

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, 授業時間 43.5時間)

担当教員 : 川内谷一志, 大庭恵一, 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工夫する. 保健学習では, 「生涯を通じる健康」「現代社会と健康」に重点をおいて学習する. | | | |
| 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 | 1. オリエンテーション | ○保健体育の授業の概要について説明する. | 【理解の度合い】 |
| 2, 3 | 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. | |
| 4-8 | 3. 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. | |
| 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おいて学習する. | |
| 14 | 前期期末試験 | ○筆記による保健のテスト行う. | 【試験の点数】 点 |
| | 前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. | |
| 15-17 | 6. 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. | 【理解の度合い】 |
| 18-21 | 7-1. サッカー (男子) 7-2. ソフトテニス・卓球 (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. | |
| 22-25 | 8. バレーボール・バスケットボール | ○基本技能の習得後, ゲームによるルール・審判法の習得. | |
| 26, 27 | 9. 保健 | ○生活習慣病に重点をおいて学習する. | |
| 28 | 後期期末試験 | ○筆記による保健のテスト行う. | 【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. | | |
| 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) | | |
| 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. 再試験は, 実施しない. | | 【総合評価】 点 |