

舞鶴工業高等専門学校		開講年度	令和03年度 (2021年度)		授業科目	保健体育Ⅲ	
科目基礎情報							
科目番号	0168		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	一般科目		対象学年		3		
開設期	通年		週時間数		2		
教科書/教材	教科書 和唐正勝他著「現代保健体育」/ 教材 近畿地区高等専門学校体育研究会編「保健体育概論（改訂増補版）」						
担当教員	齋藤 康男,畠山 一男						
到達目標							
1 積極的に運動し、運動を楽しみ、協力や責任を果すことができる。 2 課題の解決を目指し、活動を工夫できる。 3 運動技術を理解し、運動技能を高めることができる。 4 技術・健康・体力に関する事項を理解し、身につけることができる。							
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	積極的に運動し、運動を楽しみ、協力や責任を果すことができる。		運動し、運動を楽しみ、協力や責任を果すことができる。		運動し、運動を楽しみ、協力や責任を果すことができない。		
評価項目2	積極的に課題の解決を目指し、活動を工夫できる。		課題の解決を目指し、活動を工夫できる。		課題の解決を目指し、活動を工夫できない。		
評価項目3	積極的に運動技術を理解し、運動技能を高めることができる。		運動技術を理解し、運動技能を高めることができる。		運動技術を理解し、運動技能を高めることができない。		
評価項目4	十分に技術・健康・体力に関する事項を理解し、身につけることができる。		技術・健康・体力に関する事項を理解し、身につけることができる。		技術・健康・体力に関する事項を理解し、身につけることができない。		
学科の到達目標項目との関係							
学習・教育到達度目標 (E)							
教育方法等							
概要	健康・安全や運動についての理解と運動の合理的・計画的な実践を通して、生涯にわたる豊かなスポーツライフを維持する資質や能力を育てると共に、明るく豊かで活力のある生活を営む態度を育てることを目的とする。						
授業の進め方・方法	【授業方法】 各クラスとも名簿の前半は前期剣道・後期柔道、名簿の後半は前期柔道・後期剣道を受講するものとする。体調の変化について自己管理すると同時に、担当教員に報告し、健康および安全に留意して授業に参加する。 【学習方法】 本授業は実習であるので、健康に十分留意して参加すること。						
注意点	【成績の評価方法・評価基準】 1.関心・意欲・態度, 2.思考・判断, 3.運動の技能, 4.知識・理解, の4つの観点から、実技点を100%として評価する。 【教員の連絡先】 研究室 B棟3階 小野 (B-302) 研究室 A棟2階 木村 (A-207) 内線電話 8910(小野)、8915(木村) e-mail: onoアットマークmaizuru-ct.ac.jp (小野) , k.kimuraアットマークmaizuru-ct.ac.jp (木村)						
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	シラバス内容の説明, 座学 剣道の理念, 剣道の歴史や特性		1, 2, 3, 4		
		2週	基本動作 竹刀の握り方, 構え, 足捌き, 素振り		1, 2, 3, 4		
		3週	基本動作 前回反復, 間合い・気剣体の一致重要性, 空間面打ち		1, 2, 3, 4		
		4週	基本動作 前回反復, 側面打ち, 連続打ち, 切り返しの重要性		1, 2, 3, 4		
		5週	基本動作 前回反復, 防具の装着法, 防具の格納法, 手ぬぐい被り方		1, 2, 3, 4		
		6週	基本動作 前回反復, 立礼, 打突部位の確認, 基本打突の心構え		1, 2, 3, 4		
		7週	応用動作 前回反復 (基本打突), 払い技, 引き立て稽古		1, 2, 3, 4		
		8週	応用動作 前回反復 ("), 出頭の技, 引き立て稽古		1, 2, 3, 4		
	2ndQ	9週	応用動作 前回反復 ("), 返し技, 引き技, 引き立て稽古		1, 2, 3, 4		
		10週	応用動作 前回反復 ("), 抜き技, 摺り上げ技, 引き立て稽古		1, 2, 3, 4		
		11週	応用動作 前回反復 ("), 礼儀と危険防止の心構え, 互格稽古		1, 2, 3, 4		

後期		12週	応用動作 前回反復（ 〃 ），残心の重要性，打突の好機，互格稽古	1, 2, 3, 4
		13週	応用動作 前回反復（ 〃 ），互格稽古，試合稽古	1, 2, 3, 4
		14週	試合稽古	1, 2, 3, 4
		15週	試 合 剣道の理念（礼節と人間形成）	1, 2, 3, 4
		16週		
	3rdQ	1週	シラバス内容の説明，沿革と現状・修行の目的・礼法・道衣装着法・技構成	1, 2, 3, 4
		2週	受身（後方・側方）寝技…抑え込み技（袈裟固・逃げ方）	1, 2, 3, 4
		3週	受身（前方・前方回転）抑え込み技（横四方固）	1, 2, 3, 4
		4週	前回反復，抑え込み技（肩固・上四方固）抑え込み技のみの乱取	1, 2, 3, 4
		5週	前回反復，絞め技（並，逆，片十字絞・送り襟絞め，片羽絞め防禦法	1, 2, 3, 4
		6週	前回反復，関節技（腕固・膝固・腋固・十字固・腋搦み）防禦法 寝技乱取	1, 2, 3, 4
		7週	前回反復，寝技攻撃・防禦法，乱取，立技（組み姿勢・体捌き，投技…大腰）	1, 2, 3, 4
		8週	前回反復，寝技乱取，投技（背負投・大外刈）…打込み	1, 2, 3, 4
	4thQ	9週	前回反復，寝技乱取，投技（払腰・大内刈・小外刈）…打込み（立位・移動）	1, 2, 3, 4
		10週	前回反復，寝技乱取，投技（支え釣込足・膝車・送り足，出足払い），立技乱取	1, 2, 3, 4
		11週	前回反復，寝技乱取，その他の立技説明展示，連絡・変化技，立技乱取	1, 2, 3, 4
		12週	前回反復，寝技乱取，立技防禦法・返し技，乱取	1, 2, 3, 4
		13週	前回反復，寝技乱取，打ち込み，乱取	1, 2, 3, 4
		14週	前回反復，寝技乱取，試合審判法・礼法説明，乱取，試合	1, 2, 3, 4
		15週	前回反復，寝技乱取，打ち込み，乱取，試合	1, 2, 3, 4
		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							
	成績	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	0	0	0	90	10	0	100
基礎的能力	0	0	0	90	10	0	100
専門的能力	0	0	0	0	0	0	0