

平成 30 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
51201	体育講義 Physical Education Lecture	伊藤 智式	教養	2	必修	1年前期
科目の概要						
スポーツ文化と身体機能及び運動のメカニズムについて学ぶ。先人達は何を思いスポーツや遊びに関わってきたのか。また、生活習慣と健康との関わり、生命のからくりと運動との関係についてこれまでの研究報告をもとに学ぶ。						
学修内容			到達目標			
①現代生活と健康、生活習慣病や飲酒と喫煙の弊害について学ぶ。 ②スポーツや遊びの歴史と文化について学ぶ。 ③身体の生理的なメカニズムについて学ぶ。 ④スポーツの科学やトレーニングの理論について学ぶ。 ⑤肥満の原因とその対処法について学ぶ。			①活習慣病や飲酒と喫煙の弊害について理解できる。 ②スポーツや遊びの歴史と文化について理解し、新しいスポーツを創造できる。 ③身体の生理的なメカニズムを理解し、生活の中で応用できる ④スポーツの科学やトレーニングの理論を理解し実践できる。 ⑤肥満の原因とその対処法について理解できる。			
学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素		学生に求める社会人基礎力の能力要素の具体的行動事例				
前に踏み出す力	主体性	学びの中で生じた新たな疑問に対し、能動的に学習を進めることができる。				
	働きかけ力					
	実行力	授業に集中し、内容を十分に理解することができる。また、予習復習を積極的に行うことができる。				
考え抜く力	課題発見力	学習した内容についての問題点を認識できる。				
	計画力	課題作成と予習復習を計画的に実施できる。				
	創造力	学修したことがどのように応用し役立てていけるかを創造できる。				
チームで働く力	発信力	自分の意見を具体的にわかりやすく相手に伝えることができる。				
	傾聴力	人の話に耳を傾け、しっかりと記録をとることができる。				
	柔軟性					
	状況把握力					
	規律性	時間期限などの受講上の規則を守ることができる。また、他人に迷惑をかけずに、集団のルールを守ることができる。				
ストレスコントロール力						
テキスト及び参考文献						
テキスト:なし。参考資料を随時配布します。						
他科目との関連、資格との関連						
他科目との関連: 体育実技、幼児体育Ⅰ、幼児体育Ⅱ、幼児体育Ⅲ、幼児体育Ⅳ、保育内容(健康) 資格との関連: 幼稚園教諭、保育士						
学修上の助言			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。			・授業態度の悪い学生は退席してもらおう。 ・授業態度が悪く、他の学生の迷惑になる学生は退席してもらおう。			

【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観点、評価についてのコメント	
筆記試験	85	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・授業で学習した内容の理解度とその応用力を評価する。 ・自身の見解を論理的な文章で論じているかを評価する。
		②	✓	
		③	✓	
		④	✓	
		⑤	✓	
小テスト				
レポート	5	①		<ul style="list-style-type: none"> ・課題「ニュースポーツに関して」 ・授業内容を理解した上で、それを応用し創造したものを評価する。 ・言葉や図表でまとめる能力を評価する。
		②	✓	
		③		
		④		
		⑤		
成果発表 (口頭・実技)		①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・
		②	✓	
		③	✓	
		④	✓	
		⑤	✓	
作品				
社会人基礎力 (学修態度)	10	①	✓	<ul style="list-style-type: none"> ・学びの中で生じた新たな疑問に対し、能動的に学習を進めることができる。(主体性) ・与えられた課題に積極的に取り組むことができる。(実行力) ・学修した内容の問題点を認識できる。(課題発見力) ・学修したことがどのように応用し役立てていけるかを創造できる。(創造力) ・自分の意見を具体的にわかりやすく相手に伝えることができる。(発信力) ・人の話に耳を傾け、しっかりと記録をとることができる。(傾聴力) ・他人に迷惑をかけずに、集団のルールを守ることができる。(規律性)
		②	✓	
		③	✓	
		④	✓	
		⑤	✓	
その他		①		<ul style="list-style-type: none"> ・授業内容の理解について口頭で質問し、その返答を評価し、加点する。 ・遅刻、欠席は減点する。 ・6回以上の欠席は不認定とする。
		②		
		③		
		④		
		⑤		
総合評価割合	100			

【到達目標の基準】

到達レベルS(秀)及びA(優)の基準	到達レベルB(良)及びC(可)の基準
授業で学んだ様々な知見とそのメカニズムを理解できる。 (A) また、それを応用し、効果的に実践応用できる。(S)	授業で学んだ様々な知見を体系的に理解できる。 (C) また、そこから物事の原理原則を学び、それを活かして実践できる。(B)

週	学修内容	授業の実施方法及び フィードバック方法	到達レベルC(可)の 基準	予習・復習	時間 (分)	能力 名
1週 /	飲酒時の生体の応答について学ぶ。 飲酒喫煙と疾病との関係、妊娠・幼児への影響に関するこれまでの研究を学ぶ。	講義	飲酒喫煙と疾病との関係、妊娠・幼児への影響を理解できる。	オリエンテーションの内容、飲酒と喫煙について復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2週 /	スポーツや遊びの歴史について理解する。子どもたちはなぜ遊びに熱中するのかを学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	スポーツや遊びの歴史について理解できる。	スポーツの歴史と文化について復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3週 /	文化人類学の視点から世界のスポーツの歴史と発展を学ぶ。	講義、演習 レポート評価	文化人類学の視点から世界のスポーツの歴史と発展を考えられる。	ニュースポーツに関するレポート課題を書く。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4週 /	平均寿命と死亡原因の変遷を学ぶ。 生活習慣病と健康寿命の関係について学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	平均寿命と死亡原因の変遷を理解する。 生活習慣病と健康寿命の関係について理解できる。	生活習慣と健康について復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5週 /	身体の適応能力と加齢に伴う能力の変遷について学ぶ。遺伝的影響と環境的影響について学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	身体の適応能力と加齢に伴う能力の変遷について理解する。遺伝的影響と環境的影響について理解できる。	身体の適応力について復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6週 /	スポーツでよい結果を出すためにはどうしたらよいか、心技体の要素とスポーツバイオメカニクスの観点から学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	スポーツでよい結果を出すためにはどうしたらよいかを理解できる。	スポーツにおける心技体について復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7週 /	トレーニングの科学的理論について、遺伝か環境かの視点から学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	トレーニングの科学的理論について、遺伝か環境かの視点から理解できる。	トレーニングの科学的理論について復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8週 /	骨格筋の種類とその特性について学ぶ。テコの原理を応用した効率的な動作を学ぶ。	講義、実験 実験の評価 前回の確認質疑	テコの原理を応用した効率的な動作を実践できる。	実験結果の考察 効率の良い動作について復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

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	授業の実施方法及び フィードバック方法	到達レベルC(可)の 基準	予習・復習	時間 (分)	能力 名
9週 /	神経のメカニズムとその働きを学ぶ。感覚器や反射により身を守る機構を学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	感覚器や反射により身を守る機構を理解できる。	神経のからくりについて復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10週 /	生理的限界と心理的限界のメカニズムを学ぶ。近年の応用医学の進歩を知りその展望を学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	生理的限界と心理的限界のメカニズムを理解し、利用できる。	生理機能を理解し、それをどのように活かすか復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11週 /	エネルギーの供給機構について無酸素的過程と有酸素的過程を学ぶ。運動時の生理的応答のメカニズムについて学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	エネルギーの供給機構について無酸素的過程と有酸素的過程を理解できる。運動時の生理的応答のメカニズムについて理解できる。	エネルギー供給機構について理解し、それをどのように活かすか復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12週 /	体格指数と体脂肪率、体脂肪率の測定法を学ぶ。三大エネルギー源の消化吸収代謝を学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	体格指数と体脂肪率、体脂肪率の測定法を理解する。三大エネルギー源の消化吸収代謝を理解できる。	身体組成とエネルギーについて復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13週 /	食欲中枢(摂食中枢と満腹中枢)のメカニズムを学ぶ。エネルギー代謝、カロリーバランスについて学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	食欲中枢(摂食中枢と満腹中枢)のメカニズムを理解する。エネルギー代謝、カロリーバランスについて理解できる。	エネルギー収支のからくりについて復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14週 /	肥満の原因論と肥満の療法についてこれまでの多くの研究成果を理解し、その活用法を学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	肥満の原因論と肥満の療法について理解し、その活用法を実践できる。	肥満のメカニズムと対処法について復習する。	170	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15週 /	授業で学んだ科学的知見を、今後の人生、日常生活やスポーツ活動の中で、どう役立てていくかを学ぶ。	講義、演習 前回の確認質疑	授業で学んだ科学的知見を、今後の人生、日常生活やスポーツ活動の中で、どう役立てていくかを考察できる。	これまでの学修成果をまとめる。	320	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性

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