

講義名	アダブテットスポーツ論		
担当教員	野口 研治		
開講期・曜日・時限	後期 水曜日 1時限	授業形態	講義
履修開始年次	3年生	単位数	2
		備考	

主題と概要

<主題> アダブテットスポーツ論
 <概要> 心身の健康に身体運動やスポーツがどのような効果を及ぼすのかについて、身体的、心理的、社会的な観点から理解するとともに、健康的で充実した人生・生活を送るために必要な知識の学習、習得を目指す。また本講義では障がい者スポーツへの理解を深めるために障がいの種別や障がいに応じた指導、障がい者にとっての身体活動の重要性の理解も深める。

到達目標

健康、運動、スポーツに関する知識、知見などを理解している。
 健康的な人生、生活を送るために必要な身体的及び、心理社会的な能力の基礎を身につけている。
 障がい者スポーツの知識を深め、障がい区分や障がい者にとっての身体活動の重要性について理解している。

提出課題

毎授業に小レポート及び小テストを実施することで理解度を把握する。

課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバック

次回以降の授業でレポートに記入された質問や課題に対して出された答えのフィードバックを講義内で実施する。また模範的な回答や新たな創造的な意見や回答があった際には受講生に共有する。

評価の基準

- ・毎授業ごとの小レポート課題及び、小テスト・・・50点
- ・まとめテスト・・・50点
- ・受講態度が悪かったり、遅刻や欠席は減点の対象とする。

履修にあたっての注意・助言他

場合によっては屋外及び、屋内で障がい者スポーツの体験なども行う予定。
 実技の際は事前準備を確認の上、運動できる服装、シューズを持参すること。

教科書					

プリント資料及び参考文献

障がいのある人のスポーツ 指導教本 (公財)日本障がい者スポーツ協会 [編]

授業計画

オリエンテーション：到達目標について
 健康を知る：健康とは
 健康を知る：身体と心
 身体を知る：動的ストレッチと静的ストレッチ
 身体を知る：運動、栄養、休養のバランス
 エクササイズを知る：有酸素運動とその効果
 エクササイズを知る：レジスタンストレーニング
 エーシング
 障害発達とスポーツ
 障がい者とスポーツ（視覚障がい者）
 障がい者スポーツの体験
 障がい者とスポーツ（感覚障がい者・知的障がい者）
 障がい者スポーツの体験
 パラリンピックと全国障害者スポーツ大会
 まとめ

授業形態（アクティブ・ラーニング）

<input type="radio"/> ア：PBL（課題解決型学習）	<input type="radio"/> 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）
<input type="radio"/> ウ：ディスカッション、ディベート	<input type="radio"/> エ：グループワーク
<input type="radio"/> オ：プレゼンテーション	<input type="radio"/> カ：実習、フィールドワーク
<input type="radio"/> 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）	

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

<第1回>
 事前学修課題：シラバスの通読、30分
 事後学修（復習）及び課題：講義内容をノートにまとめる、45分
 <第2回>
 事前学修課題：シラバスの通読、30分
 事後学修（復習）及び課題：講義内容をノートにまとめる、45分
 <第3回>
 事前学修課題：シラバスの通読、30分
 事後学修（復習）及び課題：講義内容をノートにまとめる、45分
 <第4回>
 事前学修課題：シラバスの通読、30分
 事後学修（復習）及び課題：講義内容をノートにまとめる、45分

卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連

到達目標を達成することで人が健康に生活するために必要なことを理解し、障がいの有無関係なく健康に社会生活を送るためには一定の身体活動が重要であることを理解した上で日常生活を送ることができると考えられる。

双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述

一つのテーマに対し、学生の意見を聞きながら他の学生とも意見を共有したり、グループを作ったりし、理解を深めたり課題解決に対する情報を共有する。

実務経験の有無及び活用

実務経験あり
 日本障がい者スポーツ協会公認中級障がい者スポーツ指導員、兵庫県知的障がい者陸上競技協会理事兼強化トレーニングコーチ
 今現在も上記立場として障がいのある選手の育成や普及に取り組んでいるので実務経験から得たことを学生にも伝える。

備考

新型コロナウイルス感染症の状況によりシラバスの修正がある。