

Kurume College		Year	2024		Course Title	Health and Physical Education 3	
Course Information							
Course Code		3A07		Course Category		General / Compulsory	
Class Format		Experiment / Practical training		Credits		School Credit: 2	
Department		Department of Mechanical Engineering		Student Grade		3rd	
Term		Year-round		Classes per Week		2	
Textbook and/or Teaching Materials		イラストでみる最新スポーツルール 大修館書店					
Instructor		龍頭 信二					
Course Objectives							
1. 各種競技技術を習得する。 2. ルールを理解し、安全に実践する能力を身につける。 3. 多くの運動種目に接することにより、生涯を通して運動に親しみ、健康な生活を営むことができる態度を養う。							
Rubric							
		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		トータル的に十分な運動量が確保され、高いレベルの運動技術の習得が確認できる。		トータル的に運動量が確保され、標準レベルの運動技術の習得が確認できる。		トータル的に十分な運動量が確保されず、一定レベルの運動技術の習得が確認できない	
評価項目2		十分にルールを理解し、遵守したうえで、競技を実践することができる		ルールを理解し、遵守したうえで、競技を実践することができる		ルールが理解できず、競技実践が十分でない	
評価項目3		生涯にわたって積極的に運動に親しみ、実践することができる能力が十分に確認できる		生涯にわたって運動に親しみ、実践しようという気持ちが感じられる		全く運動に興味が持てず、生涯にわたって運動を遂行しようとする気持ちが感じられない	
Assigned Department Objectives							
4							
Teaching Method							
Outline		1. 体力の向上と運動技術の習得をはかり、健康で強靱な心身を養う。 2. ルールや規則を守り、安全に留意し、運動を通して健全な人間関係を保つ態度を養う。					
Style		段階にあわせた達成可能な技術の提供を行う。 学校が定めた体操服（体育館シューズ）を使用すること。 前期：テニス・バドミントンのどちらかを選択し、テニスはテニスコートで(雨天時は体育館)、バドミントンは体育館でそれぞれ実技を行う。水泳については一斉授業とする。 後期：選択科目については人数、施設状況によって決定する。 ただし病気・怪我等で実技ができない場合は、レポート提出させることがある。					
Notice		実技テスト50%、各実技課題毎に実習に取り組む態度50%を目安として評価する。 評価基準：60点以上を合格とする。 再試験を行う。 次回の授業範囲を予習し、専門用語の意味等を理解しておくこと。					
Characteristics of Class / Division in Learning							
☐ Active Learning		☐ Aided by ICT		☐ Applicable to Remote Class		☐ Instructor Professionally Experienced	
Course Plan							
			Theme		Goals		
1st Semester r	1st Quarter	1st	ガイダンス（バドミントン・テニス競技選択）		授業の内容について説明し、バドミントン・テニスの競技を決定する。		
		2nd	基礎技術の習得		バドミントン・テニスのグリップの握り方やラケットの振り方など基礎技術を習得する。		
		3rd	基本練習①		バドミントン・テニスの各種ストロークを練習し、習得する。		
		4th	基本練習②		バドミントン・テニスの各種ストロークを練習し、習得する。		
		5th	実践練習及びルール説明		試合に向けた実践的な練習をこなし、それぞれのルールについて理解する。		
		6th	実践練習及び簡易試合		実際ルールに則って試合ができるかを確認するための簡易試合を行う。		
		7th	リーグ戦試合①		リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。		
		8th	リーグ戦試合②		リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。		
	2nd Quarter	9th	リーグ戦試合③		リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。		
		10th	リーグ戦試合④		リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。		
		11th	リーグ戦試合⑤		リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。		
		12th	リーグ戦試合⑥		リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。		
		13th	実技試験①		これまでに練習した基礎技術が習得できたかを確認する実技テストを行う。		
		14th	水泳の泳ぎ込み		各種泳法の泳ぎ込みをする。		
		15th	実技試験②		これまでに練習した基礎技術が習得できたかを確認する実技テストを行う。		
		16th					

2nd Semester	3rd Quarter	1st	競技選択（サッカー・ソフトボール・テニス・卓球・バドミントン・バレーボールなど）	各種スポーツ競技の中で実施する競技を選択させる。
		2nd	各種競技の基礎技術の習得	選択した各種競技の基礎技術を習得する。
		3rd	基本練習①	選択した各種競技の基本練習を行い、技術の習得を図る。
		4th	基本練習②	選択した各種競技の基本練習を行い、技術の習得を図る。
		5th	基本練習③	選択した各種競技の基本練習を行い、技術の習得を図る。
		6th	実践練習及びルール説明	試合に向けた実践的な練習をこなし、それぞれのルールについて理解する。
		7th	実践練習及び簡易試合	実際ルールに則って試合ができるかを確認するための簡易試合を行う。
		8th	リーグ戦試合①	リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。
	4th Quarter	9th	リーグ戦試合②	リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。
		10th	リーグ戦試合③	リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。
		11th	リーグ戦試合④	リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。
		12th	リーグ戦試合⑤	リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。
		13th	リーグ戦試合⑥	リーグ戦試合を行い、さらに実践的な技術を磨く。
		14th	実技試験①	これまでに練習した基礎技術が習得できたかを確認する実技テストを行う。
		15th	実技試験②	これまでに練習した基礎技術が習得できたかを確認する実技テストを行う。
		16th		

Evaluation Method and Weight (%)

	試験	発表	相互評価	態度	ポートフォリオ	その他	Total
Subtotal	50	0	0	50	0	0	100
基礎的能力	50	0	0	50	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