

大島商船高等専門学校		開講年度	令和04年度 (2022年度)	授業科目	保健体育
科目基礎情報					
科目番号	0074		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: 1	
開設学科	商船学科		対象学年	4	
開設期	前期		週時間数	2	
教科書/教材	[教科書]なし / [教材]「心肺蘇生法教本」、自作プリント				
担当教員	幸田 三広				
到達目標					
(1) 自分の体力レベルを知り、身体や健康に関心を持つことができる。 (2) AEDを使った心肺蘇生法を習得し、人命救助に積極的に関わる意識を養う。 (3) 水泳(平泳ぎ・クロール・背泳ぎ・バタフライ)の基本的技能を習得する。					
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	体カテストA・B判定	体カテストC・D判定	体カテストE判定		
評価項目2	AEDを使った心肺蘇生法を状況に応じて的確に実践できる	AEDを使った心肺蘇生法を正しく実践できる	AEDを使った心肺蘇生法を正しく実践できない		
評価項目3	タイムトライアルでの4種目の平均が8点以上	平泳ぎ・クロールは50m、背泳ぎ・バタフライは25mを正しく泳ぐことができる	平泳ぎ・クロールは50m、背泳ぎ・バタフライは25m泳げない		
学科の到達目標項目との関係					
本校 (1)-b 商船 (2)-c					
教育方法等					
概要	生涯にわたりスポーツに関われるよう様々な種目について学習する。				
授業の進め方・方法	基本技術の手法や手順を教示し、基本技術習得の練習を行う。理解を深めるために印刷物を配布する。				
注意点	学校指定の体操服・体育館シューズで授業を受けること。見学時は体操服で見学すること。ドクターストップによる見学は診断書を提出すること。追認試験は実施しない。				
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	オリエンテーション	授業概要及び評価方法を理解する	
		2週	体カテスト ①屋外種目	50m走・立幅跳・ハンドボール投げ、の測定	
		3週	” ②屋内種目	握力・長座体前屈・反復横とび・上体起こし、の測定	
		4週	” ③屋内種目	20mシャトルラン・背筋力・立位体前屈、の測定	
		5週	保 健 ①心肺蘇生法の実践	映像を使って学習しCPRの手法と手順を再確認し実施できる	
		6週	” ②心肺蘇生法の実践	AEDを使ったCPR手法と手順を再確認し実施できる	
		7週	” ③まとめ	AEDを含むCPRの手法と手順を理解し、確実に実施できる	
		8週	” ④実技テスト	AEDを含むCPRの手法と手順を実践できる	
	2ndQ	9週	水 泳 ①個人的技能	平泳ぎ・クロールのターンができる	
		10週	” ②個人的技能	平泳ぎ・クロールの泳法を理解し実践できる	
		11週	” ③個人的技能	背泳ぎ・バタフライの泳法を理解し実践できる	
		12週	” ④個人的技能	個人メドレーを泳ぐことができる	
		13週	” ⑤実技テスト	タイムトライアル(平泳ぎ50m・バタフライ25m)	
		14週	” ⑥実技テスト	タイムトライアル(クロール50m・背泳ぎ25m)	
		15週	” ⑦着衣泳・救助法	水辺の事故に備えた水難救助法を理解し実践できる	
		16週			
評価割合					
	実技	出席	態度	合計	
総合評価割合	40	40	20	100	
基礎的能力	40	40	20	100	
専門的能力	0	0	0	0	
分野横断的能力	0	0	0	0	