

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), JABEE 目標 (a) (c)	
(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 4,5 6-8 9-11 12,13	1. バレーボール 2. スポーツテスト 3-1. ソフトボール (男子) 3-2. ソフトテニス (女子) 4. 水泳 5. 保健	基本技能の習得, 班編成, ルール・審判法の確認。 {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。 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。 遠泳に重点を置いたクロール, 平泳ぎの習得。 思春期と性に重点を置いて学習する。	【理解の度合い】
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 20-23 24,25 26,27	6. 柔道 7-1. サッカー (男子) 7-2. 卓球 (女子) 8. 陸上競技 9. 保健	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。 基本技能の習得後, ゲームによるルール・審判法の習得。 個人の技能の習得後, ダブルスのゲームを学習する。 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。 生活習慣病に重点を置いて学習する。	【理解の度合い】
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」, 大修館書店。		
参考図書	秋山兼範, 麻生紘二ほか, 「最新スポーツルール」, 大修館書店。		
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 = $0.8 \times (\text{授業で行った各種目の実技点の平均}) + 0.2 \times (\text{保健テスト点})$ * 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