

| | | | |
|----------|---|-------------|--|
| 科目 | 保健・体育（前期/テニス）(Health and Physical Education) | | |
| 担当教員 | 寺田 雅裕 教授 | | |
| 対象学年等 | 応用化学科・5年・前期・必修・1単位（学修単位I） | | |
| 学習・教育目標 | C3(100%) | JABEE基準1(1) | (a),(b) |
| 授業の概要と方針 | 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。（種目：テニス/ソフトテニス） | | |
| | 到達目標 | 達成度 | 到達目標毎の評価方法と基準 |
| 1 | 【C3】 テニス/ソフト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/ソフトテニスのルール・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。 |
| 2 | 【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。 |
| 3 | 【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。 | | 新体力テストについては、評価を行わない |
| 4 | | | |
| 5 | | | |
| 6 | | | |
| 7 | | | |
| 8 | | | |
| 9 | | | |
| 10 | | | |
| 総合評価 | 到達目標毎1 = 60% , 到達目標毎2 = 40%で評価する。100点満点で60点以上を合格とする。 | | |
| テキスト | MY SPOTS : 大修館書店 増補版「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 | 特になし | | |
| 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(前期/テニス)) | | |
|-----------------------|--|--|
| 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(体力増進・傷害予防に関する知識学習), 種目選択, 種目別オリエンテーション。 |
| 2 | 選択実技1 | 基本技術の理解と練習。簡易ゲームによるルール・ゲームの理解。 |
| 3 | 選択実技2 | 基本技術の理解と練習。簡易ゲームによるルール・ゲームの理解。 |
| 4 | 選択実技3 | 基本技術の理解と練習。簡易ゲームによるルール・ゲームの理解。 |
| 5 | 選択実技4 | 基本技術の練習。正規ルールに準じたゲーム。 |
| 6 | 選択実技5 | 基本技術の練習。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)。 |
| 10 | 選択実技9 | 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)。 |
| 11 | 選択実技10 | 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)。 |
| 12 | 選択実技11 | 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)。 |
| 13 | 選択実技12 | 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)。 |
| 14 | 選択実技13 | スキルテスト |
| 15 | 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。(適正な時期に実施する。) |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| 備考 | 中間試験および定期試験は実施しない。中間試験および定期試験は実施しない。(1)授業の導入や雨天時などを利用して, 増補版「保健体育概論」の内容を学習する。(2)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。 | |