

|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|--|
| 熊本高等専門学校                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                               | 開講年度                            | 令和03年度 (2021年度)           |                                                               | 授業科目                                                                                     | 生涯スポーツIII                                                   |  |
| 科目基礎情報                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                               |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
| 科目番号                                                                                                                                            | 0051                                                                                                                                                                                          |                                 |                           | 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                                                                                                                                            | 人間情報システム工学科                                                                                                                                                                                   |                                 |                           | 対象学年                                                          | 3                                                                                        |                                                             |  |
| 開設期                                                                                                                                             | 通年                                                                                                                                                                                            |                                 |                           | 週時間数                                                          | 2                                                                                        |                                                             |  |
| 教科書/教材                                                                                                                                          | 使用しない                                                                                                                                                                                         |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
| 担当教員                                                                                                                                            | 岩田 大助,藤吉 洋子,錦井 浩樹                                                                                                                                                                             |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
| 到達目標                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                               |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
| 2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。 |                                                                                                                                                                                               |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
| 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（選択種目）<br>・バレーボール、ソフトボール、卓球<br>・バスケットボール、サッカー                                                                                               | 2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。                                                                                                                                      |                                 |                           | 2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。                |                                                                                          | 3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（必修種目）<br>・水泳                                                                                                                               | 2年時よりも更に高い技術を身につけ、速いタイムで泳ぐことができる。                                                                                                                                                             |                                 |                           | 2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できる。                |                                                                                          | 3年時における基本的な技術を身につけることが殆どできず、泳ぐことができない。                      |  |
| 体育実技（必修種目）<br>・持久走                                                                                                                              | 健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、2年時よりも更に速いタイムで走ることができる。                                                                                                                                          |                                 |                           | 健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、2年時よりも速いタイムを出すという目標を設定し走ることができる。 |                                                                                          | 3年時における健康・安全に留意できず、常に速いタイムを出すという目標を設定し走ることができない。            |  |
| 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                                                                                                                                       | 天候や施設状況によって実施する週数は変更になることもある。各種目では、基礎体力向上のため健康維持に必要な最低限の体力を確保するために、トレーニングを兼ねた準備体操を行う。その後、実技へと移行していく。得意・不得意がある場合は、学生同士で教えあうことで、理解を深め技能向上を目指す。相談したりしながら学習の質を高め、ゲームや記録測定、実技試験に向けて常にステップアップを心掛ける。 |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
| 注意点                                                                                                                                             | 授業以外でも運動を習慣化することを心掛けて下さい。授業に積極的に参加し、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下さい。教員から特に指示がない限り、全ての授業で学校指定の体育服を着用し、屋内・屋外関わらず体育館シューズも持参すること。授業中のふざけや、スマートフォンの使用等は大変危険なので、発見し次第口頭で注意し減点処置をします。   |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
| 授業の属性・履修上の区分                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |                                 |                           |                                                               |                                                                                          |                                                             |  |
| <input type="checkbox"/> アクティブラーニング                                                                                                             |                                                                                                                                                                                               | <input type="checkbox"/> ICT 利用 |                           | <input type="checkbox"/> 遠隔授業対応                               |                                                                                          | <input type="checkbox"/> 実務経験のある教員による授業                     |  |
| 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<br>新体力テスト（1）    |                                                               | シラバスの概要を説明し、文部科学省の新体力テストを実施する。                                                           |                                                             |  |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               | 2週                              | 新体力テスト（2）                 |                                                               | 文部科学省の新体力テストを実施する。                                                                       |                                                             |  |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               | 3週                              | バレーボール・ソフトボール・卓球（1）       |                                                               | 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。                                                   |                                                             |  |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               | 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）                   |                                                               | 1種目を選択し、受験する。2種目以上の受験は認めない。                                                              |                                                             |  |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               | 8週                              | 実技試験（2）                   |                                                               | 同上                                                                                       |                                                             |  |
|                                                                                                                                                 | 2ndQ                                                                                                                                                                                          | 9週                              | 水泳（1）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング |                                                               | 健康・安全に留意できる。また、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。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）                   |                                                               | クロールと平泳ぎ、各1本ずつ25mの記録測定                                                                   |                                                             |  |
|                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                               | 16週                             | 実技試験（2）                   |                                                               | 同上                                                                                       |                                                             |  |
| 後期                                                                                                                                              | 3rdQ                                                                                                                                                                                          | 1週                              | バスケットボール・サッカー（1）          |                                                               | 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。                                                   |                                                             |  |

|  |      |     |                                 |                                                                                          |
|--|------|-----|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |      | 2週  | バスケットボール・サッカー（２）                | 同上                                                                                       |
|  |      | 3週  | バスケットボール・サッカー（３）                | 同上                                                                                       |
|  |      | 4週  | バスケットボール・サッカー（４）                | 同上                                                                                       |
|  |      | 5週  | バスケットボール・サッカー（５）                | 同上                                                                                       |
|  |      | 6週  | バスケットボール・サッカー（６）                | 同上                                                                                       |
|  |      | 7週  | 実技試験（１）                         | 1種目を選択し、受験する。2種目以上の受験は認めない。                                                              |
|  |      | 8週  | 実技試験（２）                         | 1種目を選択し、受験する。2種目以上の受験は認めない。                                                              |
|  | 4thQ | 9週  | 持久走タイム測定（１）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング | 健康・安全に留意できる。また、持久力などの身体能力を高め、できるだけ速く走れるようにする。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 | 持久走タイム測定（２）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング | 同上                                                                                       |
|  |      | 11週 | 持久走タイム測定（３）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング | 同上                                                                                       |
|  |      | 12週 | 持久走タイム測定（４）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング | 同上                                                                                       |
|  |      | 13週 | 持久走タイム測定（５）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング | 同上                                                                                       |
|  |      | 14週 | 持久走タイム測定（６）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング | 同上                                                                                       |
|  |      | 15週 | 持久走タイム測定（７）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング | 同上                                                                                       |
|  |      | 16週 | 持久走タイム測定（８）<br>（雨天時）室内競技・トレーニング | 同上                                                                                       |

#### 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   |      |      |           |       |     |     |
|        | 実技試験 |      |           |       | 合計  |     |
| 総合評価割合 | 100  | 0    | 0         | 0     | 0   | 100 |
| 基礎的能力  | 80   | 0    | 0         | 0     | 0   | 80  |
| 専門的能力  | 20   | 0    | 0         | 0     | 0   | 20  |