

熊本高等専門学校		開講年度	令和02年度 (2020年度)		授業科目	生涯スポーツⅡ
科目基礎情報						
科目番号	LK2207		科目区分	一般 / 必修		
授業形態	授業		単位の種別と単位数	履修単位: 2		
開設学科	情報通信エレクトロニクス工学科		対象学年	2		
開設期	通年		週時間数	2		
教科書/教材	「現代高等保健体育」 和唐正勝 高橋健夫 大修館書店					
担当教員	岩田 大助,荒井 久仁子,有富 明菜					
到達目標						
1年時よりも心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てることができる。						
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	
体育実技 ・バレーボール、ソフトボール、卓球・バスケットボール、サッカー・バドミントン、ドッジボール		1年時より高い技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力し、チーム内でも積極的に練習や試合に参加できる。	1年時よりも基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力し、練習や試合に参加できる。		基本的な技術を身につけたり、ルールを覚えることが殆どできず、練習や試合に対して消極的な態度で参加してる。	
体育実技 ・水泳		1年時より高い技術を身につけ、常に速いタイムで泳ぐことができる。	1年時より基本的な技術を身につけ、常に速いタイムを出すという目標を設定し泳ぐことができる。		基本的な技術を身につけることが殆どできず、泳ぐことができない。	
体育実技 ・持久走		健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、1年時より速いタイムで走ることができる。	健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、1年時より速いタイムを出すという目標を設定し走ることができる。		健康・安全に留意できず、常に速いタイムを出すという目標を設定し走ることができない。	
学科の到達目標項目との関係						
教育方法等						
概要	個人及び社会生活における健康・安全について理解を深め、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく資質や能力について講義するとともにスポーツを楽しむ心を育てる。					
授業の進め方・方法	保健では健康に生きていくために必要な知識を学習する。体育実技では各種目で基本的な技術を身につけ、簡単なルールやゲームの進め方を学習するとともに社会性、協調性を身に付ける。教科書と現代高等保健体育ノートを使用し授業を進めます。板書は保健ノートに記入してください。実技では「ステップアップ高校スポーツ2015」を使用します。基本的なルールはすべて載っているのので、自分が選んだ種目のルールは読んで理解し競技に参加してください。また、トレーニング器具を使つての体力向上を目指します。					
注意点	体を動かすことが習慣化されるようになって下さい。球技はほとんどゲーム形式で進んでいきます。ゲームに積極的に参加し、その中で自分を表現できるようになって下さい。わからないことがあればいつでも質問してください。また、学校指定の体育服で活動してください。規定授業数は、60時間です。					
授業計画						
		週	授業内容		週ごとの到達目標	
前期	1stQ	1週	遠隔授業1 オリエンテーション		シラバスの概要説明、遠隔授業についての説明	
		2週	遠隔授業2 課題1の動画並び実施表の説明		動画を見ながら練習する。1週間後の体力の向上を目指し、セット・回数を決定する。	
		3週	遠隔授業3 課題2の動画並び実施表の説明		同上	
		4週	遠隔授業4 課題3の動画並び実施表の説明		同上	
		5週	遠隔授業5 課題4の動画並び実施表の説明		同上	
		6週	遠隔授業6 課題5の動画並び実施表の説明		同上	
		7週	体力テスト：新体力テスト1 屋内外種目		現在の体力・運動の力を知る	
		8週	体力テスト：新体力テスト2 屋内外種目		同上	
	2ndQ	9週	体力テスト：新体力テスト3 屋内外種目		同上	
		10週	遠隔授業6 課題1～5の動画についての再確認		それぞれの運動で、自らの課題を再確認する	
		11週	水泳1 25mプールで、クロールのタイム測定		現在の泳力を知る	
		12週	水泳2 25mプールで、クロールを行う		ストリームラインを意識し、キャッチ・プル・プッシュ・リカバリーの一連の動作をスムーズに出来る。	
		13週	水泳3 25mプールで、クロールのタイム測定		現在の泳力を知る	
		14週	水泳4 25mプールで、クロールを行う		ストリームラインを意識し、キャッチ・プル・プッシュ・リカバリーの一連の動作をスムーズに出来る。	
		15週	水泳5 25mプールで、クロールを行う		ドルフィンキック・キックをリズムよく出来る。	
		16週	水泳6 25mプールで、クロールを行う		体全体を意識して泳ぐ	

後期	3rdQ	1週	バスケットボール・サッカー（１）	基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力して練習や試合ができる。
		2週	バスケットボール・サッカー（２）	同上
		3週	バスケットボール・サッカー（３）	同上
		4週	バスケットボール・サッカー（４）	同上
		5週	バスケットボール・サッカー（５）	同上
		6週	バスケットボール・サッカー（６）	同上
		7週	ドリブルからのシュート	サッカー、バスケットボールから1種目を選択し、それぞれに素早いドリブルからシュートが出来る。
		8週	ドリブルからのシュート	同上
	4thQ	9週	持久走タイム測定（１） （雨天時）室内競技・トレーニング	健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、できるだけ速く走れるようにする。仲間作りができる。社会性、協調性を身につけることができる。体力を向上することができる。
		10週	持久走タイム測定（２） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
		11週	持久走タイム測定（３） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
		12週	持久走タイム測定（４） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
		13週	持久走タイム測定（５） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
		14週	持久走タイム測定（６） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
		15週	持久走タイム測定（７） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上
		16週	持久走タイム測定（８） （雨天時）室内競技・トレーニング	同上

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	態度・志向性(人間力)	態度・志向性	態度・志向性	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。	2	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15,後16
				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。	2	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15,後16
				目標の実現に向けて計画ができる。	2	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15,後16
				目標の実現に向けて自らを律して行動できる。	2	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15,後16

				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。	2	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15,後16
				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。	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15,後16
				チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6
				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。	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14
				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。	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14
				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。	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14
				リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14
				適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14
				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	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	2	前1,前2,前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15,後16
				他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	2	前3,前4,前5,前6,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15,後16

評価割合

	実技試験	課題提出	合計
総合評価割合	60	40	100
基礎的能力	50	40	90
専門的能力	10	0	10