

|           |                                           |                                                                                     |                             |    |     |     |    |          |        |
|-----------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----|-----|-----|----|----------|--------|
| 科目名 (Eng) |                                           | 保健・体育 (Health and Physical Education)                                               |                             |    |     |     |    |          |        |
| 担当教員      |                                           | 根本昌樹(前期) 秋山秀博 (後期)                                                                  |                             |    |     |     |    |          |        |
| 対象学年等     | 学科・専攻                                     | 学年                                                                                  | 授業期間                        | 区分 | 単位数 | 時間数 | 分野 | 形態       | 学修単位科目 |
|           | 一般科目 (コミ科)                                | 2                                                                                   | 通年                          | 必修 | 2   | 60  | 一般 | C        |        |
| 目標基準との対応  | 福島高専の教育目標との対応： (A-1). (A-2). (A-3). (A-4) |                                                                                     |                             |    |     |     |    |          |        |
|           | 卒業時に身に付けるべき学力や資質・能力との対応： 1)               |                                                                                     |                             |    |     |     |    |          |        |
|           | JABEE基準1 (1) との対応：                        |                                                                                     |                             |    |     |     |    |          |        |
| 授業の概要と方針  |                                           | 心身の総合的な発達を目指し、基礎的、基本的な運動技術を習得する。現代社会における健康について心身の機能を中心に理解し、自らの健康を保持増進できる態度を養う。      |                             |    |     |     |    |          |        |
| 到達目標      |                                           | ①各種運動の実践を通して、運動技能を高め、強健な心身の発達を目指す。<br>②公正、協力、責任等の態度を育てる。<br>③生涯を通じて継続的に運動ができる態度を養う。 |                             |    |     |     |    |          |        |
| 授業計画      |                                           |                                                                                     |                             |    |     |     |    |          |        |
|           | 週                                         | 授業項目                                                                                | 理解すべき内容                     |    |     |     |    | 事前学習     |        |
| 前期        | 1                                         | 陸上                                                                                  | 1年次の復習                      |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 2                                         | 陸上                                                                                  | 混成競技Ⅰ (ハードル、三段跳)            |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 3                                         | 陸上                                                                                  | 混成競技Ⅰ (ジャベリックスロー、300m)      |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 4                                         | 陸上                                                                                  | 混成競技Ⅱ (ハードル、三段跳)            |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 5                                         | 陸上                                                                                  | 混成競技Ⅱ (ジャベリックスロー、300m)      |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 6                                         | バスケットボール                                                                            | パス・キャッチ                     |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 7                                         | バスケットボール                                                                            | ドリブルシュート                    |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 8                                         | バスケットボール                                                                            | 簡易ゲーム                       |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 9                                         | バスケットボール                                                                            | 簡易ゲーム                       |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 10                                        | バスケットボール                                                                            | 簡易ゲーム                       |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 11                                        | バレーボール                                                                              | パス・スパイク・サーブ                 |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 12                                        | バレーボール                                                                              | 総合練習・簡易ゲーム                  |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 13                                        | バレーボール                                                                              | ゲーム                         |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 14                                        | バレーボール                                                                              | ゲーム                         |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 15                                        | バレーボール                                                                              | ゲーム                         |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
| 後期        | 16                                        | 体力テスト                                                                               | 屋内種目                        |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 17                                        | 体力テスト                                                                               | 屋外種目                        |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 18                                        | サッカー                                                                                | キック各種                       |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 19                                        | サッカー                                                                                | ドリブル・ヘディング・シュート             |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 20                                        | サッカー                                                                                | 簡易ゲーム                       |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 21                                        | サッカー                                                                                | 簡易ゲーム                       |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 22                                        | バスケットボール                                                                            | 総合練習                        |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 23                                        | バスケットボール                                                                            | ゲーム                         |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 24                                        | バスケットボール                                                                            | ゲーム                         |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 25                                        | バスケットボール                                                                            | ゲーム                         |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 26                                        | バスケットボール                                                                            | ゲーム                         |    |     |     |    | 体調を整えておく |        |
|           | 27                                        | 保健                                                                                  | 現代社会における健康課題と保健学習の目的        |    |     |     |    | 教科書の内容確認 |        |
|           | 28                                        | 保健                                                                                  | わが国の健康水準と病気の傾向              |    |     |     |    | 教科書の内容確認 |        |
|           | 29                                        | 保健                                                                                  | 健康の捉え方とヘルスプロモーションの理念にもとづく活動 |    |     |     |    | 教科書の内容確認 |        |
|           | 30                                        | 保健                                                                                  | 喫煙と健康                       |    |     |     |    | 教科書の内容確認 |        |
| 試験について    |                                           | 実施しない                                                                               |                             |    |     |     |    |          |        |
| 評価方法      |                                           | 実技評価・レポートを60%、活動記録・課題を40%で総合的に評価する。                                                 |                             |    |     |     |    |          |        |
| 教科書       |                                           | 新保健体育、加賀屋・高石他、大修館                                                                   |                             |    |     |     |    |          |        |
| 参考書       |                                           | Active Sports総合版、大修館、新保健ノート、大修館                                                     |                             |    |     |     |    |          |        |
| 関連科目      |                                           |                                                                                     |                             |    |     |     |    |          |        |
| 履修上の注意    |                                           | 基礎的な体力・技術トレーニングの際、事故のないよう特に授業前日の健康管理に努めること。また、健康上の問題点については、担当教員に必ず事前に申し出ておくこと。      |                             |    |     |     |    |          |        |