

平成 27 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： 柔道は、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。 卓球・ソフトテニスでは、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、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。 【柔道】 ①柔道の基本技術の習得 ②柔道の試合ができる技能・知識の習得 ③柔道の特性と武道について学習する 【ソフトテニス・卓球】 ①各種ラケット種目の基本技術の習得 ②各種目の試合にむけた技能の習得 ③競技のルール・審判法・特性を理解する ④体力テストの実施より、体力の変化を確認し、体力向上に努める。	成績評価の方法： 体育実技の評価は、以下 4 つの項目により観点別評価をおこない総合評価をおこなう。 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」 ③の技術評価は以下の取り組みから行う。 柔道：基本技術の習得度（受身、得意な投技、固技、乱取、試合） 卓球：（各種打法技能、試合技能、ルールの理解度） ソフトテニス：（各種打法技能、試合技能、ルールの理解度） 試合を通しての対人技能と態度・ルールの習得度を評価する 各種ラケット種目の特性の理解度と技術の習得度 体力テスト：体力テスト記録による経年的自己評価 達成度評価の基準： ①様々な運動に対して主体的に取り組むことができる。 ②自己やチームの課題に対して適切な取り組みができる。 ③運動・ゲームを構成する基本技術が身についている。 ④種目の特性を理解し、実践場面で適切な判断ができる。 ⑤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、体力の向上と協調性の面から人間性の高揚を図るとともに、積極的に活動する態度を養う。				
教科書および参考書： アクティブスポーツ（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				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 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				C C C
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） 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 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 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 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 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 5 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 6 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）				C
第 7 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）				C
第 8 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 9 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 10 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 11 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 12 回：投技・固技の基本練習と実践練習（乱取） レベル別リーグ戦または団体戦、審判法 ダブルス試合と審判法				B B B
第 13 回：試合と審判法 レベル別リーグ戦または団体戦、審判法 ダブルス試合と審判法				B B B

第14回：試合と審判法 レベル別リーグ戦または団体戦、審判法 ダブルス試合と審判法	B B 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）	C C C
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	C C C
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）	C

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	様々な運動に対して主体的に取り組み、各種目の楽しさや喜びを味わうことができる。	様々な運動に対して主体的に取り組むことができる。	様々な運動に対して主体的に取り組むことができない。
②	自己やチームの課題に対して適切な取り組みや工夫ができる。	自己やチームの課題に対して適切な取り組みができる。	自己やチームの課題に対して適切な取り組みができない。
③	効率的な技術やゲームにおける効果的なプレーができる。	運動・ゲームを構成する基本技術が身についている。	運動・ゲームを構成する基本技術が身についていない。
④	種目の特性を理解し、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。	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。	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	自己の役割を自覚し、授業の運営・チーム力の向上などに大いに貢献できる。	自己の役割を自覚し、能力に応じた貢献ができる。	自己の役割を自覚できず、能力に応じた貢献ができない。