

科目	保健・体育 (Health and Physical Education)		
担当教員	中川 一穂, 小森田 敏, 春名 桂		
対象学年等	都市工学科・5年・前期・必修・1単位		
学習・教育目標	工学複合プログラム	C3(100%)	JABEE基準1(1) (a),(b)
授業の概要と方針	各種の運動を自主的に行わせることによって、積極的に運動を実施する習慣を育て、生涯体育につながる能力を養う。また、健全な社会生活を営む能力や態度を養い、健康・スポーツに関する基礎知識や体力の養成を目的とする。クラスを越え、種目選択制で行う。担当教員は、体育館種目1名、グラウンド種目1名、テニス1名で構成され、それぞれの種目担当教員が評価を行う。(選択種目:ソフトボール/軟式野球, テニス, バレーボール, バドミントン, 卓球)		
	到達目標	達成度	到達目標毎の評価方法と基準
1	【C3】ソフトボール/軟式野球の特性を理解し、ルールや審判法を習得する。また、基本的な個人技能・集団戦略を学び、正規ルールによるゲームができるようにする。		ソフトボール/軟式野球のルール・審判法・個人技能・集団戦略などを理解、習得できているかどうかを評価する。
2	【C3】テニスのルールや審判法を学び、基本動作であるラケット操作を習得する。また、基本的な戦術・戦略を学び、正規ルールによるゲームができるようにする。		テニスのルール・審判法・ラケットコントロール・戦術・戦略などを理解、習得できているかどうかを評価する。
3	【C3】バレーボールの特性を理解し、ルールや審判法を習得する。また、基本的な個人技能・集団戦略を学び、正規ルールによるゲームができるようにする。		バレーボールのルール・審判法・個人技能・集団戦略などを理解、習得できているかどうかを評価する。
4	【C3】バドミントンのルールや審判法を学び、基本動作であるラケット操作を習得する。また、基本的な戦術・戦略を学び、正規ルールによるゲームができるようにする。		バドミントンのルール・審判法・ラケットコントロール・戦術・戦略などを理解、習得できているかどうかを評価する。
5	【C3】卓球のルールや審判法を学び、基本動作であるラケット操作を習得する。また、基本的な戦術・戦略を学び、正規ルールによるゲームができるようにする。		卓球のルール・審判法・ラケットコントロール・戦術・戦略などを理解、習得できているかどうかを評価する。
6	【C3】毎時間ストレッチとサーキットトレーニングを行うことにより、継続的な体力増進・傷害予防に関する知識と技能を習得する。また、各種目の練習方法を学び、段階的な技能習得を図る。		健康増進・傷害予防・技能習得に関して毎時間ごとの習熟度(関心・意欲・思考・技能・知識)を評価する。
7	【C3】新体力テストを実施することにより、各自の体力を評価し、その結果を分析して不足している能力の向上を図る。		
8			
9			
10			
総合評価	到達目標毎1~5の選択種目(ソフトボール/軟式野球:1, テニス:2, バレーボール:3, バドミントン:4, 卓球:5)60%, 到達目標毎6の習熟度40%で評価する。		
テキスト	MY SPOTS:大修館書店 新版「保健体育概論」:近畿地区高等専門学校体育研究会編(晃洋書房)		
参考書			
関連科目			
履修上の注意事項	新体力テストは評価には含まない。		

# 授業計画 1 (保健・体育)

週	テーマ	内容(目標, 準備など)
1	オリエンテーション・種目選択	全体オリエンテーション, 種目選択, 種目別オリエンテーション.
2	選択実技1	基本技能の理解と練習. ミニゲームによるルール・ゲームの理解.
3	選択実技2	基本技能の理解と練習. ミニゲームによるルール・ゲームの理解.
4	選択実技3	基本技能の練習・ミニゲームによるルール・ゲームの理解.
5	選択実技4	基本技能の練習. 正規ルールに準じたゲーム.
6	選択実技5	基本技能の練習. 正規ルールに準じたゲーム.
7	選択実技6	より高度な技能(応用技能)の理解と練習. 集団戦術/戦略の理解. 正規ルールに準じたゲーム(トーナメント, リーグ戦など).
8	選択実技7	より高度な技能(応用技能)の理解と練習. 集団戦術/戦略の理解. 正規ルールに準じたゲーム(トーナメント, リーグ戦など).
9	選択実技8	より高度な技能(応用技能)の練習. 集団戦術/戦略の理解. 正規ルールに準じたゲーム(トーナメント, リーグ戦など).
10	選択実技9	より高度な技能(応用技能)の練習. 集団戦術/戦略の理解. 正規ルールに準じたゲーム(トーナメント, リーグ戦など).
11	選択実技10	より高度な技能(応用技能)の練習. 集団戦術/戦略の理解. 正規ルールに準じたゲーム(トーナメント, リーグ戦など).
12	新体力テスト	反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅跳び・上体起こし・長座体前屈・50m走・ハンドボール投げ・身長・体重・座高・体脂肪・握力を測定する.
13	選択実技11	より高度な技能(応用技能)の練習. 集団戦術/戦略の理解. 正規ルールに準じたゲーム(トーナメント, リーグ戦など).
14	選択実技12	より高度な技能(応用技能)の練習. 集団戦術/戦略の理解. 正規ルールに準じたゲーム(トーナメント, リーグ戦など).
15	選択実技13	スキルテスト
備考	保健分野である1) 運動とからだ, 2) 環境とからだ, 3) 現代社会とスポーツについては, 授業の導入や雨天時を利用して行う. スキルテストについては, 定期試験中には行わず, 授業内で行う.	