

講義名	スポーツ科学演習A(レクリエーション・テニス)			授業形態	
担当教員	山下 新樹	開講期・曜日・時限	後期 木曜日 4時限		
	単位数 2	履修開始年次 1年生	ナンバリング・コード SP0130		

主題と概要

平均寿命の高まりとともに、健常志向が後退している。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付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なる。そのためには、様々な情報を収集したり、周囲と協力をしたりするなどが求められる。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、それに向け行動できるようになる。

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鍵となることができるようになる。

提出課題

授業内容と必要に応じて授業中に指示する。

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

レクリエーションはルールの把握と実践、テニスはルールやスキルを習得できているかを試合のプレーを通してチェックする。

評価の基準

授業実施回数の4回以上欠席した者は単位を認定しない。
授業中の評価：受講態度、実技点など……………80%
期末期の評価：レポート提出……………20%

履修にあたっての注意・助言他

対面授業をもとに授業計画を行なうため、実技を伴う活動が求められる。実技を通して、各自が課題をみつけ向上していくことを基本とする。よって、この授業において求められることは、「健康」の獲得と実技を通して「スポーツの達」となることである。それらを実践するため体調を整え、向上していく姿勢が求められる。

受講の際はトレーニングウェア(運動できる服装)、トレーニングショーズを用意すること。忘れるると授業に参加できない。

授業中の評価は、各回の出席回数と積極的に参加すること。授業前に体調が悪いと分かっている場合は申し出ること。

授業後は必ずマスクを着用すること。
天候により、内容を変更することがある。

ネックレス、ピアス等アクセサリーは授業前に外しておくこと
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回：ガイダンス
- 2回：レクリエーション ティーボール ゲームの進め方の理解、基礎技術
- 3回：レクリエーション ティーボール ゲーム
- 4回：レクリエーション ティーボール ゲーム
- 5回：レクリエーション アルティメット ゲームの進め方の理解、基礎技術
- 6回：レクリエーション アルティメット ゲーム
- 7回：レクリエーション アルティメット ゲーム
- 8回：レクリエーション テニスの歴史 ルール、ゲームの進め方の確認
- 9回：テニスの実践(シングルスゲーム)
- 10回：テニスの実践(ダブルスゲーム)
- 11回：テニスの実践(シングルスゲーム、ダブルスゲーム)
- 12回：テニスの実践(ダブルスゲーム)
- 13回：テニスの実践(ダブルスゲーム)
- 14回：バドミントンの実践種目のルールと説明
- 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
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

予習(2時間程度)
授業で実践する種目、技術について、動画サイトの活用やルールブック等を用いて事前に調べること。
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

本科目を修了し、目標を達成することによって、本校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。
授業や実習を通じて、実践へ取り組むことで、明るく元気で、どのような場所でも物事を楽しむことなく、誰とでもじっくり意見を交わすことができ、逆境でもたやすく生き抜く力、つまらないネガティブのびのび、へこたれぬ元気な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になる。
生徒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・学科の専門家へ共通している。

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