

講義名	スポーツ科学演習 B (バレーボール・テニス)			授業形態	
担当教員	中尾 泰史	開講期・曜日・時限	前期 木曜日 2 時限		
		単位数	2	履修開始年次	2 年生

**主題と概要**

バレーボールおよびテニスの身体活動を通じ、自身の体力、体調を把握する能力を養う。また心身の健全な発育、発達に対する気づきを高め、生涯における運動実践の重要性を知る。さらにチーム、グループ単位の活動を経験しながらコミュニケーション能力、協調性など、他者とのつながりを築く社会的教養も学ぶ。

**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・基本技術を理解し、説明できるようになる。
3. 応用技術・基本技術を修得し、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。

**提出課題**

課題の提出方法等については講義中に指示する。

**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**

実践種目の技術習得については、各自の体力、運動能力にあわせ指導する。

**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**

授業中、スポーツを実践していなければ、欠席とみなされる場合がある。  
 必ず運動用の服装（ジャージ、Tシャツ、短パン等）と室内・屋外用のシューズ（ひも付）を着用すること。  
 授業中、アタリザリ（ピアス、ネックレス、指輪）は外すこと。  
 病気や体調不良によってやむを得ず見学しなければならない時、および持病やけがのある場合、事前に申し出ること。  
 受講生の技術習熟度によって授業計画を変更する場合がある。

**教科書**

.使用しない。

**参考図書**

.なし。

**その他**

授業用資料は必要に応じて配布する。

**授業計画**

- 1回：ガイダンス
- 2回：バレーボールの基礎練習（サーブ）
- 3回：バレーボールの基礎練習（レシーブ：オーバーハンド）
- 4回：バレーボールの基礎練習（レシーブ：アンダーハンド）
- 5回：バレーボールの実践（スパイク）
- 6回：バレーボールの実践（ゲーム）
- 7回：バレーボールの実践（ゲーム）
- 8回：スポーツ・健康に関連した講義
- 9回：テニスの基礎練習（サーブ）
- 10回：テニスの基礎練習（フォアハンド）
- 11回：テニスの基礎練習（バックハンド）
- 12回：テニスの実践（ミニラリー）
- 13回：テニスの実践（シングルゲーム）
- 14回：テニスの実践（シングルゲーム）
- 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）	

**準備学習（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間**

簡単な競技技術はインターネットやYouTubeの映像を見てイメージしておくこと（2時間程度）。また授業前後に学生同士でフォームチェックやルールの確認をしておくこと（2時間程度）。

**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知識・能力の3項目および、健康スポーツ科学のキャリア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み途中で、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に関わったり、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**

双方向授業が実施される場合は、オンデマンド授業を採用予定だが、その場合は改めて連絡する。

**実務経験の有無及び活用**

実務経験あり、体力測定の実施によって自己体力を把握する。

**備考**

なし