

津山工業高等専門学校	開講年度	平成31年度 (2019年度)	授業科目	保健・体育Ⅰ
科目基礎情報				
科目番号	0015	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			
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、何が必要であるかがわかり、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 学習分野：芸術 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。			
授業の進め方・方法	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。			
注意点	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・習得ができていないか）、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。			
	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（全系2年）、保健・体育Ⅲ（全系3年）、体育（全系4年） 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は「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・後片づけ、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
分野横断的能力	汎用的技能	汎用的技能	汎用的技能	日本語と特定の外国語の文章を読み、その内容を把握できる。	1	
				他者とコミュニケーションをとるために日本語や特定の外国語で正しい文章を記述できる。	1	
				他者が話す日本語や特定の外国語の内容を把握できる。	1	
				日本語や特定の外国語で、会話の目標を理解して会話を成立させることができる。	1	
				円滑なコミュニケーションのために図表を用意できる。	1	
				円滑なコミュニケーションのための態度をとることができる(相づち、繰り返し、ボディランゲージなど)。	1	
				他者の意見を聞き合意形成することができる。	1	
				合意形成のために会話を成立させることができる。	1	
				グループワーク、ワークショップ等の特定の合意形成の方法を実践できる。	1	
				あるべき姿と現状との差異(課題)を認識するための情報収集ができる	1	
				複数の情報を整理・構造化できる。	1	
				課題の解決は直感や常識にとらわれず、論理的な手順で考えなければならないことを知っている。	1	

				どのような過程で結論を導いたか思考の過程を他者に説明できる。	1	
				適切な範囲やレベルで解決策を提案できる。	1	
				事実をもとに論理や考察を展開できる。	1	
				結論への過程の論理性を言葉、文章、図表などを用いて表現できる。	1	
	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。	1	
				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。	1	
				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	
				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。	1	
				チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。	1	
				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。	1	
				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。	1	
				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。	1	
				リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。	1	
				適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。	1	
				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	1	
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	1	
				他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	1	
				技術が社会や自然に及ぼす影響や効果を認識し、技術者が社会に負っている責任を挙げることができる。	1	
				高専で学んだ専門分野・一般科目の知識が、企業等でどのように活用・応用されているかを認識できる。	1	
				企業人として活躍するために自身に必要な能力を考えることができる。	1	
				コミュニケーション能力や主体性等の「社会人として備えるべき能力」の必要性を認識している。	1	

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