

科目名	スポーツ実技	英文表記	Physical Education I	23年4月11日		
科目コード	1008					
教員名： 和多野 大				修正		
技術職員名：						
対象学科/専攻コース	学年	必・選	履修・学修	単位数	授業形態	授業期間
全学科	1年	必	履修	2単位	実技	通年
目標 及び 評価方法	目標項目		評価方法及びその割合			
	スポーツを行う意義を理解し、目標・目的をもって自発的にスポーツを実践し、継続して身体活動を行う習慣を身につける。		毎時間の振り返りカードの記入（15%）・スキルテスト（30%）			
	スポーツのマナーとフェアプレイ、およびライフスキルについて理解・実践できるようにする。		観察評価（10%）			
	各スポーツの実践方法、基本ルールおよび基本的技術を理解する。		定期試験による評価（20%）			
	喫煙・飲酒が身体や健康に及ぼす影響について理解する。		定期試験による評価（15%）			
	スポーツの楽しみ方・関わり方・スポーツが及ぼす社会的影響を理解する。		定期試験による評価（10%）			
高専 目標	1	2	3	4	JABEEプログラム名称	
		○			JABEEプログラム教育目標	
授業概要、方針、履修上の注意	<p>【授業概要および方針】</p> <p>球技、水泳などの実践方法、各スポーツに必要な体力、技術および戦術について学習する。各スポーツのルールやマナー、安全対策について学習する。喫煙や飲酒などの身近な健康問題について学習する。</p> <p>各スポーツ種目の学習はグループ（チーム）学習を基本とする。球技ではチーム戦術研究、作戦の立案と反省を通して、自己学習能力を身につける。</p> <p>定期試験は、総授業数の2/3以上の出席を受験資格とする。</p> <p>【履修上の注意】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・実技では半袖シャツと短パン（ハーフパンツ可）を着用し、シューズを履くこと（水泳を除く）。</li> <li>・アクセサリや腕時計などは安全のため外すこと。</li> </ul>					
教科書・教材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・教員自作によるスポーツルール/スキルブック</li> <li>・教員自作による振り返りカード</li> <li>・参考：「アクティブスポーツ」（大修館書店）</li> </ul>					
<b>授 業 計 画</b>						
回次	授 業 項 目	時間	授 業 内 容		予 習 項 目	
1	授業ガイダンス	2	授業の進め方と準備の説明。			
2	レクリエーション	10	身体活動及びスポーツの重要性を理解するとともに、コミュニケーション能力の向上を図る。			
3	体力測定・評価		有酸素性能力、筋力、柔軟性、瞬発力、身体組成などを測定する。健康と体力との関係を理解する。			
4						
5						
6						
7	トレーニング方法論	4	トレーニングの種類・実践方法を学習する。体力・筋力向上のメカニズムを理解する。			
8						
9	健康科学(1)	2	喫煙の有害作用と喫煙に関する病気について理解する。受動喫煙による健康影響について理解する。			
10	バドミントン	6	基本ルールと基本技術を学習する。ダブルスの動きの基本を学習する			

20				
21				
22	健康科学(2)	2	アルコールが体に及ぼす影響について理解 させる	
23	サッカー	16	フットサルを中心に学習を行う。基本技術 (キック、パス、ドリブル、トラップ、シュート)、基 本戦術と基本ルールについて学習する。チー ム戦術研究、作戦の立案を行う。	
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
期末	後期末試験	[1]		
学習時間合計		60	実時間	50
<b>学修単位における自学自習時間の保証(レポート頻度など)</b> 記入不要 この科目は履修形態のため、この欄の記入は不要				

学習時間は、実時間ではなく単位時間で記入する。(50分=1、100分=2)