

授業科目 体力測定評価実習

【担当教員名】		対象学年	3	対象学科	スポ
下 山 好 充、高 橋 和 将		開講時期	前期・後期	必修・選択	選択
		単位数	2	時間数	60
【概要・一般目標：G10】					
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】					
1. スポーツに用いられる様々な測定について、正確な測定方法を習得する					
2. 文部科学省で定めた体力テストの正しい実施方法を習得する					
3. それぞれの測定結果の評価方法を習得する					
4. それぞれの測定結果をフィードバックするためのプレゼンテーション能力を身につける					
回数	授業計画・学習の主題			SBO 番号	学習方法・学習課題 備考・担当教員
1	オリエンテーション・実習グループ分け				担当：下山 好充 他
2	体力テストの概要				担当：下山 好充 他
3	体力テストの実施 1 筋力、筋持久力				担当：下山 好充 他
4	体力テストの評価 1 筋力、筋持久力				担当：下山 好充 他
5	体力テストの実施 2 柔軟性、敏捷性				担当：下山 好充 他
6	体力テストの評価 2 柔軟性、敏捷性				担当：下山 好充 他
7	体力テストの実施 3 持久性、調整力、走力				担当：下山 好充 他
8	体力テストの評価 3 持久性、調整力、走力				担当：下山 好充 他
9	体力テストの実施 4 跳力、投力				担当：下山 好充 他
10	体力テストの評価 4 跳力、投力				担当：下山 好充 他
11	「新体力テスト（中高齢者）」測定（1）				担当：下山 好充 他
12	「新体力テスト（中高齢者）」評価（1）				担当：下山 好充 他
13	「新体力テスト（中高齢者）」測定（2）				担当：下山 好充 他
14	「新体力テスト（中高齢者）」評価（2）				担当：下山 好充 他
15	まとめ				担当：下山 好充 他
16	形態測定の意義・測定肢位・計測点の確認				担当：高橋 和将 他
17	長育項目の測定				担当：高橋 和将 他
18	幅育項目の測定				担当：高橋 和将 他
19	周育項目の測定				担当：高橋 和将 他
20	皮脂厚の測定				担当：高橋 和将 他
21	計測値の評価法（1）				担当：高橋 和将 他
22	計測値の評価法（2）				担当：高橋 和将 他
23	体組成の評価法とその比較（1）				担当：高橋 和将 他
24	体組成の評価法とその比較（2）				担当：高橋 和将 他
25	競技特性に応じた形態測定の計画（1）				担当：高橋 和将 他
26	競技特性に応じた形態測定の計画（2）				担当：高橋 和将 他
27	競技特性に応じた形態測定の実施（1）				担当：高橋 和将 他
28	競技特性に応じた形態測定の実施（2）				担当：高橋 和将 他
29	測定結果の評価とフィードバック				担当：高橋 和将 他
30	まとめ				担当：高橋 和将 他
【使用図書】		<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格 他>
教科書 (必ず購入する書籍)					
参考書		体力テストの方法と活用		日本体育協会	2005・1,600円
その他の資料					
【評価方法】			【履修上の留意点】		
出席状況20%、授業態度10% 期末試験70%					