

苫小牧工業高等専門学校		開講年度	令和05年度 (2023年度)		授業科目	体育 I	
科目基礎情報							
科目番号		0013		科目区分		一般 / 必修	
授業形態		実験・実習		単位の種別と単位数		履修単位: 2	
開設学科		創造工学科 (一般科目)		対象学年		1	
開設期		通年		週時間数		前期:2 後期:2	
教科書/教材		なし					
担当教員		多賀 健					
到達目標							
健康・安全や運動についての理解と運動の合理的な実践を通して、計画的に運動する習慣を身につけ、集団における責任と義務を果たし、自ら進んで健康の増進と体力の向上を図り、継続的に生涯を通じて明るく豊かな活力ある生活を営むことができる能力や態度を身につけることを目標とする。							
ルーブリック							
		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	
運動技能・意欲 (主体性)		多様な種目において高い意欲を持って取り組むとともに高い技能を習得できる。		多様な種目において意欲を持って取り組むとともに標準的な技能を習得できる。		意欲を持って運動に取り組むことができず、基本的な技能を習得できない。	
自主的継続的学習 (主体性、合意形成、チームワーク)		自ら進んで健康増進や体力向上を図り、継続的に学習を行うことができる。		教員の指示により健康増進や体力向上を図り、継続的に学習を行うことができる。		健康増進や体力向上を図ることができず、継続的に学習を行うことができない。	
安全管理行動 (主体性、合意形成、チームワーク)		自己や周囲の安全に留意しながら活動を行うことができる。危険を回避するだけでなく、不安全な行動を予防することができる。		自己や周囲の安全に留意しながら活動を行うことができ、危険を回避することができる。		自己の安全に留意した活動を行うことができない。	
集団行動力 (主体性、合意形成、チームワーク)		集団の目指す方向性を自ら示し、他者の意見も尊重しつつ適切なコミュニケーションをとりながら協調した行動をとることができる。		集団の目指す方向性を理解し、周囲と適切なコミュニケーションをとりながら協調した行動をとることができる。		集団の目指す方向性を理解できず、周囲と適切なコミュニケーションをとりながら協調した行動をとることができない。	
学科の到達目標項目との関係							
Ⅰ 人間性 1 Ⅰ 人間性 Ⅱ 実践性 2 Ⅱ 実践性 Ⅲ 国際性 3 Ⅲ 国際性							
教育方法等							
概要		各種スポーツ活動を通じて、健康・安全や運動についての理解と計画的に運動する習慣を教授するとともに、自ら進んで健康の増進と体力の向上を図り、生涯を通じて明るく豊かな活力ある生活を営むことができる能力や態度を育成する。					
授業の進め方・方法		各種スポーツ活動を通じて、学生自らが主体となって準備運動・各種目練習・試合形式と授業を進め、道具の準備や後片付けについても、安全面を考え行動できるなど、自主的な取り組み・運営ができるようにする。なお、授業計画については、天候状況等により変更することがあるため担当教員の指示に従うこと。					
注意点		授業を受けるにあたっては、運動着、屋内・屋外運動靴を用意すること。柔道は男女ともに必修です。また、日頃から健康管理やスポーツに関わるメディア情報や関連書籍などに関心を持ち、予備知識を得ておくこと。					
授業の属性・履修上の区分							
☐ 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							
		週	授業内容		週ごとの到達目標		
前期	1stQ	1週	ガイダンス 自己紹介 (スポーツ歴) 苫小牧高専フォトラリー		1 学年の体育の位置づけを理解することができる。		
		2週	身体を使った脳トレ コミュニケーションゲーム		・互いにコミュニケーションを取りながら、楽しく、安全に運動する準備ができる。		
		3週	体カテスト (屋内)		・新体カテスト (屋内) の実施から自己の発育発達を確認することができる。		
		4週	体カテスト (屋外) フィジカル・フィットネス		・新体カテスト (屋外) の実施から自己の発育発達を確認することができる。 ・筋力トレーニングや持久力トレーニングの効果や重要性を理解し、日常生活に生かすことができる。		
		5週	Aグループ：バドミントン① Bグループ：卓球①		・バドミントンでは、フォアストロークの基本的な打ち方を習得できる。 ・卓球では、フォアハンドの基本的な打ち方を習得できる。 ・両種目とも、ダブルスの試合のルールと進め方を理解することができる。		
		6週	Aグループ：バドミントン② Bグループ：卓球②		・バドミントンでは、バックストロークの基本的な打ち方を習得できる。 ・卓球では、バックハンドの基本的な打ち方を習得できる。 ・両種目とも、ダブルスの試合のルールと進め方を理解することができる。		
		7週	Aグループ：卓球① Bグループ：バドミントン①		・バドミントンでは、フォアストロークの基本的な打ち方を習得できる。 ・卓球では、フォアハンドの基本的な打ち方を習得できる。 ・両種目とも、ダブルスの試合のルールと進め方を理解することができる。		

後期	2ndQ	8週	Aグループ：卓球② Bグループ：バドミントン②	・バドミントンでは、バックストロークの基本的な打ち方を習得できる。 ・卓球では、バックハンドの基本的な打ち方を習得できる。 ・両種目とも、ダブルスの試合のルールと進め方を理解することができる。
		9週	体育大会練習①	・春季体育大会に向けた各種目の練習を、学生が主体的に計画し、実行できる。
		10週	ニュースポーツ（タスポニー）	・タスポニーを通して、タスポニー特性と魅力を理解し、楽しむことができる。
		11週	ニュースポーツ（フリーテニス）	・フリーテニスの特性を理解できる。 ・フリーテニスの試合のルールと進め方を理解し、競技の魅力を体感することができる。
		12週	Aグループ：硬式テニス① Bグループ：軟式テニス①	・グループを2つに分け、片方のグループが硬式、・両種目とも、フォアハンドの基本的な打ち方を習得できる。 ・両種目とも、ダブルスの試合のルールや進め方を理解できる。
		13週	Aグループ：硬式テニス② Bグループ：軟式テニス②	・両種目とも、バックハンドの基本的な打ち方を習得できる。 ・両種目とも、ダブルスの試合のルールや進め方を理解できる。
		14週	ニュースポーツ（ボッチャ）	・ボッチャの特性を理解できる。 ・ボッチャの試合のルールと進め方を理解し、競技の魅力を体感することができる。
		15週	種目選択①（屋内外種目の中から、天候状態やクラスのニーズを考慮し種目を決定する）	・指定された種目について、チーム編成や試合進行等がスムーズに行うことができる。
		16週	—	—
	3rdQ	1週	Aグループ：軟式テニス① Bグループ：硬式テニス①	・両種目とも、フォアハンドの基本的な打ち方を習得できる。 ・両種目とも、ダブルスの試合のルールや進め方を理解できる。
		2週	Aグループ：軟式テニス② Bグループ：硬式テニス②	・両種目とも、フォアハンドの基本的な打ち方を習得できる。 ・両種目とも、ダブルスの試合のルールや進め方を理解できる。
		3週	バスケットボール①（3X3）	・バスケットボールでは、3X3（3対3）を通して、バスケットボールの特性と魅力を理解し、楽しむことができる。
		4週	バスケットボール②	・バスケットボールでは、基礎的なドリブル技能を習得することができる。 ・習得した個人技能を生かしながら、チームワークを重視したプレーができる。
		5週	バスケットボール③	・バスケットボールでは、基礎的なパス技能を習得することができる。 ・習得した個人技能を生かしながら、チームワークを重視したプレーができる。
		6週	体育大会練習②	・冬季体育大会に向けた各種目の練習を、学生が主体的に計画し、実行できる。
		7週	バレーボール①（インディアカ・ミニバレー）	・ミニバレーを通して、ミニバレーの特性と魅力を理解し、楽しむことができる。
		8週	バレーボール②	・アンダーハンドパスの基礎技術を習得できる。 ・バレーボールの試合のルールや進め方を理解できる。
	4thQ	9週	バレーボール③	・オーバーハンドパスの基礎技術を習得できる。 ・バレーボールの試合のルールや進め方を理解できる。
		10週	フットサル①（ウォーキングフットボール）	・ウォーキングサッカーを通して、ウォーキングサッカーの特性と魅力を理解し、楽しむことができる。
		11週	フットサル②	・フットサルでは、基礎的なドリブル技能を習得することができる。 ・習得した個人技能を生かしながら、チームワークを重視したプレーができる。
		12週	フットサル③	・フットサルでは、基礎的なパス技能を習得することができる。 ・習得した個人技能を生かしながら、チームワークを重視したプレーができる。
		13週	ニュースポーツ（ドッチビー）	・ドッチビーの特性を理解できる。 ・ドッチビーの試合のルールと進め方を理解し、競技の魅力を体感することができる。
		14週	ニュースポーツ（キンボール）	・キンボールの特性を理解できる。 ・キンボールの試合のルールと進め方を理解し、競技の魅力を体感することができる。
		15週	種目選択②（屋内種目の中から、天候状態やクラスのニーズを考慮し種目を決定する）	・指定された種目について、チーム編成や試合進行等がスムーズに行うことができる。
		16週	—	—

モデルコアカリキュラムの学習内容と到達目標						
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	汎用的技能	汎用的技能	汎用的技能	他者の意見を聞き合意形成することができる。	1	
				合意形成のために会話を成立させることができる。	1	

