

講義名	スポーツ科学演習 A (バドミントン・バスケットボール)			授業形態	
担当教員	竹山 快	開講期・曜日・時間	後期 火曜日 4 時限		
		単位数	2	履修開始年次	1 年生

主題と概要
 本授業では、バドミントンおよびバスケットボールを通して、個人技能とチーム戦術の両側面からスポーツを科学的に理解することを目的とする。前半では、バドミントンの基本ストロークやフットワークの習得を通して敏捷性や持久力などの体力要素との関連を学ぶ。競技特性を理解し、ラリーやゲーム展開の中で判断力を養う。後半ではバスケットボールの基本技術および戦術の習得を目指し、技能向上を図るとともに、体力要素やトレーニング原理、安全管理、傷害予防といったスポーツ科学的視点を取り入れる。実技を通して、自らの身体の使い方や運動強度を理解し、科学的根拠に基づいた運動実践の基礎を築く。スポーツ科学の基礎理論と実践を結びつけ、生涯スポーツ実践力の向上を図る。

到達目標
 本授業の到達目標は以下の通りとする。
 1. 「健康」獲得の方法を修得できるようになる。
 2. 歴史やルール、基礎技術を理解し、説明できるようになる。
 3. 基礎技術を修得し、生涯にわたるスポーツ実践の礎とすることができるようになる。

提出課題
 各授業の終了時に、Microsoft formsを活用して以下の内容を提出する。
 ・当日の学び・理解した内容
 ・技能向上のための自己課題
 ・安全面・協働活動に関する気づき
 ・自己評価（到達度の自己分析）

課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバックの方法
 本授業では、提出されたリアクションフォームの内容を確認し、次回授業の冒頭に全体への総括的フィードバックを行う。特に多く見られた課題や理解が不十分な点については、補足説明や実技指導の中で改善を図る。実技到達確認については、技能面および取り組み姿勢に関する講評を授業内でを行い、改善点を具体的に示す。

評価の基準
 授業実施時間数の4回以上欠席した者は単位を認定しない。
 授業中の評価：授業態度・実技点など・・・・・・80％
 期末期の評価：レポート課題・・・・・・20％

履修にあたっての注意・助言他
 本授業は実技を中心とする科目であるため、運動に適した服装および体育館シューズを必ず準備すること。また、安全確保の観点から、体調管理を十分にを行い、体調不良の場合は無理をせずやかに申し出る。授業では基礎技能の習得からゲーム形式へと段階的に発展させるため、毎回の授業に継続して参加することが重要である。欠席や遅刻は技能習得および評価に影響するため注意すること。また、集団活動を多く含むため、他者への配慮や協力的態度を大切にし、積極的に授業へ参加する姿勢を求めたい。さらに、自らのリアクションフォームは学修の振り返りおよび評価の一部となるため、必ず期限内に提出すること。

教科書	.使用しない。			
参考文献	.なし。			
参考図書	.なし。			
	.なし。			

その他	
-----	--

授業計画
 第1回 ガイダンス
 【授業内容】
 ・本授業の目的、到達目標、評価方法について説明を行う。
 ・ネット型スポーツの特性について説明し、バドミントンに内在する特有の競技特性、歴史、ルールについての説明を行う。
 【予備（約28時間）】
 ・ポータルサイトに事前掲示された講義資料を確認し、興味を持った内容や疑問点を整理・要約する（約40分）
 ・各競技の基本ルールを確認する（約30分）
 ・実技授業における安全配慮事項を整理する（約30分）
 ・自己の体力的課題を整理し、本授業での目標を設定する（約20分）
 【復習（約28時間）】
 ・安全管理の要点を整理する（約50分）
 ・リアクションフォームを記入する（約40分）
 ・講義資料を再確認し理論内容を整理する（約30分）
 第2回 バドミントン基礎技能
 【授業内容】
 クリップ：基本姿勢、サーブの基本技能を習得する。競技特性と必要な体力要素について理解する。
 【予備（約28時間）】
 ・ポータルサイトに事前掲示された講義資料を確認し、基本技能に関する記述を整理する（約40分）
 ・クリップおよびサーブ動作のポイントを確認する（約30分）
 ・バドミントンに必要な敏捷性・持久力について整理する（約30分）
 ・自己課題を設定する（約20分）
 【復習（約28時間）】
 ・フォームの改善点を整理する（約40分）
 ・リアクションフォームを記入する（約30分）
 ・素振りやフットワーク練習を自主的に行う（約30分）
 ・資料を再確認し理論内容を整理する（約20分）
 第3回 バドミントン基礎技能
 【授業内容】
 クリア・ドロップなどの基本ストロークを習得する。
 【予備（約28時間）】
 ・指示資料を確認し、ストロークの種類と特徴を整理する（40分）
 ・動作手順を確認しフォームをイメージする（30分）
 ・必要な体力要素を整理する（30分）
 ・自己課題設定（20分）
 【復習（約28時間）】
 ・動作改善点整理（40分）
 ・フォーム記入（30分）
 ・リアクションフォーム記入（30分）
 ・理論整理（20分）
 第4回 フットワークと連続動作
 【授業内容】
 フットワーク技術を習得し、連続したラリーを行う。
 【予備（約28時間）】
 ・指示資料を確認（40分）
 ・フットワークの種類整理（30分）
 ・敏捷性・トレーニング方法確認（30分）
 ・自己課題設定（20分）
 【復習（約28時間）】
 ・動作改善点整理（40分）
 ・フォーム記入（30分）
 ・体幹トレーニング（30分）
 ・資料整理（20分）
 第5回 応用技能と戦術基礎

授業形態（アクティブ・ラーニング）	
ア：PBL（課題解決型学習）	イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）
ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク
オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク
キ：その他（A-L型であるけれども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）	

卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連
 本科目を受講し、目標を達成することで、本学の学生が卒業時に共通して身に付けておくべき資質・能力の5項目および、健康スポーツ科学のカリキュラムポリシーへ貢献することができる。集団や個人でスポーツ実践に取り組む中で、明るく元気なで、どのような場所でも物怖じすることなく、誰とでもしっかり言葉を交わすことができ、油断でもたくましく生き抜く力、つまり「本アカ」のびのびへこたないで、のびのびを育むことができる。また、問題点やその要因を究明し、自らが進んで取り組むことにより、円滑なコミュニケーションをとることができるようになる。また、互いに助け合い、健康の維持・増進に努めたりすることができるような知識を得て、理解することができる。以上は、全学部・学科の所属学生へ共通している。

双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述
 本授業では、学生の主体的な学修を促進するため、双方向型授業を実施する。授業内では、技能実践後にグループでの振り返りや意見交換を行い、課題や改善点を共有することで相互学習を促進する。また、教員は適宜問いかけを行い、戦術理解や身体運動の原理について知識的に理解を深める。ICTの活用として、毎回の授業終了時にMicrosoft Formsを用いて振り返り課題を提出させる。提出内容は、本時の学修内容の整理、自己の到達度評価、課題と改善策、疑問点や気づき、等とする。これにより、学生自身の学修内容を意識し、自己調整学習能力を高めることを目的とする。提出されたデータはExcel等を用いて集計・分析し、次回授業冒頭に全体傾向や代表的意見共有することで、即時的なフィードバックを行う。また、学生の理解度や技能習得状況を把握し、授業内容の改善および個別指導に活用する。

実務経験の有無及び活用
 「実務経験あり」
 担当教員は、スポーツ指導現場における競技指導、トレーニング指導、コンディショニング支援、ならびにスポーツ傷害予防に関する実務経験を有している。これらの実務経験を活かし、本授業では、単なる技能習得にとどまらず、実践的視点に基づいた指導を行う。具体的には、競技特性に応じた効果的なウォーミングアップの方法、安全管理の具体策、パフォーマンス向上のための身体動作理解、傷害発生時の初期対応の考えなどを、実例を交えて指導する。また、実際の指導現場で求められる協働性やコミュニケーション能力、状況判断力についても重視し、競技活動を通じて実践的能力の育成を図る。

備考	
----	--