

|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--|
| 熊本高等専門学校                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 開講年度                                                                        | 平成29年度 (2017年度)             |                                                | 授業科目                                                                                                                      | スポーツ理論                                                      |  |
| 科目基礎情報                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 科目番号                                                                                                                                                                               | LK402                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                             |                             | 科目区分                                           | 一般 / 必修                                                                                                                   |                                                             |  |
| 授業形態                                                                                                                                                                               | 実習                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                             | 単位の種別と単位数                                      | 履修単位: 1                                                                                                                   |                                                             |  |
| 開設学科                                                                                                                                                                               | 共通教育科（熊本）                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                             |                             | 対象学年                                           | 4                                                                                                                         |                                                             |  |
| 開設期                                                                                                                                                                                | 通年                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                             | 週時間数                                           | 1                                                                                                                         |                                                             |  |
| 教科書/教材                                                                                                                                                                             | 「現代高等保健体育」 和唐正勝 高橋健夫 大修館書店                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 担当教員                                                                                                                                                                               | 岩田 大助,高橋 恭平,堀田 修                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 到達目標                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 3年時よりも心と体を一体としてとらえ、健康・安全や運動についての理解と運動の合理的、計画的な実践を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する資質や能力を育てるとともに健康の保持増進のための実践力の育成と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てることができる。また、運動におけるさまざまな理論を実践できる能力を育てることができる。 |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 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                                                   |  |
| 体育実技<br>・バレーボール、ソフトボール、卓球<br>・ハンドボール、ラグビー<br>・バスケットボール、サッカー<br>・バドミントン、ドッジボール                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3年時よりも更に高い技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力し、チーム内でも積極的に練習や試合に参加できる。また、その技術を説明することができる。 |                             | 3年時よりも基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力し、練習や試合に参加できる。 |                                                                                                                           | 4年時における基本的な技術を身につけたり、ルールを覚えることが殆どできず、練習や試合に対して消極的な態度で参加してる。 |  |
| 体育実技<br>・水泳                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3年時よりも更に高い技術を身につけ、常に速いタイムで泳ぐことができる。また、その技術を説明することができる。                      |                             | 3年時よりも基本的な技術を身につけ、常に速いタイムを出すという目標を設定し泳ぐことが出来る。 |                                                                                                                           | 4年時における基本的な技術を身につけることが殆ど出来ず、泳ぐことができない。                      |  |
| 学科の到達目標項目との関係                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 教育方法等                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 概要                                                                                                                                                                                 | 個人及び社会生活における健康・安全について理解を深め、生涯を通じて自らの健康を適切に管理し改善していく資質や能力について講義するとともにスポーツを楽しむ心を育てる。                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 授業の進め方・方法                                                                                                                                                                          | 保健では健康に生きていくために必要な知識を学習する。体育実技では各種目で基本的な技術を身につけ、簡単なルールやゲームの進め方を学習するとともに社会性、協調性を身に付ける。教科書と現代高等保健体育ノートを使用し授業を進めます。板書は保健ノートに記入してください。実技では「ステップアップ高校スポーツ2015」を使用します。基本的なルールはすべて載っているの、自分が選んだ種目のルールは読んで理解し競技に参加してください。上級者のプレーを映像などで見て、その技術の習得を実践します。また、トレーニング器具を使つての体力向上を目指します。 |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 注意点                                                                                                                                                                                | 体を動かすことが習慣化されるようになって下さい。球技はほとんどゲーム形式で進んでいきます。ゲームに積極的に参加し、その中で自分を表現できるようになって下さい。わからないことがあればいつでも質問してください。また、学校指定の体育服で活動してください。規定授業数は、30時間です。                                                                                                                                 |                                                                             |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 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・体力テスト                 |                                                | 現在の体力・運動能力を知ることができる。                                                                                                      |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2週                                                                          | 体力テスト                       |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3週                                                                          | バレーボール・ソフトボール・卓球（1） 映像      |                                                | 基本的な技術を身につけ、ルールを覚え、各チームで協力して練習や試合ができる。また、上級者のプレーを映像で見て、その技術の習得を実践することができる。                                                |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4週                                                                          | バレーボール・ソフトボール・卓球（2）         |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5週                                                                          | バレーボール・ソフトボール・卓球（3）         |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 6週                                                                          | バレーボール・ソフトボール・卓球（4）         |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 7週                                                                          | 実技試験（1）                     |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 8週                                                                          | 実技試験（2）                     |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    | 2ndQ                                                                                                                                                                                                                                                                       | 9週                                                                          | 水泳（1）映像<br>（雨天時）室内競技・トレーニング |                                                | 健康・安全に留意できる。持久力などの身体能力を高め、できるだけ速く泳げるようにする。また、上級者のプレーを映像で見て、その技術の習得を実践することができる。仲間作りができる。社会性、協調性を身につけることができる。体力を向上することができる。 |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 10週                                                                         | 水泳（2）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング   |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 11週                                                                         | 水泳（3）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング   |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 12週                                                                         | 水泳（4）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング   |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 13週                                                                         | 水泳（5）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング   |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 14週                                                                         | 水泳（6）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング   |                                                | 同上                                                                                                                        |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 15週                                                                         | 実技試験（1）                     |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 16週                                                                         | 実技試験（2）                     |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
| 後期                                                                                                                                                                                 | 3rdQ                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1週                                                                          |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2週                                                                          |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 3週                                                                          |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 4週                                                                          |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |
|                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                            | 5週                                                                          |                             |                                                |                                                                                                                           |                                                             |  |

|  |      |     |  |  |
|--|------|-----|--|--|
|  |      | 6週  |  |  |
|  |      | 7週  |  |  |
|  |      | 8週  |  |  |
|  | 4thQ | 9週  |  |  |
|  |      | 10週 |  |  |
|  |      | 11週 |  |  |
|  |      | 12週 |  |  |
|  |      | 13週 |  |  |
|  |      | 14週 |  |  |
|  |      | 15週 |  |  |
|  |      | 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 | 汎用的技能 | 汎用的技能 | 汎用的技能 | 相手の意見を聞き、自分の意見を伝えることで、円滑なコミュニケーションを図ることができる。                        | 2     |     |
|         |       |       |       | 相手を理解した上で、説明の方法を工夫しながら、自分の意見や考えをわかりやすく伝え、十分な理解を得ている。                | 2     |     |
|         |       |       |       | 集団において、集団の意見を聞き、自分の意見も述べ、目的のために合意形成ができる。                            | 2     |     |
|         |       |       |       | 目的達成のために、考えられる提案の中からベターなものを選び合意形成の上で実現していくことができ、さらに、合意形成のための支援ができる。 | 2     |     |

評価割合

|        |      |   |   |   |   |   |     |
|--------|------|---|---|---|---|---|-----|
|        | 実技試験 |   |   |   |   |   | 合計  |
| 総合評価割合 | 100  | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 100 |
| 基礎的能力  | 70   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 70  |
| 専門的能力  | 30   | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 30  |