

| | | | | | |
|---|---|---------------------------------|--|---------------------------------------|---------------------------------|
| 北九州工業高等専門学校 | | 開講年度 | 令和03年度 (2021年度) | 授業科目 | 体育特論 (後期) |
| 科目基礎情報 | | | | | |
| 科目番号 | 0066 | | 科目区分 | 一般 / 選択 | |
| 授業形態 | 授業 | | 単位の種別と単位数 | 履修単位: 1 | |
| 開設学科 | 生産デザイン工学科 (共通科目) | | 対象学年 | 4 | |
| 開設期 | 後期 | | 週時間数 | 2 | |
| 教科書/教材 | 教養としてのスポーツ・身体文化、大修館書店 | | | | |
| 担当教員 | 濱田 臣二,松崎 拓也,田上 英人 | | | | |
| 到達目標 | | | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・ 武道とスポーツについて歴史的観点からそれらの特徴を理解する。 ・ 最新のスポーツ科学に基づいた知識を深め、実際の場面で活用できるようにする。 | | | | | |
| ループリック | | | | | |
| | 理想的な到達レベルの目安 | | 標準的な到達レベルの目安 | | 未到達レベルの目安 |
| 評価項目1 | 健康についての最新の知識を理解し、運動の必要性について回答できる。 | | 運動の必要性について、自分の考えを回答できる。 | | 健康についての理解が不足し、運動の重要性について理解できない。 |
| 評価項目2 | 武道とスポーツについて、その相違点と共通点を明確に回答できる。 | | 武道とスポーツについて、それらの違いを回答できる。 | | 武道とスポーツについて、それらの特徴を理解できない。 |
| 評価項目3 | | | | | |
| 学科の到達目標項目との関係 | | | | | |
| 教育方法等 | | | | | |
| 概要 | スポーツ・武道・体育に関する最新の理論および研究成果から、生涯体育に通じる武道やスポーツの科学的理論を理解させるとともに、健康やトレーニングに関する実習によって合理的に健康・体力の増進を図る資質や能力を育てる。 | | | | |
| 授業の進め方・方法 | 通常は講義・演習(発表)を主として、理解を深めるために必要に応じて実習を行う。授業内容に関する課題についてレポートを提出させる。 | | | | |
| 注意点 | 実習の際は運動ができるウェア・シューズを準備すること。貴重品の管理は各自で行うこと。 | | | | |
| 授業の属性・履修上の区分 | | | | | |
| <input type="checkbox"/> アクティブラーニング | | <input type="checkbox"/> ICT 利用 | | <input type="checkbox"/> 遠隔授業対応 | |
| <input type="checkbox"/> 実務経験のある教員による授業 | | | | | |
| 授業計画 | | | | | |
| | | 週 | 授業内容 | 週ごとの到達目標 | |
| 後期 | 3rdQ | 1週 | 授業オリエンテーション | 授業目的や概要について理解させ、スポーツや武道の現状について理解する。 | |
| | | 2週 | スポーツの起源と歴史 1 | 各種目の歴史について調べたものを理解し発表する。 | |
| | | 3週 | スポーツの起源と歴史 2 | 各種目の歴史について調べたものを理解し発表する。 | |
| | | 4週 | スポーツと武道について | スポーツと武道の違いについて考察する。 | |
| | | 5週 | 現在のスポーツ界について | 現在のスポーツ界の問題点について考察する。 | |
| | | 6週 | スポーツとメディアについて | スポーツとメディアの関係について理解を深める。 | |
| | | 7週 | コンディショニングと疲労 | 疲労とコンディショニングについて理解を深める。 | |
| | | 8週 | トレーニングの科学について | 最新のトレーニング理論について学び理解を深める。 | |
| | 4thQ | 9週 | スポーツ選手の栄養について | スポーツ選手の理想的な食事について学び理解を深める。 | |
| | | 10週 | スポーツ選手の心理について | 大会時の緊張等について学び、その克服法を理解する。 | |
| | | 11週 | 運動時の身体の変化について | 運動時の身体の変化について理解を深める。 | |
| | | 12週 | 運動時の心拍数について 1 | ウォーキングやジョギングなど、比較的軽度の運動時の心拍数を測定し考察する。 | |
| | | 13週 | 運動時の心拍数について 2 | 中等度の運動時の心拍数を測定し考察する。 | |
| | | 14週 | 運動時の心拍数について 3 | 強度の運動時の心拍数を測定し考察する。 | |
| | | 15週 | 健康と体力について | 自分の健康と体力について考察する。 | |
| | | 16週 | | | |
| モデルコアカリキュラムの学習内容及到達目標 | | | | | |
| 分類 | 分野 | 学習内容 | 学習内容の到達目標 | 到達レベル | 授業週 |
| 分野横断的能力 | 態度・志向性(人間力) | 態度・志向性 | 周囲の状況と自身の立場に照らし、必要な行動をとることができる。 | 3 | |
| | | | 自らの考えで責任を持ってものごとに取り組むことができる。 | 3 | |
| | | | 目標の実現に向けて計画ができる。 | 3 | |
| | | | 目標の実現に向けて自らを律して行動できる。 | 3 | |
| | | | 日常生活における時間管理、健康管理、金銭管理などができる。 | 3 | |
| | | | 社会の一員として、自らの行動、発言、役割を認識して行動できる。 | 3 | |
| | | | チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。 | 3 | |
| | | | チームで協調・共同するために自身の感情をコントロールし、他者の意見を尊重するためのコミュニケーションをとることができる。 | 3 | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| | | | 当事者意識をもってチームでの作業・研究を進めることができる。 | 3 | |
| | | | チームのメンバーとしての役割を把握した行動ができる。 | 3 | |
| | | | リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。 | 3 | |
| | | | 適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。 | 3 | |
| | | | リーダーシップを発揮する(させる)ためには情報収集やチーム内での相談が必要であることを知っている | 3 | |
| | | | 法令やルールを遵守した行動をとれる。 | 3 | |
| | | | 他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。 | 3 | |
| | | | 技術が社会や自然に及ぼす影響や効果を認識し、技術者が社会に負っている責任を挙げることができる。 | 3 | |

評価割合

| | 試験 | 発表 | 相互評価 | 態度 | ポートフォリオ | その他 | 合計 |
|---------|----|----|------|----|---------|-----|-----|
| 総合評価割合 | 90 | 5 | 0 | 5 | 0 | 0 | 100 |
| 基礎的能力 | 90 | 5 | 0 | 5 | 0 | 0 | 100 |
| 専門的能力 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 分野横断的能力 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |