

久留米工業高等専門学校		開講年度	平成28年度 (2016年度)		授業科目	体育 I	
科目基礎情報							
科目番号	0010			科目区分	一般 / 必修		
授業形態	実験・実習			単位の種別と単位数	履修単位: 2		
開設学科	制御情報工学科			対象学年	1		
開設期	通年			週時間数	2		
教科書/教材	イラストでみる最新スポーツルール(2014) 大修館書店						
担当教員	龍頭 信二,赤塚 康介						
到達目標							
1. 各種競技技術を習得する 2. ルールを理解し、安全に実践する能力を身につける 3. 多くの運動種目に接することにより、生涯を通して運動に親しみ、健康な生活を営むことができる態度を養う							
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	各種競技技術を完全に習得する			各種競技技術のある程度習得する		各種競技技術を全く習得しない	
評価項目2	完全にルールを理解し、安全に実践することができる			ある程度ルールを理解し、安全に注意して実践することができる		ルールを理解せず、安全に実践することができない	
評価項目3	積極的に運動に親しみ、授業以外でも運動を行うようになる			ある程度運動に親しみ、授業以外でも運動を行おうと思うようになる		運動に親しみをもたない	
学科の到達目標項目との関係							
教育方法等							
概要	1. 体力の向上と運動技術の習得をはかり、健康で強靱な心身を養う 2. ルールや規則を守り、安全に留意し、運動を通して健全な人間関係を保つ態度を養う						
授業の進め方・方法	段階にあわせた達成可能な技術の提供を行う 学校が定めた体操服（体育館シューズ）・水着を使用すること 後期:サッカーはグラウンドを使用し、実技を行う(雨天時は体育館) 女子については体育館にてバドミントンを行う ただし病気・怪我等で実技ができない場合は、レポート提出						
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	オリエンテーション(赤塚)		前期の授業内容等を理解する		
		2週	体力テスト①		体力テストの各種目を測定する		
		3週	体力テスト②		体力テストの各種目を測定する		
		4週	走運動の基本		走るためのき基本ドリルを身につける		
		5週	ミニハードル練習		ミニハードルを使ったドリルを身につける		
		6週	ラダー練習		ラダーを使ったドリルを身につける		
		7週	敏捷性トレーニング		敏捷性を高めるドリルを身につける		
		8週	スタート練習		スタートの基本を身につける		
	2ndQ	9週	ハードル走の基本		リード足と抜き足の基本を身につける		
		10週	ハードル走の実践		自分に合った高さで60m走り切る		
		11週	記録測定(ハードル走)		60mの記録を測定する		
		12週	基礎的泳法の習得		クロール、平泳ぎができるようになる		
		13週	各種泳法練習		クロール、平泳ぎ、背泳ぎができるようになる		
		14週	泳ぎ込み		クロール、平泳ぎ、背泳ぎが50m泳げるようになる		
		15週	記録測定(クロール・平泳ぎ)		クロール、平泳ぎ、背泳ぎの記録を測定する		
		16週					
後期	3rdQ	1週	オリエンテーション(龍頭)		後期の授業内容等を理解する		
		2週	中距離走・基本練習①		中距離走とサッカーの基本を身につける		
		3週	中距離走・基本練習②		中距離走とサッカーの基本を身につける		
		4週	中距離走・基本練習③		中距離走とサッカーの基本を身につける		
		5週	中距離走・実践練習①		中距離走とサッカーの実践を身につける		
		6週	中距離走・実践練習②		中距離走とサッカーの実践を身につける		
		7週	ルール説明及び簡易試合		サッカーのルールを理解する		
		8週	試合(リーグ戦)①		リーグ戦を行う		
	4thQ	9週	試合(リーグ戦)②		リーグ戦を行う		
		10週	試合(リーグ戦)③		リーグ戦を行う		
		11週	試合(リーグ戦)④		リーグ戦を行う		
		12週	試合(リーグ戦)⑤		リーグ戦を行う		
		13週	試合(リーグ戦)⑥		リーグ戦を行う		
		14週	実技テスト①		実技テストを行う		
		15週	実技テスト②		実技テストを行う		
		16週					
モデルコアカリキュラムの学習内容と到達目標							
分類	分野	学習内容	学習内容の到達目標			到達レベル	授業週

分野横断的能力	態度・志向性(人間力)	態度・志向性	態度・志向性	身内の中で、周囲の状況を改善すべく、自身の能力を発揮できる。	2	前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前14,前15,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15
				集団の中で、自身の能力を発揮して、組織の勢いを向上できる。	2	前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前14,前15,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15
				日常生活の時間管理、健康管理、金銭管理などができる。常に良い状態を維持するための努力を怠らない。	2	前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前14,前15,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15
				ストレスやプレッシャーに対し、自分自身をよく知り、解決を試みる行動をとることができる。日常生活の管理ができるとともに、目標達成のために対処することができる。	2	前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前14,前15,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15
				チームワークの必要性・ルール・マナーを理解し、自分の感情の抑制、コントロールをし、他者の意見を尊重し、適切なコミュニケーションを持つとともに、当事者意識を持ち協調して共同作業・研究をすすめることができる。	2	前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前14,前15,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15
				組織やチームの目標や役割を理解し、他者の意見を尊重しながら、適切なコミュニケーションを持つとともに、成果をあげるために役割を超えた行動をとるなど、柔軟性を持った行動をとることができる。	2	前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前14,前15,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15

				先にたって行動の模範を示すことができる。口頭などで説明し、他者に対し適切な協調行動を促し、共同作業・研究をすすめることができる。	2	前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前14,前15,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15
				目指すべき方向性を示し、先に立って行動の模範を示すことで他者に適切な協調行動を促し、共同作業・研究において、系統的に成果を生み出すことができる。リーダーシップを発揮するために、常に情報収集や相談を怠らず自身の判断力をも磨くことができる。	2	前2,前3,前4,前5,前7,前8,前9,前10,前11,前12,前14,前15,後1,後2,後3,後4,後5,後6,後7,後8,後9,後10,後11,後12,後13,後14,後15

評価割合							
	試験	発表	相互評価	態度	ポートフォリオ	その他	合計
総合評価割合	50	0	0	50	0	0	100
基礎的能力	50	0	0	50	0	0	100
専門的能力	0	0	0	0	0	0	0
分野横断的能力	0	0	0	0	0	0	0