

| 函館工業高等専門学校   |  | 開講年度  | 令和02年度 (2020年度)  | 授業科目  | スポーツ科学 I |
|--|--|---|--|---|----------|
| 科目基礎情報   |  |   |  |   |          |
| 科目番号   | 0001   |   | 科目区分   | 一般 / 必修   |          |
| 授業形態   | 授業   |   | 単位の種別と単位数  | 履修単位: 2   |          |
| 開設学科   | 物質環境工学科  |   | 対象学年   | 1   |          |
| 開設期  | 通年   |   | 週時間数   | 2   |          |
| 教科書/教材   |  |   |  |   |          |
| 担当教員   | 清野 國安  |   |  |   |          |
| 到達目標   |  |   |  |   |          |
| 各種スポーツの基本的な技術についての知識を習得し、動きとして実技の中で実践することができる。また、毎時間授業に出席して、集団の一員としての役割と責任を自覚し、個人や集団の安全に注意しながら練習や試合に集中することができることが到達レベルである。 |  |   |  |   |          |
| 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  | 標準的な到達レベルの目安に加えて、それぞれのスポーツ種目の基本的技術を実践できる。  | 授業へ遅刻、欠席、見学することなく、安全に注意し集中して熱心に授業に取り組む。加えて、保健分野及びそれぞれのスポーツ種目の基本的技術についての知識を理解する。 | 遅刻、欠席、見学が比較的多く、授業に集中しない又は熱心に取り組まない。また、保健分野及びそれぞれのスポーツ種目の技術についての知識を理解しない。 |   |          |
| 学科の到達目標項目との関係  |  |   |  |   |          |
| 函館高専教育目標 A   |  |   |  |   |          |
| 教育方法等  |  |   |  |   |          |
| 概要   | スポーツを楽しむことができるように、それぞれの種目における基本的な技術について、知識を習得・実践し、それをゲームに応用できるようにする。毎時間授業に出席して、集中力をもって積極的に授業に取り組む姿勢が大切である。   |   |  |   |          |
| 授業の進め方・方法  | 出欠・見学・授業態度 (A-2) (50%)、実技試験 (A-2) (30%)、筆記試験 (20%) で前期期末、学年末に評価する。また、次に該当するような授業態度 (熱心に取り組まない、指示に従わない、授業におけるルールを守らない、他人に迷惑を掛ける、集団行動を乱す等) があった場合は、程度によって減点する。 |   |  |   |          |
| 注意点  | ・健康管理に配慮して、スポーツ実技・試験に参加すること。<br>・安全に注意し、集中力を発揮して積極的に授業に取り組むこと。   |   |  |   |          |
| 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<br>遠隔授業の進め方・要点の説明  | 今年度の授業の要点を理解できる   |          |
|  |  | 2週  | 保健分野：呼吸について<br>課題の作成と提出  | 肺の機能、呼吸・ガス交換について理解できる   |          |
|  |  | 3週  | 保健分野：血液について<br>課題の作成と提出  | 血液の成分・働きについて理解できる   |          |
|  |  | 4週  | 保健分野：心臓について<br>課題の作成と提出  | 心臓のについて理解できるについて理解できる   |          |
|  |  | 5週  | 保健分野：循環器系について<br>課題の作成と提出  | 心臓と血管の構造と働きについて理解できる  |          |
|  |  | 6週  | 保健分野：運動強度について①<br>課題の作成と提出   | 心拍数・酸素摂取量と運動強度との関係について理解できる   |          |
|  |  | 7週  | 保健分野：運動強度について②<br>課題の作成と提出   | 心拍数・酸素摂取量と運動強度との関係について理解できる   |          |
|  |  | 8週  | 保健分野：筋肉について<br>課題の作成と提出  | 筋肉の構造と種類、収縮の仕組みについて理解できる  |          |
|  | 2ndQ   | 9週  | 保健分野：神経について<br>課題の作成と提出  | 神経の構造と種類、仕組みについて理解できる   |          |
|  |  | 10週   | 保健分野：内分泌系について<br>課題の作成と提出  | 内分泌系の構造と種類、仕組みについて理解できる   |          |
|  |  | 11週   | バスケットボール   | ドリブル・パス・シュートの基本的技術の知識を習得して実践できる<br>ドリブルからのレイアップシュートができる<br>パスからのレイアップシュートができる |          |
|  |  | 12週   | バスケットボール   | ドリブル・パス・シュートの基本的技術の知識を習得して実践できる<br>ドリブルからのレイアップシュートができる<br>パスからのレイアップシュートができる |          |
|  |  | 13週   | バスケットボール   | ドリブル・パス・シュートの基本的技術の知識を習得して実践できる<br>ドリブルからのレイアップシュートができる<br>パスからのレイアップシュートができる |          |
|  |  | 14週   | バスケットボール   | ドリブル・パス・シュートの基本的技術の知識を習得して実践できる<br>ドリブルからのレイアップシュートができる<br>パスからのレイアップシュートができる |          |
|  |  | 15週   | 前期期末試験   | 筆記試験を実施する   |          |
|  |  | 16週   | 前期期末試験解答   | 前期期末試験の内容を理解する  |          |
| 後期   | 3rdQ   | 1週  | バスケットボール   | パスからのレイアップシュートができる<br>基本的技能を用いてゲームができる  |          |

|      |     |          |   |  |
|------|-----|----------|---|--|
| 4thQ | 2週  | バスケットボール | ドリブル・パス・シュートの基本的技術の知識を習得して実践できる<br>ドリブルからのレイアップシュートができる<br>パスからのレイアップシュートができる<br>基本的技能を用いてゲームができる |  |
|      | 3週  | バスケットボール | ドリブル・パス・シュートの基本的技術の知識を習得して実践できる<br>ドリブルからのレイアップシュートができる<br>パスからのレイアップシュートができる<br>基本的技能を用いてゲームができる |  |
|      | 4週  | バスケットボール | 実技試験  |  |
|      | 5週  | バスケットボール | 実技試験  |  |
|      | 6週  | バレーボール   | オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービスなどの基本的技術の知識を習得し実践できる  |  |
|      | 7週  | バレーボール   | オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービスなどの基本的技術の知識を習得し実践できる  |  |
|      | 8週  | バレーボール   | オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービスなどの基本的技術の知識を習得し実践できる  |  |
|      | 9週  | バレーボール   | オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービスなどの基本的技術の知識を習得し実践できる  |  |
|      | 10週 | バレーボール   | オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービスなどの基本的技術の知識を習得し実践できる<br>基本技術を用いてゲームができる                                   |  |
|      | 11週 | バレーボール   | オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービスなどの基本的技術の知識を習得し実践できる<br>基本技術を用いてゲームができる                                   |  |
|      | 12週 | バレーボール   | オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービスなどの基本的技術の知識を習得し実践できる<br>基本技術を用いてゲームができる                                   |  |
|      | 13週 | バレーボール   | オーバーハンドパス、アンダーハンドパス、サービスなどの基本的技術の知識を習得し実践できる<br>基本技術を用いてゲームができる                                   |  |
|      | 14週 | バレーボール   | 実技試験  |  |
|      | 15週 | バレーボール   | 実技試験  |  |
|      | 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

|         | 実技試験 | 筆記試験 | 相互評価 | 出欠・見学 | ポートフォリオ | その他 | 合計  |
|---------|------|------|------|-------|---------|-----|-----|
| 総合評価割合  | 30   | 20   | 0    | 50    | 0       | 0   | 100 |
| 基礎的能力   | 30   | 20   | 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   |