

成績評価の方法と基準					
評価の領域	評価基準	学習成果の割合			
		L01	L02	L03	L04
授業参加態度	S評価は私語なく講義に集中し配布資料に書き込みがきちんとされている。また体力測定を実施する際には測定に対して全力で取り組んでいる		50		
レポート／作品					
発表	授業中測定で得たデータを基に数値の活用方法をグループで発表する		50		
小テスト					
試験					
その他					
合 計			100		

回数		授業計画
1	授業内容	ガイダンス(授業にあたっての態度と注意点、授業内容の確認、成績評価方法)体力測定 の必要性
	事前・事後学習	各種演習の仕方、測定の方法を整理する。
2	授業内容	体力と運動能力
	事前・事後学習	体力の構成要素とその特徴を復習する。
3	授業内容	体力テストとその意義
	事前・事後学習	体力テストの目的、方法を整理する。
4	授業内容	体力測定の方法①(有酸素能力の測定法)
	事前・事後学習	有酸素運動の各種測定方法を復習する。
5	授業内容	体力測定の方法②(有酸素能力測定の実際)
	事前・事後学習	エアロバイクでの測定方法を練習する。
6	授業内容	体力測定の方法③(無酸素能力の測定法)
	事前・事後学習	無酸素運動の各種測定方法を整理する。
7	授業内容	体力測定の方法④(無酸素能力測定の実際)
	事前・事後学習	エアロバイクでの測定方法を練習する。
8	授業内容	体力測定の方法⑤(形態測定と周径囲、体脂肪の測定法)
	事前・事後学習	形態測定の方法を整理する。
9	授業内容	体力測定の方法⑥(形態測定と周径囲測定の実際)
	事前・事後学習	形態測定の仕方を練習する。
10	授業内容	体力測定の方法⑦(体脂肪測定の実際)
	事前・事後学習	キャリパーの使用方法を練習する。
11	授業内容	体力測定の方法⑧(新体力テストの実施方法 高齢者に対する体力テストの実施方 法)
	事前・事後学習	体力測定の違いを整理する。
12	授業内容	体力測定の方法⑨(新体力テストの実際)
	事前・事後学習	新体力測定方法をきちんと説明できるように復習する。
13	授業内容	体力測定結果の処理①(平均値、中央値、標準偏差、ヒストグラム)
	事前・事後学習	例題を解く。
14	授業内容	体力測定結果の処理②(Tスコア、Zスコア、平均値の差の検定) 試験
	事前・事後学習	例題を解く。
15	授業内容	体力測定実施に際しての準備や安全面
	事前・事後学習	試験に向けポイントを整理する。