

| 授業科目(ナンバリング) | スポーツ実習 A (AB103) | | | 担当教員 | 宮良俊行 高橋憲司 神野周太郎 ※西田明史 ※本山清喬 | | |
|---|--|-----|------|---------|--------------------------------|-------|----------------|
| 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。 | | | | | | | ④⑤⑪ |
| 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ことができる。 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ことができる。 | | | | 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・課題解決力（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。フィードバックについては、学生と個別に口頭でやりとりをする中で、理解度、達成度、課題を把握させる。 | | | | | | | |
| 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。行う種目については、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「新体カテスト」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ておく 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(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。 |
| 10 | 種目3(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。 |
| 11 | 種目3(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。 |