| 富山高等専門学校 | 開講年度 | 令和06年度 (2024年度) | 授業科目 | 体育Ⅰ |
|---|---|---|---|---|

## 科目基礎情報

| | | | |
|---|---|---|---|
| 科目番号 | 0014 | 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: 2 |
| 開設学科 | 機械システム工学科 | 対象学年 | 1 |
| 開設期 | 通年 | 週時間数 | 2 |
| 教科書/教材 | | | |
| 担当教員 | 日比 端洋 | | |

## 到達目標

①各種目の技能習得、ルールの理解ができる。
②チームメイトとコミュニケーションをとることができる。
③授業に出席し、積極的に運動することの重要性を理解し実践できる。

## 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 |
|---|---|---|---|
| 各種目の技能習得、ルールの理解ができる | 各種目の技能習得、ルールの理解ができ、実践している | 各種目の技能習得、ルールの理解ができる | 各種目の技能習得、ルールの理解ができない |
| チームメイトとコミュニケーションをとることができる | チームメイトとコミュニケーションをとることができ、リーダーシップをとっている | チームメイトとコミュニケーションをとることができる | チームメイトとコミュニケーションをとることができない |
| 授業に出席し、積極的にプレーすることができる | 授業に出席し、積極的にプレーすることができる | 授業に出席し、積極的にプレーすることを心がけている | 欠席が多く、消極的な行動が目立ち、プレーする意欲がみられない |

## 学科の到達目標項目との関係

ディプロマポリシー 2

## 教育方法等

| | |
|---|---|
| 概要 | コミュニケーション力（表現力）、アクション力、集中力 |
| 授業の進め方・方法 | 集団的スポーツを中心に学習することにより、種々競技における基本的な個人技の習得といった身体的技能および公正、協調、責任などの心身の調和的発達を促すことを授業のねらいとする。また、体力テストの測定結果をもとに自己の体力・運動能力を認識し、それらの能力を高めるために定期的に運動することの重要性を理解することも授業のねらいの一つである。 |
| 注意点 | 決められた服装で授業に参加すること。雨天時は、内履きを用意すること。<br>病気、怪我などの身体的事情で長期見学する場合は、あらかじめ医師の診断書を提出すること。<br>授業で学習する競技の基本技術を身につけることが大切である。ルールをしっかり理解すること。定期的に運動することが体力の保持・増進につながることから、授業に出席し、積極的に取り組むことも重要である。そのため、出席状況や授業への取り組み姿勢も評価の対象としている。 |

## 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 | 事前指導　陸上競技への導入<br>～1年間の授業計画を説明する。スターティングブロックの使用法、円盤投げの注意事項を学習する～ | 陸上競技で使用するスターティングブロックの設置ができる。また，使用することができる。 |
| | | 2週 | 陸上競技の基本技能<br>～陸上競技の各種目における基本技術の重要性を理解し、その技術を練習する～ | スターティングブロックを利用した50m走，走り幅跳び，円盤投げができる。また，学生同士で計測することができる。 |
| | | 3週 | 陸上競技の基本技能<br>～陸上競技の各種目における基本技術の重要性を理解し、その技術を練習する～ | スターティングブロックを利用した50m走，走り幅跳び，円盤投げができる。また，学生同士で計測することができる。 |
| | | 4週 | 陸上競技の基本技能<br>～陸上競技の各種目における基本技術の重要性を理解し、その技術を練習する～ | スターティングブロックを利用した50m走，走り幅跳び，円盤投げができる。また，学生同士で計測することができる。 |
| | | 5週 | 新体力テストの実施<br>～新体力テストの屋内種目を実施する。 | 上体起こし，反復横跳び，握力，長座体前屈，20mシャトルランの計測を行う |
| | | 6週 | 新体力テストの実施<br>～新体力テストの室外種目を実施する。 | 50m走，ボール投げ，立ち幅跳びの計測を行う |
| | | 7週 | 陸上競技の種目記録測定<br>～陸上競技の各種目の記録を測定する～ | 50m走，走り幅跳び，円盤投げの記録測定を行い，自己記録を更新する |
| | | 8週 | ソフトボールへの導入<br>～ソフトボールに必要な個人技能（キャッチボール・ピッチング等）を学習し、実践する～ | ソフトボールの基礎技術を学び，実施できるようになる |
| | 2ndQ | 9週 | ソフトボールの基本技術<br>～バッティングも含めた基本技能を学習し、実践する。～ | ソフトボールの基礎技術を学び，実施できるようになる |
| | | 10週 | ソフトボールの基本技術<br>～連携も含めた守備練習を実施する～ | ソフトボールのゲームができるように，ルールや戦略を練れるようになる |
| | | 11週 | ソフトボールのゲーム実践<br>～学生でゲーム・競技運営を行う～ | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 12週 | ソフトボールのゲーム実践<br>～学生でゲーム・競技運営を行う～ | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 13週 | ソフトボールのゲーム実践<br>～学生でゲーム・競技運営を行う～ | 学生同士で試合運営を行う |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | | 14週 | ソフトボールの実技試験<br>～キャッチボール、ピッチング等の実技試験を実施する～ | ウィンドミル投法，キャッチボールの習熟度の確認をおこなう |
| | | 15週 | 授業評価アンケート<br>ソフトボールのゲーム実践 | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 16週 | | |
| 後期 | 3rdQ | 1週 | バレーボールへの導入<br>～バレーボールに必要な個人技能（オーバー・アンダーパス、スパイク等）を学習し、実践する～ | バレーボールの基礎技術を学び、実施できるようにする |
| | | 2週 | バレーボールの基本技術<br>～レシーブ、トス、アタックの攻撃方法を実践する～ | バレーボールにおける三段攻撃が実践できるようにする |
| | | 3週 | バレーボールの基本技術<br>～レシーブ、トス、アタックの攻撃方法を実践する～ | バレーボールにおける三段攻撃が実践できるようにする |
| | | 4週 | バレーボールの基本技術<br>～相手の攻撃に対する守備を実践する～ | ブロックも含めて、バレーボールの守備を実践できるようにする |
| | | 5週 | バレーボールのゲーム実践<br>～学生でゲームの運営を行う～ | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 6週 | バレーボールのゲーム実践<br>～学生でゲームの運営を行う～ | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 7週 | バレーボールの実技試験<br>～バレーボールの基本技術の実技試験を行う～ | 基本技術の習熟度を試験する |
| | | 8週 | バスケットボールへの導入<br>～ドリブル・パス・シュート等の基本技術を学習し、実践する～ | バスケットボールの基礎技術を学び，実施できるように取り組む |
| | 4thQ | 9週 | バスケットボールの基本技術<br>～対人技能を含めたバスケットボールの基本動作・技術を学習し、実践する～ | バスケットボールのゲームができるようにルールを理解し，対人技能を習得できるように取り組む |
| | | 10週 | バスケットボールのゲーム<br>～バスケットボールのゲームを実施する～ | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 11週 | バスケットボールのゲーム<br>～バスケットボールのゲームを実施する～ | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 12週 | バスケットボールのゲーム<br>～バスケットボールのゲームを実施する～ | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 13週 | バスケットボールのゲーム<br>～バスケットボールのゲームを実施する～ | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 14週 | バスケットボールの実技試験<br>～ドリブル・シュート等、バスケットボールの実技試験を行う～ | ドリブルシュート，フリースローシュート，ゴール下からのシュートの習熟度の確認をおこなう |
| | | 15週 | 授業評価アンケート<br>バスケットボールのゲーム | 学生同士で試合運営を行う |
| | | 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 |
|---|---|---|---|---|---|

## 評価割合

| | 出席・態度 | 運動技術 | 実技試験 | 合計 |
|---|---|---|---|---|
| 総合評価割合 | 20 | 30 | 50 | 100 |
| 前期 | 10 | 15 | 25 | 50 |
| 後期 | 10 | 15 | 25 | 50 |