

<b>体育実技 I</b> (Physical Education I)		<b>4 年・通年・2 学修単位 (β)・必修</b> 電気、電子制御、情報、物質化学工学科：松井良明 機械工学科：森 弘暢
〔準学士課程(本科 1-5 年) 学習教育目標〕 (1)	〔システム創成工学教育プログラム 学習・教育目標〕 A-1 (80%) A-2 (20%)	〔JABEE 基準〕 (a) (b)
〔講義の目的〕 第3学年までに習得した保健・体育に関する基礎的な学力をもとに、主として実技とレポート作成を通して種々のスポーツ文化とその重要性について学ぶ。		
〔講義の概要〕 実技でとりあげる種目は「ボールゲーム」を中心とする。あわせて「スポーツ文化論」についての講義も実施する。できるだけ多様なスポーツ種目を体験することで、文化としてのスポーツについて考える。		
〔履修上の留意点〕 実技の授業については運動しやすい服装や靴等を各自できちんと準備し、主体的に取り組むこと。また、文化としてのスポーツに対する関心を高め、それらに関する情報収集を主体的に行っていく必要がある。		
〔到達目標〕 授業で取り上げる個々のスポーツ種目を、実技を通して体験するとともに、必要な技能の習得と向上に努める。また、それらの歴史ないし文化的な背景についての理解も深める。なお、すでに体験済みの種目については、ルール等の創意工夫ができるようにする。実技とレポートの作成を通してスポーツに対する独自の見解をもてるようにしたい。		
〔自己学習〕 日頃より、健康的な生活を過ごせるよう留意し、身近なスポーツ文化に対する関心をもつようにすること。		
〔評価方法〕 各技能の習熟度 (20%)、レポートの執筆及び表現された内容の完成度 (20%)、実技課題への全般的な取り組み状況 (60%) を総合して評価する。		
〔教科書〕 『保健体育概論改訂増補版』近畿地区高専体育研究会編、晃洋書房		
〔補助教材・参考書〕 『アクティブスポーツ【総合版】』、大修館書店 『最新スポーツ大事典』日本体育協会監修、大修館書店、など。		
〔関連科目及び補足〕 5年次の「体育実技Ⅱ」へ継続できるように関連を考える。なお、次頁の講義項目の順序については記載どおりとは限らない。天候などの事情により、適宜変更される可能性がある。体育委員が毎回連絡の役目を果たしてほしい。定期試験は実施しない。各時間における授業への取り組みとその積み重ねを重視する。		

## 講義項目・内容

週数	講義項目	講義内容	自己評価*
第1週	オリエンテーション	年間計画の概要と講義の進め方に関する説明	
第2週	体力・運動能力テスト	体力・運動能力テストの実施及び自己評価	
第3週	同上	同上	
第4週	テニス	ペアを中心とした技能練習、基本的な技能の習得	
第5週	同上	テニスの文化的背景及びルールを理解	
第6週	同上	ダブルスの試合を通じた個人技能の向上と戦術の理解	
第7週	バレーボール	チームを中心とした基本的技能の理解	
第8週	同上	ゲームによる基本的技能の向上とルールを理解	
第9週	同上	ゲームによる基本的技能の向上とルールの創意工夫	
第10週	水泳	水泳の文化的背景の理解	
第11週	同上	着衣水泳を通じた安全水泳の理解及び体験	
第12週	同上	水球の基本的技能の向上とルールを理解	
第13週	バドミントン	バドミントンの文化的背景及びルールを理解	
第14週	同上	ダブルスの試合を通じた個人技能の向上	
第15週	同上	ダブルスの試合を通じた個人技能の向上と戦術の理解	
前期終了			
第16週	ソフトボール	野球の文化的背景及びルールを理解	
第17週	同上	ゲームによる基本的技能の向上	
第18週	同上	ゲームによる基本的技能の向上とルールの創意工夫	
第19週	ニュースポーツ	ニュースポーツの文化的理解とゲームの体験	
第20週	エアロビクス	健康スポーツの理解と初級プログラムの体験	
第21週	サッカー	サッカーの文化的背景及びルールを理解	
第22週	同上	ゲームによる基本的技能の向上とルールの創意工夫	
第23週	バスケットボール	バスケットボールの文化的背景と基本技能の理解	
第24週	同上	ゲームによる基本的技能の向上	
第25週	スポーツ文化論	レポートの執筆方法及びまとめ	
第26週	自由選択①	スポーツ種目の選択及び主体的な取り組み	
第27週	自由選択②	同上	
第28週	自由選択③	同上	
第29週	自由選択④	同上	
第30週	自由選択⑤	同上	
後期終了			

\* 4：完全に理解した， 3：ほぼ理解した， 2：やや理解できた， 1：ほとんど理解できなかった， 0：まったく理解できなかった。  
 (達成) (達成) (達成) (達成) (達成)