

| | | |
|---|---|--|
| 保健・体育Ⅲ (Health and Physical Education Ⅲ) | 3年・通年・2単位・必修 情報工学科 担当 森 弘暢・竹村 匡弥 | |
| 〔準学士課程(本科 1-5 年) 学習教育目標〕 (1) | | |
| 〔教育方法等〕 概要： 体力を高め、運動を楽しむ態度を育てるために、各種の運動を実践し、競技ごとの技術やルール、社会性、身体に関する知識を学ぶ。 授業の進め方と授業内容・方法： 講義項目（次頁）の実施順序は記載どおりとは限らない。天候等の理由により、適宜変更する可能性があるため、各クラスの体育委員が毎回集合場所や準備物に関する連絡係の役目を果たしてほしい。定期試験は行わない。各時間における課題への取り組みとその積み重ねを重視する。 注意点： 関連科目 保健・体育Ⅰ，保健・体育Ⅱ，体育実技Ⅰ 学習指針 各種の運動実践を中心とした実技指導を行うため、日頃から健康の保持増進のための実践力と体力の向上を図ることが必要である。 | | |
| 〔教科書〕 「保健体育概論改訂増補版」晃洋書房 近畿地区高専体育研究会編 〔補助教材・参考書〕 「アクティブスポーツ【総合版】」大修館書店 | | |
| 〔到達目標〕 ・ 各種の運動技術に関する基礎的な技能及び知識を身につけ、運動に親しむ態度を養う。 また、自己の体力を知り、高めるための方法を追求できるようにする。 | | |
| 〔評価割合〕 各授業時の課題への取り組み（60%），運動技術及び知識の習熟度（40%）を総合して評価する。 | | |

授業計画

| | 週 | 授業内容・方法 | 到達目標 | 自己評価* |
|----|------|-----------|--|-------|
| 前期 | 1 週 | オリエンテーション | 3年次での年間計画をふまえての心構えと健康管理について説明できる。 | |
| | 2 週 | 体力・運動能力調査 | 文部科学省が定める「新体力テスト」を実施し、自己の体力・運動能力を把握できる。 | |
| | 3 週 | | | |
| | 4 週 | | | |
| | 5 週 | ソフトボール | ソフトボールのルールを知り、基本的技術を習得することで簡易ゲームができる。 | |
| | 6 週 | | | |
| | 7 週 | | | |
| | 8 週 | バレーボール | これまでに習得した個々の技能を活かし、チームプレーとゲームができる。 | |
| | 9 週 | | | |
| | 10 週 | | | |
| | 11 週 | 水泳 | 水の特性を理解して泳法の練習を行うとともに、ウォーター・スポーツを体験することで楽しむことができる。 | |
| | 12 週 | | | |
| | 13 週 | | | |
| | 14 週 | テニス | テニスのルールを知り、基本技術を習得することで簡易ゲーム及びダブルスのゲームができる。 | |
| | 15 週 | | | |
| | 16 週 | | | |
| 後期 | 1 週 | バドミントン | これまでに習得した個々の技能を活かし、ダブルスのゲームができる。 | |
| | 2 週 | | | |
| | 3 週 | | | |
| | 4 週 | サッカー | これまでに習得した個々の技能を活かし、チームプレーとゲームができる。 | |
| | 5 週 | | | |
| | 6 週 | | | |
| | 7 週 | バスケットボール | これまでに習得した個々の技能を活かし、チームプレーとゲームができる。 | |
| | 8 週 | | | |
| | 9 週 | | | |
| | 10 週 | 選択制 | 主体的に種目を選択し、練習からゲームの実施までできるようにする。 | |
| | 11 週 | | | |
| | 12 週 | | | |
| | 13 週 | | | |
| | 14 週 | | | |
| | 15 週 | | | |
| | 16 週 | まとめ | 年間を通して習得した授業内容を総括できる。 | |

* 4 : 完全に達成した, 3 : ほぼ達成した, 2 : やや達成できた, 1 : ほとんど達成できなかった, 0 : まったく達成できなかった。