

| 高知工業高等専門学校 | | 開講年度 | 平成23年度 (2011年度) | 授業科目 | 保健・体育II | |
|---|---|-------------------------------------|--|---|---------|--|
| 科目基礎情報 | | | | | | |
| 科目番号 | 1003 | | 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 | 2 | | |
| 開設期 | 通年 | | 週時間数 | 2 | | |
| 教科書/教材 | 参考書: 「ステップアップ高校スポーツ2013」(大修館書店) | | | | | |
| 担当教員 | 福島 英倫, 市村 梨乃, 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。 | | | | | | |
| ループリック | | | | | | |
| | 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 | バレーボール、ソフトボール、サッカー、バスケットボールの4種類の球技を主に行い、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%、平常の学習状況等を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 | 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 | バレーボール・ソフトボール(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。 サービスができる。 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 | バレーボール・ソフトボール(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 | バレーボール・ソフトボール(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 | バレーボール・ソフトボール(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 | バレーボールゲーム・ソフトボールゲーム(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 | バレーボールゲーム・ソフトボールゲーム(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 | バレーボールゲーム・ソフトボールゲーム(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。 | | |

| | | | | |
|----|------|-----|---|--|
| | | 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 | ソフトボール・バレーボール（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 | | |
| 後期 | 3rdQ | 1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）[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 | ソフトボール・バレーボール（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 | ソフトボール・バレーボール（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 | ソフトボールゲーム・バレーボールゲーム（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 | ソフトボールゲーム・バレーボールゲーム（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 | ソフトボールゲーム・バレーボールゲーム（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 | ソフトボールゲーム・バレーボールゲーム（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 | サッカー・バスケットボール（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 | サッカー・バスケットボール（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 | サッカー・バスケットボール（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。パ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。 |
| | | 11週 | サッカー・バスケットボール（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。パ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 | サッカーゲーム・バスケットボールゲーム（リーグ戦）[27-30]長距離走[25-29] | 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・・・パスからシュートへの連係プレーができる。 長距離走・・・自分のペースで走ることができる。 |
| | | 13週 | サッカーゲーム・バスケットボールゲーム（リーグ戦）[27-30]長距離走[25-29] | 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・・・パスからシュートへの連係プレーができる。 長距離走・・・定められた距離を走りきることができる。 |
| | | 14週 | サッカーゲーム・バスケットボールゲーム（リーグ戦）[27-30]長距離走[25-29] | 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 | サッカーゲーム・バスケットボールゲーム（リーグ戦）[27-30]長距離走[25-29] | 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 |