

授業科目 体力測定評価実習

【担当教員名】 下山好充・高橋和将	対象学年	3	対象学科	本
	開講時期	前期	必修・選択	選択
	単位数	1	時間数	30

【<概要>又は<一般目標：G I O>】

学校体育現場やスポーツ現場で用いる測定評価を実践できることを目指す。

【<学習目標>又は<行動目標：S B O>】

1. スポーツに用いられる様々な測定について、正確な測定方法を学び、実践する。
2. 文部科学省で定めた体カテストの正しい実施方法について学ぶ。
3. 文部科学省で定めた体カテストを実践する。
4. それぞれの測定結果の評価方法を学ぶ。
5. それぞれの測定結果をトレーニングにどのように応用するかを学ぶ。

回数	授業計画又は学習の主題	SBO	
		番号	学習方法・学習課題又は備考・担当教員
1	オリエンテーション		
2	体カテストの概要		
3	体カテストの実施1 筋力、筋持久力		実習
4	体カテストの評価1 筋力、筋持久力		レポート
5	体カテストの実施2 柔軟性、敏捷性		実習
6	体カテストの評価2 柔軟性、敏捷性		レポート
7	体カテストの実施1 持久性、調整力、走力		実習
8	体カテストの評価3 持久性、調整力、走力		レポート
9	体カテストの実施4 跳力、投力		実習
10	体カテストの評価4 跳力、投力		レポート
11	形態測定の実施		実習
12	形態測定の評価		レポート
13	身体組成測定の実施		実習
14	身体組成測定の実施		レポート

【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格・その他>
教科書 (必ず購入する書籍)				
参考書	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目I, II, III 体カテストの方法と活用		日本体育協会 日本体育協会	2005年・3冊合計13000円 2005年・1500円
その他の資料				

【評価方法】

出席状況10%、授業態度10%、レポート30%、
期末試験50%

【履修上の留意点】

教員希望の学生は履修を勧める。