

科 目		保健・体育（後期/体育館種目）(Health and Physical Education)			
担当教員		春名 桂 准教授			
対象学年等		電気工学科・4年・通年・必修・2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		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 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 最新体育・スポーツ科学研究法：大修館書店 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 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 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					

授業計画 1（保健・体育（後期/体育館種目））		
回	テーマ	内容(目標, 準備など)
1	ガイダンス・種目選択	授業の内容説明および注意点・体力増進, 障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	基本技能の理解と練習。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。	