

履修コード/科目名称	550451 / 健康・スポーツ実習 550452 / 健康・スポーツ実習		
開講年度	2021年	開講曜日・時限	水・1
担当教員氏名(カナ)	下谷内 勝利 (シモヤチ カツシ)		
副担当教員氏名(カナ)	出井 章雅 (デイ アキマサ) 坂尾 知昭 (サカオ トモアキ) 深井 正樹 (フカイ マサキ) 下谷内 勝利 (シモヤチ カツシ)		

履修コード/科目名称	550451・550452 / 健康・スポーツ実習 (卓球)		
開講年度	2021年	開講曜日・時限	水・1
担当教員氏名 (カナ)	下谷内 勝利 (シモヤチ カツシ)		

授業概要	卓球の基本技術を学習した後、シングルス、ダブルスの順にゲームを展開する。		
到達目標(ねらい)	上記の過程で卓球というスポーツへの理解を深めてもらうと同時に、生涯スポーツのひとつとしてその基礎を築くことを目標とする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション C-Learningにて実施 (全員オンライン、オンデマンド型)	
	第2回	種目選択・種目別ガイダンス	
	第3回	ラケットイング、ネットの張り方の学習、フォアハンドの基本形、簡易ゲーム	
	第4回	フォアハンドドライブ、シングルスリーグ戦	
	第5回	フォアハンドドライブのショート、ロングの打ち方、シングルスリーグ戦	
	第6回	バックハンドショートの打ち方、シングルスリーグ戦	
	第7回	カットの打ち方、返球の方法。カット&カット、シングルスリーグ戦	
	第8回	カット&ドライブリターン、シングルスリーグ戦	
	第9回	スマッシュ(3球目)、シングルスリーグ戦	
	第10回	ダブルスゲームの行い方、ダブルスゲームの練習、ダブルスリーグ戦	
	第11回	ダブルスリーグ戦	
	第12回	ダブルスリーグ戦	
	第13回	ダブルスリーグ戦	
	第14回	ダブルスリーグ戦	
	第15回	ダブルスリーグ戦	
準備学習	卓球のルールを必ず予習しておいてほしい。テレビ等で卓球の試合が放送される場合は、テレビ観戦してもらいたい。		
履修上の留意点等	<p>グループ毎にリーグ戦を行うため、30分以上の遅刻は認めないものとする。</p> <p>服装は、一般的なスポーツウェアとするが、必ず体育館シューズを用意すること (土足厳禁)。</p> <p>教場への携帯電話の持込厳禁。</p> <p>新型コロナウイルス感染対策のためマスクを着用すること。</p> <p>全授業回対面で行う予定であるが、第1回目の授業はC-Learningにて実施する。</p> <p>コロナ対策でオンライン授業 (オンデマンド型、リアルタイム配信型等) になった場合</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>C-Learning や Google Meet 等の学内システムを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらう。</li> <li>軽運動を実施する内容が含まれる授業回もある。</li> </ol>		
成績評価の方法	70%	平常点	
	30%	実技点	
	授業に出席して、積極的に実技に取り組む姿勢が重要である。したがって、平常点70%、実技点30%の割合で評価する。遅刻、欠席は減点の対象とする。実技点はシングルのランキングにて判定する。		
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	オンライン授業であったことから卓球(種目別)についてのアンケートは未実施		

関連リンク	
実務経験がある教員による授業科目	

履修コード/科目名称	550451・550452 / 健康・スポーツ実習 (テニス)		
開講年度	2021年	開講曜日・時限	水・1
担当教員氏名(カナ)	出井 章雅 (デイ アキマサ)		
授業概要	テニスは年齢や性別問わず一生涯楽しめるスポーツです。「競技」としてのテニスは運動量が多く、タフなスポーツですが、授業では「生涯スポーツ」として捉え、自己の体力や技術を知り、仲間と力を合わせ「運動の楽しさ」とフィットネス・スキルの向上を計り、スポーツのもつリーダーシップ・フォローシップの理解度を深め、心身共に豊かな人間性の成長を学んでいきます。		
到達目標(ねらい)	グラウンドストローク、ボレー、スマッシュ、サービスなどの基本的打球技術の習得と、ルールやマナーを理解する。また、テニスを通じてスポーツの持つ価値を実感し、自分の能力や技術に合わせた楽しみ方を身につけスポーツを生活の一部として養ってほしい。さらに、経験者や未経験者においても共通の体験・経験を通して、大学時代でなければ得られない人間関係を作り、社会性を養い、総合的人格の形成を目指していきます。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション C-Learningで実施(全員オンライン、オンデマンド型)	
	第2回	種目選択・種目別ガイダンス	
	第3回	ラケットティング、ボレー、ミニストローク(ボールの回転やグリップの特性)	
	第4回	ストロークの基本技術 簡易ゲーム	
	第5回	スマッシュ、サービスの基本技術 簡易ゲーム	
	第6回	ボレーの基本技術 簡易ゲーム	
	第7回	ラリーを通しての応用練習	
	第8回	PLAY & STAYの導入 簡易ゲーム	
	第9回	半面でのシングルスゲーム	
	第10回	半面でのシングルスゲーム(団体戦)	
	第11回	ダブルスのルールと戦術	
	第12回	シングルス・ダブルスのゲーム(団体戦)	
	第13回	シングルス・ダブルスのゲーム(団体戦)	
	第14回	ダブルスのゲーム(トーナメント)	
	第15回	理解度の確認	
準備学習	体育実技なので、フルに動けるよう体調管理に留意すること。 授業内でも説明するが、あらかじめテニスのルールを理解しておくこと。		
履修上の留意点等	<p>全授業回を対面で実施します。オンラインのみでの授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)を実施する場合があります。</p> <p>○第1回目の授業は、全員オンラインでオリエンテーションを実施します。 授業の概要や2回目以降の授業実施について説明いたします。 C-Learningで受講し資料を参照し、課題を提出してください。</p> <p>○運動に適したスポーツウェアとシューズを着用してください。</p> <p>○オンライン授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. C-Learning や Google Meet 等の学内システムを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらいます。</li> <li>2. 軽運動を実施する内容が含まれる授業回もあります。</li> </ol>		
成績評価の方法	50%	平常点	
	50%	実技点	
	成績評価の主は、授業に取り組む姿勢が重要となる。出席率は8割以上とする。実技テストは行わず、毎回の簡易ゲームや総当たり戦の結果が実技点となる。		
教科書/テキスト	なし		
参考書	新版テニス指導教本(大修館書店)、JTAテニスルールブック ※必要毎に配布していきます。		

学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	テニスに関する専門用語をより分かりやすく、少し噛み砕いて説明していきます。また、初心者でもテニスが楽しく思えるように展開していきます。※昨年度はオンライン授業開講だった為、実技は実施できなかった。
関連リンク	
実務経験がある教員による授業科目	当科目はテニス(硬式)分野の実務経験を有する教員による授業科目です。

履修コード/科目名称	550451・550452 / 健康・スポーツ実習（室内球技）		
開講年度	2021年	開講曜日・時限	水・1
担当教員氏名(カナ)	坂尾 知昭 (サカオ トモアキ)		

授業概要	室内球技の特性を把握し、運動の実践を通して身体能力を身につける。また、集団での活動や表現等を通してコミュニケーション能力を育む。		
到達目標(ねらい)	本講義では、バレーボール・バスケットボール・バドミントン等の室内で行なわれる種目を教材とし、そこで用いられる身体運動等を学習する。基本的に毎時間ゲームを行い、各種目特有の技術・戦術の体得、体力の維持増進、身体運動の楽しさの体感を主なねらいとする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション C-Learningで実施(全員オンライン、オンデマンド型)	
	第2回	種目選択・種目別ガイダンス	
	第3回	バスケットボール	
	第4回	バスケットボール	
	第5回	バスケットボール	
	第6回	バレーボール	
	第7回	バレーボール	
	第8回	バレーボール	
	第9回	バレーボール	
	第10回	バドミントン	
	第11回	バドミントン	
	第12回	バドミントン	
	第13回	バドミントン	
	第14回	学生の希望によって決定する	
	第15回	学生の希望によって決定する	
準備学習	各スポーツのルール確認		
履修上の留意点等	<p>全授業回を対面で実施します。          オンラインのみでの授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)を実施する場合があります。          ○第1回目の授業は、全員オンラインでオリエンテーションを実施します。          授業の概要や2回目以降の授業実施について説明いたします。          C-Learningで受講し資料を参照し、課題を提出してください。</p> <p>○対面授業では運動に適したスポーツウェアとシューズで受講してください。</p> <p>○オンライン授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)          1. C-Learning や Google Meet 等の学内システムを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらいます。          2. 軽運動を実施する内容が含まれる授業回もあります。</p>		
成績評価の方法	80%	平常点	
	20%	授業態度等	
	出席を重視し、運動参加への積極性などを総合的に評価する。出席点は評点の80%とし、遅刻や欠席の減点法で計算する。その他、運動参加への意欲、積極性、協調性、受講態度等を加点評価する。		
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善に	前年度、「学生による授業アンケート」の自由記述に「各種目でもっと多くの試合をしたい」との要望をもらった。本年度に関しては、試合数の増加に重点を置き学生の運動意欲を高める工夫を予定している。		

関連リンク	
実務経験がある教員による授業科目	

履修コード/科目名称	550451・550452 / 健康・スポーツ実習（屋外球技）		
開講年度	2021年	開講曜日・時限	水・1
担当教員氏名(カナ)	深井 正樹 (フカイ マサキ)		

授業概要	球技スポーツを教材とし、各種目の基礎技術やルールを学び、各種目の理解を深める。		
到達目標(ねらい)	各球技を通じて、仲間とコミュニケーションを図りながら、ルールやマナーといった楽しさを理解すると共に、健康・体力の増進を目的とする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション C-Learningで実施(全員オンライン、オンデマンド型)	
	第2回	種目選択・種目別ガイダンス	
	第3回	サッカー:ルールの説明、基礎技術、ゲーム	
	第4回	サッカー:基礎技術の応用、ゲーム	
	第5回	サッカー:ゲームの進め方、ゲーム	
	第6回	サッカー:ゲームの攻め方、守り方、ゲーム	
	第7回	サッカー:ゲーム(リーグ戦1)	
	第8回	サッカー:ゲーム(リーグ戦2)	
	第9回	ソフトボール:ルールの説明、キャッチボール、フライ・ゴロの捕球、トスバッティング	
	第10回	ソフトボール:シートノック、フリーバッティング、バント、ゲーム	
	第11回	ソフトボール:総合練習、ゲーム	
	第12回	ソフトボール:総合練習、ゲーム	
	第13回	ソフトボール:ゲーム(リーグ戦1)	
	第14回	ソフトボール:ゲーム(リーグ戦2)	
	第15回	まとめ	
準備学習	特になし		
履修上の留意点等	<ul style="list-style-type: none"> <li>・全授業回を対面で実施します。</li> <li>・オンラインのみでの授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)を実施する場合もあります。</li> <li>○第1回目の授業は、全員オンラインでオリエンテーションを実施します。授業の概要や2回目以降の授業実施について説明いたします。C-Learningで受講し資料を参照し、課題を提出してください。</li> <li>○運動に適したスポーツウェアとシューズを着用してください。</li> <li>○オンライン授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等) <ol style="list-style-type: none"> <li>1. C-Learning や Google Meet 等の学内システムを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらいます。</li> <li>2. 軽運動を実施する内容が含まれる授業回もあります。</li> </ol> </li> </ul>		
成績評価の方法	70%	平常点	
	30%	実技	
	出席、授業への取り組み態度、意欲を総合して成績評価する。		
教科書/テキスト			
参考書			



学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	昨年度はオンライン授業のため、アンケート未実施
関連リンク	
実務経験がある教員による授業科目	