岐阜工業高等専門学校	開講年度	令和03年度 (2021年度)	授業科目	体育

科目基礎情報

科目番号	0058	科目区分	一般 / 必修
授業形態	実技	単位の種別と単位数	履修単位: 2
開設学科	機械工学科	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（大修館）		
担当教員	山本 浩貴,麻草 淳,勝野 太介		

到達目標

1．体力テストや個人種目を実践し、自己の運動能力や体力値を把握し、目標の設定や計画性を持って、体力の向上取り組む能力を養う。(A)
2．グループ学習を実践し、コミュニケーション能力・責任感・チームワーク・協調性などの態度や能力を高める。(A)
3．運動にかかわる知識、技能、態度を養い育てることで、生涯に渡る健康増進に向けた運動習慣と基礎的な体力が身に付くようにする。(A)

柔道は、武道の特性に触れることで、相手を敬う心と態度を持って取り組み、技能や体力及び人間性の向上を図る。
ラケット種目の特性に触れながら、フェアプレーの精神と、仲間との協調性を養い、生涯スポーツの礎になるような技能の上達を図る。
３年次においても、体力測定を実施し、自己の体力値の変化を評価する。

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	標準的な到達レベルの目安(不可)
評価項目1	【柔道】：後受身・横受身・前方回転受身が安全に実施でき、熟達度が高いレベルにある。 【ラケット種目】：フォアハンド・バックハンドなどの基本技術を十分に習得できて高いレベルにある。 各種打法・各種サーブなどの基本技術が十分に習得できて高いレベルにある。	【柔道】：後受身・横受身・前方回転受身が安全に実施でき、熟達度も平均的である。 【ラケット種目】：フォアハンド・バックハンドなどの基本技術をおおよそ習得できている。 各種打法・各種サーブなどの基本技術がおおよそ習得できている。	【柔道】：後受身・横受身・前方回転受身が安全に実施できず、習得度もかなり劣る。 【ラケット種目】：フォアハンド・バックハンドなどの基本技術の習得度がかなり劣る。 各種打法・各種サーブなどの基本技術の習得度がかなり劣る。
評価項目2	【柔道】：乱取練習や試合において、投技の得意技を十分に発揮し、互いに攻防する事ができ、受身がとれること。 【ラケット種目】：ルールを理解した上で、ゲームの中で基本技術以上のものを実践できる。 また、技術練習や試合などでは、他者への配慮やリーダーシップを発揮できる。	【柔道】：乱取練習や試合において、投技の得意技をおおよそ用い、互いに攻防する事ができ、受身がとれること。 【ラケット種目】：ルールを理解した上で、ゲームの中で基本技術をおおよそ実践できる。 技術練習や試合では、協調性と積極性を持って技術の獲得や向上に積極的に取り組んでいる。	【柔道】：乱取練習や試合において、投技の技量に著しくかけ、積極性・意欲・関心にも欠け、殆ど実践する事ができない。 【ラケット種目】：ルールや授業内容の理解度が低く、ゲームの中での技術レベルが著しく低い。 技術や知識獲得のための意欲・関心・態度において積極性が欠けている。
評価項目3	【柔道】：試合に必要な審判法やルールを理解し、安全性を配慮しながら試合を司る事ができる。 【ラケット種目】：試合に必要な審判法やルールを理解し、試合に関わる事を積極的に進めていく態度がある。	【柔道】：試合に必要な審判法やルールをおおよそ理解し、安全性を配慮しながら試合審判を補助する事ができる。 【ラケット種目】：試合に必要な審判法やルールをおおよそ理解し、審判や試合進行などを補助する事ができる。	【柔道】：試合に必要な審判法やルールの理解が低く、知識獲得のための意欲・関心・態度において積極性が欠けている。 【ラケット種目】：試合に必要な審判法やルールの理解度が低く、知識を理解する意欲・関心・態度において積極性が欠けている。
評価項目4	文部科学省による新体力テトを実施し、各自体力の現状を把握し、経年的な変化を自己評価して記録できており、高い体力の維持や体力の向上がみられる者。	文部科学省による新体力テストを実施し、各自体力の現状を把握し、経年的な変化を自己評価して記録できており、体力維持がなされている者。	文部科学省による新体力テストを積極的に実施せず、各自体力の現状の把握や、経年的な変化を自己評価できていない者。記録の記入などにも不備があるなど、態度・意欲・関心にも欠けている者。
前期評価項目：運動実施報告書による評価	積極的な運動の実施が報告され、運動の内容やバランス・質・量などが十分である。	意図的な運動の実施が報告され、1週間単位の運動量が6エクセサイズ以上実施されている。	意図的な運動の実施がない、1週間単位の実践報告がされていない、最低6エクセサイズ未満の内容でしかない。

学科の到達目標項目との関係

教育方法等

概要	①体力テストの実施より、体力の変化を確認し、体力向上に努める。 ②柔道の基本技術の習得、柔道の試合ができる技能・知識の習得、柔道の特性と武道について学習する ③各種ラケット種目の基本技術の習得、各種目の試合にむけた技能の習得、競技のルール・審判法・特性を理解する ④その他：遠隔授業の場合は、担当教員の指示に従って、Teamsでの授業配信を受講する。
授業の進め方・方法	各種目の特性とねらいについて理解させ、実技を展開する。基本技能の習得からはじめ、最終的に試合ができるような技術・戦術・知識の習得を目標とする。対人技能の実践を通じ、体力の向上と協調性の面から人間性の高揚を図るとともに、積極的に活動する態度を養う。 その他：遠隔授業の場合は、担当教員の指示に従って、Teamsでの授業配信を受講する。
注意点	遠隔授業の必要性が生じた場合は、授業担当教員の指導に従って運動の実践に取り組むこと。 感染症対策や安全対策の指示に従うこと

授業の属性・履修上の区分

☑ アクティブラーニング	□ ICT 利用	☑ 遠隔授業対応	☑ 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	・武道と柔道の特性、基本知識、安全上の諸注意について　基本練習 ・ラケット種目の特性と基本知識、安全上の諸注意について　基本練習	安全対策の理解

		2週	・基本技術を主とした内容（受身、体捌き、組み方、簡易な足技と受身の関係） ・基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ）	基本技術の習得
		3週	・投技・固技の習得（掛かり練習、約束練習）･･･足技、腰技、抑込技 ・基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ、カットのしかた）	基本技術と応用練習による技術習得
		4週	・投技・固技の習得（掛かり練習、約束練習）･･･足技、腰技、抑込技 ・基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ、さまざまなカットのしかた）	基本技術と応用練習による技術習得基本技術と応用練習
		5週	体力テスト　グループ測定　種目（50M走・ハンドボール投げ・長座体前屈・上体起こし）	体力テストの実施と体力の自己評価
		6週	体力テスト　グループ測定　種目（握力・反復横跳び・立ち幅跳び・シャトルラン）	体力テストの実施と体力の自己評価
		7週	・投技・固技の基本練習と応用練習（約束乱取）･･･手技 ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルスの試合と審判法ち）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		8週	・投技・固技の基本練習と応用練習（約束乱取）･･･手技 ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルスの試合と審判法ち）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
	2ndQ	9週	・投技・固技の基本練習と応用練習（約束乱取）･･･手技 ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルスの試合と審判法ち）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		10週	・柔道の歴史的変遷と柔道修行の意義（ビデオ学習） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上 ビデオ学習により理解を深める
		11週	・投技・固技の基本練習と実践練習（乱取） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		12週	・投技・固技の基本練習と試合練習（審判法） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		13週	・投技・固技の基本練習と試合練習（審判法） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		14週	・投技・固技の基本練習と試合練習（審判法） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		15週	・実技試験（各種受身・投技・固技） ・実技試験（フォアハンド・バックハンドの上達度）	基本技術・応用練習の実技試験を実施して評価する
		16週		
後期	3rdQ	1週	・武道と柔道の特性、基本知識、安全上の諸注意について　基本練習 ・ラケット種目の特性と基本知識、安全上の諸注意について　基本練習	安全対策の理解
		2週	・基本技術を主とした内容（受身、体捌き、組み方、簡易な足技と受身の関係） ・基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ）	基本技術の習得
		3週	・投技・固技の習得（掛かり練習、約束練習）･･･足技、腰技、抑込技 ・基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ、カットのしかた）	基本技術と応用練習による技術習得
		4週	・投技・固技の習得（掛かり練習、約束練習）･･･足技、腰技、抑込技 ・基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ、さまざまなカットのしかた）	基本技術と応用練習による技術習得基本技術と応用練習
		5週	・投技・固技の基本練習と応用練習（約束乱取）･･･手技 ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルスの試合と審判法ち）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		6週	・投技・固技の基本練習と応用練習（約束乱取）･･･手技 ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルスの試合と審判法ち）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		7週	・投技・固技の基本練習と実践練習（乱取） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		8週	・柔道の歴史的変遷と柔道修行の意義（ビデオ学習） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスの試合） シングルス試合と審判法	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上 ビデオ学習により理解を深める
	4thQ	9週	・投技・固技の基本練習と実践練習（乱取） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		10週	・投技・固技の基本練習と試合練習（審判法） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上

		11週	・投技・固技の基本練習と試合練習（審判法） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		12週	・投技・固技の基本練習と試合練習（審判法） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・試合によるレベル向上
		13週	・投技・固技の基本練習と試合練習（審判法） ・実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスシングルスの試合と審判法）	基本技術・応用練習・試合によるレベル向上
		14週	・実技試験（各種受身・投技・固技） ・実技試験（フォアハンド・バックハンドの上達度）	基本技術・応用練習の実技試験を実施して評価する
		15週	1年間の体育実技のまとめと次年度の体育について（評価方法の説明と講評）	３年次体育を振り返って自己評価をする
		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
分野横断的能力	態度・志向性(人間力)	態度・志向性	態度・志向性	周囲の状況と自身の立場に照らし、必要な行動をとることができる。	3	
				自らの考えで責任を持ってものごとに取り組むことができる。	3	
				目標の実現に向けて計画ができる。	3	
				目標の実現に向けて自らを律して行動できる。	3	
				日常の生活における時間管理、健康管理、金銭管理などができる。	3	
				社会の一員として、自らの行動、発言、役割を認識して行動できる。	3	
				チームで協調・共同することの意義・効果を認識している。	3	
				チームで協調・共同するために自身の感情をコントロールし、他者の意見を尊重するためのコミュニケーションをとることができる。	3	
				当事者意識をもってチームでの作業・研究を進めることができる。	3	
				チームのメンバーとしての役割を把握した行動ができる。	3	
				リーダーがとるべき行動や役割をあげることができる。	3	
				適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。	3	
				リーダーシップを発揮する(させる)ためには情報収集やチーム内での相談が必要であることを知っている	3	
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	3	
				他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	3	
				コミュニケーション能力や主体性等の「社会人として備えるべき能力」の必要性を認識している。	3	

評価割合

	技術	規則の理解	ﾘｰﾀﾞｰｼｯﾌﾟ	態度	意識	合計
総合評価割合	100	20	20	40	20	200
前期	50	10	10	20	10	100
後期	50	10	10	20	10	100