

講義名	スポーツ科学演習 A (卓球・フットサル)			授業形態	
担当教員	西畑 賢治	開講期・曜日・時間	後期 火曜日 3 時限		
		単位数	2	履修開始年次	1 年生

### 主題と概要

平均寿命の高まりとともに、健康志向が強まっている。レクリエーション・スポーツ等の多くの種目を学ぶことで、スポーツの機会に触れ、生涯スポーツとして資することを目的とし、また将来にわたって健康に生きる力を身につけることを目的とする。そのためにも、ルールをしっかりと学び、自らの手で運営できるよう主体的に行動すること。さらには、生涯スポーツとして、男女問わず学生同士が楽しく参加できる機会をしっかりと考え、楽しさを覚えることでその種目を深く知るきっかけを作り出すことを目的とする。

本科目は、集団行動を伴うものであり、他者との意見の違いや立場の違いを理解し、協力して物事を進めると同時に、自らの役割を果たす必要がある。また、実践学習へ取り組むにあたり、自ら目標を設定し、達成できるようにできるようにする。そのためにも、様々な情報を収集したり、周囲と協力をしたりすることなどが求められる。そして、生じた課題に対して、その原因を分析し、どのような手段を用いれば解決できるのかを考え、それに向けて行動できるようにする。

### 到達目標

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。  
 \* オフデマンドでの受講では、以上の到達目標を達成することが難しい。このため、対面授業とする。  
 ただし、新型コロナウイルス感染症の感染者、または、濃厚接触者に指定され、一時的に通学が禁止となった学生については、その期間のみ課題学習などによって対応する。

### 提出課題

必要な場合のみ、課題の提出を求める。

### 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

それぞれ課題に対して、講義で講評・解説等を行う。

### 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%  
 期末時の評価：レポート課題・・・・・・20%  
 新型コロナウイルス感染症予防対策として、全ての授業がオンラインに変更された場合については、その時に詳細を伝える。

### 履修にあたっての注意・助言他

初回ガイダンス時の説明は重要です。スライドを用いた説明の際、欠席されると初回以後の説明は出来ませんので履修する学生は必ず参加してください。また、スポーツが苦手な者も楽しんで講義に参加し、体力の維持向上に關心を持って頂きたい。

### 教科書

・使用しない。

### 参考図書

・使用しない。

### その他

必要に応じ、適宜配布する。

### 授業計画

履修者数やグループ数・メンバー数に応じる為、下記は一例となります。

- 第1回 ガイダンス
- 卓球-
  - 第2回 コート設置に必要な道具の準備手順及び片付け手順、注意事項
  - 第3回 ルールと運動特性を学び、ラケット操作に慣れる
  - 第4回 シングルスゲームの基本的な技術を習得し、ゲームにつなげる
  - 第5回 シングルスゲームとその運営方法を理解し、実践する
  - 第6回 ダブルスの基本的な技術を習得し、ゲームにつなげる
  - 第7回 ダブルスゲームとその運営方法を理解し、実践する
  - 第8回 中間講義
  - フットサル-
  - 第9回 アイスブレイクを用いたコミュニケーション
  - 第10回 ルールと運動特性を学び、ボールに慣れる
  - 第11回 基礎的な個人技術を習得し、ゲームにつなげる
  - 第12回 基礎的なチームプレーを習得し、ゲームにつなげる
  - 第13回 ゲームとその運営方法を理解し、実践する
  - 第14回 ゲームとその運営方法を理解し、実践する
  - 第15回 最終講義
- 新型コロナウイルスの状況により、接触の恐れのある練習内容については実施できないこともある。その場合については、到達目標を優先するための内容を変更することがある。

### 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～E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

授業計画に依り、事前に各競技のルールや技術、練習方法について調べておくこと（2時間程度）  
 授業終了後は、授業の振り返りを行い、反省点や課題を整理しておくこと（2時間程度）  
 事前事後学修の（質を高める）ために、本やインターネット等を活用してください。

### 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つけておくべき資質・能力の5項目および、健康スポーツ科学のキャリアプログ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へ取り組み、遊ぶく元気で、どのような場所でも物怖しすることなく、誰とでもしっかりと言葉を交わすことができ、逆境でもたくましく生き抜く力、つまり「ネアカ、のびのび、へこたれず」の精神を育むことができる。また、問題点やその要因を発見し、自らが進んで取り組めるようになる。そして、他者に働きかけ、協力して課題へ取り組みることにより、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

本科目については対面授業のため、実技を中心とした授業展開となる。ただし、新型コロナウイルス感染症予防対策として、全ての授業がオンラインに変更された場合については、オンラインによって授業を実施することになるので留意すること。

### 実務経験の有無及び活用

### 備考