

平成29年度 愛知学泉短期大学シラバス

科目番号	科目名	担当者名	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
37103	パーソナルスポーツ演習 Personal Sports Exercises	秦 真人	専門	1	選択	1・2年 前期

科目の概要

現代社会において、健康で豊かな生活を送っていくための一手段としてスポーツは重要な役割を担っている。そうしたスポーツが生涯を通じての日常生活の中で習慣化されていくことは、今や必要不可欠となっている。以上の観点から生涯を通じて健康維持のために実践可能なスポーツとして、個人的に実践できるテニスとゴルフに取り組み実践し、その技能とゲーム運営方法等を習得していく。

学修内容	到達目標
① 生涯を通じて日常的な生活においても運動スポーツの重要性を学習する。	① 日常生活の中で運動スポーツが習慣化できる。
② スポーツを通して、集団におけるコミュニケーション能力と、社会性が身につくことを学ぶ。	② スポーツを通して社会性を身につけることができる。
③ 基本的な運動技能を身につけ、日常生活における身体活動の円滑化を図る。	③ 日常生活において円滑な身体動作ができる。
④ ルールや運営方法を学び、生涯実践に結びつける。	④ 運営方法などを理解し、運営能力を身につける。
⑤ 全体を通じてスポーツ文化に対する理解を深め、スポーツ・運動実践の意識を高める方法を学ぶ。	⑤ スポーツ文化に対する理解を深め、スポーツ・運動の実践の意識を身につけることができる。

学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素

学生に求める具体的な社会人基礎力の行動事例

前に踏み出す力	主体性	スキル練習や試合において自分の役割を積極的に果たす。
	働きかけ力	
	実行力	個人スキルの向上やチーム目標に向かって粘り強く取り組み、目標を達成する。
考え抜く力	課題発見力	自分のスキルの弱点を分析し、課題を見つけて対処する。
	計画力	スキルの向上のために、段階的な練習計画をたてる。
	創造力	新たな戦術・戦略を創り出す。
チームで働く力	発信力	戦術・戦略面での自分の考えを発信する。
	傾聴力	戦術・戦略面で、他人の考えをしっかりと把握する。
	柔軟性	
	状況把握力	練習または試合のなかで、どういう場面であるかを常に把握して対処する。
	規律性	試合のルールを守る。
	ストレスコントロール力	試合の中でピンチになっても、動揺せずに対処する。

テキスト及び参考文献

テキスト: 特になし。必要に応じて、各授業時間にプリントを配布。

参考文献: なし

他科目との関連、資格との関連

他科目との関連: 「フィジカルトレーニング」、「エアロビクス」、「健康管理論」、「各スポーツ演習」、「生涯スポーツ」など
資格との関連: レクリエーションインストラクター、スポーツインストラクター

学習上の助言	受講生とのルール
難しい用語を暗記する授業ではない。物事の原理原則を皆さんの人生、日常生活やスポーツ活動の中で、どう役立てていくかについて学んで欲しい。	<ul style="list-style-type: none"> 必ず更衣をし、室内シューズとタオルを準備する。 携帯電話は必要ないので持ち込まない。 無断欠席はしない。必ず連絡・報告する。 出席が必要回数に満たない場合は無資格となる。

【評価方法】

評価方法	評価の割合	到達目標		各評価方法、評価にあたって重視する点、評価についてのコメント
筆記試験				
小テスト				
レポート	30	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・毎回の課題に対して、しっかりと記録されているかどうかを評価する。 ・授業で学習した内容の理解度とその実践結果を評価する。
		②	✓	
		③	✓	
		④	✓	
		⑤		
成果発表 (実技)	50	①		<ul style="list-style-type: none"> ・学修内容について理解し、しっかりと実践されているかどうか評価する。 ・必要なスキルを習得し、実践(試合)に活かしているかどうかを評価する。
		②		
		③	✓	
		④		
		⑤		
作品				
社会人基礎力 (学修態度)	20	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・前項に明記した社会人基礎力に関する行動事例にも基づいて学修態度を評価する。 (主体性) スキル練習や試合において自分の役割を積極的に果たしているか。 (実行力) 個人スキルの向上やチーム目標に向かって粘り強く取り組み、目標を達成しているか。 (課題発見力) 自分のスキルやチームの弱点を分析し、課題を見つけて対処しているか。 (創造力) 新たな戦術・戦略を創り出しているか。 (発信力) チーム内で戦術・戦略面での自分の考えを提案することができるか。 (傾聴力) チーム内で戦術・戦略面で、他人の考えをしっかりと把握することができるか。 (規律性) 試合のルールを守られていたか、またトレーニングに適さない服装や携帯電話を触っていたりするなど、ルールが守れず態度が悪い学生は減点の対象とする。
		②	✓	
		③	✓	
		④		
		⑤		
その他		①		<ul style="list-style-type: none"> ・遅刻、欠席は減点する。 ・6回以上の欠席は不認定とする。ただし、授業に出席することは当たり前のことなので、出席点は加味しない。
		②		
		③		
		④		
		⑤		
総合評価 割合	100			

【到達目標の基準】

到達レベル A(優)の基準	到達レベル B(良)の基準
<p>授業で学んだ様々な知識を体系的に理解し、自分に合った練習方法を見つけて実践し、著しく個人スキルの向上が図れると共に、将来的に計画的に実践させることができると思われる場合。特に指導的立場に立つことができると思われたら K(秀)となる。</p>	<p>授業で学んだ様々な知識を理解し、それを活かした練習計画が実践できると共に個人スキルの向上が図れた場合。</p>

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベル C(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
1週 /	パーソナルスポーツへの導入で実践するスポーツ種目を把握する	教員からの説明と実際に準備をする	種目の理解と用具の扱い方など、次回から円滑に展開できる	(予習) パーソナルスポーツ演習とはどのような授業か、予習する。	45	課題発見力 傾聴力 規律性
2週 /	テニスの基礎スキルの中でもグランドストロークを修得するための練習をする	教員による模擬実践と説明の後、実際にスキル練習をする	基本ストローク(グランドストローク)のスキルをある程度身につけて、簡易試合の中で活用できる	(予習) テニスの基本ストロークについての知識を予習する	45	主体性 実行力 課題発見力 計画力
3週 /	テニスの基礎スキルの中でもサーブとロブショットを修得するための練習をする	教員による模擬実践と説明の後、実際にスキル練習をする	基本ストローク(サーブとロブショット)のスキルをある程度身につけて、簡易試合の中で活用できる	(予習・復習) テニスの基本ストロークについての知識を予習・復習する	45	主体性 実行力 課題発見力
4週 /	テニスの基礎スキルの中でもボレーとスマッシュを修得するための練習をする	教員による模擬実践と説明の後、実際にスキル練習をする	基本ストローク(ボレーとスマッシュ)のスキルをある程度身につけて、簡易試合の中で活用できる	(復習・予習) テニスの基本ストロークについての知識を復習するとともにルールについて予習する	45	主体性 実行力 課題発見力
5週 /	テニスの試合をリーグ戦方式で実践する ①	総合練習の後、総当たりの第1戦を行う	・積極的に試合に参加して記録する ・ルールが守れている	(予習) ルールについての復習とダブルスの戦術について予習する	45	主体性 実行力 課題発見力
6週 /	テニスの試合をリーグ戦方式で実践する ②	総合練習の後、総当たりの第2戦を行う	・積極的に試合に参加して記録する ・ルールが守れている ・各戦術が使われている	(復習・予習) ダブルスの戦術について復習と戦略について予習する	45	主体性 実行力 課題発見力
7週 /	テニスの試合をリーグ戦方式で実践する ③	総合練習の後、総当たりの第3戦を行う	・積極的に試合に参加して記録する ・ルールが守れている ・各戦術が使われている	(復習) ダブルスの戦術・戦略について復習し、次回に備える	45	主体性 実行力 課題発見力
8週 /	テニスの試合をリーグ戦方式で実践する ④	総合練習の後、総当たりの第4戦を行う	・積極的に試合に参加して記録する ・ルールが守れている ・各戦術が使われている	(復習・予習) ダブルスのゲーム結果について復習反省するとともに、ゴルフについて予習する	45	主体性 実行力 課題発見力

能力名: 主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性
ストレスコントロール力

週	学修内容	授業の実施方法	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9週 /	ゴルフの基礎スキルの中でもグリップとスタンスを修得するための練習をする	教員による模擬実践と説明の後、実際にスキル練習をする	グリップ、スタンスの基本スキルをある程度身につけて、時計の針の8-4、9-3スイングができる	(予習)ゴルフスイングについて予習する	45	主体性 実行力 課題発見力
10週 /	ゴルフの基礎スイングを修得するための練習をする	教員による模擬実践と説明の後、実際にスキル練習をする	基本技術(L字・コの字・フルスイング)をある程度身につける	(復習)ゴルフスイングについて復習する	45	主体性 実行力 課題発見力
11週 /	ゴルフラウンドの模擬実践を体験する ①	6ホール模擬コース設定しラウンド経験をしてスキルを確認する	積極的にラウンドに参加して記録する ・ルールが守れている ・各スキルが使われている	(予習)ルールとマナーについて予習する	45	主体性 実行力 課題発見力
12週 /	ゴルフラウンドの模擬実践を体験する ②	6ホール模擬コース設定しラウンド経験をしてスキルを確認する	積極的にラウンドに参加して記録する ・ルールが守れている ・各スキルが使われている	(予習)戦術について予習する	45	主体性 実行力 課題発見力
13週 /	ゴルフラウンドの模擬実践を体験する ③	6ホール模擬コース設定しラウンド経験をしてスキルを確認する	積極的にラウンドに参加して記録する ・ルールが守れている ・各スキルが使われている	(復習)戦術について復習する	45	主体性 実行力 課題発見力
14週 /	スナッグゴルフのラウンド実践する ①	コース設定し正規ゲームへ向けてのスキルを確認する	積極的にラウンドに参加して記録する ・ルールが守れている ・各スキルが使われている	(予習)スナッグゴルフについて予習する	45	主体性 実行力 課題発見力
15週 /	スナッグゴルフのラウンド実践する ②	コース設定し正規ゲームへ向けてのスキルを確認する	積極的にラウンドに参加して記録する ・ルールが守れている ・各スキルが使われている	(予習・復習)スコアメイクについて予習・復習する	45	主体性 実行力 課題発見力

能力名: 主体性 働きかけ力 実行力 課題発見力 計画力 創造力 発信力 傾聴力 柔軟性 状況把握力 規律性
ストレスコントロール力