

|                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |      |                               |                                         |         |                                                |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------|-----------------------------------------|---------|------------------------------------------------|-----|
| 米子工業高等専門学校                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                            | 開講年度 | 平成31年度 (2019年度)               |                                         | 授業科目    | 健康科学特論                                         |     |
| 科目基礎情報                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                            |      |                               |                                         |         |                                                |     |
| 科目番号                                                                                                                                             | 0016                                                                                                                                                                                       |      |                               | 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 物質工学専攻                                                                                                                                                                                 |      |                               | 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                                                                                                                                                                                 |      |                               |                                         |         |                                                |     |
| 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                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                            |      |                               |                                         |         |                                                |     |
| 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 (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   |