

東京工業高等専門学校		開講年度	令和03年度 (2021年度)		授業科目	体育I
科目基礎情報						
科目番号	0014		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	機械工学科		対象学年	1		
開設期	通年		週時間数	2		
教科書/教材	ステップアップ高校スポーツ					
担当教員	八田 直紀					
到達目標						
各種のスポーツ活動や体力テストなどの実践体験を通じて、健康づくり、体づくり、仲間づくり、生きがいづくりの導入を目標とする。						
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	積極的に授業に参加し、スポーツ活動を楽しみリフレッシュする。		継続的に授業に参加し、スポーツ活動に主体的に取り組む		欠席が多く、無気力な授業参加	
評価項目2	自らの健康づくりや体づくりを、授業や学校生活の中で実践する		自らの健康づくりや体力づくりへの知識と関心を持つ		自らの健康や体力に無関心	
評価項目3	仲間づくりや生きがいづくりを授業や学校生活の中で実践する		仲間づくりや生きがいづくりの必要性を理解し、体験する		仲間づくりや生きがいづくりに無関心	
学科の到達目標項目との関係						
教育方法等						
概要	1年生は、体力テストで自らの身体や健康づくり、体力づくりへの関心を高め、各種のスポーツ体験を通して、対人や小集団での人間関係づくりを実践し、施設の適正な利用方法やスポーツに親しむ習慣を身につけ、仲間づくりや生きがいづくりの導入を図る。					
授業の進め方・方法	体育 I の到達目標を達成するため、前期は体力テストやニュースポーツ、トレーニング、水泳を実践し、後期はバドミントン、バスケットボール、卓球を実践する。					
注意点	授業は運動が出来る服装や運動靴（体育館は指定上履き）で受講すること。用具の準備、ウォーミングアップ、仲間との協力・交流、クールダウン、用具の片付け、掃除等についても、技術や体力アップと同様に、積極的に主体的な行動が求められる。なお、新型コロナウイルス感染症の状況をみて、実施種目を変更する場合もある。					
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		1年間の内容と方法を理解する	
		2週	キャンパスオリエンタリング		キャンパスを理解する	
		3週	体力テスト(外種目)		体力テストについて理解し、正しい測定方法でベストを発揮する	
		4週	体力テスト(体育館種目)		体力テストについて理解し、正しい測定方法でベストを発揮する	
		5週	体力テスト（シャトルラン）		体力テストのまとめ、記入データの確認	
		6週	ニュースポーツ：ディスク・ドッチなど		体を動かして、様々なニュースポーツを楽しむ	
		7週	ニュースポーツ：ゴールド・ドッチなど		運動強度を少し高めたニュースポーツを楽しむ	
		8週	前期中間定期試験期間		ここまでのまとめ	
	2ndQ	9週	ニュースポーツ：フライングディスクなど		フライングディスクの基本技術の理解と実践	
		10週	ニュースポーツ：フライングディスクなど		アルティメットの基本プレーの理解と実践	
		11週	実技テスト		基本的なスキルを確認する	
		12週	トレーニング		様々なトレーニング方法について学ぶ	
		13週	トレーニングと水泳の選択授業①		選択した種目の基本を理解し実践する	
		14週	トレーニングと水泳の選択授業②		選択した種目の基本を理解し実践する	
		15週	トレーニングと水泳の選択授業③		選択した種目の基本を理解し実践する	
		16週				
後期	3rdQ	1週	バドミントン①		種目の特性を理解し、基本技術を確認し体験してみる	
		2週	バドミントン②		基本技術を確認し、パートナーとの連携練習に活かす	
		3週	バドミントン③		簡易ゲームを理解し、実践の中で基本技術の必要性を理解する	
		4週	バドミントン④		基本技術の習得を目指すとともに、ラリーやサービスのスキルアップを目指し、ゲームを楽しむ	
		5週	実技テスト		基本的なスキルを確認する	
		6週	バスケットボール①		種目の特性を理解し、基本技術を確認し体験してみる	
		7週	バスケットボール②		基本プレーの習得を目指す	
		8週	後期中間定期試験期間		ここまでのまとめ	
	4thQ	9週	バスケットボール③		ルールを理解し、基本技術を活用して導入ゲームを体験する	
		10週	バスケットボール④		チームプレーの基本を理解し、ゲームの中で実践してみる	
		11週	実技テスト		基本的なスキルを確認する	
		12週	卓球①		種目の特性を理解し、基本技術を確認し体験してみる	

		13週	卓球②	基本技術を確認し、パートナーとの連携練習に活かす
		14週	卓球③	ルールを理解し、基本技術を活用して導入ゲームを体験する
		15週	実技テスト	基本的なスキルを確認する
		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
----	----	------	-----------	-------	-----

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	0	0	90	100
基礎的能力	10	0	0	0	0	90	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