

講義名	スポーツ科学演習B(フットサル・バレーボール)			授業形態	
担当教員	竹山 快	開講期・曜日・時限	前期 火曜日 4時限		
		単位数	2	履修開始年次	2年生

主題と概要
 本授業では、フットサルおよびバレーボールを通して、ボールゲームの特性を理解し、実践的技能と戦術理解を深める。前半のフットサルでは、ボールコントロールやパスワーク、攻守の切り替えなどの基礎技能を習得し、状況判断力や連携の重要性を学ぶ。後半のバレーボールでは、基礎技能の習得からゲーム形式へと発展させ、チームスポーツにおける役割理解と協働的実践力を高める。各科目を通して、体力要素や運動強度、安全配慮、コンディショニングなどのスポーツ科学的視点を取り入れ、理論と実践を統合した学修を行う。

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. 競技ルール、応用技術・基本戦術を理解し、説明できるようになる。
 3. 応用技術・基本戦術を習得し、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する。

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こと。
 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ます。
 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。					
.使用しない。					

参考図書

.なし。					
.なし。					
.なし。					

その他

授業計画

第1回 ガイダンス・安全管理
 【授業内容】
 授業の目的、到達目標、評価方法について説明する。フットサルおよびバレーボールの競技特性を概観し、実技授業における安全管理の基本を理解する。
 【予備（約20分）】
 ・ポータルサイトに事前提示された講義資料を確認し、授業概要および安全管理に関する内容の中から興味を持った点や疑問点を整理・要約する（約40分）
 ・フットサルおよびバレーボールの基本ルールを確認する（約30分）
 ・実技授業における新技術およびコンディショニング方法を整理する（約30分）
 ・本授業における自己目標を設定する（約20分）
 【復習（約20分）】
 ・安全管理の要点を整理する（約40分）
 ・リアクションフォームを記入する（約30分）
 ・ストレッチおよび基礎体力向上運動を行う（約30分）
 ・講義資料を再確認する（約20分）

第2回 フットサル基礎技能
 【授業内容】
 ボールコントロールおよびパスの基本技能を習得する。
 【予備（約20分）】
 ・ポータル提示資料を確認し、パス技術の理論を整理する（約40分）
 ・インサイドキックおよびトラップの動作を確認する（約30分）
 ・フットサルに必要な敏捷性・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20分）】
 ・技能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）
 ・基礎練習（リフティング・パス練習）を行う（約30分）
 ・理論内容を再整理する（約20分）

第3回 フットサル基礎技能
 【授業内容】
 ドリブルおよびシュートの基本動作を習得する。
 【予備（約20分）】
 ・ポータル提示資料を確認し、ドリブルおよびシュートの理論を整理する（約40分）
 ・ボールタッチとボールタッチの関係を整理する（約30分）
 ・脚力向上に関わる体力要素を整理する（約30分）
 ・自己課題を設定する（約20分）
 【復習（約20分）】
 ・技能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）
 ・理論内容を整理する（約20分）

第4回 戦術基礎
 【授業内容】
 ポジショニングおよび攻守の切り替えを理解する。
 【予備（約20分）】
 ・ポータル提示資料を確認し、戦術基礎理論を整理する（約40分）
 ・ポジションの役割を確認する（約30分）
 ・判断力とチーム連携の関係を整理する（約30分）
 ・自己課題を設定する（約20分）
 【復習（約20分）】
 ・連携面の課題を整理する（約40分）
 ・リアクションフォームを記入する（約30分）
 ・アジリティトレーニングを行う（約30分）
 ・理論を再整理する（約20分）

第5回 フットサルゲーム形式

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、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「精神を育む」ことができる。また、問題点やその要因を察知し、自らが確り取り組めるようになる。そして、他者に働きかけ、協力して課題に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。
 生涯にわたってスポーツと関わったり、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振り返り、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、次回授業冒頭で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論、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