

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	ウォーキングゼミ (教養ゼミ I)
科目基礎情報					
科目番号	0141	科目区分	一般 / 選択		
授業形態	演習	単位の種別と単位数	学修単位: 1		
開設学科	電子工学科	対象学年	4		
開設期	後期	週時間数	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	古屋 正俊				
到達目標					
ウォーキングの実践体験を通じて、健康づくり、体づくり、仲間づくり、生きがいくりの実践と習慣化を目標としている。					
ループリック					
	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、ウォーキングを楽しみリフレッシュする。	継続的に授業に参加し、ウォーキング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、ウォーキングを通して実践する	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くりをウォーキングを通して実践する	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					
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	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚 (五感) を通して、東京 (東京高専) への多様な「気づき」を促す。				
授業の進め方・方法	<p>授業は初回 (ガイダンス) と最終回 (報告会) を除き、全て土日の集中授業として実施。都心の5コース (各コース距離は15km程) から2コースを選択。またチャレンジウォークに参加を必須とする。</p> <p>◇事前レポート (締切は実施前日のPM12時まで: 厳守): コース沿いのスポットについて、興味や関心を持った理由や、歴史や文化的特徴等について事前調査する。 (ワープロ文章で40字×20行以内で作成し、実施前日までにメールで提出)</p> <p>◇当日の路上プレゼン: 担当スポットの歴史・特徴等について、3分間の現場でのプレゼンを担当。</p> <p>◇当日のコースガイド: 配布地図をもとに参加者の先頭に立ってルートを確認しガイドする。</p> <p>◇事後レポート (締切は実施日の翌週日のPM12時まで: 厳守): 歩いたコースや街の様子、魅力的なスポットの感想、自分自身の気づきなどを事後レポートとしてまとめる。 (ワープロ文章で40字×20行以内で作成し、実施後1週以内にメールで提出)</p>				
注意点	<p>歩行距離は15km~20kmあり、以外に都心は起伏も多く、完歩するにはそれなりの体力が要求される。万全の体調で参加すること。</p> <p>◇必要な持ち物</p> <ul style="list-style-type: none"> ・必要経費 (交通費、昼食費用等は個人負担) ・歩きやすい服装とシューズ・リュックサックタイプのバッグ ・雨具 (天候悪化の場合) ・飲み物 (ペットボトル) ・地図・メモ用紙・筆記具・カメラや万歩計はあると便利 				
授業計画					
	週	授業内容	週ごとの到達目標		
後期	3rdQ	1週	ガイダンス	授業の目標と概要、方法を理解する。参加者相互の自己紹介。ウォーキングコースの選択。	
		2週	第1回目の選択コースのウォーキング①	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚 (五感) を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。	
		3週	第1回目の選択コースのウォーキング②	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚 (五感) を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。	
		4週	第1回目の選択コースのウォーキング③	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚 (五感) を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。	
		5週	第1回目の選択コースのウォーキング④	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚 (五感) を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。	
		6週	第2回目の選択コースのウォーキング①	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚 (五感) を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。	
		7週	第2回目の選択コースのウォーキング②	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚 (五感) を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。	

4thQ	8週	第2回目の選択コースのウォーキング③	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚（五感）を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。
	9週	第2回目の選択コースのウォーキング④	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚（五感）を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。
	10週	第3回目の選択コースのウォーキング①	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚（五感）を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。
	11週	第3回目の選択コースのウォーキング②	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚（五感）を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。
	12週	第3回目の選択コースのウォーキング③	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚（五感）を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。
	13週	第3回目の選択コースのウォーキング④	日本の首都・東京の政治・経済・商業の中心部を歩き、江戸から続く歴史、文化、文学、建築、都市景観、地理や生活環境等について、自らの身体感覚（五感）を通して、東京を実感し、ウォーキングの魅力に気づく。
	14週	報告会	授業のまとめを行う。
	15週		
	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	
分野横断的能力	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	
			相手を理解した上で、説明の方法を工夫しながら、自分の意見や考えをわかりやすく伝え、十分な理解を得ている。	3		
			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1,後3,後12,後13	
				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

				<p>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。</p>	3	<p>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</p>
				<p>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。</p>	3	<p>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</p>
				<p>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。</p>	3	<p>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</p>
				<p>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。</p>	3	<p>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</p>
				<p>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。</p>	3	<p>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</p>

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	0	20	0	0	20	60	100
基礎的能力	0	20	0	0	20	60	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