

平成21年度 シラバス	学年・期間・区分	4年次・前期/後期・A群
	対象学科・専攻	機械・電気電子・電子制御・情報・土木工学科
保健体育 (Physical Education)	担当教員	藤島 仁兵 (Fujishima, jinpei) 他
	教員室	体育館2階 (TEL&FAX 42-9066)
	E-Mail	yamasaki@kagoshima-ct.ac.jp
教育形態 / 単位の種別 / 単位数	講義・実習 / 履修単位 / 1単位	
週あたりの学習時間と回数	授業(100分) × 15回	
〔本科目の目標〕 運動の合理的な実践と健康についての基礎的な事項について科学的な理解を深め、これらに基づいて自ら進んで積極的なスポーツ活動への参加と、健康の保持増進に関する問題を解決する能力を養う。		
〔本科目の位置付け〕 心身共に健康な技術者としての身体の基礎づくり。体育・スポーツ活動の実践を通して、相手の立場に立ってものを考え、グローバルに活躍できる人間性の育成。		
〔学習上の留意点〕 教科書「高専の健康科学」及び参考書「マイ・スポーツ」の授業に関連するところを読み理解すること。実技においては、教材(運動場・体育館)を考えて正しい服装と、体育用具等の管理、安全に十分留意すること。		
〔授業の内容〕		
授 業 項 目	時限数	授 業 項 目 に 対 す る 達 成 目 標
1. オリエンテーション	2	(1)選択制授業のガイダンスを理解することができる。 (2) AED(自動体外式除細動器)の取り扱い方法と一次救命処置が理解できる。
2. スポーツテスト	4	(1) 運動能力テストと体力診断テストを実施し、自己評価ができる。
3. バレーボール	選択制	(1)パス、スパイク、サーブができる。(2)1・5フォーメーションゲーム、審判を行うことができる。
4. テニス		(1)基礎技術練習:グリップ、ラケットワーク、ストローク、サーブ、ネットプレー (2)ゲームの進め方、審判法、ゲーム(シングル、ダブル)
5. ソフトテニス	各種目10 時間を7 セットとし て、2種 目選択の 機会を設 定する	(1)基本技術:ストローク、サーブ、ボレーができる。(2)雁行陣・平行陣のゲームができる。
6. ソフトボール		(1)基本技術の復習ができる。(2)ゲーム、審判を行うことができる。
7. ゴルフ	10×2	(1)クラブの種類と構造、握り方を理解できる。(2)スイングの基本と練習ができる。
8. サッカー		(1)基礎技術及びシュート練習ができる。 (2)4・3・3システムフォーメーションの理解とゲーム、審判を行うことができる。
9. バasketボール	10×2	(1)基礎技術の習熟:レイアップショット、リバウンドボール、ドリブルなどができる。 (2)集団技術:セットオフense、マンツーマンゾーンの理解とゲーム、審判を行うことができる。
10. 水 泳		(1)4泳法のスタートができる。(2)25mのタイム測定ができる。
11. バドミントン	20	(1)基本技術の理解と練習:正しいスタンス、グリップについて理解できる。 (2)ゲーム(シングル、ダブル)、審判を行うことができる。
12. 卓球	4	(1)基本的な打球のコス(サーブも含む)を理解して基本練習を行うことができる。 (2)ゲーム(シングル、ダブル)、審判を行うことができる。
13. 保健体育理論		(1)健康づくりの実際について理解できる。(2)食事と健康について理解できる。
〔教科書〕	保健体育理論 『高専の健康科学』 伊藤道郎 他(鈴木製本所)	
〔参考書・補助教材〕	体育実技 『MY SPORTS』 高橋建夫 他(大修館書店)	
〔成績評価の基準〕技能(60%) + スポーツテスト(30%) + レポート(10%) - 授業態度(30%)		
〔本科(準学士課程)の学習教育目標との関連〕 4-b		
〔教育プログラムの学習・教育目標との関連〕 4-1		
〔JABEEとの関連〕(b)		