

|                                                               |                                                                                                                                                           |                                 |                            |                                                             |                   |                                         |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------|
| 東京工業高等専門学校                                                    |                                                                                                                                                           | 開講年度                            | 令和04年度 (2022年度)            |                                                             | 授業科目              | 体育I                                     |
| 科目基礎情報                                                        |                                                                                                                                                           |                                 |                            |                                                             |                   |                                         |
| 科目番号                                                          | 0015                                                                                                                                                      |                                 | 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                                                          | 物質工学科                                                                                                                                                     |                                 | 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、生きがいづ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                                                 |                                                                                                                                                           |                                 |                            |                                                             |                   |                                         |
| 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、体力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づくりの導入を図る。                                     |                                 |                            |                                                             |                   |                                         |
| 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、天候や新型コロナウイルス感染症の状況をみて、実施種目を変更する場合もある。 |                                 |                            |                                                             |                   |                                         |
| 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<br>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<br>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）<br>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）<br>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）<br>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<br>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nds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<br>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                                                |                   |                                         |

|  |      |     |           |                                               |
|--|------|-----|-----------|-----------------------------------------------|
|  |      | 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                                      |
|  | 4thQ | 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<br>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<br>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   |