

熊本高等専門学校		開講年度	平成28年度 (2016年度)	授業科目	保健体育II
科目基礎情報					
科目番号	0084		科目区分	一般 / 必修	
授業形態	実験・実習		単位の種別と単位数	履修単位: 2	
開設学科	機械知能システム工学科		対象学年	2	
開設期	通年		週時間数	2	
教科書/教材	適宜、資料を配布する。				
担当教員	四宮 一郎				
到達目標					
1. 技能の向上と各種大会の計画立案及び運営ができる。(生涯スポーツにつながるよう) 2. ルールを理解し、審判法を習得することができる。 3. 社会的態度(規則を守る、責任感、協調性、安全性)を身につけ、行動することができる。					
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		
実技・身体技能試験 (陸上・バスケットボール・ハンドボール・水泳)	基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力し積極的に練習や試合を運営することができる。 経験者はチームやクラスメイトに指導をし、被指導者の技能を高めることができる。	基本的な技能を身につけ、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。 経験者はチームやクラスメイトに技能向上に関する指導をすることができる。	基本的な技術を身につけたり、ルールを覚えたりす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いる。 経験者でありながら、チームやクラスメイトに技能向上に関する指導や、競技や試合運営及び補助を行わない。		
取り組み方・安全配慮・協力	授業や各種目のルールに則って安全に行動ができる。また、授業で使う道具や施設の準備を行ったり、それらを安全に配置したりすることができる。 他者と協力・強調してチームのために参加・応援・補助をする活動ができる。	授業や各種目のルールに則って安全に行動ができる。また、授業で使う道具や施設を適切に使用することができる。 自分本位な活動にならないように、参加・応援・補助をすることができる。	授業や各種目のルールに則った行動や安全に配慮したプレー・活動ができない。また、授業で使う道具や施設を安全に適切に使用することができない。 個人活動の割合が多くなったり、自分本位な活動ばかり行ったりする。		
評価項目3					
学科の到達目標項目との関係					
教育方法等					
概要	保健体育IIでは保健体育Iと同様に、走・跳・投・泳をバランスよく配合した種目で構成している。スポーツ分野での活動となるが、運動能力の基礎となる動作や体力を高め、運動の楽しみや身体との付き合い方、運動習慣について学び、社会性ある態度を身につけて学生諸君のより良い生き方につなげる鍵となる。				
授業の進め方・方法	保健体育IIでは、陸上競技、バスケットボール、ハンドボール、水泳を実施する。水泳を除いた3種目をローテーションし実施する。学年一斉で行うので、男女比によってはグループ構成が変わるため、実施されない種目もある。各種目では、基礎体力向上のためのトレーニングを兼ねた準備運動を行い、その後実技へと移行していく。授業形態はグループでの活動が中心となるため、始めの説明を理解し、得意・不得意がある場合は教え合ったり、相談したりしながら学習の質を高め、ゲームや記録測定、実技試験に向けてステップアップしていくかたちをとる。				
注意点	授業で配布する資料以外にも、図書館に関連図書をそろえているので、自分で資料を集め理解を深めたり、方法を学んだりし、技術の向上に努めてほしい。 保健体育では、運動や健康・命の大切さ、生命活動の神秘を再認識し、授業で学んだことを日常生活で実践できるようになってほしい。				
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(授業の概要、受講上の注意、評価方法)、グループ分け	年間の授業の流れを把握し、評価方法、各グループのローテーションを確認する。	
		2週	新体力テスト(握力、上体起こし、反復横飛び、長座体前屈)	握力・上体起こし・反復横飛び・長座体前屈の測定を行い、自身の体力を把握する。	
		3週	新体力テスト(50m走、ハンドボール投げ、20mシャトルラン)	50m走・ハンドボール投げ・20mシャトルランの測定を行い、自身の体力を把握する	
		4週	バスケットボール① オリエンテーション	授業の進め方や達成目標について確認する。チーム編成を行い、チーム内の係を確認する。	
		5週	バスケットボール②	1年次に学習した内容を確認する。	
		6週	バスケットボール③	ランニングシュート、ドリブルカットインについて学ぶ。	
		7週	バスケットボール④	ランニングシュート、ドリブルカットインについて学ぶ。 2:1、3:2について学ぶ。	
		8週	バスケットボール⑤	2:2、3:3について学ぶ。 簡易ゲームを行い審判法を学ぶ。	
	2ndQ	9週	バスケットボール⑥	ゲームの運営方法を学ぶ。	
		10週	バスケットボール実技評価	実技試験の課題をクリアする。	
		11週	バスケットボール実技評価	実技試験の課題をクリアする。	
		12週	水泳① オリエンテーション 泳力チェック	水泳の授業の流れについて確認する。	
		13週	水泳②	健康・安全に留意し、持久力などの身体能力を高め、できるだけ早く泳ぐことができる。	
		14週	水泳③	同上	
		15週	水泳④	同上	
		16週	水泳評価	50mタイムトライアルにて、自分の目標をクリアする。	
後期	3rdQ	1週	陸上競技①	W-upの方法と走の基本について学ぶ。	

		2週	陸上競技②	スタート・中間走・フィニッシュ・ハードルについて学ぶ。
		3週	陸上競技③	スタート・ハードル・リレー・走り幅跳びについて学ぶ。
		4週	陸上競技④	ハードル・リレー・走り幅跳び・ジャベリングスローについて学ぶ。
		5週	陸上競技⑤	ジャベリングスローについて学ぶ。
		6週	陸上競技実技評価	リレーの課題をクリアする。
		7週	陸上競技実技評価	ジャベリングスローの課題をクリアする。
		8週	陸上競技実技評価予備日	実技試験の課題をクリアする。
		4thQ	9週	ハンドボール① オリエンテーション グループ分け
	10週		ハンドボール②	1年次に学習した基本技術（フットワーク、パス、シュート）を復習し、技能を高める。
	11週		ハンドボール③	2：2、3：3の攻防について学ぶ。簡易ゲームを行い審判法を学ぶ。
	12週		ハンドボール④	4：4、6：6の攻防について学ぶ。簡易ゲームを行い審判法を学ぶ。
	13週		ハンドボール⑤	ゲームの運営方法を学ぶ。
	14週		ハンドボール⑥	ゲームの運営方法を学ぶ。
	15週		ハンドボール実技評価	実技試験の課題をクリアする。
	16週		ハンドボール実技評価	実技試験の課題をクリアする。

### 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	
			ICTやICTツール、文書等を基礎的な情報収集や情報発信に活用できる。	3	
			ICTやICTツール、文書等を自らの専門分野において情報収集や情報発信に活用できる。	3	
			現状と目標を把握し、その乖離の中に課題を見つけ、課題の因果関係や優先度を理解し、そこから主要な原因を見出そうと努力し、解決行動の提案をしようとしている。	3	
			現状と目標を把握し、その乖離の中に課題を見つけ、課題の因果関係や優先度を理解し、発見した課題について主要な原因を見出し、論理的に解決策を立案し、具体的な実行策を絞り込むことができる。	3	
			事象の本質を要約・整理し、構造化（誰が見てもわかりやすく）できる。	3	
		複雑な事象の本質を整理し、構造化（誰が見てもわかりやすく）できる。結論の推定をするために、必要な条件を加え、要約・整理した内容から多様な観点を示し、自分の意見や手順を論理的に展開できる。	3		

### 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	90	0	0	10	0	0	100
基礎的能力	90	0	0	10	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