

## 2024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
110012015	体育実技 Sports and Exercise	松波勝		共通	1	選択	1後期
<b>科目の概要</b>							
<p>本科目では、スポーツ・健康運動の活動を通して、DP1にもとづき、「仲間と協働して課題を解決してゆく」ことができ、また、DP3に示されている「常に自己研鑽に取り組み、自らの可能性を高める」ことをめざしつつ、スポーツが生活の一部となる人生を過ごす基盤をつくります。そのため、様々なスポーツ種目を体験・挑戦することにより、スポーツの楽しさを享受し、生涯にわたって健康な生活をおくるための運動に親しむ姿勢を育みます。</p>							
<b>学修内容</b>				<b>到達目標</b>			
<p>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。</p>				<p>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、実行することができる。 ② 各スポーツを安全に各自で行うことができる。 ③ 主体的にスポーツを行いながら、他者と協力し、積極的に活動することができる。</p>			
<b>学生に発揮させる社会人基礎力の能力要素</b>		<b>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</b>					
前に踏み出す力	主体性	睡眠、食事等生活リズムを整え、健康的な状態で自ら積極的に授業に参加する。					
	働きかけ力	活動がうまくできない仲間に対して働きかけ、サポートをすることができる。					
	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	授業に出席できるように、規則正しい生活を心がけることができる。					
	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	活動中に発生する様々な事象に対して、臨機応変に対応できる。					
	状況把握力	準備、片付けなど、その時の状況に応じた行動ができる。					
	規律性	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。提出物を期日までに提出する。					
	ストレスコントロール力	うまくできないことがあっても受け入れ、前向きに考えることができる。					
<b>テキスト及び参考文献</b>							
適宜、資料を配布します。							
<b>他科目との関連、資格との関連</b>							
他科目との関連：運動の科学 関連資格：スポーツインストラクター							
<b>学修上の助言</b>				<b>受講生とのルール</b>			
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。 Google Formsを用いて課題を行います。				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、学習者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		30	①	✓	
					②	✓	
③					✓		
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）			60	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					

【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"> <li>・各自の体力の現状が把握でき、自分に必要な運動を考え、実行することが出来る。</li> <li>・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出来る。</li> <li>・他者の運動を観察し、良い点、改善点がわかり、他者に伝え、一緒に考えることが出来る。</li> </ul> <p>上記について、「非常に高いレベル」でできている場合は、S(秀)とし、「高いレベル」でできている場合は、A(優)とする。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・各スポーツのルールが理解し、説明することが出来る。</li> <li>・他者の運動を観察し、良い点、改善点をわかることが出来る。</li> </ul> <p>上記について、「まあまあ良く」できている場合は、B(良)とし、「ある程度」できている場合は、C(可)とする。</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	講義 (教室)	受講に相応しい態度で授業に臨み、受講上の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。	45	主体性 課題発見力 発信力 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	45	主体性 課題発見力 発信力 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。	45	主体性 課題発見力 発信力 規律性
4	○「体力」と「健康」について学ぶ。	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。	45	主体性 課題発見力 発信力 規律性
5	○ウォーキング ウォーキングの基本的なフォームについて学ぶ。	実技	正しいフォームでウォーキングが実践できる。	(予習) ウォーキングの基本的なフォームについて調べる。 (復習) ウォーキングを正しいフォームで実践する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
6	○バレーボール1 バレーボールの基本練習・簡易ゲーム	実技 (体育館)	基礎練習、簡易ゲームを通して、バレーボールに必要な技術、ルールを理解する。	(予習) バレーボールに必要な技術、ルールを調べる。 (復習) バレーボールに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
7	○バレーボール2 リーグ戦(1)	実技 (体育館)	積極的に参加し、サーブ、レシーブができる。	(予習) バレーボールに必要な技術を調べる。 (復習) バレーボールに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
8	○バレーボール3 リーグ戦(2)	実技 (体育館)	積極的に参加し、サーブ、レシーブができる。	(予習) バレーボールに必要な技術を調べる。 (復習) バレーボールに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 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	○バドミントン1 バドミンントンの基本練習、ゲーム	実技（体育館）	基礎練習、ゲームを通して、バドミンントンに必要な技術を理解する。	（予習）バドミンントンに必要な技術、ルールを調べる。 （復習）バドミンントンに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
10	○バドミントン2 ゲーム（ダブルス）	実技（体育館）	ダブルスのルールを理解して、積極的にゲームを行うことができる。	（予習）バドミンントンに必要な技術、ルールを調べる。 （復習）バドミンントンに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
11	○バドミントン3 ゲーム（ダブルス）	実技（体育館）	ダブルスのルールを理解して、積極的にゲームを行うことができる。	（予習）バドミンントンに必要な技術、ルールを調べる。 （復習）バドミンントンに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
12	○バスケットボール1 バスケットボールの基本練習・簡易ゲーム	実技（体育館）	基礎練習、簡易ゲームを通して、バスケットボールに必要な技術、ルールを理解する。	（予習）バスケットボールに必要な技術、ルールを調べる。 （復習）バスケットボールに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
13	○バスケットボール2 リーグ戦（1）	実技（体育館）	積極的に参加し、パス、シュートができる。	（予習）バスケットボールに必要な技術を調べる。 （復習）バスケットボールに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
14	○バスケットボール3 リーグ戦（2）	実技（体育館）	積極的に参加し、パス、シュートができる。	（予習）バスケットボールに必要な技術を調べる。 （復習）バスケットボールに必要な技術を練習する。	45	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 状況把握力 規律性
15	○運動不足と運動の必要性	講義（オンデマンド）	日常生活における身体活動の必要性について理解している。	（予習）14回の授業を通して、自身の身体活動の実践について振り返る。 （復習）元気で生き生きとした生活を送るために、自身が取り組むことを考える。	45	主体性 課題発見力 創造力 発信力 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