

平成 29 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】 ①ラケットの基本技術の習得 ②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。 【軽スポーツ・バドミントン】 ①ラケット種目の基本技術の習得 ②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、 修得状況を鑑み 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） ソフトテニス：（各種打法技能、試合技能、ルールの理解度） 軽スポーツ・バドミントン （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） 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： 【柔道】 ①基本技術の習得度（受身・投技・固技） ②乱取練習や試合による技能とルールと審判技能の理解度 ③柔道の歴史と柔道修行の目的、意義についての理解度 【ソフトテニス】 ①基本技術の習得度（サーブ・フォアハンド・バックハンド・ラリーなど） ②試合による技能レベルの上達度（応用技術、戦術） ③試合審判を実践することで、ルールや審判法の理解度 【軽スポーツ・バドミントン】 ①基本技術の習得度（サーブ・フォアハンド・バックハンド・ラリーなど） ②試合による技能レベルの上達度（応用技術、戦術） ③試合審判を実践することで、ルールや審判法の理解度 【共通】 ④文部科学省による新体力テストを実施し、各自体力の現状を把握し、経年的な変化を自己評価・分析する			
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： 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・軽スポーツの順に説明				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
	ミニ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
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
	基礎練習とダブルスの試合			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			
	実基礎練習とダブルスの試合実践練習と試合と審判法（ラリー、ダブルスの試合）			B
	基礎練習とダブルスの試合			
第 8 回：	球技大会 チーム別対抗戦			B
	（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）			
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
	ソフトバレーボールの基礎練習（パス・アタック・サーブ）・安全上の諸注意について			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) ソフトバレーボールの基礎練習 (パス・アタック・サーブ)・リーグ戦	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)	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 ソフトバレーボールの基礎練習 (パス・アタック・サーブ)・リーグ戦	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 ソフトバレーボールの基礎練習 (パス・アタック・サーブ)・リーグ戦	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 ソフトバレーボールの基礎練習 (パス・アタック・サーブ)・リーグ戦	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 (パス・アタック・サーブの上達度)	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 バドミントンの特性と基本知識、安全上の諸注意について	基本練習 基本練習 基本練習
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、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	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、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	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) 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	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) 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	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) 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	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) 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	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 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	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 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	B B B
第27回: 試合と審判法 レベル別リーグ戦と審判法 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	B B B
第28回: 試合と審判法 チーム対抗団体戦と審判法 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	B B B
第29回: 試合と審判法 チーム対抗団体戦と審判法 基礎練習 (フォアハンド・バックハンドでの打ち方、サーブのしかた)・ダブルスリーグ戦	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	<p>【柔道】：後受身・横受身・前方回転受身が安全に実施でき、熟達度が高いレベルにある。</p> <p>【ソフトテニス】：フォアハンド・バックハンドなどの基本技術を十分に習得できて高いレベルにある。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：各種打法・各種サーブなどの基本技術が十分に習得できて高いレベルにある。</p>	<p>【柔道】：後受身・横受身・前方回転受身が安全に実施でき、熟達度も平均的である。</p> <p>【ソフトテニス】：フォアハンド・バックハンドなどの基本技術をおおよそ習得できている。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：各種打法・各種サーブなどの基本技術がおおよそ習得できている。</p>	<p>【柔道】：後受身・横受身・前方回転受身が安全に実施できず、習得度もかなり劣る。</p> <p>【ソフトテニス】：フォアハンド・バックハンドなどの基本技術の習得度がかなり劣る。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：各種打法・各種サーブなどの基本技術の習得度がかなり劣る。</p>
②	<p>【柔道】：乱取練習や試合において、投技の得意技を十分に発揮し、互いに攻防する事ができ、受身がとれること。</p> <p>【ソフトテニス】：ルールを理解した上で、ゲームの中で基本技術以上のものを実践できる。また、技術練習や試合などでは、他者への配慮やリーダーシップを発揮できる。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：ルールを理解した上で、ゲームの中で基本技術以上のものを実践できる。また、技術練習や試合などでは、他者への配慮やリーダーシップを発揮できる。</p>	<p>【柔道】：乱取練習や試合において、投技の得意技をおおよそ使い、互いに攻防する事ができ、受身がとれること。</p> <p>【ソフトテニス】：ルールを理解した上で、ゲームの中で基本技術をおおよそ実践できる。技術練習や試合では、協調性と積極性を持って技術の獲得や向上に積極的に取り組んでいる。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：ルールを理解した上で、ゲームの中で基本技術をおおよそ実践できる。技術練習や試合では、協調性と積極性を持って技術の獲得と向上に取り組んでいる。</p>	<p>【柔道】：乱取練習や試合において、投技の技量に著しくかけ、積極性・意欲・関心にも欠け、殆ど実践する事ができない。</p> <p>【ソフトテニス】：ルールや授業内容の理解度が低く、ゲームの中での技術レベルが著しく低い。技術や知識獲得のための意欲・関心・態度において積極性が欠けている。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：ルールや授業内容の理解度が低く、ゲームの中での技術レベルが著しく低い。技術や知識獲得のための意欲・関心・態度において積極性が欠けている。</p>
③	<p>【柔道】：試合に必要な審判法やルールを理解し、安全性を配慮しながら試合を司る事ができる。</p> <p>【ソフトテニス】：試合に必要な審判法やルールを理解し、試合に関わる事を積極的に進めていく態度がある。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：試合に必要な審判法やルールを理解し、試合に関わる事を積極的に進めていく態度がある。</p>	<p>【柔道】：試合に必要な審判法やルールをおおよそ理解し、安全性を配慮しながら試合審判を補助する事ができる。</p> <p>【ソフトテニス】：試合に必要な審判法やルールをおおよそ理解し、審判や試合雄進行などを補助する事ができる。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：試合に必要な審判法やルールをおおよそ理解し、審判や試合雄進行などを補助する事ができる。</p>	<p>【柔道】：試合に必要な審判法やルールを理解が低く、知識獲得のための意欲・関心・態度において積極性が欠けている。</p> <p>【ソフトテニス】：試合に必要な審判法やルールを理解度が低く、知識を理解する意欲・関心・態度において積極性が欠けている。</p> <p>【軽スポーツ・バドミントン】：試合に必要な審判法やルールを理解度が低く、知識を理解する意欲・関心・態度において積極性が欠けている。</p>
④	<p>文部科学省による新体力テストを実施し、各自体力の現状を把握し、経年的な変化を自己評価して記録できており、高い体力の維持や体力の向上がみられる者。</p>	<p>文部科学省による新体力テストを実施し、各自体力の現状を把握し、経年的な変化を自己評価して記録できており、体力維持がなされている者。</p>	<p>文部科学省による新体力テストを積極的に実施せず、各自体力の現状の把握や、経年的な変化を自己評価できていない者。記録の記入などにも不備があるなど、態度・意欲・関心にも欠けている者。</p>