

岐阜工業高等専門学校		開講年度	令和04年度 (2022年度)		授業科目	体育
科目基礎情報						
科目番号	0064			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	建築学科			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,井上 希美					
到達目標						
様々な種目を通して、体力や運動能力の向上を図る。また、種目特性やルールの理解を深めることで、生涯にわたる適切な運動習慣の確立につなげる。プレー中はもちろんのこと、プレー以外でも他と協調し、協力しあう態度を育てる。 ①関心・意欲・態度：様々な運動に取組み、体力・技能向上のための取り組みができる。 ②思考力・判断力：自己やグループの課題を見つけ、改善への取り組みや工夫ができる。 ③運動技能：効率的な技術やゲームにおける効果的なプレーができる。 ④知識・理解度：種目の特性を理解したプレーができ、審判としてもゲームの進行ができる。 ⑤責任・貢献・協調性：自己の役割を自覚し、授業の運営・チーム力の向上などに貢献できる。 岐阜高専ディプロマポリシー：（A）						
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 関心・意欲・態度	様々な運動に対して、体力・技能の向上のための取り組みができる。		様々な運動に取り組むことができる。		様々な運動に取り組むことができない。	
評価項目2 思考力・判断力	自己やグループの課題を見つけ、改善への取り組みや工夫ができる。		自己やグループの課題を見つけることができる。		自己やチームの課題を見つけることができない。	
評価項目3 運動技能	自己やグループの課題を見つけ、改善への取り組みや工夫ができる。		運動・ゲームを構成する基本技術が身についている。		運動・ゲームを構成する基本技術が身についていない。	
評価項目4 知識・理解度	効率的な技術やゲームにおける効果的なプレーができる。		運動・種目の特性、ルールを理解している。		運動・種目の特性、ルールを理解していない。	
評価項目5 責任・貢献・協調性	自己の役割を自覚し、授業の運営・チーム力の向上などに貢献できる。		自己の役割を自覚し、能力に応じた貢献ができる。		自己の役割を自覚できず、能力に応じた貢献ができない。	
学科の到達目標項目との関係						
教育方法等						
概要	2クラス合同授業となる。以下の2コースから選択する 1.前期 柔道 後期 卓球 2.前期 バドミントン 後期 レクリエーション・スポーツ 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。（全コース共通） 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 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。 （事前準備の学習）入学時に購入した「アクティブスポーツ（大修館）」で、技術的なポイントやルールを確認しておくこと良い。 英語導入計画：Technical terms					
注意点	新型コロナウイルス感染予防や怪我、熱中症などに十分注意すること。 授業内容は、天候等により変更することがある。 遠隔授業になった場合は、指導教員の指示に従いTeamsでの配信授業を受講する。					
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） ・基本練習①（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 ・基本練習②（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 ・基本練習③（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	

後期		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・シングルの試合と審判法）①	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・シングルの試合と審判法）②	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・シングルの試合と審判法）③	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・シングルの試合と審判法）④	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、ダブルスシングルの試合と審判法）⑤	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、ダブルスシングルの試合と審判法）⑥	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、ダブルスシングルの試合と審判法）⑦	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、ダブルスシングルの試合と審判法）⑧	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		
	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 ・レクリエーション・スポーツの特性と基本知識、安全上の諸注意について 基本練習	安全対策の理解
		2週	・卓球 基楚練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ） ・ポッチャ①	基本技術の習得
		3週	・卓球 基楚練習（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） ・ポッチャ②	基本技術と応用練習による技術習得
		4週	・卓球 基楚練習（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） ・ポッチャ③	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	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルの試合と審判法） ・シッティングバレーボール①	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		6週	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルの試合と審判法） ・シッティングバレーボール②	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		7週	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルの試合と審判法） ・シッティングバレーボール③	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		8週	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスの試合） ・インディアカ①	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	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルの試合と審判法） ・インディアカ②	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		10週	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルの試合と審判法） ・インディアカ③	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		11週	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルの試合と審判法） ・コーフボール①	基本技術・応用練習・実践練習・試合によるレベル向上
		12週	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルの試合と審判法） ・コーフボール②	基本技術・応用練習・試合によるレベル向上
		13週	・卓球 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルス・シングルの試合と審判法） ・コーフボール③	基本技術・応用練習・試合によるレベル向上
		14週	・卓球 実技試験（フォアハンド・バックハンドの上達度） ・コーフボール④	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		

			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	競技特性とルールの理解	リーダーシップ	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