

|          |  |     |  |
|----------|--|-----|--|
| 科目       | 保健・体育（後期/体育館種目）(Health and Physical Education)   |     |  |
| 担当教員     | 小森田 敏 教授   |     |  |
| 対象学年等    | 機械工学科・3年C組・通年・必修・2単位(学修単位I)  |     |  |
| 学習・教育目標  | C3(100%)   |     |  |
| 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。種目選択制で行う。（選択種目：バスケットボール、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】バスケット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。   |     | バスケットボールのルール・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。      |
| 2        | 【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。 |
| 3        | 【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。     |
| 4        | 【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。      |
| 5        | 【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。  |     | 新体力テストの得点を、評価する。                                       |
| 6        |  |     |  |
| 7        |  |     |  |
| 8        |  |     |  |
| 9        |  |     |  |
| 10       |  |     |  |
| 総合評価     | 到達目標毎1～3＝50%，到達目標毎4＝40%，到達目標毎5＝10%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<br>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      | 目でみる動きの解剖学：大修館書店<br>最新体育・スポーツ科学研究法：大修館書店<br>スポーツマンなら誰でも知っておきたい「からだ」のこと：大修館書店<br>トレーニング指導者テキスト理論編：ベースボールマガジン社<br>トレーニング指導者テキスト実践編：ベースボールマガジン社 |     |  |
| 関連科目     | 特になし   |     |  |
| 履修上の注意事項 |  |     |  |

