講義名	スポーツ科学演習Ａ（レクリエーション・バレーボール）					授業形態	
担当教員	伊藤　淳	開講期・曜日・時限	後期 木曜日 ２時限				
		単位数	2	履修開始年次	１年生	ナンバリング・コード	

主題と概要

本科目は、全学共通科目における教養科目の健康スポーツ科学分野の１つである。
現在の日常生活は、非常に利便性が高まっているが、一方で身体活動量が著しく減少する傾向がみられる。その結果、生活習慣病の発症が増加している。そのため、日常生活の中で意識的にスポーツを実施し、生涯にわたって健康の保持・増進につとめる必要性が高まってきている。また、我が国は、週休二日制の導入などにより自由時間が増大してきており、それらの時間をスポーツやレクリエーションに費やそうとする人々が増えてきている。
本科目では、レクリエーション種目とバレーボールを実践することで、生涯にわたって積極的なスポーツの参加につながるような授業を展開する。
授業では、種目のルールや技術の習得・上達に向けて、受講生自らが課題を発見し、解決ができるように取り組んでもらう。そして、現状を正確に把握し、解決に向けた具体的な段取りを明らかにできるようにするために、物事に対して、自ら進んで行動を起こしてもらいたい。

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、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

授業時に指示をする。

課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバックの方法

授業時に、講評をおこなう。

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%
※期末期の評価：レポート課題・・・・・・・・・・・・20%

履修にあたっての注意・助言他

・授業には、運動に適した服装およびシューズを着用すること。
・積極的に楽しみ、けじめある態度で授業に参加すること。
・天候によって授業計画の変更がある。
・授業計画は学習内容をより充実させるために、受講者の技術度、習得度に応じて変更することがある。
・授業前・後は必ずマスクを着用することとし、授業中については教員の指示に従うこと。

教科書

・使用しない。.				

参考図書

その他

授業中に適宜資料を配布する。

授業計画

１．ガイダンス
２．レクリエーション　グラウンドゴルフ①　ゲームの進め方の理解、ボールの打ち方。
３．レクリエーション　グラウンドゴルフ②　ゲーム①
４．レクリエーション　グラウンドゴルフ③　ゲーム②
５．レクリエーション　ディスクゴルフ①　ゲームの進め方の理解、ディスクの投げ方。
６．レクリエーション　ディスクゴルフ②　ゲーム①
７．レクリエーション　ディスクゴルフ③　ゲーム②
８．レクリエーション、バドミントンの歴史、ルール、ゲームの進め方の確認
９．バレーボール　基礎技術（パス、レシーブ、サーブ）
10．バレーボール　基礎技術（パス、レシーブ、サーブ、スパイク）
11．バレーボール　基礎技術（トス、スパイク）
12．バレーボール　基礎技術　総合練習①、ゲーム①
13．バレーボール　基礎技術　総合練習②、ゲーム②
14．バレーボール　基礎技術　総合練習③、ゲーム③
15．まとめ（課題提出）

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（ＡＬ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

予習（２時間程度）
授業で実施する種目、技術について、ルールブック等を用いて事前に調べること。
課題をクリアする方法を考え、まとめておくこと。

復習（２時間程度）
授業を振り返り、反省点、課題を整理すること。

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へ取り組む中で、明るく元気で、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、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

実務経験の有無及び活用

備考