

## 教科目名 保健・体育 (Health &amp; 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, 授業時間 39 時間)

担当教員 : 川内谷一志, 内倉康二, 古澤里司 (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. 陸上競技および水泳の技能を向上させ, 対人的技能 (ソフトテニス, 柔道, バドミントン), 集団的技能 (バレーボール, サッカー, バスケットボール) を高いレベルで遂行可能となるようにする.			
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)			
回	授 業 項 目	内 容	理解度の自己点検
1-4 5, 6 7-11 12, 13	1. バレーボール 2. スポーツテスト 3. 陸上競技 4. 水泳	○個人技能の習得, 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. ○短距離・ハードル走・走高跳・投擲 (円盤投) の技能を習得し, 記録を測定する. ○クロール, 平泳ぎ, 横泳ぎ, 背泳ぎの習得.	【理解の度合い】
14-17 18, 19 20-23 24-26	5-1. サッカー (男子) 5-2. ソフト (軟式) テニス (女子) 6. 柔道 7. バスケットボール 8. バドミントン	○個人技能の習得後, 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. ○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. ○個人技能の習得. ゲームによるルール・審判法の習得. ○個人技能の習得. ダブルスのゲームを学習する.	【理解の度合い】
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	秋山兼範, 麻生紘二ほか, 「最新スポーツルール」, 大修館書店.		
自学上の注意	授業で行うスポーツのルールを調べておく.		
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. 再試験は, 実施しない.		【総合評価】 点