

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 : 必修 2単位 (前期1コマ, 後期1コマ, 学習保証時間 39時間)

担当教員 : 大庭恵一 西本一雄 古沢里司 (全クラス担当)

授業の概要			
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asket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。			
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)			
回	授 業 項 目	内 容	理解度の自己点検
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。	【理解の度合い】
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。	
12,13	4. 水泳	クロール, 平泳ぎ, 横泳ぎ, 背泳ぎの習得。	
14-16	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。	【理解の度合い】
17-20	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。	
21-23	8. バasket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。	
24-26	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。		【総合達成度】
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	保健・体育(2年, 4年)		
総合評価	達成目標の(1)と(2)について実技で評価する。 総合評価 = 授業で行った各種目の実技点の平均 * 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