら授業に取り組むことが大切である。服装や授業の準備・後片付け、審判や得点係などの仕事についても、スポーツにおいて重要なものであることを学び、実践して欲しい。			

授業計画							
		週	授業内容	週ごとの到達目標			
前期	1stQ	1週	前期ガイダンス				
		2週	スポーツテスト	各自の体力の確認および正確な測定			
		3週	スポーツテスト	各自の体力の確認および正確な測定			
		4週	陸上競技（ジャベリックスロー・走り幅跳び等）	投擲種目・跳躍種目・短距離における個人技術の理解と実践			
		5週	陸上競技（ジャベリックスロー・走り幅跳び等）	投擲種目・跳躍種目・短距離における個人技術の理解と実践			
		6週	陸上競技（ジャベリックスロー・走り幅跳び等）	投擲種目・跳躍種目・短距離における個人技術の理解と実践			
		7週	器械運動（マット運動）	器械運動における個人技術の理解と実践			
		8週	器械運動（マット運動）	器械運動における個人技術の理解と実践			
	2ndQ	9週	器械運動（マット運動）	器械運動における個人技術の理解と実践			
		10週	水泳（クロール・平泳ぎ）	効率的な泳法の理解と実践			
		11週	水泳（クロール・平泳ぎ）	効率的な泳法の理解と実践			
		12週	水泳（クロール・平泳ぎ）	効率的な泳法の理解と実践			
		13週	水泳（クロール・平泳ぎ）	効率的な泳法の理解と実践			
		14週	水泳（クロール・平泳ぎ）	効率的な泳法の理解と実践			
		15週	水泳（クロール・平泳ぎ）	効率的な泳法の理解と実践			
		16週					
後期	3rdQ	1週	後期ガイダンス				
		2週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
		3週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
		4週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
		5週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
		6週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
		7週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
		8週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
	4thQ	9週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
		10週	バスケットボール	バスケットボールに必要な個人技術および集団技術の理解と実践			
		11週	陸上競技（長距離走），保健（1時間／週）（天候次第でニュースポーツを実施）	有酸素的運動の効果の理解と実践および「現代社会と健康」に関する理解の深化			
		12週	陸上競技（長距離走），保健（1時間／週）（天候次第でニュースポーツを実施）	有酸素的運動の効果の理解と実践および「現代社会と健康」に関する理解の深化			
		13週	陸上競技（長距離走），保健（1時間／週）（天候次第でニュースポーツを実施）	有酸素的運動の効果の理解と実践および「現代社会と健康」に関する理解の深化			
		14週	陸上競技（長距離走），保健（1時間／週）（天候次第でニュースポーツを実施）	有酸素的運動の効果の理解と実践および「現代社会と健康」に関する理解の深化			
		15週	陸上競技（長距離走），保健（1時間／週）（天候次第でニュースポーツを実施）	有酸素的運動の効果の理解と実践および「現代社会と健康」に関する理解の深化			
		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							
	試験	発表	相互評価	授業態度	ポートフォリオ	小テスト	合計
総合評価割合	0	0	0	20	30	50	100
基礎的能力	0	0	0	0	0	0	0
専門的能力	0	0	0	0	0	0	0
分野横断的能力	0	0	0	20	30	50	100