

仙台高等専門学校		開講年度	令和03年度 (2021年度)		授業科目	健康とスポーツ	
科目基礎情報							
科目番号	0113			科目区分	一般 / 選択		
授業形態	講義・実技			単位の種別と単位数	履修単位: 1		
開設学科	総合工学科Ⅰ類			対象学年	4		
開設期	前期			週時間数	2		
教科書/教材	ステップアップ高校スポーツ（大修館書店）						
担当教員	兼村 裕介						
到達目標							
1. 授業で扱われる各スポーツ種目の基本技術を習得し、それらの運動種目を実践できる。 2. 各グループにおいて、実施スポーツの検討、実施計画の作成、実施計画に則ったスポーツの実施を行うことができる。							
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		
実習実績	授業中の活動内容を理解し、自ら進んで取り組んでいる。		授業中の活動内容を理解することが出来る。		授業中の活動内容を理解することができない。		
態度・志向性	授業中におけるスポーツの実施に、準備から片づけまで自ら参加することができる。		授業中のスポーツの実施に、指示をすれば活動することができる。		授業におけるスポーツの実施に、参加することができない。		
技能点	各種目のスポーツの特徴、ルールを正確に理解し、プレーおよび審判ができる。		各種目のスポーツの特徴、ルールを理解し、プレーすることができる。		各種目のスポーツを理解し、プレー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	自らの健康の保持増進に必要な基礎的知識と実践の力を学ぶ。生涯を通した心身の健康の保持・増進に役立つ身近なスポーツに取り組み、それぞれのスポーツの特性を理解する。さらに、自己の身体に対する認識と共に、共に取り組む仲間との協調、対話などによって、社会生活に必要なコミュニケーション能力やリーダーシップ能力を身につける。						
授業の進め方・方法	スポーツの実践を中心に授業を進めていく。1. 各種目の競技特性、歴史的背景、競技の楽しみ方などを説明 2. 各種目のルールの理解および技術の習得トレーニング 3. 各競技の実施 各種目ごとに以上の順番を基本として授業を行っていく。 「事前学習」：自己の体調を確認し、身体活動にむけて準備を行うこと。 「事後学習」：行った活動について、自ら振り返り、今後の活動に役立てる様にしておくこと。						
注意点	体育は身体活動による学習である。ほとんどのスポーツは他者と共通の空間と時間を共有することで成立する。したがって、授業では、十分に周囲の安全に留意しなければならない。また、授業に参加するにあたっては、運動着の着用が必須の条件である。運動着でない着衣（革靴やサンダルなどの履物も含む）による授業の参加は認めない。						
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、新体力テストの測定		新体力テストを実施することができる。		
		2週	ゴルフ 基礎的技術（1）		ゴルフのルール、マナーを理解し、説明することができる。		
		3週	ゴルフ 基礎的技術（2）		バタークラブを使って、ゴルフボールをパッティングすることができる。		
		4週	ゴルフ ゲーム（1）		狙った箇所にゴルフボールを打つことができる。		
		5週	ゴルフ ゲーム（2）		簡易ルールに従い、仲間と安全にラウンドすることができる。		
		6週	テニス ガイダンス 基礎的技術（1）		テニスのルール、競技特性を理解し、説明することができる。 テニスラケットをスイングし、相手コートにボールを返すことができる。		
		7週	テニス 基礎的技術（2）		サーブを打ち、相手コートに入れることができる。		
		8週	テニス ゲーム（1）		テニスのルールに従い、仲間と安全にゲームすることができる。		
	2ndQ	9週	テニス ゲーム（2）		テニスのルールに従い、仲間と安全にゲームすることができる。		
		10週	スポーツの実践 ガイダンス		自分たちが実施するスポーツを決定し、スポーツ実施企画書を作成することができる。		
		11週	スポーツの実践（1）		自分たちが作成したスポーツ実施企画書にのっとり、仲間と安全にスポーツを実施することができる。		
		12週	スポーツの実践（2）		自分たちが作成したスポーツ実施企画書にのっとり、仲間と安全にスポーツを実施することができる。		
		13週	スポーツの実践（3）		自分たちが作成したスポーツ実施企画書にのっとり、仲間と安全にスポーツを実施することができる。		
		14週	スポーツの実践（4）		自分たちが作成したスポーツ実施企画書にのっとり、仲間と安全にスポーツを実施することができる。		
		15週					
		16週	スポーツの実践（5）		自分たちが作成したスポーツ実施企画書にのっとり、仲間と安全にスポーツを実施することができる。		
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					
	実習実績	実習取組評価	実習実施能力	技能	合計
総合評価割合	40	20	20	20	100
分野横断的能力	40	20	20	20	100