

東京工業高等専門学校		開講年度	令和05年度 (2023年度)	授業科目	体育 I
科目基礎情報					
科目番号	00340		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	電子工学科		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くりの必要性を理解し、体験する		仲間づくりや生きがいくりに無関心
学科の到達目標項目との関係					
学習・教育目標 C13 学習・教育目標 D1 学習・教育目標 D2					
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、バドミントンを実践し、後期はアルティメットおよびバスケットボールを実践する。				
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、天候等により、実施種目は適宜変更される場合がある。				
授業の属性・履修上の区分					
<input type="checkbox"/> アクティブラーニング		<input type="checkbox"/> ICT 利用		<input type="checkbox"/> 遠隔授業対応	
<input type="checkbox"/> 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	ここまでのまとめ	
	2ndQ	9週	バドミントン①	道具の準備と片付けの仕方を確認する ラケットの持ち方を理解する	
		10週	バドミントン②	シャトルを遠くに飛ばす(クリアー) 種目の特性を理解し、基本技術を確認し体験する	
		11週	バドミントン③	シャトルをネット前に落とす(ドロップ) 基本技術を確認し、パートナーとの連携練習に活かす	
		12週	バドミントン④	シャトルを力強く打つ(スマッシュ) 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	
		13週	バドミントン⑤	ロング・ショートサービス 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	
		14週	実技テスト	基本的なスキルを確認する	
		15週	選択種目	自ら種目を選択し、周囲とコミュニケーションを取りながら、能動的にスポーツに取り組む	
		16週			
後期	3rdQ	1週	ウォーキング	心と体をほぐし、自らの歩行力を確認する	
		2週	アルティメット①	フライングディスクの基本的な投げ方を理解する(バックハンドスロー)	
		3週	アルティメット②	動きの中でのパスとキャッチに挑戦する	
		4週	アルティメット③	アルティメットのルールを理解する ミニゲームに挑戦する	
		5週	アルティメット④	アルティメットのリーグ戦を楽しむ	
		6週	実技テスト	基本的なスキルを確認する	

4thQ	7週	選択種目	自ら種目を選択し、周囲とコミュニケーションを取りながら、能動的にスポーツに取り組む
	8週	後期中間定期試験	ここまでのまとめ
	9週	バスケットボール①	ボールハンドリングとドリブル種目の特性を理解し、基本技術を確認し体験する
	10週	バスケットボール②	合理的なシュートフォームを理解し実践する
	11週	バスケットボール③	レイアップシュートに挑戦する
	12週	バスケットボール④	動きの中で基本技術を実践する 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
	13週	バスケットボール⑤	チームプレーの基本を理解し、ゲームの中で実践する
	14週	実技テスト	基本的なスキルを確認する
	15週	選択種目	自ら種目を選択し、周囲とコミュニケーションを取りながら、能動的にスポーツに取り組む
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