久留米工業高等専門学校	開講年度	令和04年度 (2022年度)	授業科目	保健体育1

科目基礎情報

科目番号	1M09	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	材料システム工学科(2017年度以降入学生、但し、令和4年度は材料工学科を含む)	対象学年	1
開設期	通年	週時間数	2
教科書/教材	イラストでみる最新スポーツルール 大修館書店、最新高等学校保健体育 大修館書店		
担当教員	赤塚 康介,福嶋 洋		

到達目標

1．各種競技技術を習得する
2．ルールを理解し、安全に実践する能力を身につける
3．多くの運動種目に接することにより、生涯を通して運動に親しみ、健康な生活を営むことができる態度を養う
4．健康について考え、生涯にわたり有意義な人生を送ることができる基礎を築く

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	各種競技技術を完全に習得する	各種競技技術をある程度習得する	各種競技技術を全く習得しない
評価項目2	完全にルールを理解し、安全に実践することができる	ある程度ルールを理解し、安全に注意して実践することができる	ルールを理解せず、安全に実践することができない
評価項目3	積極的に運動に親しみ、授業以外でも運動を行うようになる	ある程度運動に親しみ、授業以外でも運動を行おうと思うようになる	運動に親しみをもたない
評価項目4	しっかりと健康について考え行動でき、生涯にわたり有意義な人生を送ることができる基礎をしっかりと築くことができる	ある程度健康について考え行動でき、生涯にわたり有意義な人生を送ることができる基礎をある程度築くことができる	健康について考えることができず、生涯にわたり有意義な人生を送ることができる基礎を築くことができない

学科の到達目標項目との関係

教育方法等

概要	1. 体力の向上と運動技術の習得をはかり、健康で強靭な心身を養う 2. ルールや規則を守り、安全に留意し、運動を通して健全な人間関係を保つ態度を養う 3. 有意義な生活を営むための基礎的な知識を健康・体力及び精神衛生のあり方から学び、それらの問題を解決する能力と態度を養う
授業の進め方・方法	段階にあわせた達成可能な技術の提供を行う 学校が定めた体操服（体育館シューズ）・水着を使用すること 病気・怪我等で実技ができない場合は、レポート提出 保健講義内容については授業計画にかかわらず、雨天時などを利用し、適宜実施する
注意点	（1）点数配分：実技テスト40%、授業に取り組む態度40%、保健20%を目安として評価する。 （2）評価基準：60点以上を合格とする （3）再試：再試を行う （4） 次回の授業範囲を予習し、専門用語の意味等を理解しておくこと

授業の属性・履修上の区分

□ アクティブラーニング	□ ICT 利用	□ 遠隔授業対応	□ 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(赤塚)	前期の授業内容等を理解する
		2週	体力テスト①	体力テストの各種目を測定する
		3週	体力テスト②	体力テストの各種目を測定する
		4週	走運動の基本	走るための基本ドリルを身につける
		5週	ミニハードル練習	ミニハードルを使ったドリルを身につける
		6週	ラダー練習	ラダーを使ったドリルを身につける
		7週	敏捷性トレーニング	敏捷性を高めるドリルを身につける
		8週	スタート練習	スタートの基本を身につける
	2ndQ	9週	記録測定(50m)	50m走の記録を測定する
		10週	基礎的泳法の習得	クロール、平泳ぎ、背泳ぎができるようになる
		11週	各種泳法練習	クロール、平泳ぎ、背泳ぎが50m泳げるようになる
		12週	記録測定(クロール・平泳ぎ)	クロール、平泳ぎ、背泳ぎの記録を測定する
		13週	喫煙と健康	喫煙が健康に及ぼす影響について理解する
		14週	飲酒と健康	飲酒が健康に及ぼす影響について理解する
		15週	薬物乱用と健康	薬物が健康に及ぼす影響について理解する
		16週		
後期	3rdQ	1週	オリエンテーション(龍頭)	後期の授業内容等を理解する
		2週	中距離走・基本練習①	中距離走とサッカーの基本を身につける
		3週	中距離走・基本練習②	中距離走とサッカーの基本を身につける
		4週	中距離走・実践練習①	中距離走とサッカーの実践を身につける
		5週	中距離走・実践練習②	中距離走とサッカーの実践を身につける
		6週	中距離走・ルール説明及び簡易試合	中距離走とサッカーのルールを理解する
		7週	試合(リーグ戦)①	リーグ戦を行う
		8週	試合(リーグ戦)②	リーグ戦を行う

	4thQ	9週	試合(リーグ戦)③	リーグ戦を行う
		10週	試合(リーグ戦)④	リーグ戦を行う
		11週	試合(リーグ戦)⑤・実技テスト①	リーグ戦および実技テストを行う
		12週	試合(リーグ戦)⑥・実技テスト②	リーグ戦および実技テストを行う
		13週	避妊法の選択と性感染症予防について	避妊法の選択と性感染症予防について理解する
		14週	心肺蘇生法について	心肺蘇生法について理解する
		15週	保健確認テスト	保健確認テストを行う
		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	保健	相互評価	態度	ポートフォリオ	その他	合計
総合評価割合	40	20	0	40	0	0	100
基礎的能力	40	20	0	40	0	0	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