

東京工業高等専門学校		開講年度	平成31年度 (2019年度)		授業科目	体育Ⅲ	
科目基礎情報							
科目番号	0090		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: 2		
開設学科	情報工学科		対象学年		3		
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 大学生の健康・スポーツ						
担当教員	黒田 一寿						
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	3年生は、体力テストの結果を自らの身体や健康づくり、体づくりへ活用し、各種のスポーツ体験を通して専門技能やコミュニケーション能力を獲得することを目的とする。また、生涯スポーツの実践に向けて、スポーツに親しむ習慣を身につける。						
授業の進め方・方法	体育Ⅲの到達目標を達成するため、前期は体力テストやバスケットボール、トレーニング、水泳、後期はサッカー、バレーボールを実践する。						
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。						
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	体力テスト①		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②		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③		体力テストのまとめ、記入データの確認		
		5週	バスケットボール①		ルールの理解および基本プレーの習得を目指す		
		6週	バスケットボール②		基本技術を、ゲームの中で実践する		
		7週	バスケットボール③		リーグ戦を通して、チームプレーを確認する		
		8週	バスケットボール④		リーグ戦を通して、チームプレーを確認する		
	2ndQ	9週	実技テスト		基本的なスキルを確認する		
		10週	選択種目		希望の種目を選択し、リフレッシュする		
		11週	水泳&トレーニング①		四泳法の確認&トレーニングの原理の理解と実践		
		12週	水泳&トレーニング②		タイム測定&部位別トレーニング①		
		13週	水泳&トレーニング③		タイム測定&部位別トレーニング②		
		14週	水泳&トレーニング④		個人メドレー&部位別トレーニング③		
		15週					
		16週					
後期	3rdQ	1週	サッカー①		ルールの理解および基本プレーの習得を目指す		
		2週	サッカー②		基本技術を、ゲームの中で実践する		
		3週	サッカー③		リーグ戦を通して、チームプレーを確認する		
		4週	サッカー④		リーグ戦を通して、チームプレーを確認する		
		5週	サッカー⑤		リーグ戦を通して、チームプレーを確認する		
		6週	実技テスト		基本的なスキルを確認する		
		7週	選択種目		希望の種目を選択し、リフレッシュする		
		8週	バレーボール①		ルールの理解および基本プレーの習得を目指す		
	4thQ	9週	バレーボール②		基本技術を、ゲームの中で実践する		
		10週	バレーボール③		リーグ戦を通して、チームプレーを確認する		
		11週	バレーボール④		リーグ戦を通して、チームプレーを確認する		
		12週	バレーボール⑤		リーグ戦を通して、チームプレーを確認する		
		13週	実技テスト		基本的なスキルを確認する		
		14週	選択種目		希望の種目を選択し、リフレッシュする		
		15週	選択種目		希望の種目を選択し、リフレッシュする		
		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							
	受講態度	技能	体力テスト				合計
総合評価割合	70	20	10	0	0	0	100
基礎的能力	70	20	10	0	0	0	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