

| 科目コード | 記号 | 科目名 | 学年 | 単位・時間 | 必修・選択 | 授業形態 | 単位種別 |
|--|---|--|---|--------------------------|-------|-------|------|
| 3015 | BG20-1 | 保健体育 I (体育): Health & Physical Education I | 1B | 2・90分 | 必修 | 実技・通年 | 履修単位 |
| 教員名 | | 日高 真理、藤岩 秀樹: HIDAKA Mari、FUJIIWA HIDEKI | | | | | |
| 授業概要 | 本授業では、現代社会でたくましく生きていくために必要な“からだ”と“こころ”を養うことを第一義的な目的とする。 | | | | | | |
| | 到達目標 | | | 評価方法 | | | |
| 1. “からだ”が育つよう最低限の運動量を確保し、積極的に運動に参加できる。 2. “こころ”が育つよう仲間とコミュニケーションをとることができる。 3. 各運動の“おもしろさ”がわかるよう必要な技術を身につけ、ゲームの中でいかすことができる。 | | | ①授業への積極的な参加・取り組み姿勢で評価する。 ②運動技術、スポーツテストにより評価する。 学年末最終評価は、①50%、②50%とする。 | | | | |
| 学習・教育目標 | | (F) | JABEE基準1(1) | | | | |
| 授 業 計 画 | 前 期 | | 後 期 | | | | |
| | 項 目 | 内 容 | 項 目 | 内 容 | | | |
| | 1. オリエンテーション | 自己紹介、授業の進め方及び、シラバスの説明 | 5. サッカー① | ボール慣れ(リフティング、ドリブル)、ミニゲーム | | | |
| | 2. 集団行動又はマット運動 | 集合、整とん、列の増減等 前転、後転、開脚前転、開脚後転等 | サッカー② | ドリブル、パス&トラップ、ミニゲーム | | | |
| | 3. スポーツテスト① | 50m走、立ち幅跳び | サッカー③ | パス&トラップ、シュート、ゲーム | | | |
| | スポーツテスト② | ハンドボール投げ、持久走 | サッカー④ | 総合練習(パス、ドリブル、シュート)、ゲーム | | | |
| | スポーツテスト③ | 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び | サッカー⑤ | 総合練習(パス、ドリブル、シュート)、ゲーム | | | |
| | 4. バレーボール① | パス(オーバーハンド、アンダーハンド)、ゲーム | サッカー⑥ | 総合練習(パス、ドリブル、シュート)、ゲーム | | | |
| | バレーボール② | サーブ(オーバーハンド、アンダーハンド)、ゲーム | サッカー⑦ | ゲームおよび実技テスト | | | |
| | バレーボール③ | スパイク(スパイク、トス等)、ゲーム | 6. バスケット① | ボール慣れ(ドリブル、シュート)、ゲーム | | | |
| | バレーボール④ | 総合練習(パス、サーブ、スパイク等)、ゲーム | バスケット② | ドリブルシュート(レイアップ等)、ゲーム | | | |
| | バレーボール⑤ | ゲームおよび実技テスト | バスケット③ | パス&キャッチからシュート、ゲーム | | | |
| | 5. 水泳 ① | クロール、平泳ぎ | バスケット④ | 総合練習(パス、ドリブル等)、ゲーム | | | |
| | 水泳 ② | バタフライ、背泳ぎ | バスケット⑤ | 総合練習(パス、ドリブル、シュート)、ゲーム | | | |
| | 水泳 ③ | 個人メドレーの実際 | バスケット⑥ | 総合練習(パス、ドリブルシュート)、ゲーム | | | |
| 水泳 ④ | 記録会および実技テスト | バスケット⑦ | ゲームおよび実技テスト | | | | |
| ◎ 中間まとめ | 前期の学習事項のまとめを行う。 | ◎ まとめ | 全体の学習事項のまとめ。授業評価アンケートの実施。 | | | | |
| 関連科目 | 保健体育 I (保健) | | | | | | |
| 教科書 | 最新保健体育(大修館書店) | | | | | | |
| 参考書 | マイ・スポーツ(大修館書店) | | | | | | |
| 授業評価・理解度 | 授業最終日に授業評価アンケートをおこなう。 | | | | | | |
| 副担当教員 | 石尾 潤 | | | | | | |
| 備考 | クラスの男女比、学校行事、施設、天候により授業内容が変更になることがある。 | | | | | | |