

|                                                                                        |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| 弓削商船高等専門学校                                                                             |                           | 開講年度                                                                                                                                                                                            | 平成29年度 (2017年度)                                                                                          |                                   | 授業科目                                                                                                          | 体育                                  |
| 科目基礎情報                                                                                 |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 科目番号                                                                                   | 1A08                      |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          | 科目区分                              | 一般 / 必修                                                                                                       |                                     |
| 授業形態                                                                                   | 授業                        |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          | 単位の種別と単位数                         | 履修単位: 2                                                                                                       |                                     |
| 開設学科                                                                                   | 商船学科                      |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          | 対象学年                              | 1                                                                                                             |                                     |
| 開設期                                                                                    | 通年                        |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          | 週時間数                              | 2                                                                                                             |                                     |
| 教科書/教材                                                                                 | アクティブスポーツ：大修館書店編集部（大修館書店） |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 担当教員                                                                                   | 学生課 教務係,水崎 一良,富永 亮        |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 到達目標                                                                                   |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 運動の実践を通じて、体力の向上、個人的・集团的運動技能を習得、公正・協力・責任などの態度の発達、運動の習慣化を促し、生涯にわたって健康の保持増進のための実践力を身につける。 |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 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                                                                                                     |                                     |
| 基本的技術・ルールの知識を習得し、種目の特性と魅力に応じた動きとして実践できる。また、技能に応じた作戦や練習計画を立てることができる（運動技能、知識・理解、思考・判断）   |                           | 特性と魅力に応じて、計画的な実践ができる                                                                                                                                                                            |                                                                                                          | 特性に応じて、計画的な実践ができる                 |                                                                                                               | 特性に応じて、計画的な実践ができない                  |
| 集団の一員としての役割と責任を自覚し、公正・協力的な行動が主体的にできる。また、個人や集団の健康・安全を確保しながら、練習や試合に集中できる（関心・意欲・態度）       |                           | 公正・協力的な行動が主体的にでき、健康・安全を確保し、集中できる                                                                                                                                                                |                                                                                                          | 公正・協力的な行動が自主的にでき、健康・安全に気を配り、集中できる |                                                                                                               | 公正・協力的な行動ができない。また、健康・安全に気を配り、集中できない |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                          |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 教養 D2                                                                                  |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 教育方法等                                                                                  |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 概要                                                                                     |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 授業の進め方・方法                                                                              |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 注意点                                                                                    |                           | 実技（運動技能、知識・理解、思考・判断）を70%、授業態度（関心・意欲・態度）を30%として期末試験時に総合的に評価する。また、次のような授業態度（遅刻、熱心に取り組まない、指示に従わない、ルールを守らない、他人に迷惑を掛ける、集団行動を乱す等）があった場合は、その程度によって減点する。各期末試験時の評価は均等とする。欠課時数が単位時間数の1／6を超えた場合、再試験を実施しない。 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 実務経験のある教員による授業科目                                                                       |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
| 授業計画                                                                                   |                           |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                          |                                   |                                                                                                               |                                     |
|                                                                                        |                           | 週                                                                                                                                                                                               | 授業内容                                                                                                     |                                   | 週ごとの到達目標                                                                                                      |                                     |
| 前期                                                                                     | 1stQ                      | 1週                                                                                                                                                                                              | 前期ガイダンス                                                                                                  |                                   | 授業の目標、計画、評価を理解できる                                                                                             |                                     |
|                                                                                        |                           | 2週                                                                                                                                                                                              | 新体力テスト                                                                                                   |                                   | 自己の体力水準を把握する                                                                                                  |                                     |
|                                                                                        |                           | 3週                                                                                                                                                                                              | 新体力テスト                                                                                                   |                                   | 自己の体力水準を把握する                                                                                                  |                                     |
|                                                                                        |                           | 4週                                                                                                                                                                                              | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、壁パス）<br>・バスケットボール（パス・ドリブル・ショット・フェイント）<br>・バレーボール（パス、レシーブ、トス、アタック、サーブ） |                                   | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、などの基礎技能を習得する）<br>・バスケットボール（正確なパス、フットワークができる）<br>・バレーボール（正確なパスや連係プレーができる）   |                                     |
|                                                                                        |                           | 5週                                                                                                                                                                                              | サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、壁パス）<br>・バスケットボール（シュート）<br>・バレーボール（パス、レシーブ、トス、アタック、サーブ）                |                                   | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、などの基礎技能を習得する）<br>・バスケットボール（ゴールを注視し、確実に入る）<br>・バレーボール（アタック、サーブができる）         |                                     |
|                                                                                        |                           | 6週                                                                                                                                                                                              | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、壁パス）<br>・バスケットボール（リバウンド・1対1）<br>・バレーボール（試合）                           |                                   | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、などの基礎技能を習得する）<br>・バスケットボール（相手の動きに合わせた攻防ができる）<br>・バレーボール（ルールを理解し、ゲームが進行できる） |                                     |
|                                                                                        |                           | 7週                                                                                                                                                                                              | ・サッカー（ミニゲーム 8人）<br>・バスケットボール（1対2・2対2・ディフェンス）<br>・バレーボール（試合）                                              |                                   | ・サッカー（ゲームの方法を理解できる）<br>・バスケットボール（数的有利とコンビネーションを生かした攻防ができる）<br>・バレーボール（ルールを理解し、ゲームが進行できる）                      |                                     |
|                                                                                        |                           | 8週                                                                                                                                                                                              | ・サッカー（ミニゲーム 8人）<br>・バスケットボール（1対2・2対2・ディフェンス）<br>・バレーボール（スキルテスト）                                          |                                   | ・サッカー（ゲームの方法を理解できる）<br>・バスケットボール（数的有利とコンビネーションを生かした攻防ができる）                                                    |                                     |
|                                                                                        | 2ndQ                      | 9週                                                                                                                                                                                              | ・サッカー（ゲーム 11人）<br>・バスケットボール（ファーストブレイク）<br>・ソフトボール（キャッチボール、バッティング）                                        |                                   | ・サッカー（チーム戦術を考えたゲームができる）<br>・バスケットボール（ゴール方向への素早い展開ができる）<br>・ソフトボール（正確な投・受ができる）                                 |                                     |
|                                                                                        |                           | 10週                                                                                                                                                                                             | ・サッカー（ゲーム 11人）<br>・バスケットボール（2対3・3対3）<br>・バレーボール（パス、レシーブ、トス、アタック、サーブ）                                     |                                   | ・サッカー（チーム戦術を考えたゲームができる）<br>・バスケットボール（数的有利とコンビネーションを生かした攻防ができる）<br>・ソフトボール（より強い打球が打てる）                         |                                     |
|                                                                                        |                           | 11週                                                                                                                                                                                             | ・サッカー（ゲーム 11人）<br>・バスケットボール（5対5）<br>・ソフトボール（試合）                                                          |                                   | ・サッカー（チーム戦術を考えたゲームができる）<br>・バスケットボール（相手に応じた戦略で戦える）<br>・ソフトボール（ルールを理解し、ゲームが進行できる）                              |                                     |

|    |      |     |                                                                                              |                                                                                                                   |
|----|------|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 後期 |      | 12週 | ・サッカー（ゲーム 11人） ・バスケットボール（5対5） ・ソフトボール（試合）                                                    | ・サッカー（チーム戦術を考えたゲームができる） ・バスケットボール（相手に応じた戦略で戦える） ・ソフトボール（ルールを理解し、ゲームが進行できる）                                        |
|    |      | 13週 | 水泳                                                                                           | 自分にあった泳法を見つけ、より長く、早く泳げる                                                                                           |
|    |      | 14週 | 水泳                                                                                           | 自分にあった泳法を見つけ、より長く、早く泳げる                                                                                           |
|    |      | 15週 | 水泳                                                                                           | 自分にあった泳法を見つけ、より長く、早く泳げる                                                                                           |
|    |      | 16週 | 試験解説／成績確認                                                                                    |                                                                                                                   |
|    | 3rdQ | 1週  | 後期ガイダンス                                                                                      | 授業の目標、計画、評価を理解できる                                                                                                 |
|    |      | 2週  | 新体力テスト                                                                                       | 自己の体力水準を把握する                                                                                                      |
|    |      | 3週  | 新体力テスト                                                                                       | 自己の体力水準を把握する                                                                                                      |
|    |      | 4週  | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、壁パス） ・バスケットボール（パス・ドリブル・ビート・フェイント） ・バドミントン（構えとグリップ、フットワーク） | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、などの基礎技能を習得する） ・バスケットボール（正確なパス、フットワークができる） ・バドミントン（自分に合ったグリップやフットワークの重要性を理解できる） |
|    |      | 5週  | サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、壁パス） ・バスケットボール（シュート） ・バドミントン（ストロークの種類と方法）                  | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、などの基礎技能を習得する） ・バスケットボール（ゴールを注視し、確実に入る） ・バドミントン（オーバーヘッドストローク、アンダーハンドストロークができる）  |
|    |      | 6週  | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、壁パス） ・バスケットボール（リバウンド・1対1） ・バドミントン（1対1のパターン練習）             | ・サッカー（パス、トラップ、ストップ、ヘディング、シュート、タックル、などの基礎技能を習得する） ・バスケットボール（相手の動きに合わせた攻防ができる） ・バドミントン（ゲームの感覚を身につける）                |
|    |      | 7週  | ・サッカー（ミニゲーム 8人） ・バスケットボール（1対2・2対2・ディフェンス） ・バドミントン（ダブルスゲーム）                                   | ・サッカー（ゲームの方法を理解できる） ・バスケットボール（数的有利とコンビネーションを生かした攻防ができる） ・バドミントン（ルールを理解し、ゲームが進行できる）                                |
|    |      | 8週  | ・サッカー（ミニゲーム 8人） ・バスケットボール（1対2・2対2・ディフェンス） ・バドミントン（ダブルスゲーム）                                   | ・サッカー（ゲームの方法を理解できる） ・バスケットボール（数的有利とコンビネーションを生かした攻防ができる） ・バドミントン（チームの親睦を深め、協調性を養う）                                 |
|    | 4thQ | 9週  | ・サッカー（ゲーム 11人） ・バスケットボール（ファーストブレイク） ・バレーボール（パス、レシーブ、トス、アタック、サーブ）                             | ・サッカー（チーム戦術を考えたゲームができる） ・バスケットボール（ゴール方向への素早い展開ができる） ・バレーボール（正確なパスや関係プレーができる）                                      |
|    |      | 10週 | ・サッカー（ゲーム 11人） ・バスケットボール（2対3・3対3） ・バレーボール（パス、レシーブ、トス、アタック、サーブ）                               | ・サッカー（チーム戦術を考えたゲームができる） ・バスケットボール（数的有利とコンビネーションを生かした攻防ができる） ・バレーボール（アタック、サーブができる）                                 |
|    |      | 11週 | ・サッカー（ゲーム 11人） ・バスケットボール（5対5） ・バレーボール（試合）                                                    | ・サッカー（チーム戦術を考えたゲームができる） ・バスケットボール（相手に応じた戦略で戦える） ・バレーボール（ルールを理解し、ゲームが進行できる）                                        |
|    |      | 12週 | ・サッカー（ゲーム 11人） ・バスケットボール（5対5） ・バレーボール（試合）                                                    | ・サッカー（チーム戦術を考えたゲームができる） ・バスケットボール（相手に応じた戦略で戦える） ・バレーボール（ルールを理解し、ゲームが進行できる）                                        |
|    |      | 13週 | 中長距離走（3000m、20分間走、野外走）                                                                       | ペースの変化に対応するなどして走ることができる                                                                                           |
|    |      | 14週 | 中長距離走（3000m、20分間走、野外走）                                                                       | ペースの変化に対応するなどして走ることができる                                                                                           |
|    |      | 15週 | 中長距離走（3000m、20分間走、野外走）                                                                       | ペースの変化に対応するなどして走ることができる                                                                                           |
|    |      | 16週 | 試験解説／成績確認                                                                                    |                                                                                                                   |

| 評価割合               |    |      |      |        |         |     |     |
|--------------------|----|------|------|--------|---------|-----|-----|
|                    | 試験 | 小テスト | レポート | 成果物・実技 | ポートフォリオ | その他 | 合計  |
| 総合評価割合             | 0  | 0    | 0    | 100    | 0       | 0   | 100 |
| 知識の基本的な理解          | 0  | 0    | 0    | 10     | 0       | 0   | 10  |
| 思考・推論・創造への適応力      | 0  | 0    | 0    | 60     | 0       | 0   | 60  |
| 態度・志向性（人間力）        | 0  | 0    | 0    | 0      | 0       | 0   | 0   |
| 主体的・継続的な学習意欲       | 0  | 0    | 0    | 20     | 0       | 0   | 20  |
| リーダーシップ・コミュニケーション力 | 0  | 0    | 0    | 10     | 0       | 0   | 10  |