

授業科目(ナンバリング)	スポーツ実習 A (AB103)			担当教員	元嶋菜美香・神野周太郎・※西田明史		
展開方法	実技	単位数	1 単位	開講年次・時期	1 年・前期	必修・選択	選択
授業のねらい							アクティブ・ラーニングの類型
日頃の運動不足を解消し、個々の健康や体力の維持・増進をはかり、さらには、身体を動かすことによるストレスの解消（リフレッシュ）を目的とする。また、技能の向上をはかるとともに、メンバーシップやリーダーシップといった社会性を養う。							④⑤⑩
ホスピタリティを構成する能力	学生の授業における到達目標				評価手段・方法	評価比率	
専門力	授業で行う種目に必要な技術を習得することができる。 授業で行う種目のルールを理解することができる。				技術習得度 ルールの理解度	10% 10%	
情報収集、分析力							
コミュニケーション力	チーム内の友人とのコミュニケーションを図る。 チーム内の今まで交流がなかった受講生とコミュニケーションを図る。				授業態度・授業への参加度（他学生とのコミュニケーション）	20%	
協働・課題解決力	チームが勝利するために、メンバーで役割分担をして協働できる。				授業態度・授業への参加度（他学生との協働）	60%	
多様性理解力							
出 席					受験要件		
合 計					100%		
評価基準及び評価手段・方法の補足説明							
授業態度・授業への参加度を、他学生とのコミュニケーション力（20%）や協働・解決力（60%）を通して評価すると共に、授業で行う種目に必要な技術の習得度（10%）、ルールの理解度（10%）を評価基準とする。							
授業の概要							
半期を通していくつかのスポーツ種目を行っていく。1 種目について 1～3 週間、連続して行い、その種目のルールを理解した上で、技術の習得および向上を目指す。なお、行う種目は、履修者の人数や特性に応じて考える。 実施予定種目 バドミントン、バレーボール、バスケットボール、卓球、フットサル、インディアカ、アルティメット、 グランドゴルフ、ソフトバレーボール、スポンジテニス、タグラグビーなど この授業の標準的な 1 コマあたりの授業外学修時間は、45 分とする。							
教科書・参考書							
教科書：特に指定しない 参考書：特に指定しない 指定図書：『観るまえに読む大修館スポーツルール 2016』（大修館書店）							
授業外における学修及び学生に期待すること							
運動のできる服装、室内シューズを準備し、欠席や遅刻をしないよう努めること。スカートやGパンなど運動に適さない服装での参加は認めない。また、体調管理や熱中症の予防を各自で行い、けがや体調不良の場合は事前に連絡をすること。 授業に興味を持ち、積極的に質問や意見をしてほしい。授業で行った内容を一つでも習得し、今後の生活に役立ててほしい。							

回	テーマ	授業の内容	予習・復習
1	オリエンテーション	授業の内容・展開方法・評価の方法等に関する説明	予習:シラバスに目を通しておく。
2	ウォームアップ・クールダウンの基礎 体力測定	ウォームアップおよびクールダウンの目的と効果 重要性について学ぶ 文部科学省「新体力テスト」を実施	予習:ウォームアップおよびクールダウンについて調べる 復習:測定を行った項目について各自で評価を行う。
3	種目1(1)	基礎練習(1)	予習:種目の起源や歴史について調べる。 復習:基礎技術について確認する。
4	種目1(2)	基礎練習(2)、ミニゲーム	予習:練習方法について調べる。 復習:練習での課題をまとめる。
5	種目1(3)	ルール説明、ゲーム	予習:ルール、戦術について調べる。 復習:ルール、戦術を確認する。
6	種目2(1)	基礎練習(1)	予習:種目の起源や歴史について調べる。 復習:基礎技術について確認する。
7	種目2(2)	基礎練習(2)、ミニゲーム	予習:練習方法について調べる。 復習:練習での課題をまとめる。
8	種目2(3)	ルール説明、ゲーム	予習:ルール、戦術について調べる。 復習:ルール、戦術を確認する。
9	種目3(1)	基礎練習、ルール説明、ミニゲーム	予習:種目の起源や歴史について調べる。 復習:基礎技術について確認する。
10	種目3(2)	ゲーム	予習:練習方法について調べる。 復習:練習での課題をまとめる。
11	種目2(3)	ルール説明、ゲーム	予習:ルール、戦術について調べる。 復習:ルール、戦術を確認する。
12	種目4(1)	基礎練習、ルール説明、ミニゲーム	予習:種目の起源や歴史について調べる。 復習:練習での課題をまとめる。
13	種目4(2)	ゲーム	予習:練習方法について調べる。 復習:ルール、戦術を確認する。
14	種目5(1)	基礎練習、ルール説明、ミニゲーム	予習:種目の起源や歴史について調べる。 復習:練習での課題をまとめる。
15	種目5(2)	ゲーム	予習:練習方法について調べる。 復習:ルール、戦術を確認する。