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

学科名・学年　：　全学科　１年

単 位 数 な ど　：　必修　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 員　：　川内谷一志　渋谷　武（全クラス担当）

授業の概要
１学年は，スポーツの持つ特性を理解させ，創意工夫して個人の技能を向上させるとともに，体力増強や健康管理ができるように学習する．保健学習では，「生涯を通じる健康」「現代社会と健康」に重点を置いて学習する．

達成目標と評価方法	大分高専目標（A1）（B1）
(1) 基礎体力の維持・向上を目標とする．（ゲームと記録） (2) 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．（ゲーム） (3) 保健学習で行った内容を正確に理解する．（定期試験）	

回	授　業　項　目	内　容	理解度の自己点検
1-3	１．バレーボール	基本技能の習得，班編成，ルール・審判法の確認．	【理解の度合い】
4,5	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．	
6-8	3-1．ソフトボール（男子） 3-2．ソフトテニス（女子）	ゲームによる技能の向上と審判法の習得． ストローク，サーブなどの個人技能の習得．	
9-11	4．水泳	遠泳に重点を置いたクロール，平泳ぎの習得．	
12,13	5．保健	思春期と性に重点を置いて学習する．	
14	前期期末試験	筆記による保健のテストを行う．	【試験の点数】　点
	前期期末試験の解答と解説	保健テストの解答と解説を行う．	
15-19	6．柔道	個人技能の習得，約束練習や簡易試合を行い，ルール・審判法の習得．	【理解の度合い】
20-23	7-1．サッカー（男子） 7-2．ソフトテニス（女子）	基本技能の習得後，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．	
24,25	8．陸上競技	短距離走，長距離走，走幅跳の基本技能を学習し，記録を測定する．	
26,27	9．保健	生活習慣病に重点を置いて学習する．	
28	後期期末試験	筆記による保健のテストを行う．	【試験の点数】　点
	後期期末試験の解答と解説	保健のテストの解答と解説を行う．	

履修上の注意	授業は時間厳守とする．	【総合達成度】
教　科　書	高石昌弘，　小沢治夫ほか，「現代保健体育」，大修館．	
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． 和唐正勝監修，「図説現代保健」，大修館．	
関 連 科 目	保健･体育（2 年）	
総 合 評 価	達成目標の(1)から(3)について実技と試験で評価する． 総合評価＝0.8×（授業で行った各種目の実技点の平均)＋0.2×(保健テスト平均点) ＊総合評価は，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． 総合評価 60 点以上を合格とする．	【総合評価】　点