

コ ー ス	スポーツ実習 (Sports Training)		
学年・期・単位	第1学年・前期・後期・1単位	科目担当責任者	川上 正人 (言語情報・人文科学講座 体育学・准教授)
オフィスアワー	毎週月曜日17:00～18:00 (本部棟3階川上研究室)	メールアドレス	kawakami@kdcnet.ac.jp (質問受付)
一般目標 (GIO)	<p>スポーツ実習では、体力測定・評価を通じ、自分の体力レベルを客観的にとらえ、各自の健康と体力を自主的に管理する能力を身につける。また、身体運動とからだとの関係を学習するとともに、身体活動やスポーツに関して総合的に理解する。そして、個人の運動適性を知り、大学生活や社会生活において具体的に実践するための理論および方法を理解する。さらに、班別実技の実施を通してスポーツを楽しむ姿勢を育み、チームワークや協調性を身につける。</p>		

講義ユニット	一般目標 (GIO)
1. ガイダンス	スポーツ実習の目的、実施種目、内容などを理解する。
2. 体力測定	各自の体力レベルを客観的に理解する。
3. バレーボール	基本的な技術、およびルールを理解する。
4. バスケットボール	基本的な技術、およびルールを理解する。
5. バドミントン	基本的な技術、およびルールを理解する。
6. フットサル	基本的な技術、およびルールを理解する。
7. 選択種目	フットサル・卓球・バドミントン・バレーボール・バスケットボール・トレーニング種目より1種目選択し、基本的な技術、およびルールを理解する。
8. まとめ	実習開始時、および実習終了時の体力測定結果を比較検討し、レポートにまとめる。
9. ふり返り総合学習	スポーツ実習の重要事項を判断する。

参考書		
書名	著者名等	発行所
スポーツ科学～今だから知っておきたい、からだと運動のこと～	玉木伸和編	DTP 出版

評価法 (EV)
<p>出席状況 (60%)、実技到達 (20%)、授業態度 (10%)、レポート (10%)、および欠席、遅刻、減点等による総合評価。 (注意) 実習という性質上、欠席回数は3回 (通年) までとする。(忌引、病欠、特別な理由を除く) また、選択実技種目は人数の関係により、実施できない種目もありうる。</p>

授業計画						
回	日付	ユニット	行動目標 (SBOs)	学習方略 (LS)	授業担当者	コアカリ/国試出題基準
1	4/12	ガイダンス	スポーツ実習を安全に行えるよう、配慮することができる。	授業の年間計画、および実習開始時の注意事項を説明する。	川上正人	
2	4/19	体力測定	体力測定 (14項目) の実施より、各自の体力レベルを客観的に評価できる。	各種測定機材を使用し、体育館で測定を行う。	川上正人	
3	4/26	バレーボール	1. オーバーハンド・アンダーハンドパスの技術を習得し、実施できる。 2. スパイク、ブロック、サーブの技術を習得し、実施できる。	バレーボール関連用具を使用し、体育館で実技を行う。	川上正人	
4	5/10		1. ルールを理解し審判法を説明できる。 2. 習得した技術を用い、簡易ゲームを行うことができる。	//	川上正人	
5	5/17		フォーメーションを習得し、チームプレーの向上を図ることができる。	//	川上正人	
6	5/24	バスケットボール	1. 各種のドリブル、ショットの技術を習得し、実施できる。 2. オフェンス、ディフェンスにおける各種プレーを習得し、実施できる。	バスケットボール関連用具を使用し、体育館で実技を行う。	川上正人	
7	5/31		1. ルールを理解し審判法を説明できる。 2. 習得した技術を用い、簡易ゲームを行うことができる。	//	川上正人	
8	6/7		フォーメーションを習得し、チームプレーの向上を図ることができる。	//	川上正人	
9	6/14	バドミントン	1. ハイクリア、ドライブ、ドロップなど基本的な打ち方を習得し、実施できる。 2. 動きを伴うプレースメントを習得し、攻撃・守備陣型を説明できる。	バドミントン関連用具を使用し、体育館で実技を行う。	川上正人	
10	6/21		1. シングルス、ダブルスのルールを理解し審判法を説明できる。 2. 習得した技術を用い、簡易ゲームを行うことができる。	//	川上正人	
11	6/28		シングルス、ダブルスのフォーメーションを習得し、ゲームを行うことができる。	//	川上正人	
12	7/5	フットサル	1. ルールを理解し審判法を説明できる。 2. 習得した技術を用い、簡易ゲームを行うことができる。	フットサル関連用具を使用し、体育館で実技を行う。	川上正人	
13	7/12		1. ルールを理解し審判法を説明できる。 2. 習得した技術を用い、簡易ゲームを行うことができる。	//	川上正人	
14	7/19		フォーメーションを習得し、チームプレーの向上を図ることができる。	//	川上正人	
15	7/26		フォーメーションを習得し、チームプレーの向上を図ることができる。	//	川上正人	

授業計画							
回	日付	ユニット	行動目標 (SBOs)	学習方略 (LS)	授業担当者	コアカリ/国試出題基準	
16	9/5	選択種目	フットサル・卓球・バドミントン・バレーボール・バスケットボール・トレーニング種目より1種目選択する。	関連用具を使用し、体育館で実技を行う。	川上正人		
17	9/12		〃	〃	川上正人		
18	9/26		〃	〃	川上正人		
19	10/3		〃	〃	川上正人		
20	10/17		〃	〃	川上正人		
21	10/24		〃	〃	川上正人		
22	10/31		〃	〃	川上正人		
23	11/7		〃	〃	川上正人		
24	11/14		〃	〃	川上正人		
25	11/21		〃	〃	川上正人		
26	11/28		〃	〃	川上正人		
27	12/5		〃	〃	川上正人		
28	12/12		体力測定	体力測定 (14項目) の実施より、各自の体力レベルを客観的に評価できる。	各種測定機材を使用し、体育館で測定を行う。	川上正人	
29	12/19		まとめ	実習開始時、および実習終了時の体力測定結果を比較検討し、レポートにまとめる。	資料を配付し要点を概説する。	川上正人	
30	12/20 (調整期間) 4限		合学習 ふり返り総	16回から29回までの総復習	資料を配付し要点を概説する。	川上正人	