明石工業高等専門学校	開講年度	令和04年度 (2022年度)	授業科目	スポーツ科学実習Ⅰ

科目基礎情報

科目番号	4507	科目区分	一般 / 選択
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	5
開設期	前期	週時間数	2
教科書/教材			
担当教員	前田 忠紀,小林 優希		

到達目標

・授業に参加して自身の健康増進、体力向上に努める。また、ある程度の自己管理力がある。
・安全にスポーツを行うための行動がとれる。また、チームで協調、共同することの意義を認識し、そのために必要な行動がとれる。

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
授業の取り組み	主体的に授業に参加して自身の健康増進、体力向上に努める。自己管理力が高い。	授業に参加して自身の健康増進、体力向上に努める。ある程度自己管理力がある。	授業に参加しない。自身の健康増進、体力向上に努めない。自己管理力が低い。
実技	各種目の練習、ゲームに積極的に参加し、競技力が非常に高い。また、ゲーム等に大きな影響力を持つ。	各種目の練習、ゲームに積極的に参加することができる。また、その技術を身に付けている。	各種目の練習、ゲームに参加しない。
リーダーシップ	リーダーの役割をよく理解し、チームワーク力を高めることができる。	リーダーの役割を理解して担う、もしくは引き受けることができる。	リーダーの役割を理解していない。またその役割を担うこともない。

学科の到達目標項目との関係

教育方法等

概要	スポーツを日常的に取り入れる習慣を身に付けてもらうべく、その楽しさや奥深さをさらに知ってもらいたい。この授業は、主体的、積極的に参加する姿勢を求めている。グループを作り、リーダーが中心となって授業内容の立案、検討、実施をすべて行ってもらう。選択可能な種目は以下の通りである。野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク
授業の進め方・方法	下級生で覚えたルールやゲームの進め方、習得した基本技術を基にゲームを通してさらにスキルアップしてもらいたい。また、リーダーを中心にチームで協調、共同しながらチームワーク力を高める楽しさも体験してほしい。受講学生が主体的に、安全かつ雰囲気のよい授業となるような取り組みをし、担当教員がそのサポートをするような授業作りをしたいと考えている。 非常勤連絡員 / 小林優希
注意点	・トレーニングウエア、運動靴を着用すること。着用していない場合は減点の対象となる。 ・アクセサリー類、時計、その他不必要な物の着用や持ち込みを禁止する。これらも減点の対象となる。 ・遅刻は開始20分までとする。20分以後の参加は認めるが欠席扱いとする。 ・無断早退(抜け出し)が発覚した場合はその授業を欠席とし、それまでの授業も欠席同等の減点を課す。 合格の対象としない欠席条件(割合) 1/4以上の欠課

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	ガイダンス、 野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	この授業の目的・目標を理解し、希望種目を選択する。
		2週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		3週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		4週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		5週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		6週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		7週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		8週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
	2ndQ	9週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	希望種目を選択する。
		10週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。

		11週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		12週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		13週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		14週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		15週	野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニス、バスケットボール、バレーボール、バドミントン、卓球 、トレーニング、フライングディスク	各自で準備体操を行い、安全に配慮して練習・ゲームを行うことができる。授業の振り返りを行い、次週の練習計画を立てることができる。
		16週	期末試験実施せず	

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	前15
				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	前15
				目標の実現に向けて計画ができる。	3	前15
				目標の実現に向けて自らを律して行動できる。	3	前15
				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	前15
				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	前15
				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	前15
				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	前15
				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	前15
				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	前15
				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	前15
				適切な方向性に沿った協調行動を促すことができる。	3	前15
				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	前15
				法令やルールを遵守した行動をとれる。	3	前15
				他者のおかれている状況に配慮した行動がとれる。	3	前15
				その時々で自らの現状を認識し、将来のありたい姿に向かっていくために現状で必要な学習や活動を考えることができる。	3	前15
				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	前15

評価割合

	授業の取り組み	実技	リーダーシップ	合計
総合評価割合	75	10	15	100
基礎的能力	75	0	0	75
分野横断的能力	0	10	15	25