

平成 28 年度 岐阜工業高等専門学校シラバス				
教科目名	体育	担当教員	久世早苗 山本浩貴 井上のぞみ	
学年学科	3 年 MEDCA 学科	通 年	必修	2 単位
学習・教育目標	(A-3) 100%			
授業の目標と期待される効果： 武道の特性に触れることで、相手を敬う心と態度を持って取り組みながら、技能や体力及び人間性の向上を図る。 ラケット種目の特性に触れながら、フェアプレーの精神と、集団活動のなかで仲間との協調性を養い、生涯スポーツの礎になるような技能の上達を図る。 第 3 学年体育では以下の種目を実施する。 ①柔道 ②ソフトテニス ③卓球		成績評価の方法： 各種目に共通して以下の 5 つを評価の観点とし、教員による観察評価と実技テストによって総合的に判断する。 ①自ら学ぼうとする「関心・意欲・態度」 ②運動実践場面での「思考力・判断力」 ③基礎技術や応用技術に対する「運動技能」 ④運動技能やルールに対する「知識・理解度」 ⑤対人・集団における「責任・貢献・協調性」 達成度評価の基準： 各種目に共通した達成度評価の基準を以下に示す。 ①運動に対して積極的に取り組むことができる。 ②自己やチームの課題を見つけることができる。 ③運動・ゲームを構成する基本的な技術が身に付いている。 ④運動・種目の特性を理解しプレーヤーとして適切な判断ができる。 ⑤対人・集団における自己の役割を自覚し、能力に応じた貢献ができる		
授業の進め方とアドバイス： 各種目の特性とねらいについて理解させ、実技を展開する。基本技能の習得からはじめ、最終的に試合ができるような技術・戦術・知識の習得を目標とする。対人技能の実践を通じ、体力の向上と集団活動に必要な協調性について人間性の高揚を図るとともに、積極的に取り組む態度を養う。				
教科書および参考書： ステップアップ高校スポーツ (大修館)				
授業の概要と予定：前期 柔道・ソフトテニス・卓球の順に説明				AL のレベル
第 1 回：	武道と柔道の特性、基本知識、安全上の諸注意について	基本練習		B
	ソフトテニスの特性と基本知識、安全上の諸注意について	基本練習		B
	卓球の特性と基本知識、安全上の諸注意について	基本練習		B
第 2 回：	基本技術を主とした内容 (受身、体捌き、組み方、簡易な足技と受身の関係)			B
	基楚練習 (フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ)			B
	基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブ、カットのしかた)			B
第 3 回：	投技・固技の習得 (掛かり練習、約束練習) … 足技、腰技、抑込技			B
	基楚練習 (フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ)			B
	基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブ、カットのしかた)			B
第 4 回：	投技・固技の習得 (掛かり練習、約束練習) … 足技、腰技、抑込技			B
	基楚練習 (フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ)			B
	基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブ、カットのしかた)			B
第 5 回：	体力テスト グループ測定 種目 (50M 走・ハンドボール投げ・長座体前屈・上体起こし)			B
第 6 回：	体力テスト グループ測定 種目 (握力・反復横跳び・立ち幅跳び・シャトルラン)			B
第 7 回：	投技・固技の基本練習と応用練習 (約束乱取) … 手技			B
	実践練習と試合と審判法 (ラリー、ダブルスの試合)			B
	シングルス試合と審判法			B
第 8 回：	球技大会 チーム別対抗戦 (ソフトボール・ソフトテニス・サッカー・バスケットボール・バレーボール・卓球)			B
第 9 回：	投技・固技の基本練習と応用練習 (約束乱取) … 手技			B
	実践練習と試合と審判法 (ラリー、ダブルスの試合)			B
	シングルス試合と審判法			B
第 10 回：	柔道の歴史的変遷と柔道修行の意義 (ビデオ学習)			B
	実践練習と試合と審判法 (ラリー、ダブルスの試合)			B
	シングルス試合と審判法			B
第 11 回：	投技・固技の基本練習と実践練習 (乱取)			B
	実践練習と試合と審判法 (ラリー、ダブルスの試合)			B
	シングルス試合と審判法			B
第 12 回：	投技・固技の基本練習と実践練習 (乱取)			B
	レベル別リーグ戦または団体戦、審判法			B
	ダブルス試合と審判法			B
第 13 回：	試合と審判法			B
	レベル別リーグ戦または団体戦、審判法			B
	ダブルス試合と審判法			B
第 14 回：	試合と審判法			B
	レベル別リーグ戦または団体戦、審判法			B
	ダブルス試合と審判法			B

第15回：実技試験（各種受身・投技・固技） 実技試験（フォアハンド・バックハンドの上達度） 実技試験（フォアハンド・バックハンドの上達度）	B B B
授業の概要と予定：前期	A Lのレベル
第16回：武道と柔道の特性、基本知識、安全上の諸注意について ソフトテニスの特性と基本知識、安全上の諸注意について 卓球の特性と基本知識、安全上の諸注意について	基本練習 B 基本練習 B 基本練習 B
第17回：第 球技大会 チーム別対抗戦 (ソフトボール・ソフトテニス・サッカー・バスケットボール・バレーボール・卓球)	B
第18回：基本技術を主とした内容（受身、体捌き、組み方、簡易な足技と受身の関係） 基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ） 基礎練習（フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブ、カットのしかた）	B B B
第19回：投技・固技の習得（掛かり練習、約束練習）・・・足技、腰技、抑込技 基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ） 基礎練習（フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブ、カットのしかた）	B B B
第20回：投技・固技の習得（掛かり練習、約束練習）・・・足技、腰技、抑込技 基礎練習（フォアハンド・バックハンドでのリターン、サーブ） 基礎練習（フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブ、カットのしかた）	B B B
第21回：投技・固技の基本練習と応用練習（約束乱取）・・・手技 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスの試合） シングルス試合と審判法	B B B
第22回：投技・固技の基本練習と応用練習（約束乱取）・・・手技 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスの試合） シングルス試合と審判法	B B B
第23回：柔道の歴史的変遷と柔道修行の意義（ビデオ学習） 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスの試合） シングルス試合と審判法	B B B
第24回：投技・固技の基本練習と実践練習（乱取） 実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスの試合） シングルス試合と審判法	B B B
第25回：投技・固技の基本練習と実践練習（乱取） レベル別リーグ戦と審判法 ダブルス試合と審判法	B B B
第26回：投技・固技の基本練習と実践練習（乱取） レベル別リーグ戦と審判法 ダブルス試合と審判法	B B B
第27回：試合と審判法 レベル別リーグ戦と審判法 ダブルス試合と審判法	B B B
第28回：試合と審判法 チーム対抗団体戦と審判法 チーム対抗団体戦と審判法	B B B
第29回：試合と審判法 チーム対抗団体戦と審判法 チーム対抗団体戦と審判法	B B B
第30回：1年間の体育実技のまとめと次年度の体育について（評価方法の説明と講評）	B

評価 (ルーブリック)

達成度 評価項目	理想的な到達 レベルの目安 (優)	標準的な到達 レベルの目安 (良)	未到達 レベルの目安 (不可)
① 関心・意欲・態度	様々な運動に対して、体力・技能の向上に向けた積極的な取り組みができる。	様々な運動に対して積極的に取り組むことができる。	様々な運動に対して積極的に取り組むことができない。
② 思考力・判断力	自己やチームの課題を見つけ、適切な取り組みや工夫ができる。また適切なアドバイスができる。	自己やチームの課題を見つけることができる。	自己やチームの課題を見つけられない。
③ 運動技能	見本となることができるような効率的な技能やゲームにおける効果的なプレーを習得している。	運動・ゲームを構成する基本的な技術が身に付いている。	運動・ゲームを構成する基本的な技術が身に付いていない。
④ 知識・理解度	運動・種目の特性をよく理解し、プレーヤーとしてのみならず審判としてゲームの進行ができる。	運動・種目の特性をある程度理解し、プレーヤーとして適切な判断ができる。	種目の特性を理解できておらず、プレーヤーとして適切な判断ができない。
⑤ 責任・貢献・協調性	集団における自己の役割を自覚し、授業の運営・チーム力の向上に大いに貢献できる。	集団における自己の役割を自覚し、能力に応じた貢献ができる。	集団における自己の役割を自覚できず、能力に応じた貢献ができない。