

講義名	スポーツ科学演習 A (ゴルフ)		
科目区分	健康スポーツ科学		
担当教員	坂井 隆秀		
開講期・曜日・時限	後期 火曜日 3時限		
	2019年度 人間社会学部 人間健康学科 / 2019年度 人間社会学部 観光学科 / 2019年度 人間社会学部 人間社会学科 / 2019年度 経済学部 経済情報学科 / 2019年度 経済学部 経済学科 / 2019年度 商学部 マーケティング学科 / 2019年度 商学部 経営学科		
履修開始年次	1年生	単位数	2
		講義コード	23042

### 主題と概要

ゴルフは、手軽に行うことの出来るスポーツとして以前とは異なり環境が整備されてきた。そのため性別年代を問わず広く楽しめる生涯スポーツのひとつとして捉えられている。しかし皆が気持ちよくゴルフを楽しむためには、技術の習得のみならず、ルール・マナーを守ることであり、お互いが気持ちよくプレーする事や、事故などのトラブルを回避することも学ばなければならない。  
 本授業では、ゴルフの技術、ルール、マナーなど全般的な事を理解する。そして実践のために必要なプレーヤーとして正しい知識の習得を目的とする。

### 到達目標

1. 「健康」獲得の方法を体得できるようになる。
2. 歴史やルール、基礎技術等を理解し、生涯にわたるスポーツ実践の礎とすることが出来るようになる。

### 提出課題

### 評価の基準

\* 授業実施時間数の4回以上欠席したものは単位を認定しない。  
 \* 授業中の評価：受講態度など・・・・・・・・・・・・・80%  
 \* 中間期の評価：レポート課題・・・・・・・・・・・・・10%  
 \* 期末期の評価：レポート提出・・・・・・・・・・・・・10%

### 履修にあたっての注意・助言他

### 教科書

.使用しない。

### プリント資料及び参考文献

### 授業計画

- |      |           |                    |
|------|-----------|--------------------|
| 第1回  | ガイダンス     | 本授業の目的、進め方、評価等について |
| 第2回  | スイングの基本   | クラブを正しく握る          |
| 第3回  | スイングの基本   | 正しく立つ方法            |
| 第4回  | アイアンの基本   | ミドルアイアンの実践         |
| 第5回  | アイアンの基本   | ショートアイアンの実践        |
| 第6回  | アイアンの基本   | ロングアイアンの実践         |
| 第7回  | 講義        | 映像を用い、様々な練習方法を学習する |
| 第8回  | ウッドの基本    | 1W実践               |
| 第9回  | ウッドの基本    | フェアウェーウッドの実践       |
| 第10回 | ウェッジの基本   | ピッチングウェッジの実践       |
| 第11回 | ウェッジの基本   | アプローチウェッジの実践       |
| 第12回 | ウェッジの基本   | サンドウェッジの実践         |
| 第13回 | バッティングの基本 | バターのグリップとアドレス      |
| 第14回 | バッティングの基本 | バッティングの実践          |
| 第15回 | まとめ       |                    |

### 予習・復習

紳士、淑女のスポーツとされる「ゴルフ」に触れるにあたり、ルールやマナーについて事前に理解を深めておく必要がある。また、技術は一度の練習で身につくものではないので、毎授業後、繰り返し反復練習をすることが望まれる。

### 備考