	専門学校	開講年度	令和06年度(2024年度)	授業科目	保健体育		
科目基礎情報	<u> </u>	1/13/11/2	тыносту (JAKITE	PRIZETTI		
科目番号	3M1250			科目区分	一般 / 必	·····································		
授業形態	講義			単位の種別と単位				
開設学科	機械工学科			対象学年	3			
開設期	通年			週時間数	2			
教科書/教材				 				
	江島 弘晃,大山 泰史							
1. 多種の運動種目を 2. 卓球、バトミント: 3. 新体カテストにより 4. 運動と体カトレー: 5. 身体組成、有酸素	ン、テニス、 り自己の体力 ニングについ	ゴルフについてマ の確認と比較がで て理解できる。	重目の特性と基本的できる。	リルールが理解できる	· •			
ルーブリック								
		理想的な到達し	ベルの目安	標準的な到達レベル	ルの目安	未到達レベルの目安		
多種の運動種目を経験することに より生涯スポーツとしての取り組 み方が理解できる。		動作ができ、各項 つてが一ムを通り 使、それらを安全 全に授業を進行 。他者と協力協調	につけた基本的は則 種目のルールール 営できる。行りりできる。 で配置ことがでいま にすることがでいま して、 いま して、 いま いま いま いま いま いま いま いま いま いま いま いま いま	1 / 2年生で身につりに基本の 動作ができ、各種目のルー川 ってゲームを運営のきる。。 生涯スポーツに必要な、体力 じてスポーツを楽しむ事、安 配慮して取り組むことができ 自分を位な活動にならない。		リ ム連営ができない。また、生涯ス ボーツに必要な、体力に応じてス ボーツを楽しむ事、安全に配慮し て取り組むことができない。 授業で使う道具や施設を安全に適		
卓球、バトミントン、テニス、ゴ ルフについて種目の特性と基本的 ルールが理解できる。		基本的な技術を を覚え、各チー 的に練習や試合 できる。 経験者はチーム 生(未経験者 学生の技能を高。	身につけ、ルール ムで協力し、積極 を運営することが やクラスメイト学 に指導をし、その めることができる	基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力し、練習や試合に参加できる。 経験者はチームやクラスメイト学生(未経験者)に技能向上関する指導をすることができる。また、競技やゲーム運営の手本として活動すことができる。		基本的な技術を身につけたり、ルールを覚えることが殆ど出来ず、練習や試合に対して消極的な態度で参加してる。 経験者でありながらチームやクラスメイト学生(未経験者)に技能		
新体力テストにより自己の体力の 確認と比較ができる。		確認ができ、過 上回っていくこ 、上回るために 加し向上してい	より自己の体力の 去の体力を大きたとができる。 とがでは積極的意 では表しいでででででででででででででででででででででででででいる。 ではないでででいる。 表に基づいて、平発 フォーマンスを発	新体力テストにより自己の体力の確認ができ、過去の体力を上回っていくことができる。また、上回るために測定に積極的に参加した上していこうという意欲がある。全国統一の評価表に基づいて、平均値に到達することができる。		新体力テストにより自己の体力の 確認ができ、過去の体力を上回っ ていくことがでない。自己の体力 を調べるために、測定に全力をも		
学科の到達目標項目	目との関係	Ŕ						
教育方法等								
概要	ベル向上を					スポーツは、戦術を高め、ゲームのレ 二ス、ゴルフ) については、ルールと		
授業の進め方・方法	接業場所:第一体育館かグラウンドにて行う。その他、必要に応じて第二体育館、総合グラウンド、教室でも実施する。 授業形式:実技を中心に進め、前期と後期にそれぞれ講義と筆記試験もしくはレポート課題を1回ずつ実施する。 用意するもの:学生が各自で指定の体操服と体育館シューズ、グラウンドシューズを用意しておくこと。 主な授業内容: 〈前 期〉 1. 種目練習:全種目を均等に実施する。							
^{注意点} 授業の属性・履修	3. 保健理論:環境問題について学び筆記試験もしくはレポート課題を行う。 評価方法:実技試験、体力テストによる評価70%、筆記試験、レポート等15%、授業への取り組み等15%で評価を行い。 60点以上を合格とする。 自己学習の指針:最新スポーツルール (大修館)を活用し、授業内容の理解がより深まるように各種目の技術やルールを予習・復習する (3年次から種目がバドミントン、卓球、硬式テニス、ゴルフが増える)。また、生涯を通じてスポーツに親しむ (する・見る・支える) 資質を養うために、各種目の起源 (歴史) や特徴 (楽しさ)を学ぶ。 その他:担当者により、授業内容の順序・授業方法・評価方法に違いがあるので、授業最初のガイダンスで確認をすること。							
☑ アクティブラーニン	グ	☑ ICT 利用		□ 遠隔授業対応		□ 実務経験のある教員による授業		

授業計画	1	\p_	15.44.1					
		週	授業内容		週ごとの到達目標	<u> </u>		
1stQ 前期		1週	オリエンテーション		年間および前期の授業の流れを把握し、評価が 講方法を理解できる。			
		2週	個人種目(集団種目)①		個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理解でる。 集団種目の技術や戦術を高めることができる。			
				個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理	里解でき			
		3週	個人種目(集団種目)) ②	る。 集団種目の技術や戦術を高めることができる。			
					個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理			
		4週	個人種目(集団種目)	3	る。集団種目の技術や戦術を高めることができる。			
	1stQ	5週	個人種目(集団種目)	•	個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理る。 集団種目の技術や戦術を高めることができる。	里解でき		
		6週	個人種目(集団種目)⑤		個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理解できる。 集団種目の技術や戦術を高めることができる。			
		7週	個人種目(集団種目)	6	個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理解でる。 集団種目の技術や戦術を高めることができる。			
		8调	新体力テスト練習		上体起こし・長座体前屈・握力・反復横跳びの 練習を行い、測定方法を理解することができる。	か測定の		
		10,23	身体組成測定		身体組成を測定をすることで、自己の体格の変化を指揮することができる。			
		9週	新体力テスト本番 保健理論講義		上体起こし・長座体前屈・握力・反復横跳びの測定を行い自身の体力を知ることができる。 運動と体力トレーニングに関する知識を得ることができ			
		10週	保健理論筆記試験もし	くはレポート課題		をするこ		
	2ndQ	11週	実技試験練習		実技試験の課題に沿った練習を行い技能を高めることができる。			
		12週	実技試験①		実技試験の課題に挑戦し、達成することができる。			
		13週	実技試験②		実技試験の課題に挑戦し、達成することができる。			
		14週	実技試験③		実技試験の課題に挑戦し、達成することができる。			
		15週	実技試験④		実技試験の課題に挑戦し、達成することができ			
		16週	実技試験予備日					
		1週	オリエンテーション 新体力テスト練習①		後期の授業の流れを把握し、評価方法、受講方法を理解することができる。 50m走・ハンドボール投げ・立ち幅跳びの測定の練習を行い、測定方法を理解することができる。			
		2週	体育祭の練習		体育祭の練習(行進、校歌、学生歌、ラジオ体操第 、各種目)を通して協調性をたかめることができる。			
3rd		3週	新体力テスト本番① 新体力テスト練習②		50m走・ハンドボール投げ・立ち幅跳び・の測定をい自身の体力を知ることができる。 持久走の練習を行い、測定方法を理解することがで る。			
	3rdQ	4週	新体力テスト本番② 保健理論講義		持久走の測定を行い自身の体力を知ることがで 環境問題に関する知識を得ることができる。	できる。		
		5週	保健理論筆記試験もし	くはレポート課題	環境問題に関する知識の確認をすることができ	きる。		
		6週	個人種目(集団種目)	7	個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理る。	里解でき		
					集団種目の技術や戦術を高めることができる。			
後期 4tH		7週	個人種目(集団種目)⑧		個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理解でる。 集団種目の技術や戦術を高めることができる。			
		8週	個人種目(集団種目)⑨		個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理解できる。			
	4thQ	9週	個人種目(集団種目)	10)	集団種目の技術や戦術を高めることができる。 個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理解できる。			
		10週	 個人種目(集団種目)⑪		集団種目の技術や戦術を高めることができる。 個人種目のルール・試合方法・技術を実践・理解で る。			
		11週	実技試験練習		集団種目の技術や戦術を高めることができる。 実技試験の課題に沿った練習を行い技能を高めること			
					ができる。			
		12週	実技試験①		実技試験の課題に挑戦し、達成することができる。			
		13週	実技試験②		実技試験の課題に挑戦し、達成することができる。			
		14週	実技試験③		実技試験の課題に挑戦し、達成することができる。			
		15週	実技試験④		実技試験の課題に挑戦し、達成することができる。			
ホ/エマリク		16週	実技試験予備日					
評価割合	î	Τ.		T				
			ミ技試験	筆記試験	取り組み・態度 合計			

基礎的能力	70	15	15	100
専門的能力	0	0	0	0
分野横断的能力	0	0	0	0