

## 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
210012015	体育実技 Sports exercise	高田 由基			1	選択	1後期

## 科目の概要

DP1、3に示されている、建学の精神、社会人基礎力、pisa型学力を修得して、職場と地域の人々と協働して解決していくことができ、自立した社会人として、常に自己研鑽に取り組み、自らの可能性を高めて豊かなスポーツライフをデザインできる学生の育成を目指す。  
そのため、本科目では、様々なスポーツ種目や技術を体験・修得することによりよりスポーツの楽しさやコミュニケーションの重要性を体感し、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を目的とする。

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習得する	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 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	毎回の運動に関するルールや技術について、事前に調べてくる。 睡眠、食事等生活リズムを整え、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、事前に調べてくる。 未経験や不得意なことであっても、前向きに積極的に取り組み、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、各スポーツのルールや技術について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たり、獲得した知識・技能を踏まえて、チームの仲間や相手が理解できるように伝えることができる。
	傾聴力	他者の考えや意見を聞き、理解することができる。適宜行うフィードバックを聞き入れ、改善をすることができる。
	柔軟性	
	状況把握力	
	規律性	活動の時間や課題提出の日時などを守ることができる。 授業が円滑に進むよう時間やルールを守り、他者に迷惑をかけないよう授業に参加することができる。
	ストレスコントロール力	

## テキスト及び参考文献

適時、授業中に資料を配布する。

## 他科目との関連、資格との関連

関連科目：運動の科学

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、心身のコンディションを整えて参加する。 場所を確認し、遅刻しないこと。 各スポーツのルールや技術について積極的に調べて理解すること。	テストは実施せず、授業で学んだことを踏まえてのレポートで評価する。欠席の場合は授業態度の評価が下がるので、休まず出席すること。 授業の進行を乱す行動などがあつた場合は、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。 講義や課題において、google forms、google classroom等を活用することもある。

【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	0	①		
			②		
			③		
	小テスト	0	①		
			②		
			③		
	レポート	60	①	✓	
			②	✓	
③			✓		
成果発表（プレゼンテーション・作品制作等）	30	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>	<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>

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	オリエンテーション・講義(教室)	・欠席せずに参加する。 ・授業の実施方法や評価方法を理解する。	体調を整え、受講ルールを確認する。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
2	ペタンク1	実技(中庭)	・欠席せずに参加する。 ・ペタンクについて知り、仲間と協力して取り組むことができる。	ペタンクに必要な道具、ルールについて調べる。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
3	ペタンク2	実技(中庭)	・欠席せずに参加する。 ・ペタンクについて知り、仲間とともに得点を取る作戦を考え、協力して取り組むことができる。	ペタンクのゲームの仕方や作戦について調べる。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
4	「新体力テスト」1	実技(体育館)	・欠席せずに参加する。 ・新体力テストの実施方法を理解し、取り組んでいる。	(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。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
5	「新体力テスト」2	実技(体育館)	・欠席せずに参加する。 ・新体力テストの実施方法を理解し、取り組んでいる。	(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。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
6	運動と健康な生活について	講義(教室)	・欠席せずに参加する。 ・運動と健康な生活について、自身の生活を振り返り、レポートを作成する。	新体力テストの体力要素や自身の生活と健康について調べ、学んだことをまとめる。	90	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1 基本練習	実技(テニスコート)	・欠席せずに参加する。 ・テニスの知識を得て、実践できるようになる。	テニスのルールや基礎について調べ、実践する。	90	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2 基本練習・簡易ゲーム	実技(テニスコート)	・欠席せずに参加する。 ・基礎練習を通して、運動の構造を理解する。	テニスの技術について調べ、実践する。	90	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3 基本練習・ゲーム	実技（テニスコート）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・欠席せずに参加する。</li> <li>・必要な技術を練習し、積極的にゲームを行う。</li> </ul>	テニスの作戦について調べ、実践する。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
10	ウォーキング 理想のウォーキング/ さまざまな速さの ウォーキング	実技（屋外）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・欠席せずに参加する。</li> <li>・正しいウォーキングの姿勢、速さ、行い方について理解する。</li> </ul>	ウォーキングについて調べ、実践する。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
11	ジョギング 自分のペースでジョギングをする	実技（屋外）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・欠席せずに参加する。</li> <li>・ジョギングについて理解し、自分のペースでジョギングをする。</li> </ul>	ジョギングについて調べ、実践する。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
12	マイペースラン 自分のペースでランニングを楽しむ	実技（屋外）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・欠席せずに参加する。</li> <li>・自分のペースを理解し、自分のペースでランニングを楽しむ。</li> </ul>	ウォーキング・ジョギングについて調べ、実践する。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
13	バスケットボール1 基本練習・簡易ゲーム	実技（体育館）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・欠席せずに参加する。</li> <li>・基礎練習を通して、運動の構造を理解する。</li> </ul>	バスケットボールの基本的なルールや技術について調べ、実践する。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
14	バスケットボール2 基本練習・リーグ戦①	実技（体育館）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・欠席せずに参加する。</li> <li>・基礎的な技術を用いて、ゲームを行う。</li> <li>・仲間と協力して勝つための作戦を考え、実行する。</li> </ul>	バスケットボールの技術について調べ、実践する。	90	主体性 実行力 課題発見力 創造力 発信力 傾聴力 規律性
15	バスケットボール3 基本練習・リーグ戦②	実技（体育館）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・欠席せずに参加する。</li> <li>・基礎的な技術を用いて、ゲームを行う。</li> <li>・仲間と協力して勝つための作戦を考え、実行する。</li> </ul>	バスケットボールの技術について調べ、実践する。	90	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