

|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------|--|
| 新居浜工業高等専門学校                                                                                            |                                                                                                                                                                          | 開講年度                            | 令和05年度 (2023年度)                              |                                 | 授業科目                | 保健体育 1                                             |  |
| 科目基礎情報                                                                                                 |                                                                                                                                                                          |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 科目番号                                                                                                   | 101511                                                                                                                                                                   |                                 | 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: 2                         |                     |                                                    |  |
| 開設学科                                                                                                   | 環境材料工学科                                                                                                                                                                  |                                 | 対象学年                                         | 1                               |                     |                                                    |  |
| 開設期                                                                                                    | 通年                                                                                                                                                                       |                                 | 週時間数                                         | 2                               |                     |                                                    |  |
| 教科書/教材                                                                                                 | アクティブスポーツ総合版 (大修館書店) 新 学生の健康科学 編者代表 山本浩貴 (鈴木製本所)                                                                                                                         |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 担当教員                                                                                                   | 今城 英二                                                                                                                                                                    |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 到達目標                                                                                                   |                                                                                                                                                                          |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 1.各運動種目の特性、ルールを理解すること<br>2.教材に用いた運動種目の技能を習得すること<br>3.健康に対する考え方を理解すること<br>4.各自の体力に応じ、自主的に運動する習慣を身につけること |                                                                                                                                                                          |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 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                                                                                                  | 各種目の特性・ルールを理解し、ゲームをすることができる                                                                                                                                              |                                 | 各種目の特性・ルールを理解しているがゲームに結び付けることができない           |                                 | 各種目の特性・ルールを理解していない  |                                                    |  |
| 評価項目2                                                                                                  | 基礎的な技能を習得しゲームで表現することができる                                                                                                                                                 |                                 | 基礎的な技能を習得しているが、ゲームであまり表現できない                 |                                 | 基礎的な技能を習得できていない     |                                                    |  |
| 評価項目3                                                                                                  | 健康な生活に必要なことを理解し実践できる                                                                                                                                                     |                                 | 健康な生活に必要なことを理解しているが実践に結び付かない                 |                                 | 健康な生活に必要なことだと理解できない |                                                    |  |
| 評価項目4                                                                                                  | 自己の体力を把握し、改善・向上に結び付け実践できる                                                                                                                                                |                                 | 自己の体力を把握しているが、改善・向上に結び付かない                   |                                 | 自己の体力を把握できていない      |                                                    |  |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                                          |                                                                                                                                                                          |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 教養 (D)                                                                                                 |                                                                                                                                                                          |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 教育方法等                                                                                                  |                                                                                                                                                                          |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 概要                                                                                                     | 多くの教材に親しみ、ルールや基本的な技能の習得を目指す<br>仲間と協力しともに助け合い、高めあうことを目指す<br>体力養成において、柔軟性・全身持久力の向上に重点をおいている<br>健康安全に常に配慮できる力をつけさせる                                                         |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 授業の進め方・方法                                                                                              | 小集団 (グループ・チーム) 分けにより参加度の偏りがないよう配慮している<br>学生の健康科学 (保健) の授業内容は講義形式で行う<br>新居浜高専スポーツデーでは授業3週分としてカウントする。                                                                      |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 注意点                                                                                                    | 実技の際は体操服 (学校指定) ・シューズ (体育館用、外用) 及び水分を準備すること。<br>病気やけが等で実技を見学する場合は、事前に理由・状態を申し出ること<br>長期にわたる実技見学の場合は、担任を通じて申し出ること<br>実技の時は、特に体調を整えて出席すること<br>学生の健康科学 (保健) は、教科書ノートを準備すること |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 本科目の区分                                                                                                 |                                                                                                                                                                          |                                 |                                              |                                 |                     |                                                    |  |
| 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 checked="" 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                              | 授業の進め方の説明および諸注意<br>集合隊形作りと集団行動               |                                 | 1                   |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 2週                              | 集団行動<br>班別発表会のメニュー選定と練習                      |                                 | 1・2・4               |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 3週                              | 集団行動<br>班別発表会                                |                                 | 2・4                 |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 4週                              | スポーツテスト                                      |                                 | 1                   |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 5週                              | スポーツテスト                                      |                                 | 1                   |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 6週                              | バレーボール<br>基礎的なパスとサーブの技術の習得とゲームを通してのルールの理解    |                                 | 1・2                 |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 7週                              | 中間試験期間                                       |                                 |                     |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 8週                              | 学生の健康科学 (保健)<br>スポーツ障害についての理解、予防法及び救急処置方法を学ぶ |                                 | 3・4                 |                                                    |  |
|                                                                                                        | 2ndQ                                                                                                                                                                     | 9週                              | バレーボール<br>基礎的なパスとサーブの技術の習得とゲームを通してのルールの理解    |                                 | 1・2                 |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 10週                             | バレーボール<br>個のパス技術の向上とゲームを通して集団技能の習得           |                                 | 1・2                 |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 11週                             | バレーボール<br>個のパス技術の向上とゲームを通して集団技能の習得           |                                 | 1・2                 |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 12週                             | バレーボール<br>個のパス技術の向上とゲームを通して集団技能の習得           |                                 | 1・2                 |                                                    |  |
|                                                                                                        |                                                                                                                                                                          | 13週                             | バレーボール<br>実技試験                               |                                 | 1・2                 |                                                    |  |

|    |      |     |                                                                                     |       |
|----|------|-----|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 後期 |      | 14週 | 運動と健康の科学<br>スポーツ障害についての理解、予防法および救急処置法を学ぶ                                            | 3・4   |
|    |      | 15週 | 期末試験期間                                                                              |       |
|    |      | 16週 |                                                                                     |       |
|    | 3rdQ | 1週  | 陸上競技（短距離走）<br>ウォーミングアップの方法と基本的な走り方の技術理解と習得<br>記録向上を目指す                              | 1・2・4 |
|    |      | 2週  | バスケットボール<br>ボールハンドリング・シュートの習得                                                       | 1・2・4 |
|    |      | 3週  | サッカー・有酸素運動<br>有酸素運動についての理解と実践<br>サッカーの個人技能の習得                                       | 1・2・4 |
|    |      | 4週  | 学生の健康科学（保健）<br>飲酒・喫煙が及ぼす影響を理解し、健康被害について学ぶ                                           | 3・4   |
|    |      | 5週  | サッカー・有酸素運動<br>有酸素運動についての理解<br>サッカーの個人技能の習得とゲームを通してのルール<br>の理解                       | 1・2・4 |
|    |      | 6週  | バスケットボール<br>ボールハンドリング・シュートの習得、ゲームを通しての集団的<br>技能の習得とルールの理解<br>ゲームの進め方とルール理解および審判法の習得 | 1・2   |
|    |      | 7週  | 中間試験期間                                                                              |       |
|    |      | 8週  | バスケットボール<br>ボールハンドリング・シュートの習得、ゲームを通しての集団的<br>技能の習得とルールの理解                           | 1・2   |
|    | 4thQ | 9週  | サッカー・有酸素運動<br>有酸素運動についての理解と実践<br>サッカーの個人技能の習得とゲームを通してのルール<br>の理解                    | 1・2・4 |
|    |      | 10週 | バスケットボール<br>シュートの成功率向上、ゲームの進め方とルール理解<br>および審判法の習得                                   | 1・2   |
|    |      | 11週 | 持久走タイムトライアル（12分間走）、サッカー<br>基本的なチームプレーの習得とゲームを通して審判法の<br>理解                          | 1・2・4 |
|    |      | 12週 | バスケットボール<br>シュート競争を通してスキルアップを目指す<br>ゲーム                                             | 1・2   |
|    |      | 13週 | サッカー<br>実技試験                                                                        | 1・2   |
|    |      | 14週 | 学生の健康科学（保健）<br>身体づくりと働きについて学ぶ                                                       | 3・4   |
|    |      | 15週 | 期末試験期間                                                                              |       |
|    |      | 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<br>能力 | 態度・志向<br>性(人間力) | 態度・志向<br>性 | 態度・志向<br>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。                              | 3     |     |
|             |                 |            |            | 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。                                 | 3     |     |
|             |                 |            |            | 目標の実現に向けて計画ができる。                                             | 3     |     |
|             |                 |            |            | 目標の実現に向けて自らを律して行動できる。                                        | 3     |     |
|             |                 |            |            | 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。                                | 3     |     |
|             |                 |            |            | 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。                              | 3     |     |
|             |                 |            |            | チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。                                  | 3     |     |
|             |                 |            |            | 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。 | 3     |     |
|             |                 |            |            | 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。                               | 3     |     |
|             |                 |            |            | 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。                                   | 3     |     |
|             |                 |            |            | リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。                                    | 3     |     |
|             |                 |            |            | 適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。                                     | 3     |     |
|             |                 |            |            | 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             | 3     |     |
|             |                 |            |            | 法令やルールを遵守した行動をとれる。                                           | 3     |     |
|             |                 |            |            | 他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。                                      | 3     |     |

#### 評価割合

|  |       |      |          |    |
|--|-------|------|----------|----|
|  | 実技・試験 | 受講状況 | 保健内容の理解度 | 合計 |
|--|-------|------|----------|----|

|         |    |    |    |     |
|---------|----|----|----|-----|
| 総合評価割合  | 60 | 30 | 10 | 100 |
| 基礎的能力   | 60 | 10 | 0  | 70  |
| 専門的能力   | 0  | 0  | 10 | 10  |
| 分野横断的能力 | 0  | 20 | 0  | 20  |