

【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		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	授業終了後に質問受付		
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	<input checked="" type="checkbox"/> 対面授業 <input checked="" type="checkbox"/> 講義 <input checked="" type="checkbox"/> 演習 <input checked="" type="checkbox"/> 実技 <input type="checkbox"/> PBL <input type="checkbox"/> 反転授業 <input type="checkbox"/> ディスカッション・デバート <input type="checkbox"/> 遠隔授業(双方向型) <input type="checkbox"/> 実習 <input type="checkbox"/> 実技 <input type="checkbox"/> グループワーク <input type="checkbox"/> プレゼンテーション <input type="checkbox"/> 実習・フィールドワーク <input type="checkbox"/> 遠隔授業(自主学习) <input type="checkbox"/> その他 ( )				
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)(2)	
②	健康と体力の関係性について説明できる。			HSU(1)(2)	
③	体力を向上させるための運動処方立案することができる。			HSU(1)(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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	配布する授業資料を読む。	1	
12	バドミントンの団体戦を行う。	演習・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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】

18	ソフトバレーボール(アタック)を行う。	演習・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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・実技	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							
達成度評価								
総合評価割合(%)		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								
評価方法	行動目標	評価の実施方法と注意点				フィードバックの方法		
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。							
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	今後の新型コロナウイルス感染症の状況など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。							