

科 目 名	保健・体育 Health and Physical Education			担当教員	福濱孝志			
学 年	3 年	学 期	通年	履修条件	必修	単位数	2	
分 野	一般	授業形式	実技	科目番号	10G03_20120	単位区別	履修	
学習目標	様々なスポーツの運動理論を理解し、基礎技術を修得する。その種目のルールを把握し、それらのスポーツを実践できるようにする。また、スポーツテスト等で個人の体力・運動能力を把握し、それらの維持と向上をはかる。							
進 め 方	個人種目については、各種目の基本の理論を説明した上で、基礎技術の実践を行い、修得できるようにする。団体種目については、個人の基礎技術を習得した上で、各種目の運動理論を理解する。また、各種目のルール説明を行い、試合を行うことで、それらの種目の運営をできるようにする。							
学習内容	学習項目（時間数）			学習到達目標				
	1. 年間授業の概要説明(1) 【スポーツテスト】 2. 記録測定(3) 【ソフトボール・テニス選択】 3. 選択授業の説明、種目の決定(1) 4. ゲーム(10) 5. 実技試験(1) ----- [前期中間試験]			年間計画を説明し、効率的にかつ安全に授業が行なえるようにする。 F2:1 4 毎年測定することにより、自分自身の運動能力を把握し、運動能力の向上を目指す。 F1:1 4 ルールを把握した上で、自分たちで試合を運営できることを目指す。 F2:1 4,F3:1 5				
	【水泳】 6. 競泳種目の練習および遠泳(2) 【ゴルフ・バドミントン・卓球選択】 7. 選択授業の説明、種目の決定(1) 8. ゲーム（ゴルフは基本スイング）(10) 9. 実技試験(1) 前期末試験			水に慣れると共に、泳力（持久力）の向上を目指す。 F2:1 4,F3:1,2 基礎技術を修得すると共に、ルールと理論を理解し、ゲームが行なえるようにする。 F2:1 4,F3:1 5				
	【バレーボール・バスケットボール選択】 1 0. 選択授業の説明、種目の決定(1) 1 1. ゲーム(13) 1 2. 実技試験(1) ----- [後期中間試験]			1・2年時に基礎技術を修得しているので、ゲーム中心の内容で、チームの戦術の向上、審判技術の向上を目指す。 F2:1 4, F3:1 5				
	【サッカー・ゴルフ選択】 1 3. 選択授業の説明、種目の決定(1) 1 4. ゲーム(13) 1 5. 実技試験(1) 後期末試験			サッカーは、1・2年時に基礎技術を修得しているので、ゲーム中心の内容で、チームの戦術の向上、審判技術の向上を目指す。またゴルフでは、バードゴルフなどを取り入れて実践的なことを体験する。 F2:1 4, F3:1 5				
	後期末試験							
	評価方法	各種目の実技試験と平常点（出席率、授業態度）で総合評価を行う。						
	履修要件	特になし						
関連科目	特になし							
教 材	教科書「アクティブスポーツ」（総合版） 大修館書店							
備 考	特になし							