

保健体育Ⅰ (Physical Education Ⅰ)

担当教員名	後藤 太之、小林 優希、石田 まさみ	
学科、科目詳細	都市システム工学科 1年 通年 一般科目 必修科目 2単位 講義・実技	
学習・教育目標	(A) (B)	
科目の概要	基礎体力の向上を図りつつ、様々なスポーツに適応できる能力を高める。また、身体活動を通して豊かな社会性を養い、ルールやマナー、安全に対する態度や知識も身につける。	
テキスト(参考文献)	新版保健体育概論(近畿地区高専体育研究会編:晃洋書房)	
履修上の注意	・学校指定のトレーニングウェア、運動靴を着用すること。 ・アクセサリ類、時計、その他不必要な物の着用を禁止する。 ・遅刻は開始20分まで。20分以後の参加は認めるが欠席扱いとする。	
目標達成度(成績)の評価方法と基準	合格の対象としない欠席条件(割合)	1/4以上の欠課
	出席・授業態度(60%) 実技テスト(40%)で総合的に評価し、評価点が60点以上の者を合格とする。それぞれの種目におけるルールと基本技術の習得を目指す。重要視することは授業への積極的な参加である。	
連絡先	tgotoh@akashi.ac.jp(後藤太之)	

授業の計画・内容	
第1週 男女:ガイダンス + ラジオ体操(1) -45分-	
第2週 男女:ラジオ体操(2) -45分- + 男子:ソフトボール(1)-45分- / 女子:バレーボール(1)-45分-	
第3週 男女:ラジオ体操(3) -45分- + 男子:ソフトボール(2)-45分- / 女子:バレーボール(2)-45分-	
第4週 男子:ソフトボール(3) / 女子:バレーボール(3)	
第5週 男子:ソフトボール(4) / 女子:バレーボール(4)	
第6週 男子:ソフトボール(5) / 女子:バレーボール(5)	
第7週 男子:ソフトボール(6) / 女子:バレーボール(6)	
第8週 男子:ソフトボール(7) / 女子:バレーボール(7)	
第9週 男子:ソフトボール(8) / 女子:バレーボール(8)	
第10週 男女:水泳 -クロール-(1)	
第11週 男女:水泳 -クロール-(2)	
第12週 男女:水泳 -クロール-(3)	
第13週 男女:水泳 -クロール-(4)	
第14週 男女:水泳 -クロール-(5)タイム測定	
第15週 男女:水泳 -クロール-(6)タイム測定	
期末試験実施せず	
第16週 男子:柔道 (1) / 女子:ダンス (1)	
第17週 男子:柔道 (2) / 女子:ダンス (2)	
第18週 男子:柔道 (3) / 女子:ダンス (3)	
第19週 男子:柔道 (4) / 女子:ダンス (4)	
第20週 男子:柔道 (5) / 女子:ダンス (5)	
第21週 男子:柔道 (6) / 女子:ダンス (6)	
第22週 男子:柔道 (7) / 女子:ダンス (7)	
第23週 男子:柔道 (8) / 女子:ダンス (8)	
第24週 男子:柔道 (9) / 女子:ダンス (9)	
第25週 男子:柔道 (10) / 女子:ダンス (10)	
第26週 男子:柔道 (11) / 女子:ダンス (11)	
第27週 男子:柔道 (12) / 女子:ダンス (12)	
第28週 男子:柔道 (13) / 女子:ダンス (13)	
第29週 男子:柔道 (14) / 女子:ダンス (14)	
第30週 男子:柔道 (15) / 女子:ダンス (15)	
期末試験実施せず	