

東京工業高等専門学校		開講年度	平成30年度 (2018年度)		授業科目	総合体育
科目基礎情報						
科目番号	0121		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	情報工学科		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	標準的な到達レベルの目安 (可)	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	授業に参加し、スポーツ活動に取り組める	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	自らの健康づくりや体力づくりへの関心を持つ	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の必要性を理解できる	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						
学習・教育目標 C13 学習・教育目標 D1 学習・教育目標 D2 JABEE (g)						
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 - 他の時間等の実践状況も考慮して判断されるので、実践する習慣を身につけることが必要である					
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。
		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。
後期	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
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	