

茨城工業高等専門学校		開講年度	平成31年度 (2019年度)		授業科目	体育実技 I
科目基礎情報						
科目番号	0015		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	国際創造工学科 共通1年		対象学年		1	
開設期	通年		週時間数		2	
教科書/教材	「最新高等保健体育」 (大修館書店)					
担当教員	森 信二,添田 孝幸					
到達目標						
1.各種の運動に自主的に取り組み、基本的な技術を習得し、ゲームに応用しながら、運動に親しむことができる。 2.健康の保持増進のために、各自の体力に応じた十分な運動量を確保することができる。 3.オリエンテーションで確認した授業に臨むうえでのルールを守り、安全に留意して、協力しながら熱心に各種の運動に取り組むことができる。						
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
		ルールに従って授業に積極的に取り組み、運動量も多い。また運動技能の習得に積極的である。		ルールに従って、安全に留意しながら集中して熱心に授業に取り組む。		ルールを理解せず、競技に適した準備ができていないことが多い。授業に集中しない又は技能の習得に熱心に取り組まない。
学科の到達目標項目との関係						
学習・教育到達度目標 (C)						
教育方法等						
概要	各種の運動の合理的な実践を通して、運動技能を高め、運動の楽しさを深め、同時に、心身の健全な発達を図る。また、公正・協力・責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる能力と態度を育てる。					
授業の進め方・方法	前後期に各2種目の運動について、基本的な技術を習得し、それをゲームに応用できるようにする。成績の評価は、運動量および運動技能の評価で行う。欠席や見学が重なるときには減点をする。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、他人に迷惑をかける、集団行動を乱す等）も程度によっては減点とする。					
注意点	・健康管理に留意して、授業に参加すること。 ・安全に注意し、集中して積極的に授業に取り組むこと。 ・評価について理解すること。					
授業計画						
		週	授業内容		週ごとの到達目標	
前期	1stQ	1週	柔道 バレーボール		柔道の成り立ちを知ることができる。 礼法、基本動作、後受身、横受身ができる。 ウォーミングアップの方法を知る。 オーバーハンドパスができる。アンダーハンドパスができる。	
		2週	柔道 バレーボール		礼法、基本動作、後受身、横受身ができる。 オーバーハンドパス・アンダーハンドパスができる。 サービスができる。	
		3週	柔道 バレーボール		礼法、基本動作、後受身、横受身ができる。 オーバーハンドパス・アンダーハンドパスができる。 サービスができる。サーブレシーブができる。	
		4週	柔道 バレーボール		礼法、基本動作、後受身、横受身ができる。投げ技の打込み練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。パスをなるべくつなげながらゲームができる。	
		5週	柔道 バレーボール		基本動作、受身ができる。投げ技の打込み練習ができる。抑え技の練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。パスをなるべくつなげながらゲームができる。	
		6週	柔道 バレーボール		基本動作、受身ができる。投げ技の打込み練習ができる。抑え技の練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。パスをなるべくつなげながらゲームができる。	
		7週	柔道 バレーボール		基本動作、受身ができる。投げ技の打込み練習ができる。抑え技の練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。ルールを理解して協力しながらゲームができる。	
		8週	柔道 バレーボール		基本動作、受身ができる。抑え技の自由練習ができる。投げ技の約束練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。ルールを理解して協力しながらゲームができる。	
	2ndQ	9週	柔道 バレーボール		基本動作、受身ができる。抑え技の自由練習ができる。投げ技の約束練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。ルールを理解して協力しながらゲームができる。	
		10週	柔道 バレーボール		基本動作、受身ができる。抑え技の自由練習ができる。投げ技の約束練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。ルールを理解して協力しながらゲームができる。	

後期		11週	柔道 バレーボール	基本動作、受身ができる。抑え技の自由練習ができる。 投げ技の約束練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。ルールを理解して協力しながらゲームができる。	
		12週	柔道 バレーボール	基本動作、受身ができる。抑え技の自由練習ができる。 投げ技の約束練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。ルールを理解して協力しながらゲームができる。	
		13週	柔道 バレーボール	基本動作、受身ができる。抑え技の自由練習ができる。 投げ技の約束練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。ルールを理解して協力しながらゲームができる。	
		14週	柔道 バレーボール	基本動作、受身ができる。抑え技の自由練習ができる。 投げ技の約束練習ができる。 パスができる。サーブレシーブができる。ルールを理解して協力しながらゲームができる。	
		15週	(期末試験)	実施しない	
		16週	種目選択	校内体育大会に向けて、自分の出場する種目の練習ができる。	
	3rdQ	1週	種目選択	校内体育大会に向けて、自分の出場する種目の練習ができる。	
		2週	柔道 種目選択	基本動作、投げ技・抑え技の復習ができる。 校内体育大会に向けて、自分の出場する種目の練習ができる。	
		3週	柔道 バドミントン	投げ技の約束練習ができる。 固め技の練習ができる。 基本的なストロークについて理解し、練習することができる。	
		4週	柔道 バドミントン	投げ技の約束練習ができる。 固め技の練習ができる。 基本的なストローク、サービスができる。	
		5週	柔道 バドミントン	投げ技の約束練習ができる。 固め技の練習ができる。 ダブルスのゲーム方法について理解し、試のゲームができる。	
		6週	柔道 バドミントン	投げ技の約束練習ができる。 固め技の練習ができる。 ルールを理解し、協力しながらダブルスのゲームができる。	
		7週	柔道 バドミントン	投げ技の約束練習ができる。 固め技の練習ができる。 ルールを理解し、協力しながらダブルスのゲームができる。	
		8週	柔道 バドミントン	練習試合を通して、固め技を習得することができる。 ルールを理解し、協力しながらダブルスのゲームができる。	
		4thQ	9週	ソフトテニス バドミントン	試合方法（得点の入り方、サーブの仕方等）について知ることができる。 ルールを理解し、協力しながらダブルスのゲームができる。
			10週	ソフトテニス バドミントン	ボールの打ち方、ストロークができる。 ルールを理解し、協力しながらダブルスのゲームができる。
11週			ソフトテニス バドミントン	サーブができる。ストロークができる。 ルールを理解し、協力しながらダブルスのゲームができる。	
12週			ソフトテニス バドミントン	ルールを理解し、協力しながらダブルスのゲームができる。	
13週			ソフトテニス バドミントン	ルールを理解し、協力しながらダブルスのゲームができる。	
14週			選択科目		
15週	(期末試験)		実施しない		
16週	選択科目				

評価割合			
	実技	態度等	合計
総合評価割合	80	20	100
基礎的能力	80	20	100
専門的能力	0	0	0
分野横断的能力	0	0	0