

2026年度 愛知学泉大学シラバス

シラバス番号	科目名	担当者名	実務経験のある教員による授業科目	基礎・専門別	単位数	選択・必修別	開講年次・時期
310012015	体育実技 Sports exercise	加藤 彰浩			1	選択	1後期
科目の概要							
<p>DP2および3に基づき社会的に自立して生きていくうえで必要なスキルおよび教養に関する知識・技能を獲得する科目である。 第3期スポーツ基本計画がスタートし、人々がスポーツそのものが有する価値 (Well-being) に気づき、スポーツが社会活性化に寄与し、スポーツの力で人生を楽しく健康で生き生きとし、生涯にわたって健康な生活を送るため、運動に親しむ機会を作る必要がある。 この授業では、生涯スポーツの観点から様々なスポーツ種目を体験することによりスポーツの楽しさを体感し、生涯にわたり運動に親しむ姿勢を育み、仲間との活動を通して社会に必要なコミュニケーション能力を養うとともに、各運動の技術の向上を体感し、運動有能感を得ることで運動を実施する意欲と行動力を育むことを目的とする。</p>							
学修内容				到達目標			
① 各自の体力の現状を把握し、生活における運動の重要性を学ぶ。 ② 各スポーツのルールや技術を理解し、安全に活動するための方法を学ぶ。 ③ 各スポーツ活動を通して、他者と協力しながら活動するためのコミュニケーション能力を修得する。				① 各自の体力の現状を分析し、生活を振り返り、自分に必要な運動を考え、実行することが出来る。 ② 各スポーツを安全に各自で行うことが出来る。 ③ スポーツを行いながら、他者と協力し、能動的に活動することが出来る。			
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	毎回の運動に関するルールや技術について、事前に資料をもとに調べてくる。睡眠、食事等生活リズムを整え、自ら積極的に授業に参加する。					
	働きかけ力						
	実行力	毎回の運動に関するルールや技術について、事前に資料以外をもとに調べてくる。未経験なことや不得意なことに対し、積極的に取り組み、試行錯誤の過程を経ながら取り組む。					
考え抜く力	課題発見力	様々なスポーツに取り組み、各スポーツの技術やルール、ポイントについて理解し、自分や仲間の課題に積極的に気づく。					
	計画力						
	創造力	各運動の技術やポイントから、自分や仲間のつまづきや改善点を考える。					
チームで働く力	発信力	授業における疑問や改善点について積極的に発言し、他者に伝える。					
	傾聴力	他者の考えや意見を聞き、様々な考えや意見を理解することが出来る。					
	柔軟性						
	状況把握力						
	規律性	毎回の提出物を期日までに提出する。時間やルールを守り、他の学習者に迷惑をかけないように授業に参加する事が出来る。					
	ストレスコントロール力						
テキスト及び参考文献							
資料および映像をGoogle Classroomを用いて配布する。 参考資料：「健康と運動の理論と実践」（杏林書店）							
他科目との関連、資格との関連							
本科目は、学部共通科目の中の保健体育分野に属する科目であり、運動の科学で学んだ理論を生かし、実際に実技を通して運動やスポーツを学ぶ科目である。 関連資格：スポーツインストラクター、保育士、幼稚園教諭、小学校教諭							
学修上の助言				受講生とのルール			
授業は実技を中心に行うため、運動着や靴など忘れ物のないようにし、コンディションを整えて参加する。 授業開始時にチーム分けを行ったりするため、遅刻しないこと。 各スポーツのルールを理解すること。				爪、頭髪、アクセサリー等運動を行うのに危険ではない格好で受講し、授業に遅刻しない等社会人として相応しい振る舞いをする事。 授業の進行を乱す行動などがあった場合は、他学生の迷惑となることから受講を認めないことがある。			

【評価方法】

評価対象	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		
学修成果	学期末試験 筆記（レポート含む）・実技・口頭試験	0	①			
			②			
			③			
	平常評価	小テスト	0	①		
				②		
				③		
		レポート	90	①	✓	
			②	✓		
		③	✓			
	成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	0	①			
			②			
			③			
学修行動	社会人基礎力（学修態度）	10	①	✓		
			②	✓		
			③	✓		
総合評価割合		100				

・生涯スポーツの観点から将来にわたり運動を行うために必要な観点を踏まえた内容であること。
 ・配布したプリントや習った知識だけでなく、自分で収集した知識および自分の考えが述べられており、図表を用いるなどオリジナリティのある内容であること。
 ・レポート課題は2回提示する（第1回：60点、第2回：30点）
 【知識の獲得】各運動に関する技術およびルールの獲得：30%
 【知識の活用】各運動の実施を通して実生活への活用方法の検討：40%
 【知識の解決】健康になるための実生活への応用：30%

(主体性)
 ・提示された資料をもとに、事前に各運動の技術やルールを調べて記入すること。
 ・苦手なことにも自ら積極的に取り組むこと。
 (実行力)
 ・提示された資料以外をもとに、事前に各運動の技術やルールを調べて記入すること。
 ・各運動を理解し、積極的に行うこと。
 (課題発見力)
 ・各スポーツの技術やポイントを踏まえ、自分や他者のつまずきや改善点に気づくことができること。
 (創造力)
 ・各自の課題に対して、解決方法を考えて活動に臨むこと。
 (協定力)
 ・自分の疑問や考えをまとめ、発言・記入すること。
 (傾聴力)
 ・グループ等において他者の意見を踏まえ、考えること。
 (規律性)
 ・提出物は期日までに提出すること。
 ・忘れ物をせず、社会人として相応しい身だしなみで受講すること。
 ・遅刻および欠席は減点とする。

【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
<ul style="list-style-type: none"> ・各自の体力の現状が把握でき、自分に必要な運動を考え、実行することができる。 ・各スポーツのルールを理解し、他者と協力しながらゲームを行うことができる。 ・他者の運動を観察し、良い点、改善点があり、他者に伝え、一緒に考えることができる。 <p>Sは上記の3つすべてできる Aは上記のうち2つできる</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・各自の体力の現状が把握でき、自分に必要な運動を説明出来る。 ・各スポーツのルールが理解し、説明することができる。 ・他者の運動を観察し、良い点、改善点をわかることができる。 <p>Bは上記3つすべてできる Cは上記のうち2つできる</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	○オリエンテーション	実技（体育館）	受講に相応しい態度で授業に臨み、授業受講におけるルールを理解している。	（予習）体調を整え、シラバスを読んでくる。 （復習）受講ルールを確認し、用具や身なりを整える。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	○「新体力テスト」を体験しながら方法について学ぶ。	実技（体育館）	新体力テストの測定方法を理解している。	（予習）新体力テストの測定方法を調べる。 （復習）新体力テストの測定方法をまとめる	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	○「新体力テスト」を測定する。	実技（体育館）	新体力テストの測定方法を理解している。	（予習）新体力テストの測定方法を調べる。 （復習）新体力テストの測定方法をまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4	○「体力」と「健康」について学ぶ。 【第1回レポート提示】	講義（教室）	体力や健康について理解している。	（予習）新体力テストの体力要素や体力と健康の関係について調べる。 （復習）学んだ体力要素や健康についてまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	○「テニス」のルールおよび基本的な技術について学ぶ。	実技（テニスコート） ペアワーク	各種目のルールおよび基本的な技術について理解している。	（予習）各種目の基本的な技術について調べる。 （復習）各種目のルールや基本的な技術についてまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	○「テニス」のルールやストローク技術について学ぶ。	実技（テニスコート） ペアワーク	テニスのルールやストローク技術について説明、行うことが出来る。	（予習）テニスのルールやストローク技術を調べる。 （復習）テニスのルールやストローク技術をまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
7	○「テニス」のサーブやボレーの技術について学ぶ。	実技（テニスコート） ペアワーク	テニスのサーブやボレーの技術について説明、行うことが出来る。	（予習）テニスのサーブやボレー技術を調べる。 （復習）テニスのサーブやボレー技術をまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
8	○「テニス」のシングルのルールを学び、簡易ゲームを行う。	実技（テニスコート） ペアワーク	シングルのルールを説明し、簡易ゲームを行うことが出来る。	（予習）テニスのシングルのルールを調べる。 （復習）テニスのシングルのゲーム方法をまとめる。	60	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	到達レベルC(可)の基準	予習・復習	時間(分)	能力名
9	○「テニス」のダブルスのルールを学び、ダブルスのゲームを行う。	実技(テニスコート)ペアワーク	テニスダブルスのルールを説明し、ゲームを行うことができる。	(予習) テニスのダブルスのルールを調べる。 (復習) テニスのダブルスのゲーム方法をまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	○「フットサル」の基本的な技術やルールについて学ぶ。	実技(体育館)グループワーク	フットサルの技術やルールについて説明できる。	(予習) フットサルのルールについて動画(JFA)を見てくる。 (復習) フットサルの技術やルールをまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	○「フットサル」のゲームの運営方法を学び、チームに分かれ、ゲームを行う。	実技(体育館)グループワーク	フットサルのゲームを行うことができる。	(予習) フットサルのポジションやフォーメーションを調べる。 (復習) フットサルのポジションや動きをまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	○「フットサル」のゲームの運営を行い、リーグ戦を行う。	実技(体育館)グループワーク	フットサルのリーグ戦を行うことができる。	(予習) フットサルの審判法について調べる。 (復習) フットサルのゲームの運営方法をまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	○「バドミントン」の基本的な技術について学ぶ。 【第2回レポート提示】	実技(体育館)ペアワーク	バドミンントンの技術について説明出来る。	(予習) バドミンントンの技術を調べる。 (復習) バドミンントンの技術をまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	○「バドミントン」のシングルのルールを学び、ゲームを行う。	実技(体育館)ペアワーク	バドミンントンのシングルのゲームを行うことができる。	(予習) バドミンントンのシングルのルールを調べる。 (復習) バドミンントンのシングルのルールをまとめる。	60	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	○「バドミントン」のダブルスのルールを学び、ゲームを行う。	実技(体育館)ペアワーク	バドミンントンのダブルスのルールについて説明出来る、ゲームを行うことができる。	(予習) バドミンントンのダブルスのルールを調べる。 (復習) バドミンントンのダブルスのルールをまとめる。	60	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