

一関工業高等専門学校		開講年度	令和02年度 (2020年度)		授業科目	体育
科目基礎情報						
科目番号	0092		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	未来創造工学科 (一般科目)		対象学年	4		
開設期	通年		週時間数	2		
教科書/教材	COLOR WIDE SPORT					
担当教員	安倍 健太郎					
到達目標						
①各種身体運動に必要な技術や、体育理論の知識を習得することが出来る。 ②目標や記録に向かって、挑戦することを通して継続的に努力をする姿勢を身に付けることが出来る。 ③仲間との活動の中で自分の考えを伝え、積極的にコミュニケーションを行い、協調性を身に付けることが出来る。						
【教育目標】 C, D, E						
ルーブリック						
		理想的な到達レベルの目安(優)	標準的な到達レベルの目安(良)	未到達レベルの目安(不可)		
①各種身体運動に必要な技術や、体育理論の知識を習得することが出来る。		各種身体運動に必要な技術が高く身に付けるとともに、体育理論の知識を身に付け自分の考えを文章に論理的にまとめることが出来る。	各種身体運動に必要な技術を身に付けるとともに、体育理論の知識を身に付け自分の考えを文章にまとめることが出来る。	各種身体運動に必要な技術を身に付けることができない。また体育理論の知識を身に付けることができず、自分の考えを文章にまとめることが出来ない。		
②目標や記録に向かって、挑戦することを通して継続的に努力をする姿勢を身に付けることが出来る。		自ら目標を設定し、その目標を大きく突破することが出来る。	自ら目標を設定し、その目標を突破することが出来る。	自ら目標を設定し、その目標を突破することが出来ない		
③仲間との活動の中で自分の考えを伝え、積極的にコミュニケーションを行い、協調性を身に付けることが出来る。		仲間を励ましたり、良い点や修正点を見付けて積極的かつ自主的に声を掛け合ったりすることができている。	仲間を励ましたり、良い点や修正点を見付けて声を掛け合ったりすることができている。	仲間を励ましたり、良い点や修正点を見付けて声を掛け合ったりすることができない。		
学科の到達目標項目との関係						
教育方法等						
概要	生涯に通じて継続的にスポーツを楽しむための資質や能力を育てるとともに、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修得する。					
授業の進め方・方法	・「授業項目」に対応する教科書・参考書の内容を事前に読んでおくこと。また、前回の学習内容についての確認をしておくこと。 ・服装は自由だが運動着であること、体育館用シューズは室内用のものを身につける。 ・実技実施不可能の学生に対し、見学者として考慮することがある。 ・安全については常に心がけ、怪我のないよう留意する。					
注意点	【事前学習】 授業項目に対応する教科書・参考書の内容を事前に読んでおくこと。また、前回の学習内容についての確認をしておくこと。 【評価方法・評価基準】 体育の成績はスキルテスト等(70%)、学習状況「活動量・態度・姿勢」(30%)で評価する。 詳細は第1回目の授業で告知する。種目別、教材別に到達スキルを設定し、達成度の程度を評価する。総合成績60点以上を単位修得とする。 【感染症対策の注意点】 ・体調不良時には教員にすぐに相談すること。 ・授業前後の手洗いを徹底する。 ・運動中はマスクを外しても構わない。 ・授業の際はマスクを保管する袋を各自持参する。 合計60点以上で単位修得とする。 【遠隔授業の際の注意点】 ・毎回の授業の出席はgoogleformにて行います。こちらの入力を忘れてしまうと出席がつかないので、忘れずに入力するようにしてください。 ・課題の提出はmoodleに提出します。使い方はオリエンテーションで説明しますが、ログインして使用できる状態にしておいてください。 ・評価は毎回の出席、課題の提出によって行います。 ・活動を行う際は、周りの安全を確保し怪我に気をつけて行うようにしてください。 ・体調不良の際は、無理をしないでください。 ・遠隔の体育の授業を行う際は、学校指定のジャージでなくてもかまいませんが、動きやすい服装で受講してください。(ジーパン、チノパン、パジャマ等はNG.) ・水分補給が出来るように、手の届くところに水筒等を準備してください。 ・運動を行う際は、窓を開けるなどして換気の良い部屋で行うようにしてください。					
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	授業の概要について理解する。		
		2週	トレーニング①	効果的なトレーニングの方法、理論を理解することができる。		
		3週	トレーニング②	効果的なトレーニングの方法、理論を理解することができる。		
		4週	保健 (食事と健康)	健康的な食生活について理解することができる。		
		5週	体育理論 (運動・スポーツの文化的特徴)	運動が人間にとってどのような役割を果たしているか、理解することができる。		
		6週	トレーニング③	効果的なトレーニングの方法、理論を理解することができる。		
		7週	トレーニング④	効果的なトレーニングの方法、理論を理解することができる。		

		8週	体育理論（運動・スポーツの学び方）	自分に適したトレーニングの方法について理解することができる。
	2ndQ	9週	ウォーキング・ジョギング	自らの体力にあったペースで、長い距離を走ることができる。
		10週	ウォーキング・ジョギング	自らの体力にあったペースで、長い距離を走ることができる。
		11週	体育理論（運動・スポーツの学び方）	運動の上達過程について理解することができる。
		12週	体育理論（運動・スポーツの学び方）	運動の上達過程について理解することができる。
		13週	トレーニング⑤	効果的なトレーニングの方法、理論を理解することができる。
		14週	トレーニング⑥	効果的なトレーニングの方法、理論を理解することができる。
		15週	トレーニング⑦	効果的なトレーニングの方法、理論を理解することができる。
		16週		
後期	3rdQ	1週	体づくり運動	自己の体力に合わせて、目標とするペースで走ることができる。
		2週	アルティメット	基本技能の修得から簡易ルールによるゲームができる。
		3週	アルティメット	基本技能の修得から簡易ルールによるゲームができる。
		4週	アルティメット	基本技能の修得から簡易ルールによるゲームができる。
		5週	体力テスト	4か年の体力テストの結果により、体力・運動能力の経年的変化を確認することができる。
		6週	体力テスト	4か年の体力テストの結果により、体力・運動能力の経年的変化を確認することができる。
		7週	ハンドボール	基本技能の修得から簡易ルールによるゲームができる。
		8週	ハンドボール	基本技能の修得から簡易ルールによるゲームができる。
	4thQ	9週	ハンドボール	基本技能の修得から簡易ルールによるゲームができる。
		10週	バスケットボール	正式なルールでゲームを運営することができる。特性にふれ、楽しさを味わうことができる。
		11週	バスケットボール	正式なルールでゲームを運営することができる。特性にふれ、楽しさを味わうことができる。
		12週	バスケットボール	正式なルールでゲームを運営することができる。特性にふれ、楽しさを味わうことができる。
		13週	フットサル	正式なルールでゲームを運営することができる。特性にふれ、楽しさを味わうことができる。
		14週	フットサル	正式なルールでゲームを運営することができる。特性にふれ、楽しさを味わうことができる。
		15週	フットサル	正式なルールでゲームを運営することができる。特性にふれ、楽しさを味わうことができる。
		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	態度・志向性(人間力)	態度・志向性	態度・志向性	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	
				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	
				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	
				適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。	3	
				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	
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	3	
				他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	3	

評価割合

	知識・技能	態度	合計
総合評価割合	70	30	100
総合評価割合	70	30	100