

## 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 : 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	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)	○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.	
	6-2. ソフトテニス (女子)	○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. バスケットボール	○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.		