

舞鶴工業高等専門学校		開講年度	平成31年度 (2019年度)	授業科目	保健体育Ⅳ
科目基礎情報					
科目番号	0213		科目区分	一般 / 選択	
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	4	
開設期	通年		週時間数	2	
教科書/教材	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	小野 伸一郎,木村 健二,秋原 悠				
到達目標					
1 一定以上の活動量の運動・スポーツが実践できる 2 能力に応じた適切な目標が設定できる 3 安全を第一として、ルールやマナーによって秩序付けられた活動ができる 4 競争や挑戦、仲間とのふれあいを楽しむことができる 5 体を動かす中で、その感覚を意識することができる					
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。		
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	※実務との関係 この科目は企業でスポーツ科学・トレーニング科学を担当していた教員がその経験を活かし、トレーニングの実際、その実施方法、スポーツ科学の最新の知見の提供等について実技形式で授業を行うものである。 【授業目的】【Course Objective】生涯にわたる健康維持のために、1.継続的な運動・スポーツの重要性を理解する 2.運動・スポーツの安全な実施方法を身につける、3.自主的な運動・スポーツの実践を通じて運動・スポーツに親しむ態度を体得する。				
授業の進め方・方法	【授業方法】 前期は、生涯スポーツとしてのニュースポーツなどを通して、クラス全体で同じ種目に取り組み授業を展開する。後期は、学生それぞれの興味や特性に応じて種目を選択し、グループを作ってその種目に取り組み授業を展開する。また、授業の最初に、体力づくりとして補強トレーニングやランニングを行う。 【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。授業では、自主的かつ積極的および協力的に、運動・スポーツの実践を行う。また授業以外にも、週3～4日の運動・スポーツの実践をこころがけること。				
注意点	【成績の評価方法・評価基準】 以下の観点からみて、到達目標の到達度を評価する。 態度、志向性：主体性のある行動、グループの統率、グループ内での協調、ルール順守について。 知識、理解：健康・体力に関する一般的な知識の習得について。 技能：個人技能や集団技能を高める能力について。 【学生へのメッセージ】 前期に計画しているニュースポーツの実施では、これまでのスポーツ経験による技術差を最小限にし、誰もが楽しめる種目を選定しています。これらのニュースポーツの実施を通して、運動・スポーツを日常的な活動とするきっかけを作ってほしいと思います。 後期に計画している「種目選択によるグループ学習」とは、これまでの授業・個人のスポーツ経験・興味・関心を活かして、フットサル・サッカー・ソフトバレーボール・バレーボール・卓球・バドミントン・バスケットボール・ショートテニス・テニス・ジョギング・ウォーキング・ウエイトトレーニング・水泳・ゴルフ・フライングディスク・ソフトボール・軟式野球などから種目を選択し、種目ごとにグループを作り、自主的に取り組むことです。今後、社会へ出てから取り組む運動・スポーツの参加形態だと言えます。まさしく高専体育の総まとめです。 社会で活躍する良き職業人は同時に良き市民でもあります。運動・スポーツをすることで仲間とのコミュニケーションの幅を広げ、豊かな感性・良い倫理観を持った人間になることを心がけましょう。 【履修上の注意】 ジャージ等に替えること 体育館内では、専用の室内シューズを履くこと 屋外では、運動に適したシューズを履くこと 【連絡先】 内線電話：8910(小野)、8915(木村) e-mail：ono@maizuru-ct.ac.jp または k.kimura@maizuru-ct.ac.jp				
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、ソフトボール	到達目標1～5：シラバスおよび授業実施の方法について理解する。ソフトボール個人技術とゲームルールの理解と実践ができる。	
		2週	ソフトボール	到達目標1～5：ルールを理解し、ゲームを進めることができる。	
		3週	ソフトボール	到達目標1～5：より発展したゲームを展開できる。	
		4週	フライングディスク (各種投法の基本)	到達目標1～5：投法を理解し、実践できる。	
		5週	フライングディスク (アキュラシー)	到達目標1～5：種目を理解し、正確に実践できる。	
		6週	フライングディスク (アルティメット)	到達目標1～5：ルールを理解し、ゲームを進めることができる。	

後期	2ndQ	7週	フライングディスク（アルティメット）	到達目標1～5：ルールを理解し、ゲームを進めることができる。
		8週	前期末にレポート提出	到達目標2：昨今の知見に基づいたスポーツ科学について説明ができる。
		9週	ユニバーサルホッケー（個人技術とゲーム）	到達目標1～5：安全にゲームを進めることができる。
		10週	ユニバーサルホッケー（ゲーム）	到達目標1～5：より発展したゲームを展開できる。
		11週	ターゲットバードゴルフ（スウィングの基礎）	到達目標1～5：技術を理解し、正確に実践できる。
		12週	ターゲットバードゴルフ	到達目標1～5：ルールを理解し、ゲームを進行できる。
		13週	水泳	到達目標1～5：水慣れするとともに、安全に泳ぐことができる。
		14週	水泳	到達目標1～5：各種の泳法を泳ぐことができる。
	15週	水泳	到達目標1～5：長距離を泳ぐことができる。	
	16週			
	3rdQ	1週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。
		2週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。
		3週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。
		4週	体力テスト（隔年で実施する）	到達目標1, 2：安全に運動実践を行い、技術、体力を確認することができる。
		5週	体力テスト（隔年で実施する）	到達目標1, 2：安全に運動実践を行い、技術、体力を確認することができる。
		6週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。
7週		選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。	
8週		後期末にレポート提出	到達目標2：昨今の知見に基づいたスポーツ科学について説明ができる。	
4thQ	9週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。	
	10週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。	
	11週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。	
	12週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。	
	13週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。	
	14週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。	
	15週	選択種目によるグループ学習	到達目標1～5：安全に運動実践を行い、技術、体力を向上させることができる。選択した種目を楽しみ、スポーツを継続して実践できる。	
	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					
	態度, 志向性	知識, 理解	技能	レポート	合計
総合評価割合	30	30	30	10	100
配点	30	30	30	10	100