

|                                                                                          |                                                                                                                      |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| 福井工業高等専門学校                                                                               |                                                                                                                      | 開講年度                                       | 令和06年度 (2024年度)                                                                                       |                                                                                                                                       | 授業科目                                                                                                        | 生涯スポーツ実習                                           |
| 科目基礎情報                                                                                   |                                                                                                                      |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 科目番号                                                                                     | 0040                                                                                                                 |                                            | 科目区分                                                                                                  | 一般 / 必修                                                                                                                               |                                                                                                             |                                                    |
| 授業形態                                                                                     | 実技                                                                                                                   |                                            | 単位の種別と単位数                                                                                             | 履修単位: 2                                                                                                                               |                                                                                                             |                                                    |
| 開設学科                                                                                     | 物質工学科                                                                                                                |                                            | 対象学年                                                                                                  | 4                                                                                                                                     |                                                                                                             |                                                    |
| 開設期                                                                                      | 通年                                                                                                                   |                                            | 週時間数                                                                                                  | 2                                                                                                                                     |                                                                                                             |                                                    |
| 教科書/教材                                                                                   | 健康・スポーツ科学の基礎 (杏林書院)                                                                                                  |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 担当教員                                                                                     | 青木 宏樹,東 章弘,松井 一洋                                                                                                     |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 到達目標                                                                                     |                                                                                                                      |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| (1) 身体・健康・体力・運動に関する課題の理解から、個人あるいはグループにおける問題や課題を発見し、それぞれの能力に応じた目標設定・解決プロセスを提案・実行することができる。 |                                                                                                                      |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 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                                                                                                   |                                                    |
| 評価項目1                                                                                    | 欠席、遅刻、早退、見学がほとんどなく、忘れ物もなく、安全かつ主体的に授業に取り組むことができる。                                                                     |                                            | 欠席、遅刻、早退、見学が少なく、忘れ物も少なく、安全かつ積極的に授業に取り組むことができる。                                                        |                                                                                                                                       | 欠席、遅刻、早退、見学が多く、または忘れ物が多い。もしくは、安全かつ積極的に授業に取り組むことができない。                                                       |                                                    |
| 評価項目2                                                                                    | 主体的に競技運営を行い、高い意識で安全管理に対して適切に取り組むほか、協力してスポーツを楽しむことができる。                                                               |                                            | 積極的に競技運営を行い、安全管理に対して適切に取り組むほか、自らがスポーツを楽しむことができる。                                                      |                                                                                                                                       | 積極的に競技運営を行うことができず、安全管理に適切に取り組めない。もしくは、スポーツを楽しむことができない。                                                      |                                                    |
| 評価項目3                                                                                    | 健康・スポーツ科学の基礎的内容を知識として十分に理解し、自己の日常生活、体格・体力データに関連づけ、横断的、縦断的に分析し、かつ多角的に考察できるとともに、健康管理や体格・体力の改善を図るための具体的な計画を立案することができる。  |                                            | 健康・スポーツ科学の基礎的内容を知識として理解し、自己の日常生活、体格・体力データに関連づけ、総合的に分析・考察できるとともに、健康管理や体格・体力の改善を図るための具体的な計画を立案することができる。 |                                                                                                                                       | 健康・スポーツ科学の基礎的内容を知識として理解できず、自己の日常生活、体格・体力データに関連づけ、客観的に分析することができない。もしくは健康管理や体格・体力の改善を図るための具体的な計画を立案することができない。 |                                                    |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                            |                                                                                                                      |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 学習・教育到達度目標 RE3                                                                           |                                                                                                                      |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 教育方法等                                                                                    |                                                                                                                      |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 概要                                                                                       | 自主的なスポーツ種目の選択・実践を通して、将来にわたり継続的で安全にスポーツを楽しむための能力や態度を育てるとともに、健康で活力ある社会生活を送るために必要な体力の保持増進に関する知識を教授する。                   |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 授業の進め方・方法                                                                                | 体力測定から得られたデータを分析し、体力の維持・向上に果たす継続的な運動の必要性を考察させる。各自が選択したスポーツを自主的・継続的に実施し、準備・安全管理や練習・ゲームの計画立案等を経験させる。                   |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 注意点                                                                                      | 授業計画のうち、外で行われる種目は天候などによって選択種目を入れ替えるなど変更せざるを得ない場合がある。筆記試験が60%に満たない場合は再試験を実施するか課題を課す場合がある。レポート（必須課題）を提出しない場合は合格とはならない。 |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| 授業の属性・履修上の区分                                                                             |                                                                                                                      |                                            |                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
| <input checked="" type="checkbox"/> アクティブラーニング                                           |                                                                                                                      | <input checked="" type="checkbox"/> ICT 利用 |                                                                                                       | <input checked="" type="checkbox"/> 遠隔授業対応                                                                                            |                                                                                                             | <input checked="" 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                                                                                                                              |                                                                                                             |                                                    |
| 前期                                                                                       | 1stQ                                                                                                                 | 1週                                         | オリエンテーション<br>シラバスの説明と運動実践上の安全管理について                                                                   | シラバスの内容および体育授業における安全管理について理解できる。                                                                                                      |                                                                                                             |                                                    |
|                                                                                          |                                                                                                                      | 2週                                         | 体力測定<br>文部科学省体力テストの測定方法について                                                                           | 体力テストの測定方法および実施目的について理解できる。                                                                                                           |                                                                                                             |                                                    |
|                                                                                          |                                                                                                                      | 3週                                         | 体力測定<br>体力テスト                                                                                         | グループワークとして正確に体力テストを実施できる。また、測定項目の運動要素について理解できる。                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
|                                                                                          |                                                                                                                      | 4週                                         | 体力測定<br>体力テスト                                                                                         | グループワークとして正確に体力テストを実施できる。また、測定項目の運動要素について理解できる。                                                                                       |                                                                                                             |                                                    |
|                                                                                          |                                                                                                                      | 5週                                         | 選択種目・ショートレクチャー<br>サッカー、テニス、ソフトボール、アルティメット (外)<br>バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 (内)                        | これまでに学習した団体種目について、主体的に必要な器具・用具の準備・片づけや運営ができるほか、協力して練習やゲームを行い、スポーツを楽しむことができる。<br>健康・スポーツ科学の基礎的内容について学習し、日常生活に関連する課題を発見し、解決するための行動ができる。 |                                                                                                             |                                                    |
|                                                                                          |                                                                                                                      | 6週                                         | 選択種目・ショートレクチャー<br>サッカー、テニス、ソフトボール、アルティメット (外)<br>バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 (内)                        | これまでに学習した団体種目について、主体的に必要な器具・用具の準備・片づけや運営ができるほか、協力して練習やゲームを行い、スポーツを楽しむことができる。<br>健康・スポーツ科学の基礎的内容について学習し、日常生活に関連する課題を発見し、解決するための行動ができる。 |                                                                                                             |                                                    |
|                                                                                          |                                                                                                                      | 7週                                         | 選択種目・ショートレクチャー<br>サッカー、テニス、ソフトボール、アルティメット (外)<br>バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 (内)                        | これまでに学習した団体種目について、主体的に必要な器具・用具の準備・片づけや運営ができるほか、協力して練習やゲームを行い、スポーツを楽しむことができる。<br>健康・スポーツ科学の基礎的内容について学習し、日常生活に関連する課題を発見し、解決するための行動ができる。 |                                                                                                             |                                                    |
|                                                                                          |                                                                                                                      | 8週                                         | 体力測定講義<br>スポーツテスト結果記入および健康・体力についての講義                                                                  | 自己の体格・体力データを整理できる。                                                                                                                    |                                                                                                             |                                                    |

[illegible]

|  |  |     |                                                                                     |                                                                              |
|--|--|-----|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | 10週 | 選択種目（第二選択）・グループ演習<br>サッカー、テニス、ソフトボール、アルティメット<br>(外)<br>バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球（内） | これまでに学習した団体種目について、主体的に必要な器具・用具の準備・片づけや運営ができるほか、協力して練習やゲームを行い、スポーツを楽しむことができる。 |
|  |  | 11週 | 選択種目（第二選択）・グループ演習<br>サッカー、テニス、ソフトボール、アルティメット<br>(外)<br>バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球（内） | これまでに学習した団体種目について、主体的に必要な器具・用具の準備・片づけや運営ができるほか、協力して練習やゲームを行い、スポーツを楽しむことができる。 |
|  |  | 12週 | 選択種目（第二選択）・グループ演習<br>サッカー、テニス、ソフトボール、アルティメット<br>(外)<br>バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球（内） | これまでに学習した団体種目について、主体的に必要な器具・用具の準備・片づけや運営ができるほか、協力して練習やゲームを行い、スポーツを楽しむことができる。 |
|  |  | 13週 | 選択種目（第二選択）・グループ演習<br>サッカー、テニス、ソフトボール、アルティメット<br>(外)<br>バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球（内） | これまでに学習した団体種目について、主体的に必要な器具・用具の準備・片づけや運営ができるほか、協力して練習やゲームを行い、スポーツを楽しむことができる。 |
|  |  | 14週 | 選択種目（第二選択）・グループ演習<br>サッカー、テニス、ソフトボール、アルティメット<br>(外)<br>バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球（内） | これまでに学習した団体種目について、主体的に必要な器具・用具の準備・片づけや運営ができるほか、協力して練習やゲームを行い、スポーツを楽しむことができる。 |
|  |  | 15週 | レポート評価<br>レポート内容に関する説明                                                              | 地域スポーツ、健康スポーツについて社会的、健康上の意義について理解し、生涯スポーツに対する意識を高めることができる。                   |
|  |  | 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  | 円滑なコミュニケーションのための態度をとることができる(相づち、繰り返し、ボディランゲージなど)。 | 3     | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |             |        | グループワーク、ワークショップ等の特定の合意形成の方法を実践できる。                | 3     | 前2,前3,前4                                                                    |
|         |             |        | 複数の情報を整理・構造化できる。                                  | 3     | 後9,後15                                                                      |
|         |             |        | 課題の解決は直感や常識にとらわれず、論理的な手順で考えなければならないことを知っている。      | 3     | 後9,後15                                                                      |
|         |             |        | 事実をもとに論理や考察を展開できる。                                | 3     | 後9,後15                                                                      |
|         |             |        | 結論への過程の論理性を言葉、文章、図表などを用いて表現できる。                   | 3     | 後9,後15                                                                      |
|         | 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     | 前2,前3,前4                                                                    |
|         |             |        | 自らの考えで責任を持つものごとに取り組むことができる。                       | 3     | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |             |        | 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     | 前5,前6,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前15,前16,後9,後15                           |
|         |             |        | 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     | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |

|         |     |      |      |                                                              |     |                                                                             |
|---------|-----|------|------|--------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------------------|
|         |     |      |      | 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   | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |     |      |      | 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   | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |     |      |      | 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   | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |     |      |      | 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   | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |     |      |      | 適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。                                     | 3   | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |     |      |      | 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   | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |     |      |      | 法令やルールを遵守した行動をとれる。                                           | 3   | 前5,前6,前7,前9,前10,前11,前12,前13,前14,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後10,後11,後12,後13,後14 |
|         |     |      |      | 他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。                                      | 3   | 前15,後15                                                                     |
| 評価割合    |     |      |      |                                                              |     |                                                                             |
|         | テスト | レポート | 取り組み | グループ演習                                                       | 合計  |                                                                             |
| 総合評価割合  | 30  | 30   | 30   | 10                                                           | 100 |                                                                             |
| 分野横断的能力 | 30  | 30   | 30   | 10                                                           | 100 |                                                                             |