

(科目コード : 5000120005MM)

【改訂】第31版(2013-03-21)

【科目】保健・体育

【科目分類】一般科目 【選択・必修の別】必修 【学期・単位数】通年・2単位

【対象学科・専攻】機械 5年

【担当教員】前期：柳川 美磨
後期：柳川 美磨

【授業目標】

スポーツの実践により豊かな心を育てるとともに体力の向上を促進させる

【教育方針・授業概要】

色々なスポーツを実践することにより運動に親しみ、生涯を通じて実践できるスポーツを見つけるとともに、体力の向上を図る。また、自分の体力を知り、身体についての理解を深め、健康の保持・増進に役立てる

【成績評価方法】

[前期]授業中の実技テスト等 50% 授業中の取り組み方 50%

[後期]授業中の実技テスト等 50% 授業中の取り組み方 50%

【達成目標】

	達成目標	割合	評価方法
1	スポーツテストを通じて自分自身の体力を理解できる	20%	
2	色々なスポーツを実践することにより、身体各部を思ったように動かすことができる	40%	
3	色々なスポーツを実践することで自分自身の体力を向上させる	40%	

【本校の学習・教育目標】

(A-1) 人文社会系の科目の学習を通じて、人間文化と社会生活について理解する。

【授業計画】(保健・体育)

回数	授業の主題	内容	レポート	宿題
1	オリエンテーション	1年間の授業の説明		
2~5	スポーツテスト	50m走、立ち幅跳び、ハンドボール投げ、持久走、上体起こし、握力、反復横跳び、体前屈		
6~8	ソフトボール、テニス	基本的技術を習得、ゲームについての楽しさと理解を深める		
9~11	球技大会の練習	球技大会の出場種目に別れて練習する。		
12~15	ソフトボール・テニス・水泳	基本的技術を習得、ゲームについての楽しさと理解を深める 水泳は泳ぐことを楽しみ、出来るだけ長く泳ぐことを目標とする。		
16~20	バドミントン	基本的技術を習得、ゲームの進め方を学ぶ		
21~25	バレーボール	基本的技術を習得、ゲームの実践と審判について学習する		
26~30	サッカー	基本的技術を習得、ゲームの実践と審判について学習する		