

|                                                                                                                                                  |                                  |                                                                                                                                                                                            |                                   |                                         |                                           |                                                |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------|-----|
| 米子工業高等専門学校                                                                                                                                       |                                  | 開講年度                                                                                                                                                                                       | 平成30年度 (2018年度)                   |                                         | 授業科目                                      | 健康科学特論                                         |     |
| 科目基礎情報                                                                                                                                           |                                  |                                                                                                                                                                                            |                                   |                                         |                                           |                                                |     |
| 科目番号                                                                                                                                             | 0004                             |                                                                                                                                                                                            | 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 建築学専攻                        |                                                                                                                                                                                            | 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 学習・教育到達度目標 D-2<br>JABEE c JABEE g                                                                                                 |                                  |                                                                                                                                                                                            |                                   |                                         |                                           |                                                |     |
| 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>プレゼンテーションの準備/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 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                                                                                                                                                                                         | 機能診断の実施 (1)                       |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 3週                                                                                                                                                                                         | データ分析の結果に基づく健康、身体機能の基礎的、応用的知識 (1) |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 4週                                                                                                                                                                                         | 機能診断の実施 (2)                       |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 5週                                                                                                                                                                                         | データ分析の結果に基づく健康、身体機能の基礎的、応用的知識 (2) |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 6週                                                                                                                                                                                         | 生涯スポーツの実践 (ゴルフを中心に) とその科学的分析法 (1) |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 7週                                                                                                                                                                                         | 生涯スポーツの実践 (ゴルフを中心に) とその科学的分析法 (2) |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 8週                                                                                                                                                                                         | 生涯スポーツの実践 (ゴルフを中心に) とその科学的分析法 (3) |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  | 2ndQ                             | 9週                                                                                                                                                                                         | 生涯スポーツの実践 (ゴルフを中心に) とその科学的分析法 (4) |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 10週                                                                                                                                                                                        | 運動生理学の観点からみた身体活動の分析 (1)           |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 11週                                                                                                                                                                                        | 運動生理学の観点からみた身体活動の分析 (2)           |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 12週                                                                                                                                                                                        | 運動生理学の観点からみた身体活動の分析 (3)           |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 13週                                                                                                                                                                                        | 運動生理学の観点からみた身体活動の分析 (4)           |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 14週                                                                                                                                                                                        | 課題内容に関するプレゼンテーション (1)             |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 15週                                                                                                                                                                                        | 課題内容に関するプレゼンテーション (2)             |                                         | 内容を理解し、適切に測定・分析することができる                   |                                                |     |
|                                                                                                                                                  |                                  | 16週                                                                                                                                                                                        | 試験または課題内容に関するプレゼンテーション            |                                         | 学習した内容を整理し、提示された課題に対して適切に解答 (回答) することができる |                                                |     |
| 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                                                                                                                                             |                                  |                                                                                                                                                                                            |                                   |                                         |                                           |                                                |     |
|                                                                                                                                                  | 試験                               |                                                                                                                                                                                            | その他                               |                                         | 合計                                        |                                                |     |
| 総合評価割合                                                                                                                                           |                                  | 30                                                                                                                                                                                         |                                   | 70                                      |                                           | 100                                            |     |
| 基礎的能力                                                                                                                                            |                                  | 30                                                                                                                                                                                         |                                   | 70                                      |                                           | 100                                            |     |
| 専門的能力                                                                                                                                            |                                  | 0                                                                                                                                                                                          |                                   | 0                                       |                                           | 0                                              |     |

|         |   |   |   |
|---------|---|---|---|
| 分野横断的能力 | 0 | 0 | 0 |
|---------|---|---|---|