| 豊田工業高等専門学校 | 開講年度 | 令和02年度 (2020年度) | 授業科目 | 保健体育ⅣA |
|---|---|---|---|---|

## 科目基礎情報

| | | | |
|---|---|---|---|
| 科目番号 | 04102 | 科目区分 | 一般 / 選択必修（体） |
| 授業形態 | 実技 | 単位の種別と単位数 | 履修単位: 1 |
| 開設学科 | 機械工学科 | 対象学年 | 4 |
| 開設期 | 前期 | 週時間数 | 2 |
| 教科書/教材 | 「ACTIVE SPORTS」（大修館書店）　「運動と健康の科学」（鈴木製本所）／プリント　ビデオ教材 | | |
| 担当教員 | 伊藤 道郎,髙津 浩彰,近藤 雅哉 | | |

## 到達目標

(ア)備品を大切にし準備やあとかたづけができる。
(イ)各自の運動能力が把握できる。
(ウ)基本的な技術を積極的に学習できる。
(エ)協力してゲームを運営できる。
(オ)テニスの歴史とルールを理解できる。
(カ)安全に留意して学習を進めることができる。
(キ)食生活と健康の関係について説明できる。
(ク)食事のバランスについて説明できる。

## 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 | 数人でグループを作り、決められたグループ内のメンバーで協力してスポーツテストが実施できる。 | クラス内のメンバーと協力してスポーツテストが実施できる。 | 協力してスポーツテストが実施できない。 |
| 評価項目２ | テニスに必要な技術を習得し、クラス内のメンバーと協力してシングルスとダブルスの試合が実施できる。 | クラス内のメンバーと協力してシングルスとダブルスの試合が実施できる。 | 協力してテニスの試合が実施できない。 |
| 評価項目３ | 健康に対する食生活の重要性を理解し、自らの考えを述べることができる。 | 健康に対する食生活の重要性が理解できる。 | 健康に対する食生活の重要性が理解できない。 |

## 学科の到達目標項目との関係

本校教育目標 ⑤ 技術者倫理

## 教育方法等

| | |
|---|---|
| 概要 | テニスでは、個人の運動能力に合わせて技術を学習し、試合で積極的に実施できる能力を育成する。また、生涯スポーツとして活用していけるように、試合のマナー、ルールについても学習する。保健では、食事と健康について考え、食生活をコントロールすることによって、健康の維持増進ができるようにする。 |
| 授業の進め方・方法 | |
| 注意点 | ジャージを着用し、使用施設にあったシューズを使用する。ピアス、指輪、ネックレス等は外すこと。携帯電話・スマートフォンは授業中に扱わないこと。爪は切っておくこと。 |

## 選択必修の種別・旧カリ科目名

## 授業計画

| | | 週 | 授業内容 | 週ごとの到達目標 |
|---|---|---|---|---|
| 前期 | 1stQ | 1週 | スポーツテスト(握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び) | 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳びの測定を実施することができる。 |
| | | 2週 | スポーツテスト(50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げ) | 50m走、立ち幅とび、ハンドボール投げの測定を実施することができる。 |
| | | 3週 | スポーツテスト(シャトルラン) | シャトルランの測定を実施することができる。 |
| | | 4週 | ボールコントロール（グリップ、ラケットコントロール、ボレーゲーム) | グリップの握り方やラケットコントロールが理解できる。 |
| | | 5週 | ストローク（フォア-ハンド、バックハンド、半面ゲーム） | フォアハンドとバックハンドの動きが理解できる。 |
| | | 6週 | ３－３のゲーム（ボレー、ストローク、サーブ） | ボレーやサーブの動きが理解できる。 |
| | | 7週 | サーブ（アンダーハンドサーブ、スライスサーブ、スピンサーブ） | いくつかのサーブ方法が理解できる。 |
| | | 8週 | スマッシュとロブ | スマッシュとロブについて理解できる。 |
| | 2ndQ | 9週 | テニスの歴史とルール | テニス歴史とルールが理解できる。 |
| | | 10週 | ダブルスゲーム | ダブルスゲームの進行が理解できる。 |
| | | 11週 | ダブルスゲーム | ダブルスゲームが実施できる。 |
| | | 12週 | シングルスゲーム | シングルスゲームの進行が理解できる。 |
| | | 13週 | シングルスゲーム | シングルスゲームが実施できる。 |
| | | 14週 | 食生活と健康（栄養、食生活の大切さ、バランス） | 食生活と健康について理解できる。 |
| | | 15週 | 食生活と健康（栄養、食生活の大切さ、バランス） | 健康維持・増進のための食生活について自らの考えを述べることができる。 |
| | | 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

| | スポーツテスト | 実技課題 | 保健 | 合計 |
|---|---|---|---|---|
| 総合評価割合 | 20 | 60 | 20 | 100 |
| 基礎的能力 | 20 | 60 | 20 | 100 |