

科目名	保健体育	科目コード	30250
-----	------	-------	-------

学科名・学年	電子制御工学科・4年(プログラム1年)
担当教員	枝村 薫(一般教育)
単位数・区分	2単位・必履修
開講時期・時間数	通年, 60時間【内訳: 講義 60, 演習 0, 実験 0, その他 0】
教科書	なし
補助教材	バスケットボール協会ルールブック, バレーボール協会6人制ルールブック
参考書	カラーワイド・スポーツ, 大修館書店, 2002

【A. 科目の概要と関連性】

バスケットボール: 球技の中で最も大きく重いボールを最も小さなゴールに入れるバスケットボールを通じて体幹の筋力と走力を高め、その運動性を理解する。

バレーボール: 床の上で転がり、またジャンプ系の動きの多いバレーボールを通じて安全な身のこなし・ボディーコントロールを学び、バランスのとれた身体づくりを図る。

バドミントン: バドミントンを通じてフットワークやラケットワークを学び、シャトルコントロールの面白さを理解する。

関連する科目: 英語, 生物

【B. 到達目標と学習・教育目標との対応】

この科目は長岡高専の学習・教育目標の(G)と主体的に関わる。

この科目の到達目標と、成績評価上の重み付け、各到達目標と長岡高専の学習・教育目標との関連を以下の表に示す。

到達目標	評価の重み	学習・教育目標との関連
バスケットボール: 左右のレイアップシュートを中心に左右の手や足をバランスよく使える身体づくりを目標としながら総合体力の向上を図る。	35%	G3
バレーボール: パス・アタック・サーブなど異種の動きと技術を学び、また習得することにより持つことのできないボールコントロールの面白さを理解する。	35%	G3
バドミントン: .フットワーク、ラケットワークを習得する	30%	G3

【C. 履修上の注意】

一般的なトレーニングウェアと体育館用シューズで受講する。

【D. 評価方法】

次に示す項目・割合で達成目標に対する理解の程度を評価する。60点以上を合格とする。

出席を重視(60%) トーナメントやリーグ戦の結果(20%)

技能・知識・学習意欲(20%)を含めて総合的に評価する。

【E. 授業計画・内容】

前期

週	内容	備考
1	授業展開に関するガイダンス及び バスケットボールのための身体づくり	震災復旧工事の為、シラバス通り行かない、変更の場合あり。ご了承下さい。
2		
3		
4	スポーツ・テスト（屋内種目）	
5	パス・ドリブル・シュート各技能の習得	
6		
7		
8	リング下連続シュートのスキルテスト	
9	ドリブル・レイアップシュートの徹底練習とゲーム運営 と審判法の理解、リーグ戦の実践	
10		
11	ドリブル・レイアップシュートのスキルテスト	
12	スポーツ・テスト（屋外種目）	
13	授業展開に関するガイダンス及び バレーボールのための身体づくり	
14		
15		

後期

週	内容	備考
1	パス・トス・アタック各技能の習得	震災復旧工事の為、シラバス通り行かない、変更の場合あり。ご了承下さい。
2		
3		
4	アタックの基本練習「壁打ち」のスキルテスト	
5	サーブの徹底練習とゲームへの移行	
6		
7	サーブのスキルテスト	
8	ゲームの運営と審判法の理解、リーグ戦の実施	
9		
10		
11	授業展開に関するガイダンス及び バドミントンのための身体づくり	
12	フットワーク	
13	シャトルワーク	
14	ゲームの運営と審判法の理解、リーグ戦の実施	
15		