

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |        |           |             |            |        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-----------|-------------|------------|--------|
| 講義名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | スポーツ科学 |           |             | 授業形態       |        |
| 担当教員                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 伊藤 淳   | 開講期・曜日・時限 | 後期 月曜日 3 時限 |            |        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |        | 単位数       | 2           | 履修開始年次     | 1 年生   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |        |           |             | ナンバリング・コード | SP0121 |
| 主題と概要                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |           |             |            |        |
| <p>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。</p> <p>スポーツ科学は、様々な専門分野から構成されている。それは、スポーツ生理学などの自然科学の分野だけではなく、スポーツ心理学やスポーツ教育学などの人文科学・社会科学の分野にも及んでいる。</p> <p>本科目では、スポーツ科学を総合的に学ぶことにより、スポーツに関連して通識を深める。</p> <p>スポーツを取り巻く状況は、大きく変化してきている。発展している面もあれば、反対に、様々な課題も発生している。本科目を受講することにより、それらの解決策が提案できるようになってもらいたい。そのためには、課題解決に必要な情報を見定め、適切な手段を用いて情報を収集したうえでその情報を多角的に分析し、新しい視点と豊かな発想が必要である。</p> |        |           |             |            |        |
| 到達目標                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |           |             |            |        |
| <p>1．スポーツ科学に関わる分野を総合的に学び、それらの内容を説明できるようになる。</p> <p>2．スポーツ科学に関する諸問題について、改善策を考えられるようになる。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                    |        |           |             |            |        |
| 提出課題                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |        |           |             |            |        |
| 授業毎に、課題を課します。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |        |           |             |            |        |
| 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |        |           |             |            |        |
| 登週の授業時に、講評します。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |        |           |             |            |        |
| 評価の基準                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |           |             |            |        |
| <p>・授業内課題 40%</p> <p>・中間テスト 30%</p> <p>・期末テスト 30%</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |        |           |             |            |        |
| 履修にあたっての注意・助言他                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |        |           |             |            |        |
| <p>・授業を受ける際は、基本的なマナー（私語・飲食禁止、脱帽など）を守ること。</p> <p>・グループワークも実施します。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |        |           |             |            |        |
| 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                            |
| <p>1. ガイダンス</p> <p>2. スポーツと身体</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>3. スポーツと身体</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>4. スポーツトレーニングとストレッチ</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>5. スポーツ傷害と救急法</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>6. スポーツと栄養</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>7. スポーツと健康</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>8. 前半のまとめ</p> <p>【予習】前半の疑問点を挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>9. 前掲づけと目標設定</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>10. スポーツの発達と発展</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>11. スポーツとメディア・政治</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>12. スポーツ倫理</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>13. スポーツコミュニケーション</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>14. テクを活用したスポーツ科学</p> <p>【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> <p>15. 後半のまとめ</p> <p>【予習】後半の疑問点を挙げ、調べること（2 時間）。</p> <p>【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2 時間）。</p> |  |                                            |
| 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）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                            |
| 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                            |
| <p>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3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。</p> <p>授業で得られた知識、さらに自ら収集した情報を分析し、現状を把握すると同時に、問題点を発見することができる。そして、新しい視点と豊かな発想によって、新しい価値や改善策を提案することができる。</p> <p>また、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。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                                            |
| 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                            |