

広島商船高等専門学校		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	0015		科目区分	一般 / 必修		
授業形態	講義		単位の種別と単位数	履修単位: 2		
開設学科	一般教科		対象学年	1		
開設期	通年		週時間数	2		
教科書/教材	最新高等保健体育					
担当教員	柴山 慧					
到達目標						
1 自分や周囲の心身の健康・安全について理解し、ひとりひとりが主体的に授業におけるルールを意識して実行できる。 2 保健分野の内容について正しい知識を習得し、それに基づいて自分の考えを表明できる。 3 ボール運動(球技)では基本的な個人技能を習得する。 4 水泳ではクロールと平泳ぎの泳法を習得する。 5 ダンスではダンスコンテストを通じて、自分たちの感情を身体で表現する。						
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	
評価項目1	自分や周囲の心身の健康・安全、授業のルールについて、自主的に率先して理解や判断のもと適切な行動ができる。		指示があった自分や周囲の心身の健康・安全、授業のルールについて理解し適切な行動ができる。		指示があった自分や周囲の心身の健康・安全、授業のルールについて理解して適切な行動ができない。	
評価項目2	保健分野の内容について正しい知識を習得し、それに基づいて自分の考えを表明できる。		保健分野の内容について正しい知識を習得している。		保健分野の内容について正しい知識を習得していない。	
評価項目3	パス、ドリブルなどのボールを所持したときの技能だけでなく、スペースについての理解などオフザボールの動きについても習得している。		パス、ドリブルなどのボールを所持したときの適切な技能を習得している。		パス、ドリブルなどのボールを所持したときの適切な技能を習得していない。	
評価項目4	クロールと平泳ぎに必要な技能を習得しているだけでなく、その技術を周囲に対して教授することができる。		クロールと平泳ぎに必要な技能を習得している。		クロールと平泳ぎに必要な技能を習得していない。	
評価項目5	ダンスに必要な技能の習得し、自分の感情を身体で表現するだけでなく、それを周囲に対して教授することができる。		ダンスに必要な技能の習得し、自分の感情を身体で表現することができる。		ダンスに必要な技能の習得し、自分の感情を身体で表現することができない。	
学科の到達目標項目との関係						
教育方法等						
概要	(1)体育の学習を通じて、運動やスポーツをすることの楽しさを体験し、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する心身を醸成する。 (2)(1)のために必要な豊かな心、生きる力および規範意識の重要性について理解しながら、主体的、計画的に自身の健康と体力向上を考えて実行できる授業を展開する。 評価については、体育内容で70%、保健内容で30%の割合とする。					
授業の進め方・方法	通常の授業はグラウンドや体育館などの体育施設で実技を行なう。準備運動やストレッチング、トレーニングを実施し、個人の体力や技能の向上を図るとともに、ゲーム中での技術や判断、戦術理解などの総合的な能力を体得する。天候や施設などの状況により、シラバスどおりには実施できない場合がある。					
注意点	(1) 授業時の服装は、本校指定の体操服に限る。 (2) 安全への配慮を考慮して、当然のことながら装飾品を外し、爪を切るなど自己安全管理を求める。 (3) シラバスの項目・内容を確認して、ルール等を事前に予習しておく。					
授業計画						
		週	授業内容	週ごとの到達目標		
前期	1stQ	1週	オリエンテーション	授業内容について理解している。		
		2週	アライメント調査と新体力テスト屋内種目	アライメント調査の目的と必要性について理解している。 体力テストの意義や必要性について理解している。 体力テストの各調査項目について適切な実施方法を実行している。 体力テストの結果をもとに、自分の私生活へ反映することができる。		
		3週	新体力テスト屋外種目	体力テストの意義や必要性について理解している。 体力テストの各調査項目について適切な実施方法を実行している。 体力テストの結果をもとに、自分の私生活へ反映することができる。		
		4週	ハンドボール	ハンドボールの基本用語やルールについて理解している。		
		5週	ハンドボール	ゲーム中に適切なパスやドリブルを選択している。		
		6週	ハンドボール	ゲーム中に有効なスペースを見つけて利用することができる。		
		7週	ハンドボール	ゲーム中に有効なスペースを見つけて利用することができる。		
		8週	保健：妊娠と出産	妊娠や出産についての正しい知識を理解したうえで、自分の意見を表明できる。		
	2ndQ	9週	プール	クロールについて効率的なフォームで最低25メートル泳ぐことができる。		
		10週	プール	平泳ぎについて効率的なフォームで最低25メートル泳ぐことができる。		

後期		11週	プール	平泳ぎについて効率的なフォームで最低25メートル泳ぐことができる。	
		12週	マリンスポーツ	クルージングではマリンスポーツの楽しさに触れ、学校周辺の自然や産業について理解する	
		13週	保健：救急救命講習	救急救命講習についての正しい知識を理解したうえで、必要な実技を習得している。	
		14週	前期末試験		
		15週	前期末試験返却・解説		
		16週	フライングディスク	アルティメットの基本用語やルールについて理解している。	
	3rdQ	1週	フライングディスク	ゲーム中に適切なパスを選択している。	
		2週	フライングディスク	ゲーム中に有効なスペースを見つけて利用することができる。	
		3週	フライングディスク	ゲーム中に有効なスペースを見つけて利用することができる。	
		4週	保健：喫煙と健康	喫煙についての正しい知識を理解したうえで、自分の意見を表明できる。	
		5週	ダンス	ダンスに必要な技能を習得しようとしている。	
		6週	ダンス	)グループで協力して1つのダンスを作ることができる。	
		7週	ダンス	自分たちの感情をダンスを通じて表現することができる。	
		8週	ダンス	自分たちの感情をダンスを通じて表現することができる。	
		4thQ	9週	こころの健康	こころの健康についての正しい知識を理解したうえで、自分の私生活へ実践しようとしている。
			10週	インディアカ	インディアカの基本用語やルールについて理解している。
			11週	インディアカ	ゲーム中に適切なプレーを選択している。
			12週	インディアカ	ゲーム中にアタックを打って得点を決めることができる。
			13週	インディアカ	ゲーム中にアタックを打って得点を決めることができる。
			14週	学年末試験	
			15週	学年末試験返却・解説	
			16週		

評価割合					
	試験	レポート・課題	実技	その他	合計
総合評価割合	70	30	70	30	200
体育内容	0	0	70	30	100
保健内容	70	30	0	0	100