

高知工業高等専門学校		開講年度	平成27年度 (2015年度)		授業科目	保健・体育III	
科目基礎情報							
科目番号	0032		科目区分		一般 / 必修		
授業形態	実習		単位の種別と単位数		履修単位: 2		
開設学科	総合科学科		対象学年		3		
開設期	通年		週時間数		2		
教科書/教材	参考書：「COLOR WIDE SPORTS」（大修館書店）						
担当教員	福島 英倫,市村 梨乃,澤本 章一,新田 忠彦						
到達目標							
【到達目標】 各スポーツにおいて、各自の技能やチームの力量に応じて作戦を立て、ゲームを展開できるようにする。ルールや審判法を理解し、公正な態度やマナーを身に付けさせる。							
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		遅刻、欠席、見学をすることなく、全体の中心となり積極的に授業に取り組む。		遅刻、欠席、見学をすることなく、授業に取り組む。		遅刻、欠席、見学が多く、授業に参加をしない。	
評価項目2		技術が標準的なレベルに到達し、ゲームに活かすことができ、仲間に教える事ができる。		技術が標準的なレベルに到達し、ゲームに活かすことができる。		技術が標準的なレベルに到達できるように練習に取り組まない。	
評価項目3		グループ活動時に決められた練習、課題に取り組み、プラス仲間に指示を出したりアイデアを出すことができる。		グループ活動時に、決められた練習、課題に取り組む事ができる。		グループ活動時に参加をしない。	
学科の到達目標項目との関係							
教育方法等							
概要		ソフトボール、バレーボール、バスケットボール、サッカーの4種目の球技を主に行い、ゲームに必要な個人技能を修得させ、集団技能への発展を目指すと同時に協調性を養い、体力を高めると共に豊かな社会性を身につけさせ、健康の保持増進を図る。					
授業の進め方・方法		基本的な技術や練習方法を伝え、個々もしくはグループで仲間と協力しながら練習に取り組み、ゲームを展開していく。ルールなどについてはプリントなどを配布したり、DVDを見せることにより、理解できるようにさせる。					
注意点		教材毎にスキルテスト及び記録測定を実施し、評価する。実技の成績を50%、平素の学習状況等を50%の割合で総合的に評価する。学期毎の評価は中間と期末の各期間の評価の平均、学年の評価は前学期と後学期の評価の平均とする。なお、通年科目における後学期中間の評価は前学期中間、前学期末、後学期中間の各期間の評価の平均とする。					
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[1]		授業の流れ、要点を理解できる。		
		2週	ソフトボール・バレーボール（個人としての基本技術練習）[2-3]		バレーボール・・・オーバーハンド・アンダーハンド（直上）ができる。 サーブができる。 ソフトボール・・・ねらった相手のグローブに正確な送球ができる。		
		3週	ソフトボール・バレーボール（個人としての基本技術練習）[2-3]		バレーボール・・・オーバーハンドパス・アンダーハンドパスができる。 強い打球のレシーブができる。 ソフトボール・・・ゴロの捕球と送球ができる。		
		4週	ソフトボール・バレーボール（集団としての基本技術練習）[4-5]		バレーボール・・・スパイクが打てる。 ラリーの続くゲームができる。 ソフトボール・・・フライの落下地点に入り確実な捕球ができる。		
		5週	ソフトボール・バレーボール（集団としての基本技術練習）[4-5]		バレーボール・・・仲間と協力してアイデアを出し練習ができる。 ラリーの続くゲームができる。 ソフトボール・・・フライの落下地点に入り確実な捕球ができる。 仲間と協力し、アイデアを出しながら練習ができる。		
		6週	スポーツテスト（握力、上体おこし、長座体前屈、反復横とび）[6]		自己の体力水準を把握でき、仲間と協力して測定ができる。		
		7週	スポーツテスト（50m走、立ち幅跳び、ハンドボール投げ、持久走）[7]		自己の体力水準を把握でき、仲間と協力して測定ができる。		
		8週	ソフトボールゲーム・バレーボールゲーム（リーグ戦）[8-10]		バレーボール・・・ラリーの中で、三段攻撃ができる。 ソフトボール・・・安全を考慮してプレイしている。		
	2ndQ	9週	ソフトボールゲーム・バレーボールゲーム（リーグ戦）[8-10]		バレーボール・・・ラリーの中で、三段攻撃ができる。 ソフトボール・・・集団技能を用いてゲームができる。		
		10週	ソフトボールゲーム・バレーボールゲーム（リーグ戦）[8-10]		バレーボール・・・ラリーの中で、三段攻撃ができる。 指示を出すことができる。 ソフトボール・・・集団技能を用いてゲームができる。		
		11週	水泳（3泳法の練習）[11-12]		クロール・・・水面で肘を高く上げることができ、呼吸をうまくすることができる。 平泳ぎ・・・キックと手のかきのリズムをつかむことができる。 背泳ぎ・・・小指から入水することができ、規則正しい呼吸ができる。		

後期		12週	水泳（3泳法の練習）[11-12]	クロール・・・水面で肘を高く上げることができ、呼吸をうまくすることができる。 平泳ぎ・・・キックと手のかきのリズムをつかむことができる。伸びる事ができる。 背泳ぎ・・・小指から入水することができ、規則正しい呼吸ができる。
		13週	水泳（タイム測定）[13]	正しいフォームで、スピードのある泳ぎができる。
		14週	水泳（遠泳）[14]	仲間と励まし合いながら最後まで諦めず泳ぎ切ることができる。
		15週	バレーボール・ソフトボール（個人としての基本技術練習）[15-16]	バレーボール・・・オーバーハンド・アンダーハンド（直上）ができる。 サーブができる。 ソフトボール・・・ねらった相手のグローブに正確な送球ができる。
		16週		
	3rdQ	1週	バレーボール・ソフトボール（個人としての基本技術練習）[15-16]	バレーボール・・・オーバーハンドパス・アンダーハンドパスができる。 強い打球のレシーブができる。 ソフトボール・・・ゴロの捕球と送球ができる。
		2週	バレーボール・ソフトボール（集団としての基本技術練習）[17-18]	バレーボール・・・スパイクが打てる。 ラリーの続くゲームができる。 ソフトボール・・・フライの落下地点に入り確実な捕球ができる。
		3週	バレーボール・ソフトボール（集団としての基本技術練習）[17-18]	バレーボール・・・仲間と協力してアイデアを出し練習ができる。 ラリーの続くゲームができる。 ソフトボール・・・フライの落下地点に入り確実な捕球ができる。 仲間と協力し、アイデアを出しながら練習ができる。
		4週	バレーボールゲーム・ソフトボールゲーム（リーグ戦）[19-22]	バレーボール・・・ラリーの中で、三段攻撃ができる。 ソフトボール・・・安全を考慮してプレイしている。
		5週	バレーボールゲーム・ソフトボールゲーム（リーグ戦）[19-22]	バレーボール・・・ラリーの中で、三段攻撃ができる。 ソフトボール・・・集団技能を用いてゲームができる。
		6週	バレーボールゲーム・ソフトボールゲーム（リーグ戦）[19-22]	バレーボール・・・ラリーの中で、三段攻撃ができる。 ソフトボール・・・集団技能を用いてゲームができる。
		7週	バレーボールゲーム・ソフトボールゲーム（リーグ戦）[19-22]	バレーボール・・・ラリーの中で、三段攻撃ができる。 指示を出すことができる。 ソフトボール・・・集団技能を用いてゲームができる。
		8週	バスケットボール・サッカー（個人としての基本技術練習）[23-24]	バスケットボール・・・正確なパスができる。 セットシュート、レイアップシュートができる。 サッカー・・・インサイドキックができる。
	4thQ	9週	バスケットボール・サッカー（個人としての基本技術練習）[23-24]	バスケットボール・・・素早いドリブルができる。セットシュート、レイアップシュートができる。 サッカー・・・インステップキックができる。
		10週	バスケットボール・サッカー（集団としての基本技術練習）[25-26]，長距離走[25-29]	バスケットボール・・・走りながらパスができる。 バスからのセットシュート・レイアップシュートができる。仲間と協力し、アイデアを出しながら練習ができる。 サッカー・・・止まっているパス相手に狙ってボールを蹴ることができる。仲間と協力しアイデアを出しながら練習ができる。 長距離走・・・自分のペースで走ることができる。
		11週	バスケットボール・サッカー（集団としての基本技術練習）[25-26]，長距離走[25-29]	バスケットボール・・・手元を見ずドリブルができる。 バスからのセットシュート・レイアップシュートができる。仲間と協力し、アイデアを出しながら練習ができる。 サッカー・・・パス相手の動きを見てボールを蹴ることができる。仲間と協力しアイデアを出しながら練習ができる。 長距離走・・・自分のペースで走ることができる。
		12週	長距離走[25-29]バスケットボールゲーム・サッカーゲーム（リーグ戦）[27-30]	バスケットボール・・・自分からあいているスペースを見つけて動くことができる。試合の中でレイアップシュートができる。 サッカー・・・バスからシュートへの関係プレーができる。 長距離走・・・定められた距離を走りきることができる。
		13週	長距離走[25-29]バスケットボールゲーム・サッカーゲーム（リーグ戦）[27-30]	バスケットボール・・・自分からあいているスペースを見つけて動くことができる。試合の中でレイアップシュートができる。 サッカー・・・バスからシュートへの関係プレーができる。 長距離走・・・定められた距離を走りきることができる。
		14週	長距離走[25-29]バスケットボールゲーム・サッカーゲーム（リーグ戦）[27-30]	バスケットボール・・・集団技能を用いてゲームができる。 サッカー・・・集団技能を用いてゲームができる。 長距離走・・・定められた距離を走りきることができる。

		15週	バスケットボールゲーム・サッカーゲーム（リーグ戦）[27-30]		バスケットボール・・・集団技能を用いてゲームができる。 サッカー・・・集団技能を用いてゲームができる。		
		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	態度	ポートフォリオ	その他	合計
総合評価割合	50	0	0	20	0	30	100
基礎的能力	50	0	0	20	0	30	100
専門的能力	0	0	0	0	0	0	0
分野横断的能力	0	0	0	0	0	0	0