

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, 詫摩英明 (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」および「現代社会と健康」について学習する.			
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	○個人技能の習得後, 約束練習や簡易試合を行い, ルール・審判法を習得する.	
9-11	4. 水泳	○クロール, 平泳ぎの習得. 水難事故対策として着衣泳を行う.	
12, 13	5. 保健	○「生涯を通じる健康」について学習する.	
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, 長距離走の記録を測定し, その記録を元にリレー・駅伝を行う.	【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・審判法を習得する.	
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・審判法を習得する.	
26, 27	9. 保健	○「現代社会と健康」について学習する.	
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, 学校指定の体操服・運動靴・体育館シューズで行う.		【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