

教科目名 保健・体育 (Health & Physical Education)

学科名・学年 : 全学科 3年

単位数など : 必履修 2単位 (前期1コマ, 後期1コマ, 学習保証時間 42時間)

担当教官 : 大庭恵一, 大河内紘昭, 西本一雄

授業の概要		
<ul style="list-style-type: none"> ・ スポーツテスト(運動能力テスト・体力診断テスト)を実施して, 個人の体力を把握させる。 ・ スポーツテストに含まれる運動技能を個人技能(陸上競技, 水泳), 対人的技能(ソフトテニス, 卓球, 柔道), 集団的技能(バレーボール, サッカー, バスケットボール)の各種目を, 全体技能(ゲーム)が遂行可能となるように行う。保健は, 1年次に引き続いて健康管理ができるように内容を厳選する。 		
到達目標		大分高専目標(A1)(B1), JABEE 目標(a)(c)
体育実技で行った運動種目のルールを正確に理解し, ゲームを楽しむことができるようにする。さらに, 基礎体力の維持・向上を目標とする。		
回	授 業 項 目	内 容
1-4	1. バレーボール	男女混合チームもあり, 2年次より個人技能を生かしたゲームの組み立てと審判法の習得。
5,6	2. スポーツテスト	{運動能力テスト(4種目), 体力診断テスト(4種目)}を正確に測定する。
7-11	3. 陸上競技	短距離・ハードル走(100mH)・走高跳の技能を習得し, 記録を測定する。
12-14	4. 水泳	クロール, 平泳ぎ, 横泳ぎ, 背泳の習得。
15-17	6. 陸上競技	100mハードル, 三段跳, 砲丸投(円盤投)等を学習し, 記録を測定する。女子はハードルを低くして指導する。
18-21	7-1. サッカー(男子) 7-2. ソフト(硬式)テニス(女子)	個人技能の習得, ゲームによるルール・審判法の習得。 個人の技能をさらに向上させ, ダブルスのゲームを学習する。
22-24	8. バスケットボール	個人技能の習得。ゲームによるルール・審判法の習得。
25-28	9. バドミントン	個人技能の習得。ダブルスのゲームを学習する。
履修上の注意	授業は時間厳守とする。	
教科書	なし	
参考図書	・ 豊田博, 丸山吉五郎ほか「最新スポーツルール」大修館	
関連科目	なし	
評価方法	最終成績 = 授業で行った各種目の実技点の平均 * 学年評価は, 前期評価と後期評価を平均して評価する。 授業態度により, 評価点からその20%を上限として減点を行う。	