

高知工業高等専門学校		開講年度	平成29年度 (2017年度)	授業科目	保健・体育IA
科目基礎情報					
科目番号	0013	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	SD 基礎教育・一般科目	対象学年	1		
開設期	通年	週時間数	2		
教科書/教材					
担当教員	福島 英倫,市村 梨乃,新田 忠彦				
到達目標					
各自の技能やチームの力量に応じ作戦を立て、ゲームが展開できるようにさせる。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、全体を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	各運動の基本的な個人技能を修得させる中で、体力の向上を図り、集団技能へと発展させると共に仲間との協調性を養い、豊かな社会性を身に付けさせ、今後の生活の中で健康の保持増進に努めさせる。				
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	体育実技 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(基礎練習)[2-3]	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。	
		3週	バレーボール(基礎練習)[2-3]	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。	
		4週	バレーボール(集団練習)[4-5]	スパイクが打てる。ラリーの続くゲームができる。	
		5週	バレーボール(集団練習)[4-5]	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。	
		6週	スポーツテスト(外種目4)[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(内種目4)[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(リーグ戦)[8-10]	ラリーの中で、三段攻撃ができる。	
	2ndQ	9週	バレーボールゲーム(リーグ戦)[8-10]	ラリーの中で、三段攻撃ができる。	
		10週	バレーボールゲーム(リーグ戦)[8-10]	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。	
		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	器械運動(マット運動)・ダンス[15-16]	器械運動・・・倒立、前転・後転など基本の形ができる。 ダンス・・・恥ずかしがらずに、リズムに乗りステップを踏める。	
		16週			
後期	3rdQ	1週	器械運動(マット運動)・ダンス[15-16]	器械運動・・・倒立、前転・後転など基本の形からの応用ができる。 ダンス・・・アイデアを出すことができる。	

4thQ	2週	器械運動（跳び箱運動）・ダンス[17-18]	器械運動・・・開脚とびができる。 ダンス・・・アイデアを出ることができる。
	3週	器械運動（跳び箱運動）・ダンス[17-18]	器械運動・・・かかえ込みとび、台上前転ができる。 ダンス・・・アイデアを出すことができる。
	4週	器械運動（鉄棒）・ダンス[19-20]	器械運動・・・逆上がりができる。 ダンス・・・指示を出し、グループをまとめる事ができる。
	5週	器械運動（鉄棒）・ダンス[19-20]	器械運動・・・後方支持、前方支持、膝掛け上がりができる。 ダンス・・・指示を出し、グループをまとめる事ができる。
	6週	器械運動（総合評価）・ダンス[21-22]	器械運動・・・すべての種目の応用ができる。仲間と教え合うことができる。 ダンス・・・指示を出し、グループをまとめる事ができる。
	7週	器械運動（総合評価）・ダンス[21-22]	器械運動・・・すべての種目の応用ができる。仲間と教え合うことができる。 ダンス・・・指示を出し、グループをまとめる事ができる。
	8週	バスケット・サッカー（基礎練習）[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。
	9週	バスケット・サッカー（基礎練習）[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・サッカー（集団練習）[25-26]	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。
	11週	バスケット・サッカー（集団練習）[25-26] 長距離走	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	バスケット・サッカーゲーム（リーグ戦）[27-30] 長距離走	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関係プレーができる。 長距離走・・・自分のペースで走ることができる。
	13週	バスケット・サッカーゲーム（リーグ戦）[27-30] 長距離走	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	バスケット・サッカーゲーム（リーグ戦）[27-30] 長距離走	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・サッカーゲーム（リーグ戦）[27-30] 長距離走	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。
	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	
分野横断的能力	汎用的技能	汎用的技能	相手の意見を聞き、自分の意見を伝えることで、円滑なコミュニケーションを図ることができる。	3		
			相手を理解した上で、説明の方法を工夫しながら、自分の意見や考えをわかりやすく伝え、十分な理解を得ている。	3		
			集団において、集団の意見を聞き、自分の意見も述べ、目的のために合意形成ができる。	3		
			目的達成のために、考えられる提案の中からベターなものを選び合意形成の上で実現していくことができ、さらに、合意形成のための支援ができる。	3		
	態度・志向性(人間力)	態度・志向性	態度・志向性	チームワークの必要性・ルール・マナーを理解し、自分の感情の抑制、コントロールをし、他者の意見を尊重し、適切なコミュニケーションを持つとともに、当事者意識を持ち協調して共同作業・研究をすすめることができる。	3	
				組織やチームの目標や役割を理解し、他者の意見を尊重しながら、適切なコミュニケーションを持つとともに、成果をあげるために役割を超えた行動をとるなど、柔軟性を持った行動をとることができる。	3	

