

履修コード/科目名称	550651 / 健康・スポーツ実習 550652 / 健康・スポーツ実習		
開講年度・期	2023年 通年	開講曜日・時限	
単位数	2		
付記			
主担当教員氏名(カナ)	秋田 浩一 (アキタ コウイチ)		
副担当教員氏名(カナ)	江口 淳一 (エグチ ジュンイチ) 鈴木 淳平 (スズキ ジュンペイ) 渡辺 一郎 (ワタナベ イチロウ)		

履修コード/科目名称	550651 / 健康・スポーツ実習 (卓球)		
開講年度	2023年	開講曜日・時限	木・2
担当教員氏名 (カナ)	秋田 浩一 (アキタ コウイチ)		

授業概要	この授業は、卓球の基本技術を学習した後、シングルス、そして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い、生涯スポーツの基礎を築いてもらうことを目的とする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション 種目選択・種目別ガイダンス	
	第2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	
	第3回	フォアハンドドライブ、フォアハンドゲーム	
	第4回	フォアハンドドライブのショート、ロングの打ち方。シングルスゲーム	
	第5回	バックハンドショートの打ち方。バックハンドゲーム	
	第6回	カットの打ち方、返球の方法。カット&カット、シングルスゲーム	
	第7回	カット&ドライブリターン、シングルスゲーム	
	第8回	スマッシュ(3球目)、シングルスゲーム	
	第9回	シングルスゲーム	
	第10回	シングルスゲーム	
	第11回	ダブルスゲームの行い方。ダブルスゲームの練習	
	第12回	ダブルスゲーム	
	第13回	ダブルスゲーム	
	第14回	スキルテスト	
	第15回	課題授業	
準備学習	特になし		

履修上の留意点等	<p>履修上の注意</p> <p>原則として全授業回を対面で実施します。 ただし、感染症等の蔓延等の事情により、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回目の授業は対面でオリエンテーションと種目選択を実施します。 所定の授業実施場所、時間に集合してください。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。</p> <p>○実技実習においては、スポーツや運動に適した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"> 1. 学内の授業支援システム（Web Class）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>○シラバス通りの授業を行えない可能性があります。 順番が変更になる場合もあります。</p>	
成績評価の方法	80%	平常点
	20%	実技
	評価は平常点80%、実技点20%とする。実技点は実技テストにて判定する。	
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	初心者でもサーブ&レシーブができて、さらにラリーが続くように指導したい。卓球の楽しさを伝えたい。	
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	550651 / 健康・スポーツ実習 (テニス)		
開講年度	2023年	開講曜日・時限	木・2
担当教員氏名(カナ)	江口 淳一 (エグチ ジュンイチ)		

授業概要	<p>生涯スポーツとして定着したテニスの基本的打球技術を習得し、ルールやマナーを学ぶことによって、生涯を通じて安全で楽しくテニスを実践する能力と態度を養う。また、授業を通して得られる様々な経験から、健康で活力のある生活の基礎となる身体運動への理解と、生涯スポーツとしての導入を図る。 この授業は、【SDGsの目標3すべての人に健康と福祉を】に関連する授業です。</p>		
到達目標(ねらい)	<p>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、スポーツを楽しむという活動や経験を通し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自立的にスポーツを生活化する態度を養う。 さらに、共通の体験を通して、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す。</p>		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション、対面で実施	
	第2回	ラケットイング、ボレー、ミニストローク	
	第3回	フォアハンドグラウンドストロークの基本技術	
	第4回	バックハンドグラウンドストロークの基本技術	
	第5回	フォアハンド・バックハンドボレーの基本技術	
	第6回	スマッシュ、サービスの基本技術	
	第7回	ラリーを通しての応用練習	
	第8回	半面でのシングルスゲーム	
	第9回	半面でのシングルスゲーム(リーグ戦)	
	第10回	半面でのシングルスゲーム(トーナメント)	
	第11回	ダブルスのルールと戦術	
	第12回	ダブルスのゲーム(ミックスダブルス)	
	第13回	ダブルスのゲーム(リーグ戦)	
	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	<p>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。</p>		

履修上の留意点等	<p>原則として全授業回を対面で実施します。 ただし、感染症等の蔓延等の事情により、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回目の授業は対面でオリエンテーションと種目選択を実施します。 所定の授業実施場所、時間に集合してください。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。 ○実技実習においては、スポーツや運動に適したウェアとシューズを着用してください。 ○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. 学内の授業支援システム(Web Class)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	60%	平常点
	20%	技術習熟度
	10%	ルール等の理解
	10%	体力の維持増進度
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	<p>授業評価アンケート項目で概ね高評価を得た。自由記述欄において、初級者は打球技術のため、得に時間をかけて欲しいとの要望があり、上級者はもっとゲームがしたいとの要望があった。能力別の班編成等を工夫することで、個々の技術に合った楽しみ方ができるよう工夫するつもりである。また、授業終了時間が遅いとの指摘がなされたが、ボール拾いや審判など受講者が率先して行うことで、円滑な授業運営に協力を促すつもりである。</p>	
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	550651 / 健康・スポーツ実習 (屋外球技)		
開講年度	2023年	開講曜日・時限	木・2
担当教員氏名(カナ)	鈴木 淳平 (スズキ ジュンペイ)		

授業概要	本講義では、より豊かな屋外での余暇活動として最良の生涯スポーツである、ラケット・バット系球技 (ソフトボールなど) およびフットボール系球技 (サッカー、アルティメットなど) を教材とし、その理論と実践を学習します。		
到達目標(ねらい)	楽しく・安全に、プレーする為の基礎知識、各種目の基礎技術体力、およびマナーを身につけることを主な目的とします。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション、種目選択	
	第2回	ソフトボール、基礎技術、試合	
	第3回	ソフトボール、チーム戦術、試合	
	第4回	ソフトボール、基礎技術、試合	
	第5回	ソフトボール、チーム戦術、試合	
	第6回	サッカー(フットサル)、基礎技術、試合	
	第7回	サッカー(フットサル)、応用技術、試合	
	第8回	サッカー(フットサル)、基礎技術、試合	
	第9回	サッカー(フットサル)、応用技術、試合	
	第10回	アルティメット、チーム戦術、試合	
	第11回	アルティメット、チーム戦術、試合	
	第12回	アルティメット、チーム戦術、試合	
	第13回	アルティメット、チーム戦術、試合	
	第14回	種目は学生の希望によって決定します	
	第15回	種目は学生の希望によって決定します	
準備学習	特にありません		

履修上の留意点等	<p>原則として全授業回を対面で実施します。 ただし、感染症等の蔓延等の事情により、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回目の授業は対面でオリエンテーションと種目選択を実施します。 所定の授業実施場所、時間に集合してください。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。</p> <p>○実技実習においては、スポーツや運動に適した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"> 1. 学内の授業支援システム（Web Class）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。 	
成績評価の方法	80%	平常点
	20%	総合評価
	<p>対面授業）運動参加への意欲、積極性、習熟度等を総合的に評価します。 オンライン授業）受講状況、課題提出の内容を総合的に評価します。</p>	
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	<p>授業アンケート結果には真摯に対応し、意見や要望に可能な限り応えることができるように最善を尽くします。</p>	
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	550651 / 健康・スポーツ実習 (室内球技)		
開講年度	2023年	開講曜日・時限	木・2
担当教員氏名(カナ)	渡辺一郎 (ワタナベ イチロウ)		

授業概要	本授業では、バレーボール、バスケットボール、バドミントンを教材とし技術、体力、チームワーク等を学習する。		
到達目標(ねらい)	毎時間ゲームを行い、種目特有の技術、戦術等を理解習得し、スポーツを通じた集団行動や身体運動の楽しさを学習する。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション	
	第2回	種目選択・種目別ガイダンス	
	第3回	バレーボール、基本技術、試合	
	第4回	バレーボール、応用技術、試合	
	第5回	バレーボール、応用技術、試合	
	第6回	バレーボール、応用技術、試合	
	第7回	バスケットボール、基本技術、試合	
	第8回	バスケットボール、応用技術、試合	
	第9回	バスケットボール、応用技術、試合	
	第10回	バドミントン、ハイクリアー、ドロップ、ヘアピン、スマッシュ、サーブ、シングルス試合	
	第11回	バドミントン、シングルス試合	
	第12回	バドミントン、ダブルス試合	
	第13回	学生の希望する種目	
	第14回	学生の希望する種目	
	第15回	まとめ	
準備学習	各種目のルールを事前に学習すること		

履修上の留意点等	<p>原則として全授業回を対面で実施します。 ただし、感染症等の蔓延等の事情により、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回目の授業は対面でオリエンテーションと種目選択を実施します。 所定の授業実施場所、時間に集合してください。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。</p> <p>○実技実習においては、スポーツや運動に適した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) 1. 学内の授業支援システム(Web Class)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%	総合評価
	<p>対面授業)運動参加への意欲、積極性、習熟度等を総合的に評価します。 オンライン授業)受講状況、課題提出の内容を総合的に評価します。</p>	
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	<p>授業アンケート結果には真摯に対応し、意見や要望に可能な限り応えることができるように最善を尽くします。</p>	
関連リンク		
実務経験がある教員による授業科目		