

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, 授業時間 39 時間)

担当教員 : 大庭恵一, 川内谷一志, 西本一雄 (全クラス担当), 今井祥雅 (3E)

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asket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	1. バレーボール	○個人技能の習得後, ゲームによるルール・審判法を習得する。	【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 (リレー)・走高跳・三段跳・投擲 (円盤投) 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, 背泳ぎを習得する。	
14-16	5. 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。	【理解の度合い】
17-20	6-1. サッカー (男子) 6-2. ソフトテニス (女子)	○個人技能の習得後, ゲームによるルール・審判法を習得する。 ○個人の技能を向上させ, ダブルスのゲームを学習する。	
21-23	7. バasketボール	○個人技能の習得後, ゲームによるルール・審判法を習得する。	
24-26	8. バドミントン	○個人技能の習得後, ダブルスのゲーム・ルールを学習する。	
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, 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。		