

木更津工業高等専門学校		開講年度	令和04年度 (2022年度)		授業科目	体育 I A	
科目基礎情報							
科目番号		0056		科目区分	一般 / 必修		
授業形態		講義		単位の種別と単位数	履修単位: 1		
開設学科		機械工学科		対象学年	3		
開設期		前期		週時間数	2		
教科書/教材		現代高等保健体育					
担当教員		坂田 洋満,篠村 朋樹					
到達目標							
1.日常的に自己の体調管理を行い、授業を受けるために必要なコンディションを維持することができる。また、担当教員や仲間と協力し、主体的かつ安全に活動を実行できる。 2.各種スポーツ種目や体力テストを通して、自己の体力水準と課題を認識し、体力の維持増進を図ることができる。また、陸上競技、サッカー等の基礎的技術を習得し、ルールを理解してゲームを実施できる。							
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)	
評価項目1		欠席、遅刻、早退および見学がほとんどなく、安全に配慮して活動することができる。また、他者と円滑に関わることができる。		欠席、遅刻、早退および見学が少なく、概ね安全に配慮して活動することができる。また、他者と円滑に関わることができる。		欠席、遅刻、早退および見学が多い。または安全に配慮して活動することができない。あるいは他者と円滑に関わることができない。	
評価項目2		自己の体力水準と課題を認識し、主体的・積極的に体力の維持増進を図ることができる。また、陸上競技、サッカー等の基礎的技術を習得し、ルールを理解してゲームを実施できる。		自己の体力水準と課題を認識し、体力の維持増進を図ることができる。また、陸上競技、サッカー等の基礎的技術を概ね習得し、ルールを理解してゲームを実施できる。		自己の体力水準と課題を把握できず、体力の維持増進を図ることができない。また、陸上競技、サッカー等の基礎的技術が習得できない。あるいは、ルールについての知識が少なく、ゲームや記録測定が行えない。	
学科の到達目標項目との関係							
準学士課程 1(1) 準学士課程 4(1) 準学士課程 4(2)							
教育方法等							
概要		陸上競技、サッカーを中心とした各種スポーツ種目の基礎的技術の習得とルールの理解を通して、それぞれのスポーツの特性を理解する。また、スポーツを通じた仲間との関わりの中で協調性やコミュニケーション能力を養う。さらにスポーツを生活の中に取り入れるための知識・技能・態度を身につける。					
授業の進め方・方法		授業は、主にグラウンド及び体育館で行う。準備運動に続いて、その日の主要課題を行う。					
注意点		・各種目について実技テストを実施する。また、授業内において実技評価を行う。 ・授業への参加状況を60%、実技及びレポート課題等の成績を40%として総合評価する。 ・日常的に体調管理をしっかり行い、良い身体コンディションで授業に臨むこと。また、他者への十分な配慮を行い真面目に取り組むこと。 ・授業計画や評価方法は、天候等の事情により変更することがありうる。 ・実技の授業時には、学校指定の体育ジャージ・Tシャツ・体育館シューズを着用すること。 ・安全面に注意するとともに、体調不良時には必ず担当教員に申し出ること。 ・体育・スポーツ分野及び保健衛生分野に関する時事問題に関心を持ち、それらについて自分なりの考えを持っておくこと。					
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	授業のガイダンス		体育 I Aの履修内容を把握し、履修上の注意点について理解できる。		
		2週	陸上競技（短距離走・ハードル走）		短距離走・ハードル走の基本技術を理解し、動き方を意識して運動することができる。		
		3週	陸上競技（短距離走・ハードル走）		短距離走・ハードル走の基本技術の向上を目指して、動き方に注意して運動することができる。		
		4週	陸上競技（短距離走・ハードル走）		短距離走・ハードル走の基本技術を習得し、技術の自動化を目指して取り組むことができる。		
		5週	陸上競技（走高跳）		背面跳の基本技術についての理解し、グループで協力して技能の向上を目指すことができる。		
		6週	陸上競技（走高跳）		背面跳の基本技術についての理解を深め、グループで協力して技能の向上を目指すことができる。		
		7週	陸上競技（走高跳）		背面跳の基本技術を修得し、技術の自動化を目指して取り組むことができる。		
		8週	中間試験(実技テスト) 陸上競技		実技テストにより、各陸上競技種目の基本技術習得状況を把握する。		
	2ndQ	9週	体力テスト（屋内種目）		新体力テスト（文部科学省スポーツ・青少年局）を行い、自己の体力の現状について把握する。		
		10週	体力テスト（屋外種目）		新体力テスト（文部科学省スポーツ・青少年局）を行い、自己の体力の現状について把握する。		
		11週	サッカー		パス、トラップ、ドリブル等、ボールコントロールの基本技術とルールを理解する。		
		12週	サッカー		パス、トラップ、ドリブル等、ボールコントロールの基本技術とルールを理解する。		
		13週	サッカー		ミニゲームを行いながらのパスワークの技術および戦術を理解する。実技やビデオ教材を通して競技をより深く理解する。		

		14週	サッカー	ミニゲームを行いながらのパスワークの技術および戦術を理解する。実技やビデオ教材を通して競技をより深く理解する。			
		15週	実技試験に関する確認	試験の内容について再認識できる。			
		16週					
評価割合							
	試験	発表	相互評価	態度	ポートフォリオ	その他	合計
総合評価割合	10	0	0	60	0	30	100
基礎的能力	10	0	0	60	0	0	70
専門的能力	0	0	0	0	0	20	20
分野横断的能力	0	0	0	0	0	10	10