

東京工業高等専門学校		開講年度	平成29年度 (2017年度)		授業科目	総合体育
科目基礎情報						
科目番号	0140		科目区分	一般 / 必修		
授業形態	演習		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	4		
開設期	通年		週時間数	前期:2 後期:2		
教科書/教材	ステップアップ高校スポーツ 大学生の健康・スポーツ					
担当教員	鈴木 智之,古屋 正俊					
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、生きがいをづくりの実践と習慣化を目標としている。						
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を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を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をづくりに無関心	
学科の到達目標項目との関係						
JABEE (f) JABEE (g) JABEE (h) 学習・教育目標 B1 学習・教育目標 D1 学習・教育目標 D2						
教育方法等						
概要	4年生の総合体育は、これまでの体育や健康科学の知見を活かし、体力テストや自分のニーズに合った活動プログラムの実践を通して、心身をリフレッシュし、健康管理能力やストレス対処能力を高め、卒業後の生涯スポーツやクオリティー・オブ・ライフに繋がる生活習慣を身につけることを目標とする。また合同クラス（複数クラス同時開講）によるスポーツ交流を通して、人間関係の幅を広げ、仲間づくりや生きがいをづくりの機会とする。					
授業の進め方・方法	総合体育の到達目標を達成するため、年間を4期に分け、各期ごとに種目を選択し、種目を選択したメンバーと協力して、種目の特性に応じて、用具やコートの準備、ウォーミングアップ、基本練習、ゲーム、審判、クールダウン、振り返り等、安全に配慮して主体的に取り組む。					
注意点	・貴重品、携帯電話等は教室のロッカーで管理し、授業に持ってこないこと（教員は預からない） ・授業は運動が出来る服装（平服での受講は認めない）や運動靴（体育館は上履き）で受講すること ・各期で選択した種目は中途での変更はできない。ただし雨天時は体育館種目と合同で行うこともある ・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、積極的に自律した行動が求められる ・授業中の給水等のためであっても、自動販売機の利用は認めない					
授業計画						
		週	授業内容		週ごとの到達目標	
前期	1stQ	1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	
		2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	
		3週	体力テスト（シャトルラン） 体力テストの記入整理		体力テストのまとめ、記入データの確認	
		4週	ガイダンス 第1期種目分、第1期選択種目①		到達目標を理解し、種目を主体的に選択し、種目のメンバーと協力し、選択種目の内容と進め方を確認し主体的に実践する。	
		5週	第1期選択種目②		選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。	
		6週	前期中間試験期間			
		7週	第1期選択種目③		選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。	
		8週	第1期選択種目④		選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。	
	2ndQ	9週	第1期選択種目⑤		選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。	
		10週	第2期種目分 第2期選択種目①		到達目標を理解し、種目を主体的に選択し、種目のメンバーと協力し、選択種目の内容と進め方を確認し主体的に実践する。	
		11週	第2期選択種目②		選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。	
		12週	第2期選択種目③		選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。	
		13週	第2期選択種目④		選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。	
		14週	第2期選択種目⑤		選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。	

後期		15週	前期末試験期間	
		16週	第2期選択種目⑥	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
	3rdQ	1週	第3期種目分 第3期選択種目①	到達目標を理解し、種目を主体的に選択し、種目のメンバーと協力し、選択種目の内容と進め方を確認し主体的に実践する。
		2週	第3期選択種目②	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		3週	第3期選択種目③	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		4週	第3期選択種目④	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		5週	第3期選択種目⑤	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		6週	第3期選択種目⑥	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		7週	後期中間試験期間	
		8週	第4期種目分 第4期選択種目①	到達目標を理解し、種目を主体的に選択し、種目のメンバーと協力し、選択種目の内容と進め方を確認し主体的に実践する。
	4thQ	9週	第4期選択種目②	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		10週	第4期選択種目③	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		11週	第4期選択種目④	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		12週	第4期選択種目⑤	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		13週	第4期選択種目⑥	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		14週	第4期選択種目⑦	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。
		15週	学年末試験期間	
		16週	第4期選択種目⑧	選択種目の実践を通して、チームワーク、リーダーシップの必要性を理解し、主体性を発揮し、自己管理能力の向上を目指す。

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	汎用的技能	汎用的技能	汎用的技能	相手の意見を聞き、自分の意見を伝えることで、円滑なコミュニケーションを図ることができる。	3	前1,前6,後1,後9,後10,後13
				集団において、集団の意見を聞き、自分の意見も述べ、目的のために合意形成ができる。	3	前2,後2,後9,後12,後13
				目的達成のために、考えられる提案の中からベターなものを選び合意形成の上で実現していくことができ、さらに、合意形成のための支援ができる。	3	前7,後3,後12,後13
	態度・志向性(人間力)	態度・志向性	態度・志向性	身内の中で、周囲の状況を改善すべく、自身の能力を発揮できる。	3	前1,前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16

				集団の中で、自身の能力を発揮して、組織の勢いを向上できる。	3	前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16
				日常生活の時間管理、健康管理、金銭管理などができる。常に良い状態を維持するための努力を怠らない。	3	前1,前2,前3,前4,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前15,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16
				ストレスやプレッシャーに対し、自分自身をよく知り、解決を試みる行動をとることができる。日常生活の管理ができるとともに、目標達成のために対処することができる。	3	前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後11,後12,後13,後14,後15,後16
				チームワークの必要性・ルール・マナーを理解し、自分の感情の抑制、コントロールをし、他者の意見を尊重し、適切なコミュニケーションを持つとともに、当事者意識を持ち協調して共同作業・研究をすすめることができる。	3	前1,前2,前5,前7,前8,前9,前10,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16
				組織やチームの目標や役割を理解し、他者の意見を尊重しながら、適切なコミュニケーションを持つとともに、成果をあげるために役割を超えた行動をとるなど、柔軟性を持った行動をとることができる。	3	前1,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16
				先にたって行動の模範を示すことができる。口頭などで説明し、他者に対し適切な協調行動を促し、共同作業・研究をすすめることができる。	3	前1,前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14
				目指すべき方向性を示し、先に立って行動の模範を示すことで他者に適切な協調行動を促し、共同作業・研究において、系統的に成果を生み出すことができる。リーダーシップを発揮するために、常に情報収集や相談を怠らず自身の判断力をも磨くことができる。	3	前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前13,前14,前16,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後16

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