

|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 米子工業高等専門学校                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 開講年度                                       | 令和03年度 (2021年度)                         |                                 | 授業科目                                           | 健康科学特論                                  |
| 科目基礎情報                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 科目番号                                                                                                                                             | 0027                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                            |                                         | 科目区分                            | 一般 / 選択                                        |                                         |
| 授業形態                                                                                                                                             | 講義                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                            |                                         | 単位の種別と単位数                       | 学修単位: 2                                        |                                         |
| 開設学科                                                                                                                                             | 専攻科 生産システム工学専攻                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                            |                                         | 対象学年                            | 専1                                             |                                         |
| 開設期                                                                                                                                              | 前期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                            |                                         | 週時間数                            | 2                                              |                                         |
| 教科書/教材                                                                                                                                           | 健康・スポーツ科学の基礎（杏林書院）、他、適宜資料を配布する                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 担当教員                                                                                                                                             | 南 雅樹,大野 政人,濱中 良                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 到達目標                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 1.身体活動を科学的な視点・思考を持って理解することができる。<br>2.身体活動を科学的な視点・思考を持って分析することができる。<br>3.健康維持のために重要となる生涯スポーツを実践することができる。<br>4.運動技術・skillの改善に向けて思考、議論し、発表することができる。 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 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                                                                                                                                            | 身体活動を科学的な視点・思考を持って理解することができる                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                            | 身体活動を科学的な視点・思考を持ってある程度理解することができる        |                                 | 身体活動を科学的な視点・思考を持って理解することができない、または、不足している       |                                         |
| 評価項目2                                                                                                                                            | 身体活動を科学的な視点・思考を持って分析することができる                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                            | 身体活動を科学的な視点・思考を持ってある程度分析することができる        |                                 | 身体活動を科学的な視点・思考を持って分析することができない、または、不足している       |                                         |
| 評価項目3                                                                                                                                            | 健康維持のために重要となる生涯スポーツを実践することができる                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                            | 健康維持のために重要となる生涯スポーツをある程度実践することができる      |                                 | 健康維持のために重要となる生涯スポーツを実践することができない、または、不足している     |                                         |
| 評価項目4                                                                                                                                            | 運動技術・skillの改善に向けて思考、議論し、発表することができる                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                            | 運動技術・skillの改善に向けて、ある程度思考、議論し、発表することができる |                                 | 運動技術・skillの改善に向けて思考、議論し、発表することができない、または、不足している |                                         |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 学習・教育到達度目標 A-1<br>JABEE c                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 教育方法等                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 概要                                                                                                                                               | 超高齢化や生活習慣病の若年化など危惧すべき問題が表面化している。したがって、健康づくり・生涯スポーツの実践と継続に必要な基本的、応用的知識と獲得方法、事例を学習する。                                                                                                                                                                                                                                          |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 授業の進め方・方法                                                                                                                                        | 講義は、プリントの配布やパワーポイントを用いて行う。運動能力・体力等の機能診断を実施する際には、実施可能な服装を用意し、体育施設（体育館やグラウンドなど）に集合すること。次のような自学自習を60時間以上行うこと。<br>課題資料の準備／配布資料の学習／関連文献の読解による知識の拡充<br>オフィスアワー（南教員、大野教員、濱中教員 木曜日 16:00～17:00）                                                                                                                                      |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 注意点                                                                                                                                              | (1) 時間厳守<br>(2) 服装の徹底（体育施設では運動着・運動靴を着用）<br>(3) 担当教員の指導・指示を厳守する（安全性の徹底）<br>(4) 指示した場合を除き、授業中のスマートフォン等の所持や使用は認めない（緊急時など、必要場合は事前に担当教員に相談の上、許可を得る）<br>(5) 天候、実施場所等の関係により、授業内容を変更する可能性がある<br>(6) 熱中症対策のためタオルと飲み物を準備すること。ただし、体育館のフロアを濡らさないようにするため、飲み物はタオル等の上に置き（直接床に置かない）、飲む時は体育館のフロア以外の場所で飲むこと<br>(7) 感染症対策として、運動前は基本的にマスクを着用すること |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| 授業の属性・履修上の区分                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                            |                                         |                                 |                                                |                                         |
| <input checked="" type="checkbox"/> アクティブラーニング                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <input checked="" type="checkbox"/> ICT 利用 |                                         | <input type="checkbox"/> 遠隔授業対応 |                                                | <input type="checkbox"/> 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（授業計画や評価方法など）                      |                                 | 授業内容について理解することができる                             |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2週                                         | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（1）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 3週                                         | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（2）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 4週                                         | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（3）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 5週                                         | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（4）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 6週                                         | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（5）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 7週                                         | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（6）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 8週                                         | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（7）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  | 2ndQ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 9週                                         | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（8）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 10週                                        | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（9）              |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 11週                                        | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（10）             |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |
|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 12週                                        | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析（11）             |                                 | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                        |                                         |

|  |  |     |                                 |                              |
|--|--|-----|---------------------------------|------------------------------|
|  |  | 13週 | 健康・スポーツ、各種身体機能に関するデータ分析<br>(12) | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる      |
|  |  | 14週 | 指定した課題内容に関する文献検索、資料収集、提出資料の作成   | 関連する文献検索や適切な資料収集、提出資料の作成ができる |
|  |  | 15週 | 指定した課題内容に関する文献検索、資料収集、提出資料の作成   | 関連する文献検索や適切な資料収集、提出資料の作成ができる |
|  |  | 16週 | 提出資料の評価、講評                      | 提出された資料に対する客観的な評価や適切な議論ができる  |

#### 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

|         | レポート | その他 | 合計  |
|---------|------|-----|-----|
| 総合評価割合  | 80   | 20  | 100 |
| 基礎的能力   | 80   | 20  | 100 |
| 専門的能力   | 0    | 0   | 0   |
| 分野横断的能力 | 0    | 0   | 0   |