

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	授業形態	
履修開始年次	1年生	単位数	2
		備考	

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。しかし目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・マナーを守ることにより、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

基本的なクラブのスイング方法について理解し、習得しているかレポートの提出を課します。

課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバック

提出された課題・レポートに対してコメントをつけて返却します。

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

ゴルフ初心者の方を対象に授業を進めていきます。
参加者により授業内容を変更する場合があります。

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 | ウッッドの基本 | 1W実践 |
| 第9回 | ウッッドの基本 | フェアウェイウッッドの実践 |
| 第10回 | ウエッジの基本 | ピッチングウエッジの実践 |
| 第11回 | ウエッジの基本 | アプローチウエッジの実践 |
| 第12回 | ウエッジの基本 | サンドウエッジの実践 |
| 第13回 | パッティングの基本 | パターのグリップとアドレス |
| 第14回 | パッティングの基本 | パッティングの実践 |
| 第15回 | まとめ | |

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

準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

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。

双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述

実務経験の有無及び活用

備考