

【総合基礎科目領域/共通基礎科目群】

科目名		ナンバリング	区分（必修・選択）	単位数	履修年次	開講学期等
健康運動の実践		NLA21_001	選択	2	2	前期
担当教員		研究室	電子メール ID	オフィスアワー		
升 佑二郎		教員控室	y-masu	講義終了後に質問受付		
授業の目的・概要	スポーツの理論を学び、その実践を行うことにより、自身の健康についての意識や身体活動について考え、さらに体を動かすことの楽しさを実感することを目的とする。様々なスポーツを実際に行わせ、スポーツトレーニングの理論について学ばせる。					
授業形式・方法	☒対面授業 ☐遠隔授業(双方向型) ☐遠隔授業(自主学習) ☒講義 ☐実習 ☒演習 ☐実技 ☒PBL ☒グループワーク ☐その他（ ） ☐反転授業 ☐プレゼンテーション ☐ディスカッション・ディベート ☐実習・フィールドワーク					
学習上の助言	日頃から適度な運動をするように心がけ、心身の健康を獲得し、積極的にスポーツ活動に参加できるように準備する。					
教科書	特に指定なし					
参考書	必要に応じて指定する。					
外部教材	必要に応じて指定する。					
学生が達成すべき行動目標					関連卒業認定・学位授与方針	
①	スポーツの楽しさ・魅力を説明できる。				HSU(1)、HSU(2)	
②	健康と体力の関係性について説明できる。				HSU(1)、HSU(2)	
③	体力を向上させるための運動処方を立案することができる。				HSU(1)、HSU(2)	
授 業 計 画						
回	学習内容等		授業方法	学習課題・学習時間（時間）		
1	バドミントンの基本ストロークを学ぶ。		演習	自身の健康状態について調べる。		1
2	バドミントンの基礎ストロークを学ぶ。		演習	健康と運動について調べる。		1
3	バドミントンの指導理論(オーバーヘッドストローク)を学ぶ。		演習	配布する授業資料を読む。		1
4	バドミントンの指導理論(アンダーハンドストローク)を学ぶ。		演習	配布する授業資料を読む。		1
5	バドミントンの指導理論(サイドアームストローク)を学ぶ。		演習	配布する授業資料を読む。		1
6	バドミントンの応用技術(前後の打ち分け)を学ぶ。		演習	配布する授業資料を読む。		1
7	バドミントンの応用技術(左右の打ち分け)を学ぶ。		演習	配布する授業資料を読む。		1
8	バドミントンのシングルの試合を行う。		演習	配布する授業資料を読む。		1
9	バドミントンのシングルの試合を行う。		演習	配布する授業資料を読む。		1
10	バドミントンのダブルスの試合を行う。		演習	配布する授業資料を読む。		1
11	バドミントンのトリプルの試合を行う。		演習	配布する授業資料を読む。		1

【総合基礎科目領域/共通基礎科目群】

12	バドミントンの団体戦を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
13	バドミントンの団体戦を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
14	バドミントンの団体戦を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
15	スポーツの理論 1（トレーニング理論）を行う。	講義	配布する授業資料を読む。	1
16	ソフトバレーボール（パス）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
17	ソフトバレーボール（サーブ）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
18	ソフトバレーボール（アタック）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
19	ソフトバレーボール（ゲーム）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
20	クロスミントン（ドライブ）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
21	クロスミントン（クリア）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
22	クロスミントン（スマッシュ）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
23	クロスミントン（ダブルス）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
24	バスケットボール（ドリブル）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
25	バスケットボール（パス）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
26	バスケットボール（シュート）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
27	バスケットボール（ゲーム）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
28	バスケットボール（ゲーム）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
29	バスケットボール（ゲーム）を行う。	演習	配布する授業資料を読む。	1
30	スポーツの理論 2（スポーツ障害）を行う。	講義	配布する授業資料を読む。	1
試	達成度評価・評価のポイント参照			

【総合基礎科目領域/共通基礎科目群】

総合評価割合 (%)		達成度評価					
		試験	レポート	成果発表	ポートフォリオ	その他	合計
		0	0	0	0	100	100
総合 能力 指標	知識・技術力	0	0	0	0	10	10
	思考・推論・創造する力	0	0	0	0	20	20
	協調性・リーダーシップ	0	0	0	0	10	10
	発表・表現伝達する力	0	0	0	0	0	0
	コミュニケーション力	0	0	0	0	20	20
	取り組みの姿勢・意欲	0	0	0	0	20	20
	問題を発見・解決する力	0	0	0	0	20	20
評価のポイント						フィードバックの方法	
評価方法	行動目標	評価の実施方法と注意点					
試験	①						
	②						
	③						
レポート	①						
	②						
	③						
成果発表	①						
	②						
	③						
ポートフォリオ	①						
	②						
	③						
その他	①	✓	授業内で行う課題、取り組み姿勢や内容(100%)により評価する。 ※運動の出来る格好でない場合は減点の対象とする。				授業時に解説する。
	②	✓					
	③	✓					
備 考							
他 担 当 教 員	なし						
教 員 の 実 務 経 験	10年以上の大学スポーツ授業担当歴があり、中学校、高等学校教諭専修免許（保健体育）を有する教員が授業を行う。						
実践的授業の内容	専門的な理論を紹介しながら実技指導および講義を行う。運動の出来る格好で参加する。						
そ の 他	今後の社会情勢によって再度シラバスを変更する可能性がある。						