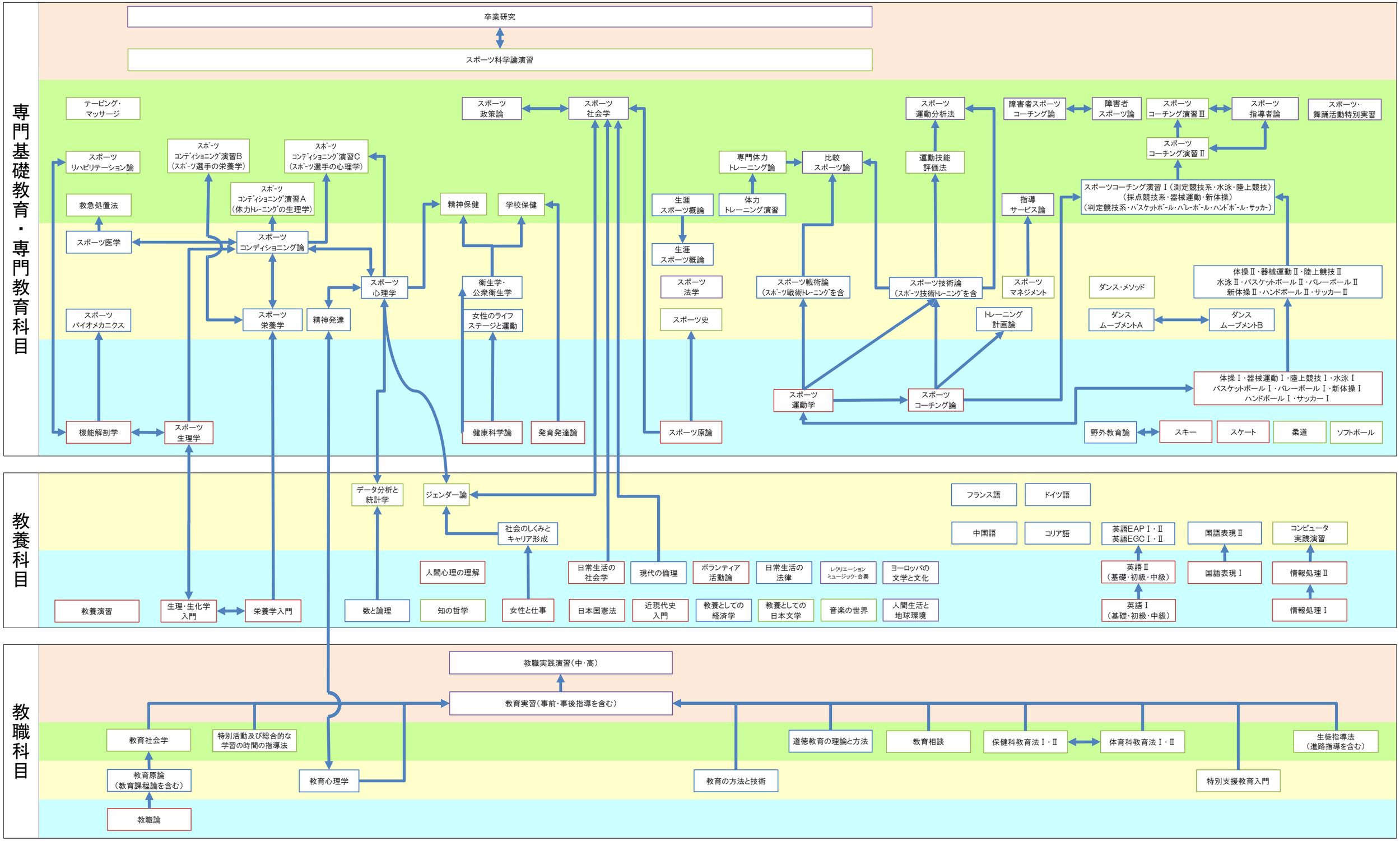
日本女子体育大学 | 2026年度 | シラバス

Japan Women's College of Physical Education

スポーツ科学科　カリキュラムマップ



スポーツ科学科　科目ナンバー

１桁目：学科コード（S=スポーツ科学科，D=ダンス学科，H=健康スポーツ学科，Ｃ＝子ども運動学科）／２～４桁目：分野コード／５桁目：授業レベル／６～７桁目：枝番

分類		基礎科目（100番台）		初級科目（200番台）		応用科目（300番台）		上級科目（400番台）	
		科目名	ナンバー	科目名	ナンバー	科目名	ナンバー	科目名	ナンバー
教養科目	必修科目	日本国憲法	SLR101	国語表現Ⅱ	SLR201				
		女性と仕事	SLR102						
		教養演習	SLR103						
		情報処理Ⅰ	SLR104						
		情報処理Ⅱ	SLR105						
		国語表現Ⅰ	SLR106						
		英語Ⅰ（基礎）	SLR107						
		英語Ⅰ（初級）	SLR108						
		英語Ⅰ（中級）	SLR109						
		英語Ⅱ（基礎）	SLR110						
		英語Ⅱ（初級）	SLR111						
		英語Ⅱ（中級）	SLR112						
	選択科目	栄養学入門	SLE101	英語ＥＡＰⅠ	SLE201				
		生理・生化学入門	SLE102	英語ＥＧＣⅠ	SLE202				
		近現代史入門	SLE103	英語ＥＡＰⅡ	SLE203				
		人間心理の理解	SLE104	英語ＥＧＣⅡ	SLE204				
		ボランティア活動論	SLE105	ドイツ語	SLE205				
		日常生活の社会学	SLE106	フランス語	SLE206				
		数と論理	SLE107	中国語	SLE207				
		現代の倫理	SLE108	コリア語	SLE208				
		日常生活の法律	SLE109	社会のしくみとキャリア形成	SLE209				
		教養としての経済学	SLE110	データ分析と統計学	SLE210				
		知の哲学	SLE111	ジェンダー論	SLE211				
		教養としての日本文学	SLE112	コンピュータ実践演習	SLE212				
		音楽の世界	SLE113						
		人間生活と地球環境	SLE114						
		ヨーロッパの文学と文化	SLE115						
		レクリエーションミュージック・合奏	SLE116						
専門基礎教育科目	必修科目	スポーツ運動学	SBR101	女性のライフステージと運動	SBR201				
		スポーツ原論	SBR102	スポーツ栄養学	SBR202				
		スポーツ生理学	SBR103	スポーツ心理学	SBR203				
		機能解剖学	SBR104	ダンスムーブメントＡ	SBR204				
		体操Ⅰ	SBR105	ダンスムーブメントＢ	SBR205				
		器械運動Ⅰ	SBR106						
		陸上競技Ⅰ	SBR107						
		水泳Ⅰ	SBR108						
		バスケットボールⅠ	SBR109						
		バレーボールⅠ	SBR110						
	選択科目	健康科学論	SBE101	スポーツバイオメカニクス	SBE201	救急処置法	SBE301		
		発育発達論	SBE102	衛生学・公衆衛生学	SBE202	学校保健	SBE302		
		新体操Ⅰ	SBE103	精神発達	SBE203	精神保健	SBE303		
		ハンドボールⅠ	SBE104	スポーツ医学	SBE204	障害者スポーツ論	SBE304		
		サッカーⅠ	SBE105	生涯スポーツ概論	SBE205	スポーツ社会学	SBE305		
		スキー	SBE106	体操Ⅱ	SEB206	スポーツ政策論	SBE306		
		スケート	SBE107	新体操Ⅱ	SEB207	スポーツ指導者論	SBE307		
		野外教育論	SBE108	器械運動Ⅱ	SEB208	指導サービス論	SBE308		
		ソフトボール	SBE109	陸上競技Ⅱ	SEB209				
		柔道	SBE110	水泳Ⅱ	SEB210				
				バスケットボールⅡ	SEB211				
				バレーボールⅡ	SEB212				
				ハンドボールⅡ	SEB213				
				サッカーⅡ	SEB214				
				スポーツマネジメント	SEB215				
				スポーツ史	SEB216				
				スポーツ法学	SEB217				
専門教育科目	必修科目	スポーツコーチング論	SMR101	スポーツ技術論（ｽﾎﾟｰﾂ技術ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞを含む）	SMR201	体力トレーニング演習	SMR301	スポーツ科学論演習	SMR401
				スポーツ戦術論（ｽﾎﾟｰﾂ戦術ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞを含む）	SMR202				
				スポーツコンディショニング論	SMR203				
	選択科目			トレーニング計画論	SME201	スポーツコーチング演習Ⅰ（採点競技系・新体操）	SME301	卒業研究	SME401
				ダンス・メソッド	SME202	スポーツコーチング演習Ⅰ（採点競技系・器械運動）	SME302		
						スポーツコーチング演習Ⅰ（測定競技系・陸上競技）	SME303		
						スポーツコーチング演習Ⅰ（測定競技系・水泳）	SME304		
						スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ）	SME305		
						スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ）	SME306		
						スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ｻｯｶｰ）	SME307		
						スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ）	SME308		
						運動技能評価法	SME309		
						専門体力トレーニング論	SME310		
						スポーツリハビリテーション論	SME311		
						ｽﾎﾟｰﾂｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ演習Ａ（体力ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞの生理学）	SME312		
						ｽﾎﾟｰﾂｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ演習Ｂ（ｽﾎﾟｰﾂ選手の栄養学）	SME313		
						ｽﾎﾟｰﾂｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ演習Ｃ（ｽﾎﾟｰﾂ選手の心理学）	SME314		
						スポーツコーチング演習Ⅱ	SME315		
						スポーツコーチング演習Ⅲ	SME316		
						テーピング・マッサージ	SME317		
						比較スポーツ論	SME318		
						障害者スポーツコーチング論	SME319		
						スポーツ運動分析法	SME320		
						スポーツ・舞踊活動特別実習	SME321		
教職科目		教職論	STE101	教育原論（教育課程を含む）	STE201	道徳教育の理論と方法	STE301	教職実践演習（中・高）	STE401
				教育心理学	STE202	教育社会学	STE302	教育実習（事前・事後指導を含む）	STE402
				教育の方法と技術	STE203	教育相談	STE303		
				特別支援教育入門	STE204	特別活動及び総合的な学習の時間の指導法	STE304		
						生徒指導法（進路指導を含む）	STE305		
						保健科教育法Ⅰ	STE306		
						保健科教育法Ⅱ	STE307		
						体育科教育法Ⅰ	STE308		
						体育科教育法Ⅱ	STE309		

【卒業認定方針と科目の関連性】

スポーツ科学科のディプロマポリシーに対する育成能力

①	導入科目	大学における学修ならびに研究に必要な基礎的知識およびスキルを修得し発揮できる
②	教養高き社会人養成（読む・書く・測る）	国語・外国語・情報処理等の能力・技術を修得し発揮できる
③	教養高き社会人養成（クリティカルシンキング）	問題発見力・メディアリテラシーを修得し実践に生かすことができる
④	教養高き社会人養成（公共性）	社会・倫理・地域連携・コミュニケーション等に関する知識・理論およびスキルを修得し実生活に応用できる
⑤	キャリア教育	自らの将来を自律的に考え実現するための実学的資質を身につけ活用できる
⑥	スポーツ方法	各種運動・スポーツ種目の基本的な技能や戦術を理解するとともに身につけ、実践することができる
⑦	スポーツコンディショニング	スポーツの技能・競技力を最大限に発揮できる身体的・心理的条件を整えるコンディショニングの知識・理論を身につけ実践できる
⑧	スポーツコーチング	競技力を向上させるトレーニング理論や実践的なプログラミング・コーチング理論を身につけ実践できる
⑨	教職科目	体育教師としての強い使命感、的確な生徒理解力、および豊かな教養を身につけ、学習者の成長発展に寄与する指導力を発揮できる

ダンス学科のディプロマポリシーに対する育成能力

①	導入科目	大学における学修ならびに研究に必要な基礎的知識およびスキルを修得し発揮できる
②	教養高き社会人養成（読む・書く・測る）	国語・外国語・情報処理等の能力・技術を修得し発揮できる
③	教養高き社会人養成（クリティカルシンキング）	問題発見力・メディアリテラシーを修得し実践に生かすことができる
④	教養高き社会人養成（公共性）	社会・倫理・地域連携・コミュニケーション等に関する知識・理論およびスキルを修得し実生活に応用できる
⑤	キャリア教育	自らの将来を自律的に考え実現するための実学的資質を身につけ活用できる
⑥	ダンス芸術	ダンスの身体技能を合理的に構築し、質の高いダンスとして表現できる 作品創作や振付方法、演出方法に関する知識と理論を修得し、高度な表現の実現に応用できる
⑦	ダンス教育	多様な対象に適したダンスの学習目的に応じた内容・方法に関する知識と理論を修得し、幅広くダンス指導に応用できる
⑧	ダンス・マネジメント	ダンス上演やダンス学習を支える環境の管理および方法に関する知識と理論を修得し、実践できる
⑨	教職科目	体育教師としての強い使命感、的確な生徒理解力、および豊かな教養を身につけ、学習者の成長発展に寄与する指導力を発揮できる

健康スポーツ学科のディプロマポリシーに対する育成能力

①	導入科目	大学における学修ならびに研究に必要な基礎的知識およびスキルを修得し発揮できる
②	教養高き社会人養成（読む・書く・測る）	国語・外国語・情報処理等の能力・技術を修得し発揮できる
③	教養高き社会人養成（クリティカルシンキング）	問題発見力・メディアリテラシーを修得し実践に生かすことができる
④	教養高き社会人養成（公共性）	社会・倫理・地域連携・コミュニケーション等に関する知識・理論およびスキルを修得し実生活に応用できる
⑤	キャリア教育	自らの将来を自律的に考え実現するための実学的資質を身につけ活用できる
⑥	スポーツ教育	教員として質の高い保健体育の授業を実践し、運動部活動では児童生徒の心身の実態に則した適正な指導を行うことができる。また、地域のスポーツ指導者として地域住民のニーズと実態に応じたスポーツ活動を提供し指導できる
⑦	健康運動指導	健康や体力について専門的に学び、多様な対象者に健康体力の保持・増進を目的とした健康運動指導を行うことができる
⑧	スポーツマネジメント	地域活動やＮＰＯ及びビジネスとしてのスポーツなどの効果的な仕組み作りやその運営を行うことができる
⑨	教職科目	体育教師としての強い使命感、的確な生徒理解力、および豊かな教養を身につけ、学習者の成長発展に寄与する指導力を発揮できる

子ども運動学科のディプロマポリシーに対する育成能力

①	導入科目	大学における学習・学問に必要とされる基礎的スキルの修得
②	教養高き社会人養成（読む・書く・測る）	国語・外国語・情報処理等の能力・技術の向上
③	教養高き社会人養成（クリティカルシンキング）	問題発見力・メディアリテラシーの向上
④	教養高き社会人養成（公共性）	社会・倫理・地域連携・コミュニケーション等への応用力の向上
⑤	キャリア教育	学生の将来に関わる実学的資質の育成
⑥	子どもの運動能力や感性	子どもの運動能力や感性を育てるための働きかけ方を学ぶ
⑦	子どもの健康と発達	子どもの心身の健康に関わる理論や実践方法を学ぶ
⑧	子育て支援	保育を広くとらえ、特別な配慮を必要とする子どもや保護者などへの支援の理論と方法を学ぶ

科目名	日本国憲法			担当者	中村　安菜	
英文名	Constitutional Law					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	講義	科目ナンバー	SLR101・DLR101・HLR101・CLR101		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

日本という国の基本的なあり方を決めている日本国憲法。この法がどのような内容であり、どのように役立っているのかを学ぶ。人権に関する規定、統治機構に関する規定ともに出来るだけ具体的・現実的な事件・出来事等と結びつけながら解説する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
憲法に関する基礎的事項・理論について	理論や学説等を理解し自らまとめて説明できる。	憲法に関する理論や学説を教科書や配布資料を参照しながら説明することができる。	理解が不十分で説明できない。
憲法に関する研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら自ら説明することができる。	知見の理解が不十分で説明できない。
憲法の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について自らの意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で自らの意見を述べることができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション、憲法とは何か
【　到達目標　】
(1)体育大学生が必修で日本国憲法について学ぶ理由を理解する。
(2)憲法がどのような法であるのかを理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「開講」と「第1講」を熟読する。(4.0hr)

第２回　憲法の歴史：立憲主義の登場と日本における憲法の歩み
【　到達目標　】
(1)立憲主義について理解する。
(2)大日本帝国憲法と日本国憲法の制定過程とその内容の違いについて理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第2講」を熟読する。(4.0hr)

第３回　基本的人権総論
【　到達目標　】
(1)基本的人権の種類を理解する。
(2)基本的人権が誰に、どの程度保障されるのかを理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第3講」・「第4講」を熟読する。(4.0hr)

第４回　法の下の平等
【　到達目標　】
(1)法の下の平等とはどのようなことであるかを理解する。
(2)具体的な事例で不合理な差別とはどのようなことであるかを理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第5講」を熟読する。(4.0hr)

第５回　思想・良心の自由と信教の自由
【　到達目標　】
(1)思想・良心の自由とはどのようなことであるかを理解する。
(2)信教の自由とはどのようなことであるかを理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第6講」を熟読する。(4.0hr)

第６回　学問の自由
【　到達目標　】
(1)学問の自由とはどのようなことであるかを理解する。
(2)大学の自治とはどのようなことであるかを理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第6講」を熟読する。(4.0hr)

第７回　表現の自由総論
【　到達目標　】
(1)表現の自由とは何かを理解する。
(2)表現の自由の重要性を理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第7講」を熟読する。(4.0hr)

第８回 表現内容規制と表現内容中立規制
【　到達目標　】
(1)表現の自由に対する規制の種類を理解する。
(2)表現の自由に対する規制の合憲性判断基準について理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第8講」を熟読する。(4.0hr)

第９回　経済的自由権
【　到達目標　】
(1)職業選択の自由とはどのようなことであるかを理解する。
(2)財産権とはどのようなものであるかを理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第9講」を熟読する。(4.0hr)

第10回　社会権
【　到達目標　】
(1)社会権が保障されることになった歴史的背景を理解する。
(2)生存権等の社会権の具体的内容を理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第11講」を熟読する。(4.0hr)

第11回　労働権・労働基本権
【　到達目標　】
(1)労働権と労働基本権について理解する。
(2)公務員の労働基本権に対する制約について理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第12講」を熟読する。(4.0hr)

第12回　象徴天皇制
【　到達目標　】
(1)憲法上の天皇に関する規定について理解する。
(2)天皇の存在と国民主権主義の関係について理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第24講」を熟読する。(4.0hr)

第13回　国会
【　到達目標　】
(1)国会の地位と構成・役割について理解する。
(2)国会と国民主権の関係について理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第15講」・「第16講」・「第17講」・「第18講」を熟読する。(4.0hr)

第14回　内閣
【　到達目標　】
(1)行政権の概念について理解する。
(2)内閣の地位と構成、役割や権能について理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第19講」を熟読する。(4.0hr)

第15回　裁判所
【　到達目標　】
(1)司法権の概念やその限界、司法権の独立について理解する。
(2)違憲審査制について理解する。

【授業時間外学修】
教科書の「第20講」・「第21講」を熟読する。(4.0hr)

各回の授業の内容は変更される場合がある。

【学修上の留意点】

授業ではパワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者には適宜、穴埋め式のプリント（Googleクラスルームを通して配布）と補足資料を配布する。受講者には、ただプリントの穴埋めをするだけではなく、講義をよく聴き、自分で重要だと思う点などを積極的にメモすること、自分で考えることが求められる。授業中は、特定のテーマについてディスカッションやグループ学修を導入する。なお、予習・復習として教科書を熟読し、内容を十分に理解することに加え、講義中に興味を持った事柄について、自らすすんで調べ、理解を深めることが肝要である。授業に関する質問は積極的に受け付ける。

【教科書・参考書など】

「現代憲法入門講義　新7版」加藤一彦・植村勝慶編著、北樹出版、2024（新6版とは内容が変更されているため、シラバスで指定されている「新7版」を購入すること。）

【成績評価方法】

期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。なお、シラバスに記載されている成績評価方法に変更がある場合は、適宜授業内で連絡する。

科目名	女性と仕事			担当者	新免　玲	
英文名	Career Development Studies (Women and Work)					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	講義	科目ナンバー	SLR102・DLR102・HLR102・CLR102		卒業認定方針との関連	③⑤

【到達目標】

本学の教育理念に沿い、主体的な生き方を自ら創造するキャリア形成の基礎力を身につけることを目的とします。働く環境がめまぐるしく変化する社会にあって、自らのキャリアについて考える機会を持ち、「働くこと」の意味や「仕事」について、自ら課題を発見し自律的に思考できるようになることを目指します。将来のありたいライフキャリア像に向けて、キャリア形成の心理学理論や研究を学び、演習などを通じて、科学的な自己理解・他者理解、社会の理解を深めつつ、今後の学生生活の目標を設定し、行動計画を立てられるようになることが目標です。２年次の「社会のしくみとキャリア形成」に接続します。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
キャリア形成の基礎力の習得	自らのキャリア形成に向けた行動計画が具体的に立てられて、動き出せている。	自らのキャリア形成に向けた行動計画が具体的に立てられている。	自らのキャリア形成に向けた行動計画が具体的に立てられていない。
働くことの意味や仕事についての理解	自らの課題を発見し、自律的に思考ができている。	自らの課題を発見すべく自律的な思考ができている。	自らの課題の発見や自律的思考はできていない。
自己理解を深めることの必要性	自己理解を深める為に何をすればよいか考え、継続した取り組みプランが描けている。	自己理解を深める為に何をすればよいか考えられている。	自己理解を深めるために何をすればいいのか考えられていない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション（＊必ず参加してください）
【　到達目標　（目的とねらい）　】
オリエンテーション（授業への導入・シラバス・学修目標（目的・ねらい）の確認）、毎時の授業の進め方・課題および成績評価についての説明、キャリア形成の意味・心理学的基盤を理解する。
【授業時間外学修】
課題：第2回に向けて自己紹介スライドの作成。第15回までの授業について概観する。(4.0hr)

第２回　キャリアについて学ぶ
【　到達目標　（目的とねらい）　】
ジョハリの窓と自己紹介I（自己理解：強み編）グループ分け、強みについて
キャリアデザインの必要性を理解し、現在の自分を知る、ライフキャリアについて学ぶ。
【授業時間外学修】
課題：ジョハリの窓とアンケートの提出。(4.0hr)

第３回　社会で求められるスキルとは
【　到達目標　（目的とねらい）　】
ジョハリの窓を使った自己理解、グループワークの有効性について
自己理解のワーク①強みワークI（自己理解：能力(強み）編）
【授業時間外学修】
課題：自己理解のワークI（強みワークIワークシート１と２）の提出。(4.0hr)

第４回　自己理解を深める①
【　到達目標　（目的とねらい）　】
社会人基礎力、キャリアの発達理論、相手に伝える力を学ぶ。
自己理解のワーク①強みワークI（自己理解：能力(強み）編）続き
【授業時間外学修】
課題：自己理解のワークI（強みワークIワークシート２と３）の提出。(4.0hr)

第５回　自己理解を深める②
【　到達目標　（目的とねらい）　】
3つのステップ：自己理解・職業理解・マッチングの理解のやり方を学ぶ。
就職とは、マッチングの連続、仕事の考え方、キャリアプランニングについて考える。
ペアまたはトリオチームで、各自の自己PR書を踏まえた自己PRとフィードバック
【授業時間外学修】
課題：自己理解についての整理、ワークシート１～３を踏まえた自己PR文書の作成と提出。(4.0hr)

第６回　ケーススタディ①　※ゲスト講師の都合により回が変更になる可能性あり
【　到達目標　（目的とねらい）　】
自分の興味（自分軸・他人軸、リピート傾向）や強みとマッチする仕事の探し方
活躍中の社会人による講演を通して仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成を考える。
ワーク①②の振り返り（自己理解：価値観（欲求）,能力（強み）,誘因（興味）のまとめ）、システム
【授業時間外学修】
課題：ゲスト講師の話を聴いて自分の考えを整理する。ワークシート提出。MSCIの実施(4.0hr)

第７回　自己理解を深める③
【　到達目標　（目的とねらい）　】
選択理論心理学、マズローの欲求理論
キャリア選択とは、キャリアの転機とその対処
自己理解のワーク②（価値観（欲求））MSCI①の実施
【授業時間外学修】
課題：自己理解のワーク②（価値観（欲求））MSCIの振り返り、ワークシートの提出。(4.0hr)

第８回　ケーススタディ②　※ゲスト講師の都合により回が変更になる可能性あり
【　到達目標　（目的とねらい）　】
キャリア形成に関するケーススタディと検討
活躍中の社会人による講演を通して仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成を考える。
【授業時間外学修】
課題：ゲスト講師の話を聴いて自分の考えを整理する。ワークシート提出。アクションプラン(4.0hr)

第９回　自己理解を深める③
【　到達目標　（目的とねらい）　】
選択理論心理学、マズローの欲求理論
キャリア選択とは、キャリアの転機とその対処
自己理解のワーク②（価値観（欲求））MSCI①の実施・アクションプラン
【授業時間外学修】
課題：自己理解のワーク②（価値観（欲求））MSCIの実施3、ワークシートの提出。(4.0hr)

第10回　自己理解を深める④
【　到達目標　（目的とねらい）　】
キャリア選択とは、キャリアの転機とその対処
自己理解のワーク②（価値観（欲求））MSCI②の実施（まとめ）、アクションプランの整理
【授業時間外学修】
課題：興味が持てる1社を選ぶ。自己理解のワーク③強みワークIIの実施とワークシートの提出。(4.0hr)

第11回　仕事理解を深める①
【　到達目標　（目的とねらい）　】
キャリア・アダプタビリティ、キャリアの多様性、仕事の選び方、情報収集やリソース活用方法を学ぶ。
自己理解のワーク③強みワークII（業界・仕事理解：誘因（興味）編）
【授業時間外学修】
課題：自己理解のワーク③強みワークIIの実施２（強みの活かし方）とワークシートの提出。(4.0hr)

第12回　仕事理解を深める②
【　到達目標　（目的とねらい）　】
職業理念、職業選択理論、自己理解・職業理解・マッチングの理解の深め方。
自己理解のワーク③強みワークII（業界・仕事理解：誘因（興味）編）②
自己紹介スライド作成に向けた自己PR書の修正
【授業時間外学修】
課題：これまで学んだことの振り返り。自己紹介スライド作成に向けた自己PR書の修正版提出（4.0h)

第13回　キャリア形成に必要な自分の伝え方②
【　到達目標　（目的とねらい）　】
自己理解のワーク④強みワークIII（マッチングの理解編）①プレゼンテーション
自己PR書を踏まえたプレゼンテーションの実施（自己紹介IIの実施とグループ内で相互評価）
代表プレゼンテーションとの比較、スライド作成のために自己PR書内の要素を検討する。
【授業時間外学修】
課題：自己紹介スライド作成・リハーサル（4.0h）

第14回　ケーススタディ③
【　到達目標　（目的とねらい）　】
自己理解のワーク④強みワークIII（マッチングの理解編）①プレゼンテーション
自己紹介スライドによるプレゼンテーション本番（自己紹介IIの実施とグループ内で相互評価）
グループ内で実施と振り返り
【授業時間外学修】
課題：第1回目の提出済自己紹介スライドと第13回作成スライドの比較と改善案の検討・提出（4.0h）

第15回　環境変化が激しい時代におけるキャリア選択と今後の大学生活
【　到達目標　（目的とねらい）　】
第1回目の提出済み自己紹介スライドとの比較・振り返りフィードバック共有、目標達成の確認、
今後について、アクションプラン
心理学的基盤の応用、発展学修の提示。
【授業時間外学修】最終レポート
これまでの学修を踏まえ、自己のキャリア形成について考えを整理する。アクションプランの提出。(4.0hr)

【学修上の留意点】

1. 本授業では、キャリア形成に関する講話やグループワークによる受講生同士のコミュニケーションの機会を増やし、大学での関係性向上や情報交換等、相互に成長する学修を目指します。そのため、出席は毎時行うグループワークなどの演習に参加するために、とても重要です。欠席しても必ず次回に向けて課題提出やグループワークを忘れずに行ってください。
2. 学生は、毎授業開始時、実施中および終了後にレポート（各15回＋最終レポート）を記入し、提出してください。

・基本的に、毎時の課題は次の授業の準備です。締め切りおよび提出方法・ルールは、他の受講生にも影響が出てしまうため、必ず守ってください。事前の相談がなく遅れたら課題の点数は-10%になります。必ず期日前までに教員へ相談し、遅れる場合も事前に相談の上、提出日および提出方法を確定してください。
・授業内容は場合によって変わることがあるので、Phollyや掲示板を見て確認してください。

【教科書・参考書など】

指定書籍：1.「キャリア心理学“強み”デザインガイドブック：自分にワクワクできるワークショップ」ナカニシヤ出版 2,200円税込（ISBN：978-4-7795-1851-5）　2.「キャリアデザインワークブック」ムイスリ出版　1,595円税込（ISBN978-4-89641-345-8）
それ以外のワークシートや動画などの教材は授業内で指示します。ワークシートや動画などの教材は授業内やPhollyで指示します。毎時の授業時には、上記指定図書2冊と前回の【授業時間外学習】で提示された課題を持参してください。課題は、必ず授業開始前までに紙面もしくはパソコン等で開いておくようにしてください。
参考書：就職四季報、業界地図、日経テレコン、東洋経済デジタル・ライブラリーなどのデータベースコンテンツ
　※毎授業時、次回の課題を含めて提示します。不明な点がある人は、次回まで待たずに必ず個別に確認してください。

【成績評価方法】

覚えたことを書くタイプの試験はありません。成績評価も、あなたが自分なりに考えたことを基本に評価します。高い評価はどのようなものかは講義中に都度示していきます。
具体的な成績評価は、①講義前後の小レポート(毎時の学習目標設定と振り返り、リアクションペーパー含む）／ワーク（オンライン提出中心）50%、②授業・グループワークでの貢献度・成果物20%、③学期内のレポート・課題(最終レポート含む）30%、の配分とし、総合して評価する。
課題提出遅延は、Phollyに記載の通り、減点します。　※授業への参加、貢献度：授業中のワーク（個人・ペア（トリオ）・グループでの活動）への参加態度も含みます。

科 目 名	教養演習			担当者		
英 文 名	Preparations for Academic Studies					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR103・DLR103・HLR103・CLR103		卒業認定方針との関連	①③④

【到達目標】

この授業は、大学での学修の基礎となる知識・技術の習得を目的とした初年次教育の授業である。授業では以下の４点を重点的に養成する。①アカデミック・スキルズ(大学での学修・調査・研究に必要な諸技術)の習得、②日本女子体育大学の一員としての自覚と責任の養成、③社会の一員として必要となるソーシャル・スキルズの向上、④教養力の養成。これらの目的を達成するため授業は少人数クラスでの演習形式で行われる。また下記の授業内容に加え、必要に応じて各種の配布物を使った課題およびワークショップ的内容も実施する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
アカデミック・スキルズについて	スキルズを習得し活用できる	ハンドブック等を参照しながら活用できる	習得が不十分で活用できない
ソーシャル・スキルズについて	スキルズを習得し活用できる	ハンドブック等を参照しながら活用できる	習得が不十分で活用できない
レポート・プレゼンテーションについて	やり方を習得し自分で行うことができる	ハンドブック等を参照しながら行うことができる	習得が不十分で行うことができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　アイスブレイク
【　到達目標　】
クラスメイトと「アイスブレイク」の活動を通して、仲間と打ち解けあい、よりよい集団づくりをしていくには何が必要かを体験的に学ぶ。

【授業時間外学修】
学習内容を今後のクラス、部活動、諸活動などの実践の場で活かすよう工夫する。(4.0hr)

第２回　私の学生生活
【　到達目標　】
成人としてのルール・マナー、学生生活で起こりうるトラブルを確認し、自分の大学生活を有意義なものしていくにはどうすればよいか、を自覚的に考える。

【授業時間外学修】授業で確認した内容を踏まえ、今後の大学生活をどう送るかについて各自の自覚を深める。(4.0hr)

第３回　大学とはどんなところか
【　到達目標　】
大学の制度や教職員の働き方など、多くの点で高校と異なることを理解し、より良い大学生活を送る上で、様々な相談窓口があることを知る。授業の種類や単位について学び、単位習得の条件や授業時間以外の学習の必要性を考える。
【授業時間外学修】授業で確認した内容を踏まえ、実際に学内を回って相談窓口を確認し、自らの履修登録内容から学習計画を立てる。(4.0hr)

第４回　日本女子体育大学を知る
【　到達目標　】
日本女子体育大学の創立者である二階堂トクヨの生涯を概観し、本学がどのようにして創立されたのかを理解し、説明できるようになる。また、建学の精神・教育理念を理解し、本学の一員としての自覚と責任を深めて、本学で学ぶことの意義を考える。
【授業時間外学修】創立者二階堂トクヨのことや本学の建学の精神・教育理念を必要な場で話すことができるよう、学習内容を確認する。(4.0hr)

第５回　講義ノートをつくる
【　到達目標　】
大学で行われる授業の性質・特徴を踏まえて、講義ノートの意義・留意点を確認する。
担当教員の指示に従ってノートつくりを実践し、各自の改善点を探る。

【授業時間外学修】
講義ノートをつくる技術を今後の講義・演習・研究に活かせるよう工夫する。(4.0hr)

第６回　図書館などの大学施設を活用しよう
【　到達目標　】
大学の学びのサポートにはどのようなものがあるかを理解し、図書館の活用や情報検索の方法、施設利用のマナーや利用手続きなどを体験的に学ぶ。

【授業時間外学修】
学習内容を今後のクラス・部活動・諸活動などの実践の場で活かせるよう工夫する。(4.0hr)

第７回　ハラスメントについて学ぶ
【　到達目標　】
ハラスメントの特徴を踏まえて、大学生活で起こりうるハラスメントや、ハラスメント問題の対応と対策を考える。

【授業時間外学修】
学習内容を今後のクラス・部活動・諸活動などの実践の場で活かせるよう工夫する。(4.0hr)

第８回　データを読む技術
【　到達目標　】
量的データを扱う際の初歩的な統計的計算方法やスキルを、基本問題の実践を通じて習得する。

【授業時間外学修】
データ解釈の技術を今後の講義・演習・研究に活かせるよう工夫する。(4.0hr)

第９回　データをまとめる技術
【　到達目標　】
質的データを、整理・分析・考察の有効な資料にしていくための「まとめる」スキルを学ぶ。ここでは「マインド・マップ」と「ＫＪ法」を習得する。

【授業時間外学修】
授業で実践したスキルを、今後の授業・研究などで実践してみる。(4.0hr)

第10回　話し合いの技術
【　到達目標　】
集団で物事を決定する際の諸方法の長所・短所を比較考察し、話し合いの目的や決める内容に応じた適切な方法を考える。

【授業時間外学修】
学習内容を今後のクラス・部活動・諸活動などの実践の場で活かせるよう工夫する。(4.0hr)

第11回　プレゼンテーションの技術
【　到達目標　】
プレゼンテーションに求められる姿勢・準備方法等を理解し、その効果的な実施方法や手順を習得する。

【授業時間外学修】
学習内容を今後の授業・ゼミ・部活でのプレゼンに活かすよう工夫する。(4.0hr)

第12回　レポート・論文作成の技術
【　到達目標　】
レポート・論文作成に求められる基本姿勢・思考法・研究倫理を理解し、作成の手順等を、内容と形式の両面から習得する。また、レポート・論文作成における不正行為を防ぐ方法を学習し、参考文献を正しく利用することで論考の質を高める技術を実践的に習得する。
【授業時間外学修】
今後、各種の授業レポート・論文作成で応用してみる。(4.0hr)

第13回　専門への架け橋
【　到達目標　】
「卒業研究」の概要を理解し、先輩たちの体験アンケート結果を参考にして、自分の卒業研究の方向性を考える。

【授業時間外学修】
学習内容を踏まえ、自分が書きたい卒業研究のテーマ・内容を考える。(4.0hr)

第14回　キャリアプランとライフプラン
【　到達目標　】
「キャリア」について理解し、これからの時代（社会情勢やAI）に対し、自分の将来像を考える。数年後、数十年後のライフプランを立てることにより、自分の価値観に合うキャリアを探る。
【授業時間外学修】
学習内容を踏まえ、自分が想像するキャリアプラン・ライフプランを考える。(4.0hr)

第15回　レポート・プレゼンテーション
【　到達目標　】
担当教員の指示の下に、レポート・プレゼンテーションの作業を行う。

【授業時間外学修】
受講生各自がレポート・プレゼンテーションの反省点・改善点を確認する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

この授業は、講義ではなく「演習」である。そこでは受講生ひとりひとりが読み、考え、書き、意見交換をし、調べ、報告する様々な「活動」が中心となる。良識ある態度で授業に臨み、教員・クラスメイトと協力し合って、この演習を有意義なものにすることが望まれる。

【教科書・参考書など】

『教養演習ハンドブック』を用いる。他にも必要に応じて随時ハンドアウト・資料等を配布する。
第２回では、入学時に配布された『ニチジョ info.』、『学生生活スタートブック 学生生活は危険がいっぱい』、『学生便覧』を持参し、第７回では、『キャンパス・ハラスメント防止および問題解決のためのガイドライン』（日本女子体育大学ハラスメント防止委員会編）が、追加資料となる。

【成績評価方法】

スキル・課題の習得度・達成度を50%、レポート・プレゼンテーションの達成度50%で評価する。

科目名	情報処理Ⅰ			担当者	牧　琢弥・水野　有希 竹内　由利子・西山　由紀	
英文名	Information Literacy Ⅰ					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR104・DLR104・HLR104・CLR104		卒業認定方針との関連	②③

【到達目標】

ICT（Information & Communication Technology）の基礎や情報倫理を理解した上で、文書作成、表計算等に関するアプリケーションの活用法を学び、実践することができる。また、ネットワークのしくみの基本を理解し、インターネットやメーラーの活用法やコンピュータウイルスに対する対策についても理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
PCを利用するために必要最低限な知識	PCの利用で問題点などを判断できる知識を習得し、実践することができる。	Web上のマナー・著作権・ネットの仕組みを理解し、説明することができる。	利用するためのネットの仕組や注意点などが、無理できていない。
アプリケーションの大学生としての標準的スキル	与えられた課題を思考・判断して取り組む力を習得し、実践することができる。	Officeアプリの標準的なスキルを習得し、説明することができる。	大学生としての標準的スキルの習得が不十分である。
周辺機器の標準的な利用方法	周辺機器を自律駆に使いこなせる能力を習得し、実践することができる。	ファイルと保存，プリンタなどの設定方法を習得し、説明することができる。	周辺機器の利用と設定に支障がある。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　インターネットについての理解と利用
【　到達目標　】
(1)ポータルサイトの概要やオンライン授業について理解し、利用方法を習得する。
(2)メールの署名の設定し、メールの送り方を理解する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第２回　情報倫理と著作権
【　到達目標　】
(1)情報倫理について概要を学び、ネットを利用することで生じる問題を理解する。
(2)著作権を学び、生活の中で発生する著作権法違反を理解する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第３回　メディアリテラシーとWebコミュニケーション
【　到達目標　】
(1)情報におけるメディアリテラシーの重要性を理解する。
(2)Webコミュニケーションのマナー、活用法や問題点を理解する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第４回　情報化社会の問題と情報セキュリティー
【　到達目標　】
(1)情報化社会における問題点を知り、情報漏洩の経路や原因を理解する。
(2)情報セキュリティーの必要性と対策を理解する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第５回　文書作成法の理解
【　到達目標　】
(1)文書の構成の知識と文書作成ソフトウェアの知識を理解する。
(2)テキストデータ作成と編集について理解する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第６回　文書作成の方法
【　到達目標　】
(1)Wordによる文書レイアウトの操作に関する知識を得る。
(2)文書のレイアウト方法や編集について理解する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第７回　ビジュアル表現法の理解
【　到達目標　】
(1)文書上のオブジェクトについて理解する。
(2)文書上の画像コンテンツのレイアウト方法を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第８回　ビジュアル表現の方法
【　到達目標　】
(1)文書上の図形描画（ドロー系コンテンツ）を習得する。
(2)文書の印刷方法について理解し、習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第９回　数値分析・データ加工法の理解
【　到達目標　】
(1)コンピュータによるデータの蓄積と分析の知識を得る。
(2)表計算ソフトEXCELの基本操作ができるようになる。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第10回　数値分析・データ加工の方法
【　到達目標　】
(1)EXCELによるデータ分析、シートの編集・印刷についての知識を得る。
(2)数値計算・統計計算への応用ができるようになる。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第11回　プレゼンテーション法の理解
【　到達目標　】
(1)PCを使ったプレゼンテーションについて理解する。
(2)PowerPointによるスライド作成を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第12回　プレゼンテーションの方法１
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーション・スライドの応用的利用について理解する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第13回　プレゼンテーションの方法２
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーション・スライドの効果的利用方法を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第14回　OSとアプリケーションとファイルについての理解
【　到達目標　】
(1)OSとアプリケーションについての知識を得る。
(2)Word文書をPDF形式に保存する方法・EXCELをCSV形式に保存する方法等を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第15回　ファイルについての知識および管理の方法
【　到達目標　】
(1)ファイルについての知識および管理方法を習得する。
(2)様々な保存形式について理解する。
(3)提出課題ポートフォリオによるスキルの自己チェックを行う。
【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

【学修上の留意点】

単なるアプリケーションの活用と習得だけでなく、背景にある文書の構成やコンピュータの分析処理の基本的な知識や考え方を学び、情報機器の活用に必要となる情報倫理や著作権などの知識を学ぶことで、専門科目における活用の基礎となるスキルと知識を得ることを目標とする。

【教科書・参考書など】

別途、授業時に指示する。

【成績評価方法】

毎回の提出課題を１００％として評価する。

科 目 名	情報処理Ⅱ			担当者	牧　琢弥・水野　有希 竹内　由利子・西山　由紀	
英 文 名	Information Literacy Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR105・DLR105・HLR105・CLR105		卒業認定方針との関連	②③

【到達目標】

「情報処理Ⅰ」よりワンランク上の内容を学ぶ。Wordでは、より高度な文書作成（データの差し込み等）を学び、報告書や論文作成に活用できる操作を習得する。Excelでは、高度な計算に加えて、データの並べ替えや抽出等の操作を習得して活用できる。Power Pointでは、相手に伝わるプレゼンテーションを作るための工夫を学び、実際にプレゼンテーションを行うことができる。また、画像や映像ファイルの編集方法を学び、実際に撮影や録画したデータから作品を作り、情報発信することができる。さらに、ネットワークコンピューティング、OSやファイル管理、周辺機器やメディアについても理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
PCを実用的に利用できる高度な知識	実際に発生する問題の解決・判断と知識を習得し、実践することができる。	WebやPCの利用に関する問題意識と適切な判断と知識を取得し、説明することができる。	WebやPC利用上の適切さ・知識が欠如し、説明することができない。
アプリケーションの実際的問題を解決する力	実際の問題に対し、PCアプリやWebによる高度な解決能力を取得し、実践することができる。	PCアプリの実用的課題に対し自律的に計画できる能力を身につけ、説明することができる。	PCアプリによる実用的問題への解決能力が欠如し、説明することができない。
周辺機器を含めたPCの総合的な利用	高度なファイル管理やクラウドの設定を理解し、実践することができる。	ファイル管理・ネットワーク機器・クラウドの設定を標準的理解し、説明することができる。	ファイル管理・ネットワーク機器の利用知識が欠如し、説明することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　情報ツールとネットワーク・コンピューティング
【　到達目標　】
(1)情報端末機器とWebについての理解する。
(2)情報ツール、Wifiについて理解する。
(3)クラウド（Cloud）について理解する。
【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第２回　パソコンの構成と周辺機器
【　到達目標　】
(1)パソコンの構成を理解する。
(2)パソコンの周辺機器の用途や機能について理解する。
(3)パソコンの設定について理解する。
【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第３回　文書作成の方法（応用）
【　到達目標　】
(1)高度なワード文書の作成に必要な機能を理解する。
(2)文書上のオブジェクトの編集方法を習得する。
(3)校閲、参考資料の機能を理解し、操作方法を修得する。
【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第４回　ビジュアル表現の方法（応用）１
【　到達目標　】
(1)目的・用途に合わせた表や図形の編集方法を習得する。
(2)画像編集ソフトの活用を修得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第５回　ビジュアル表現の方法（応用）２
【　到達目標　】
(1)複雑な図形表現の方法を習得する。
(2)作成されたオブジェクトの利用方法を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第６回　ビジュアル表現の方法（応用）３
【　到達目標　】
(1)文書上のオブジェクトについて理解する。
(2)文書上の画像コンテンツのレイアウト方法を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第７回　数値データの分析１
【　到達目標　】
(1)EXCELの式と関数によるデータ処理を理解する。
(2)絶対参照の利用方法を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第８回　数値データの分析２
【　到達目標　】
(1)統計に必要な関数の利用方法を習得する。
(2)データに条件をつけて分析・表示させる方法を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第９回　数値データのビジュアル化
【　到達目標　】
(1)分析に適したグラフを理解する。
(2)分析結果をグラフで表現する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第10回　データベースのデータの活用
【　到達目標　】
(1)データベースについて理解する。
(2)データベースのデータを文書に差し込む方法を習得する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第11回　マルチメディアデータの取込と編集
【　到達目標　】
(1)知的財産権について理解する。
(2)マルチメディアのファイルについて理解する。
(3)マルチメディアをPCで取込む方法や編集ソフトの利用方法を習得する。
【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第12回　スライドを使ったプレゼンテーション１
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーション内容に適したスライド作成を理解する。
(2)グループワークによりプレゼンテーション用スライドを作成する。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第13回　スライドを使ったプレゼンテーション２
【　到達目標　】
(1) スライドの作成を完了する。
(2) プレゼンテーションを行うための資料作成を行う。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第14回　スライドを使ったプレゼンテーション３
【　到達目標　】
(1)スライドを使ってプレゼンテーションを行う。
(2)他のグループによる評価を行い、プレゼンテーションしたグループにフィードバックする。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

第15回　ファイル管理とPCの設定
【　到達目標　】
(1)高度なファイル操作・管理・設定を習得する。
(2)提出課題ポートフォリオによるスキルの自己チェックを行う。

【授業時間外学修】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

【学修上の留意点】

「情報処理Ⅰ」で学んだ事を踏まえて、アプリケーションのスキルアップをするとともに、ネットワーク・コンピューティングの仕組みと活用についての実践的知識を習得することで、専門科目、卒業研究などに活用可能な知識を得ることを目標とする。

【教科書・参考書など】

別途、授業時に指示する。

【成績評価方法】

毎回の提出課題を１００％として評価する。

科目名	国語表現Ⅰ	担当者	石元　みさと・井上　功太郎 並木　真理子
英文名	Japanese Composition and Rhetoric Ⅰ		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR106・DLR106・HLR106・CLR106		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

・国語力や読解力、文章力を養い、大学・社会生活の基盤となる言語運用能力を高めることを目的とする。
・自ら主体的に言語生活の充実を図るとともに、言葉に関する視野を広げ、実生活に活きて働く基本的なリテラシーを養う。
・文章を読んだり書いたりすることを通して、批判的思考力を養う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
言語運用能力を高める	十分な言語運用能力を得られた	標準的な言語運用能力を得られた	十分な言語運用能力を得られなかった
言語に関するリテラシーを養う	十分な言語リテラシーを得られた	標準的な言語リテラシーを得られた	十分な言語リテラシーを得られなかった
批判的思考力を養う	十分な批判的思考力を習得できた	批判的思考力を習得できた	批判的思考力を身につけられなかった

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション（授業概要理解・学習目標設定）
【　到達目標　】
この授業の目的とねらい、学習方法を理解し、各自が学習目標を設定する。

【授業時間外学修】授業内容を復習し、自身の立てた目標を達成するために必要なことをリストアップする。(4.0hr)

第２回　国語力（知識）を身につける①（敬語）
【　到達目標　】
・尊敬語、謙譲語、丁寧語の違いを理解する。

【授業時間外学修】
日常生活（他授業やアルバイト）での会話でも敬語を使えるようにする(4.0hr)

第３回　国語力（知識）を身につける②（文法）
【　到達目標　】
・「ら抜き言葉」「さ入れ言葉」の使用を防ぐために、動詞と助動詞の活用について学ぶ。

【授業時間外学修】
テレビやインターネットの中の「ら抜き言葉」「さ入れ言葉」を探してみる(4.0hr)

第４回　国語力（知識）を身につける③（仮名遣い・語彙）
【　到達目標　】
・送り仮名などの仮名遣いについて理解し、適切に使えるようにする。

【授業時間外学修】
SPIに頻出する「二語の関係」の問題に取り組む。(4.0hr)

第５回　国語力（知識）を身につける④（手紙・メール）
【　到達目標　】
・手紙のマナーや書き方について理解を深める。
・Eメールのマナーや書き方について理解する。

【授業時間外学修】
実際にEメールを作成してみる。(4.0hr)

第６回　読解力を身につける①（文章整序・長文読解）
【　到達目標　】
・文章の構成について理解し、文章整序問題に取り組む。

【授業時間外学修】
新聞記事や他授業で用いる教科書、論文なども積極的に読んでみる。(4.0hr)

第７回　読解力を身につける②（要約）
【　到達目標　】
・文章の話題を素早くつかみ、キーワードを押さえられるようにする。

【授業時間外学修】
新聞記事などの興味がある文章についても要約をしてみる。(4.0hr)

第８回　読解力を身につける③（根拠の検討、分析）
【　到達目標　】
・文章中の事実と意見を区別できるようにする。

【授業時間外学修】
教科書や論文などの文章についても分析をしてみる。(4.0hr)

第９回　文章力を身につける①（レポートの書き方）
【　到達目標　】
・構成について学ぶ。

【授業時間外学修】
新聞や書籍、インターネットなどからレポート執筆に必要な情報を集める。(4.0hr)

第10回　文章力を身につける②（成文化）
【　到達目標　】
・根拠や理由で主張に肉付けする。

【授業時間外学修】
書き上がったレポートは少し時間を置いてから読み直して推敲する。(4.0hr)

第11回　文章力を身につける③（接続詞）
【　到達目標　】
・接続詞や接続助詞の働きについて理解する。

【授業時間外学修】
新聞記事や評論を接続詞に注目して読む。(4.0hr)

第12回　文章力を身につける④（文構造）
【　到達目標　】
・主語述語を対応させて、文のねじれを防ぐ方法を学ぶ。

【授業時間外学修】
新聞記事や評論を主語述語に注目して読む。(4.0hr)

第13回　文章力を身につける⑤（反論）
【　到達目標　】
・他受講生が書いたレポートを読んで、気づいた点（良い点・疑問点・反論点・改善点など）を具体的に指摘できるようにする。

【授業時間外学修】
他受講生のレポートからの気づきを自分のレポートにも反映する。(4.0hr)

第14回　文章力を身につける⑥（修正）
【　到達目標　】
・レポートを読んだ他受講生からの指摘をふまえ、レポートがより良くなるように修正する。

【授業時間外学修】
書き上がったレポートは少し時間を置いてから読み直して推敲する。(4.0hr)

第15回　目標達成度確認・国語表現Ⅱへの課題
【　到達目標　】
自己評価により目標達成度を測り、国語表現Ⅱへの課題を確認する。

【授業時間外学修】
授業全体を振り返って、自己評価を行う。(4.0hr)

【学修上の留意点】

ほぼ毎時間、小テストやレポート提出、意見交換が課され、出欠を兼ねる。本授業は演習科目であるため、全時間を通して、実践的・体験的に「聞く・話す・書く・読む」を総合的に学ぶ授業展開となっている。またグループ・ワークを積極的に取り入れるため、授業や課題に対する主体的な参加を求める。欠席は特別な場合を除いて原則として考慮しないので、欠席授業分の学習課題は必ず提出すること。新聞や文庫等のさまざまなメディアを活用した学習課題に取り組むが、授業時間だけでは足りないので、各自が学習課題に対する自習時間の確保に努めること。手元に辞書を用意し、すぐに意味が調べられるようにすること(電子辞書も可、オンラインならばコトバンクやWeblioなどを利用することを推奨)。

【教科書・参考書など】

教科書：授業内にて適宜、資料を配布する。
参考図書：佐渡島紗織、坂本麻裕子、大野真澄編著（2015）『レポート・論文をさらによくする「書き直し」ガイド： 大学生・大学院生のための自己点検法29』大修館書店、佐渡島紗織ほか著（2020）『レポート・論文をさらによくする「引用」ガイド』大修館書店、宮武里衣（2022）『大学生のための日本語リテラシーとレポートライティング 初年次ゼミ対応テキストブック』ナカニシヤ出版

【成績評価方法】

毎回の提出物やグループワークの取り組み60%、試験課題40%

科目名	英語Ⅰ（基礎）	担当者	加賀　岳彦
英文名	English Ⅰ (Elementary)		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR107・DLR107・HLR107・CLR107		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

この授業では、英語の基礎を確認・再学習し、大学生向けの応用演習を行う。到達目標は次の３つである。１）基本語彙、基礎文法、重要構文、重要表現、発音を習得する。２）それらを踏まえて平易な英文が理解でき、また大学生に必要とされる日常的な英語コミュニケーションができるようになる。３）受講生各自がこれから主体的に自立（自律）して英語を学習していけるようになる。これらのための各種の演習を毎回行っていく。また受講生の必要に応じて、英語になじむための活動も行う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
英語の基礎的な語彙・文法を習得する	授業で学習した語彙・文法が身についている	授業で学習した語彙・文法が辞書・ノートを参照して理解・運用できている	授業で学習した語彙・文法が習得できていない
基礎的な英文を理解し、表現する	授業で学習した英文を辞書・ノートなしで理解・表現できる	授業で学習した英文を辞書・ノートを参照して理解・表現できる	授業で学習した英文を理解・表現できない
英語学習を主体的に行う	授業前・授業・授業後に自発的な学習を行う	自発的な学習を自分のペースで行う	自発的な学習姿勢が身についていない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーションおよびプレイスメントテストの実施
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の内容と目標を理解する。
受験上の注意点を把握し、集中して試験に取り組む。
自分はどのような技能が弱いかを自己分析する。
【授業時間外学修】
試験における反省点を把握し、教員の指示に従って次回からの授業の準備をする。(4.0hr)

第２回　英語基礎演習① Be More Polite (1)
【　到達目標　】
大学生の使う英語には「丁寧さ」が求められる。初対面の人とのコミュニケーションで用いる politeな表現を実践的に学習する。
また日常生活で頻繁に使う表現や疑問文の politeな表現の仕方を練習し、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

第３回　英語基礎演習② Be More Polite (2)
【　到達目標　】
前回学習した内容を応用して、さらに英語でpoliteに表現する方法・知識を学習し、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

第４回　英語基礎総合演習③　My Major & Degree (1)
【　到達目標　】
「大学生」の自己紹介は、高校生の時と同じであってはならない。大学生になった自分を英語で自己紹介し、自分を理解してもらうための「大学生ヴァージョン」の表現を実践的に学ぶ。
また自分の「専門」や将来の希望を英語で表現する方法・語彙を習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

第５回　英語基礎演習④　My Major & Degree (2)
【　到達目標　】
前回の学習内容を応用して、さらに「大学生になった」自分のこと、専門、将来の希望等を明確に英語で表現する方法を習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。(4.0hr)

第６回　英語基礎演習⑤　My Sports/Dance Experiences (1)
【　到達目標　】
自分が行ってきた、あるいは行っているスポーツ・ダンスなどの「経験」を、分かりやすく的確に英語で表現する方法を学び、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

第７回　英語基礎演習⑥　My Sports/Dance Experiences (2)
【　到達目標　】
前回の学習内容を応用して、さらに自分のスポーツ・ダンスの経験、およびそれに付随するさまざまな「経験」を英語でどのように表現するかを学び、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。(4.0hr)

第８回　英語基礎演習⑦　Review (1)
【　到達目標　】
第2回から第7回までの総復習を行い、各自の弱点を把握するとともに、ここまで学習した知識をさらに拡充させる。
【授業時間外学修】
総復習の内容をもう一度点検する。(4.0hr)

第９回　英語基礎演習⑧　My Habit (1)
【　到達目標　】
「習慣」がその人をつくるとよく言われる。とすれば「習慣」も重要な「自己」の一部である。この回では自分の生活上の「習慣」に関する語彙・英語表現を学び、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

第10回　英語基礎演習⑨　My Habit (2)
【　到達目標　】
前回の内容に引き続き、自分の生活上の「習慣」に関する語彙・英語表現を、アクティヴィティを通じてさらに広く学び、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

第11回　英語基礎演習⑩ My Personality (1)
【　到達目標　】
自分の「性格・個性」を英語で表現できる日本人は少ない。自分の性格を簡潔かつ平易に英語で表現するための語彙・文のつくり方、表現法を実践的に学び、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、担当教員の指示に従って予習を行う。(4.0hr)

第12回　英語基礎演習⑪　My Personality (2)
【　到達目標　】
前回の学習内容を応用して、自分のみならず、他者の性格・個性を理解するのに必要かつ有効な語彙・表現方法を実践的に学び、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。(4.0hr)

第13回　英語基礎演習⑫　My Health (1)
【　到達目標　】
「健康」は世界の誰とでも共有できるテーマである。国際的な自分の「健康状態」を伝えたり「体調不良」を英語で表現する際に有用な語彙・表現法を実践的に学習し、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、担当教員の指示に従って予習を行う。(4.0hr)

第14回　英語基礎演習⑬　My Health (2)
【　到達目標　】
前回の学習内容を応用して、自分が「健康のために」どのようなことに注意したり行っているかを英語で表現する演習を行い、その語彙・表現法を習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。(4.0hr)

第15回　英語基礎演習⑭　Review (2)
【　到達目標　】
第9回から第14回までの総復習を行い、各自の弱点を把握するとともに、ここまで学習した知識をさらに拡充させる。
【授業時間外学修】
総復習の内容をもう一度点検する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・予習・復習を継続し、毎回の授業で課される課題（口頭パフォーマンス、筆記テスト、その他の各種課題）にしっかりと取り組むこと。課題の結果は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。
・授業ではノートづくりを行うので、各自、この授業専用のノートを用意すること。

【教科書・参考書など】

授業用のハンドアウトを使用する。
辞書を持参すること（電子辞書可）。

【成績評価方法】

原則として、授業で行う各種課題および各種試験を100%として評価する。

科目名	英語Ⅰ（初級）			担当者	加藤　万紀子	
英文名	English Ⅰ (Lower-Intermediate)					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR108・DLR108・HLR108・CLR108		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

この授業では、英語の基礎知識の復習・確認をしながら、基礎的な英語の理解力・表現力・コミュニケーション力の全体的な向上・拡充を目指す。また聞いたこと、読んだことを理解し、要約する技能統合スキルを育てる練習も行っていく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
英語の語彙・表現	語彙・表現を理解し、正しく使用できる。	教科書・辞書を参照しながら語彙・表現を理解し、正しく使用できる。	語彙・表現の理解が不十分で正しく使用できない。
英語のリスニング・リーディング	英語の特徴を理解し、英語を聞いたり読んだりできる。	英語の特徴を必要最低限理解し、英語を聞いたり読んだりできる。	英語の特徴について理解が不十分で聞いたり読んだりできない。
日常生活・一般生活レベルの英語表現	簡単な英語を使用して英語で表現できる。	辞書や資料等を参考にしながら、簡単な英語を使用して英語で表現できる。	理解が不十分で英語で表現できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーションおよびプレイスメントテストの実施
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の内容と目標を理解する。
受験上の注意点を把握し、集中して試験に取り組む。
自分はどのような技能が弱いかを自己分析する。
【授業時間外学修】
試験における反省点を把握し、教員の指示に従って次回からの授業の準備をする。(4.0hr)

第２回　英語初級総合演習①
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 1）〉
テーマ：A New Way to Wake Up　文法事項：形式主語や形式目的語のit
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第３回　英語初級総合演習②
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 2）〉
テーマ：Choosing a “Sub-Circle” at College　文法事項：WH-Questions の作り方
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第４回　英語初級総合演習③
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 3）〉
テーマ：Pizza Party Etiquette　文法事項：比較級・最上級の不規則変化
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第５回　英語初級総合演習④
【　到達目標と学修内容（テキストUnit 4）】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 4）〉
テーマ：Why Do Young People Love Starbucks?　文法事項：集合名詞
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第６回　英語初級総合演習⑤
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 5）〉
テーマ：Gift Certificates in Convenience Stores　文法事項：和製英語
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第７回　英語初級総合演習⑥
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 6）〉
テーマ：Gift Exchange Party-What Present Would You Buy?　文法事項：仮定法過去
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第８回　英語初級総合演習⑦
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 7）〉
テーマ：Is Learning How to Drive a Manual Car Necessary?　文法事項：書き言葉thusの主な使い方
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第９回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑧
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 8）〉
テーマ：Eating While Walking　文法事項：　知覚動詞
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第10回　英語初級総合演習⑨
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 9）〉
テーマ：How Do You Keep Your Keys?　文法事項：　反対語
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第11回　英語初級総合演習⑩
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit10）〉
テーマ：Tablet-Based Lessons Versus Paper Textbook-Based Lessons　文法事項：　副詞
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第12回　英語初級総合演習⑪
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 11）〉
テーマ：Where Do You Want To Go?　文法事項：動名詞の役割
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第13回　英語初級総合演習⑫
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 12）〉
テーマ：Is Shaking Hands Finished?　文法事項：主語＋used to＋動詞の原型
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第14回　英語初級総合演習⑬
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 13）〉
テーマ：Unusual Souvenirs That Foreign Visitors Buy in Japan　文法事項：日本文化紹介
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第15回　英語初級総合演習⑭
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 14）〉
テーマ：Smartphone Charging　文法事項：再帰代名詞による強調用法
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題に取り組む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

英語辞書を必ず持参すること（紙の辞書または電子辞書）。
主体的に授業に参加すること。
授業内で与えられた課題・毎週行うWeekly Quizに積極的に取り組むこと。教員はこれに対してフィードバックをおこなう。
各自予習・復習を継続しておこなうこと。

【教科書・参考書など】

『Read On. Think On 超入門、考える基礎英語読本』Jonathan Lynch, Atsuko Yamamoto, Kanako Watanabe著、三修社、価格2,000円+税

【成績評価方法】

平常点50%、試験25%、課題25%を原則とし、総合的に評価する。

科 目 名	英語Ⅰ（中級）			担当者	中村　大輔	
英 文 名	English Ⅰ (Intermediate)					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1	／選択の区別	教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR109・DLR109・HLR109・CLR109		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

この授業では、英語の基礎知識(語彙・文法・発音等)を踏まえて、コミュニケーションの実践および学術研究に発展していけるようになるための英語力の養成を図る。また受講生が自立的学習を行っていけるようになるための学習指導や、知識・視野を広げるための海外事情・国際教養にも言及する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
英語基礎知識の強化	高校レベル以上の英語基礎知識を習得できる	高校レベルでの未習得知識を習得できる	高校レベルでの未習得知識を習得できない
英語receptive skillsの熟達	授業で扱ったトピックに関して授業外で listening・readingを基礎レベルで運用できる	授業で扱ったトピックに関して授業内で listening・readingを基礎レベルで運用できる	reading・speakingを基礎レベルで運用できない
自立学習の促進	授業外で積極的に英語を学習する意欲を持つ	授業外で英語を予習する意欲を持つ	授業外で英語を学習する意欲を持たない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーションおよびプレイスメントテストの実施
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の内容と目標を理解する。
受験上の注意点を把握し、集中して試験に取り組む。
自分はどのような技能が弱いかを自己分析する。
【授業時間外学修】
試験における反省点を把握し、教員の指示に従って次回からの授業の準備をする。(4.0hr)

第２回　Introduction　英語総中級合演習①: Unit 1: Roomates (1)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第３回　英語総中級合演習②: Unit 1: Roommates (2)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第４回　英語中級総合演習③: Unit 2: Checking out (1)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第５回　英語中級総合演習④: Unit 2: Checking out (2)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第６回　英語中級総合演習⑤: Unit 3: Get in Shape (1)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第７回　英語中級総合演習⑥: Unit 3: Get in Shape (2)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第８回　英語中級総合演習⑦: Unit 4: Money Manegement (1)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第９回　英語中級総合演習⑧: Unit 4: Money Manegement (2)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第10回　英語中級総合演習⑨: Unit 5: Close Ties (1)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第11回　英語中級総合演習⑩: Unit 5: Close Ties (2)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第12回　英語中級総合演習⑪: Unit 6: Time to Celebrate (1)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第13回　英語中級総合演習⑫: Unit 6: Time to Celebrate (2)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第14回　英語中級総合演習⑬: Unit 7:Animals in Danger (1)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第15回　英語中級総合演習⑭: Unit 7: Animals in Danger (2)
【　到達目標　】
演習を通して、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に必要なスキルを身につける。
強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
Unit1-14の復習（4.0 hr）

【学修上の留意点】

予習をして授業に参加すること。授業時の私語を慎むこと。

【教科書・参考書など】

角山　照彦, Andrey Dubinsky, David Edward Keane.(2018). New Connection.Book 2. CEFR A2-B1.『４技能を高める英語演習』. 成美堂

【成績評価方法】

平常点（授業内発表、小テスト等）50%、試験50%で判断する。

科 目 名	英語Ⅱ（基礎）			担当者	加賀　岳彦	
英 文 名	English Ⅱ (Elementary)					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1	／選択の区別	教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR110・DLR110・HLR110・CLR110		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

この授業の到達目標は次の３つである。
1）「英語Ⅰ（基礎）」を踏まえて、さらに英語の語彙、文法、重要構文、重要表現、発音等を習得する。
2）大学生（および社会人）にとって必要な英語の基礎的な理解力・表現力・コミュニケーション力を向上させる。
3）これから受講生が主体的に自立（自律）して英語を学習していけるようになる。
そのための各種の演習を毎回行う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
英語の基礎的な語彙・文法を習得する	授業で学習した語彙・文法が身についている	授業で学習した語彙・文法が辞書・ノートを参照して理解・運用できている	授業で学習した語彙・文法が習得できていない
基礎的な英文を理解し、表現する	授業で学習した英文を辞書・ノートなしで理解・表現できる	授業で学習した英文を辞書・ノートを参照して理解・表現できる	授業で学習した英文を理解・表現できない
英語学習を主体的に行う	授業前・授業・授業後に自発的な学習を行う	自発的な学習を自分のペースで行う	自発的な学習姿勢が身についていない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業説明および英語基礎演習①
【　到達目標　】
この授業の目標・内容・計画を確認する。
受講生各自が、自己の英語学習の改善点を意識し、自立的学習を行っていけるよう方向づけを行う。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

第２回　英語基礎演習②　Specific Questions (1)
【　到達目標　】
他者とコミュニケーションをするとき疑問文は欠かせない表現形式であり、情報をさらに細かく知りたいときはそれに適した表現をしなければならない。この回では、受講生が既に学んだ質問文・疑問文を、より細かく聞いていく際に必要な英語表現の技法を実践的に学び、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

第３回　英語基礎演習③　Specific Questions (2)
【　到達目標　】
前回に引き続き、さまざまな質問文・疑問文を、より細かく聞いていく際に必要な英語表現の技法を実践的に学び、習得する。特に語彙面の習得を重視する。

【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

第４回　英語基礎演習④　Specific Questions (3)
【　到達目標　】
前回に引き続き、さまざまな質問文・疑問文を、より細かく聞いていく際に必要な英語表現の技法を実践的に学び、習得する。今回は、相手にとって失礼だったりぶしつけにならない常識的で丁寧な疑問文の作り方を重点的に学ぶ。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、予習を行う。(4.0hr)

第５回　英語基礎演習⑤　Thanking & Apologizing (1)
【　到達目標　】
英語での感謝表現はThank you.だけではない。大学生から社会人まで知っておくべき様々な「感謝表現」を実践的に学び、習得する。

【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

第６回　英語基礎演習⑥　Thanking & Apologizing (2)
【　到達目標　】
人間はミスを犯せば「謝罪」しなければならない。英語には I'm sorry.以外にも「謝罪」の表現がさまざまにある。この回では英語の多様な謝罪表現を実践的に学び、習得する。

【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、予習を行う。(4.0hr)

第７回　英語基礎演習⑦　Super Politeness
【　到達目標　】
人に何かを頼んだり依頼する際は「丁寧」でなければならないし、それが初対面の人や関係が遠い人に対してはなおさらである。この回では、英語でも最上レベルの丁寧表現を使った依頼の仕方を実践的に学習し、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。(4.0hr)

第８回　英語基礎演習⑧　Review (1)
【　到達目標　】
第2回から第7回までの総復習を行い、各自の弱点を把握するとともに、ここまで学習した知識をさらに拡充させる。

【授業時間外学修】
総復習の内容をもう一度点検する。(4.0hr)

第９回　英語基礎演習⑨　Expressing Emotions
【　到達目標　】
英語による「感情表現」を学ぶ。その語彙と表現法を実践的に学び、習得する。

【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

第10回　英語基礎演習⑩　Advice & Encouragement (1)
【　到達目標　】
よりよい人間関係を築くためには「アドバイス」や「励まし」は欠かせない。この回では、相手に「アドバイス」を求めたり、「アドバイス」を与えたりする際に有用な語彙・表現法を実践的に学び、習得する。
【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

第11回　英語基礎演習⑪　Advice & Encouragement (2)
【　到達目標　】
英語には「励まし」の表現が豊富にある。今回はさまざまな「励まし」の表現、およびそれにもちいる語彙を実践的に学び、習得する。

【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、予習を行う。(4.0hr)

第12回　英語基礎演習⑫　Judgement & Opinion (1)
【　到達目標　】
人は日々刻々と何らかの「判断」を下しながら生きている。この回では、日常生活レベルでよく用いる「判断」を表す語彙を学び、文を作って練習し、習得する。

【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

第13回　英語基礎演習⑬　Judgement & Opinion (2)
【　到達目標　】
前回の Judgementを基に、この回では自分の「意見」を構成する練習を行う。そのための語彙、表現方法を学び、習得する。

【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、予習を行う。(4.0hr)

第14回　英語基礎演習⑭　New Goals
【　到達目標　】
大学生の自分が今抱いている様々な「目標」を英語で語れるようになることを目指す。「目標」を表現するのに有用な語彙、表現方法を学習し、習得する。

【授業時間外学修】
授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。(4.0hr)

第15回　英語基礎演習⑮ Review (2)
【　到達目標　】
第9回から第14回までの総復習を行い、各自の弱点を把握するとともに、ここまで学習した知識をさらに拡充させる。

【授業時間外学修】
総復習の内容をもう一度点検する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・予習・復習を継続し、毎回の授業で課される課題（口頭パフォーマンス、筆記テスト、その他の各種課題）にしっかりと取り組むこと。課題の結果は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。
・授業ではノートづくりを行うので、各自、この授業専用のノートを用意すること。

【教科書・参考書など】

授業用のハンドアウトを使用する。
辞書を持参すること（電子辞書可）。

【成績評価方法】

原則として、授業で行う各種課題（口頭課題も含む）の結果を50%、授業内の各種試験の結果を50%として評価する。

科目名	英語Ⅱ（初級）			担当者	加藤　万紀子	
英文名	English Ⅱ (Lower-Intermediate)					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR111・DLR111・HLR111・CLR111		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

この授業では、「英語Ⅰ（初級）」を踏まえ、さらに日常生活・一般常識レベルの英語の理解力・コミュニケーション力の全体的な向上・拡充を目指す。また聞いたこと、読んだことを理解し、要約する技能統合スキルを育てる練習も行っていく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
英語の語彙・表現	語彙・表現を理解し、正しく使用できる。	教科書・辞書を参照しながら語彙・表現を理解し、正しく使用できる。	語彙・表現の理解が不十分で正しく使用できない。
英語のリスニング・リーディング	英語の特徴を理解し、英語を聞いたり読んだりできる。	英語の特徴を必要最低限理解し、英語を聞いたり読んだりできる。	英語の特徴について理解が不十分で聞いたり読んだりできない。
日常生活・一般生活レベルの英語表現	簡単な英語を使用して英語で表現できる。	辞書や資料等を参考にしながら、簡単な英語を使用して英語で表現できる。	理解が不十分で英語で表現できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　イントロダクション・英語初級総合演習①
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の内容と目標を確認する。
授業時間外学習の方法を振り返り、継続・改善する点を把握する。
基礎的なレベルの英語運用能力を身につける。「英語Ⅰ（初級）」の復習を行う。
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第２回　英語初級総合演習②
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 1）〉
テーマ：Introduction
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第３回　英語初級総合演習③
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 2）〉
テーマ：Daily Routines
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第４回　英語初級総合演習④
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 3）〉
テーマ：Ongoing Actions
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第５回　英語初級総合演習⑤
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 4）〉
テーマ：People at Work
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第６回　英語初級総合演習⑥
【　到達目標　】
英語の語彙・表現について学び、基礎的な英語運用能力を身につける。
〈学修内容（テキストUnit 5）〉
テーマ：Past Actions
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第７回　英語初級総合演習⑦
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 6）〉
テーマ：Skills & Abilities
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第８回　英語初級総合演習⑧
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 7）〉
テーマ：Time
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第９回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑨
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 8）〉
テーマ：Companies
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第10回　英語初級総合演習⑩
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 9）〉
テーマ：Money
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第11回　英語初級総合演習⑪
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 10）〉
テーマ：Part一Time Jobs & Intenships
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第12回　英語初級総合演習⑫
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 11）〉
テーマ：At a Store
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第13回　英語初級総合演習⑬
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 12）〉
テーマ：In an Office
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第14回　英語初級総合演習⑭
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 13）〉
テーマ：Thoughts
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第15回　英語初級総合演習⑮
【　到達目標　】
基礎的な英語運用能力をさらに向上させる。
〈学修内容（テキストUnit 14）〉
テーマ：Experience
【授業時間外学修】
授業内容を復習し、課題に取り組む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

英語辞書を必ず持参すること（紙の辞書または電子辞書）。
主体的に授業に参加すること。
授業内で与えられた課題・毎週行うWeekly Quizに積極的に取り組むこと。教員はこれに対してフィードバックをおこなう。
各自予習・復習を継続しておこなうこと。

【教科書・参考書など】

『Put Your English into Action』石井洋佑 著、三修社、価格本体 2,530円(2,300円＋税)

【成績評価方法】

平常点50%、試験25%、課題25%を原則とし、総合的に評価する。

科 目 名	英語Ⅱ（中級）	担当者	中村　大輔
英 文 名	English Ⅱ (Intermediate)		

単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR112・DLR112・HLR112・CLR112		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

この授業では、「英語Ⅰ（中級）」を踏まえて、英語のコミュニケーションの実践および英語を用いた学術研究に発展していけるようになるための英語力の養成を図る。また、受講生が自立的学習を行っていけるようになるための学習指導や、知識・視野を広げるための海外事情・国際教養にも言及する。 さらに、speaking 及び writingの育成を図る活動を適宜導入し、基礎的な英語productive skillsの習得を図る。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
発展的英語知識の獲得	初歩的な学術英語表現を獲得できる	日常生活における発展的英語表現を獲得できる	高校レベル以上の知識を獲得できない
英語receptive skillsの熟達	授業で扱っていないトピックに関するlistening・readingで発展的英語知識を運用できる	授業で扱ったトピックに関するlistening・readingで発展的英語知識を運用できる	listening・readingを基礎レベルで運用できない
自立学習におけるテーマの発展	自ら興味を抱いたテーマを継続的に学習できる	授業で扱ったテーマを自ら継続的に学習できる	授業で扱ったテーマを継続的に学習できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　Introduction 英語中級総合演習①: Unit 8: A Fine Art (1)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第２回　英語中級総合演習②: Unit 8: A Fine Art (2)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第３回　英語中級総合演習③: Unit 9: Tune in (1)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第４回　英語中級総合演習④: Unit 9: Tune in (2)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第５回　英語中級総合演習⑤: Unit 10: Music to Our Ears (1)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第６回　英語中級総合演習⑥: Unit 10: Music to Our Ears (2)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第７回　英語中級総合演習⑦: Unit 11: Study Abroad (1)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）□

第８回　英語中級総合演習⑧:　Unit 11: Study Abroad (2)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第９回　英語中級総合演習⑨: Unit 12: Technology and You (1)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第10回　英語中級総合演習⑩: Unit 12: Technology and You (2)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第11回　英語中級総合演習⑪: Unit 13: Right and Wrong (1)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第12回　英語中級総合演習⑫: Unit 13: Right and Wrong (2)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第13回　英語中級総合演習⑬: Unit 14: Your Career starts now (1)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）

第14回　英語中級総合演習⑭:　Unit 14: Your Career starts now (2)
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。
【授業時間外学修】
Unit 8-14の復習（4.0 hr）□

第15回　英語中級総合演習⑮: 発展的課題
【　到達目標　】
演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーション及び学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。
獲得した発展的英語知識を初見の課題で積極的に活用する。
【授業時間外学修】
授業内容の復習（4.0 hr）□

【学修上の留意点】

予習をして授業に参加すること。授業時の私語を慎むこと。

【教科書・参考書など】

角山　照彦, Andrey Dubinsky, David Edward Keane.(2018). New Connection.Book 2. CEFR A2-B1.『４技能を高める英語演習』. 成美堂

【成績評価方法】

平常点（授業内発表、小テスト等）50%、試験50%で判断する。

科目名	国語表現Ⅱ		担当者	石元　みさと・井上　功太郎 並木　真理子		
英文名	Japanese Composition and Rhetoric Ⅱ					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR201・DLR201・HLR201・CLR201		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

・国語表現Ⅰで培った国語力や読解力、文章力の基礎的・基本的な知識を基に、大学・社会生活の基盤となる言語運用能力の一層の伸長を図るとともに、アカデミック・ライティングについての学びを深める。
・新聞やインターネットを活用し、メディア・リテラシーや情報リテラシーを身につける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
言語運用能力を高める	十分な言語運用能力を得られた	標準的な言語運用能力を得られた	十分な言語運用能力を得られなかった
言語に関するリテラシーを養う	十分な言語リテラシーを得られた	標準的な言語リテラシーを得られた	十分な言語リテラシーを得られなかった
アカデミック・ライティングについて	理解して活用できた	理解できた	理解できなかった

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション（授業概要理解・学習目標設定）
【　到達目標　】
国語表現Ⅰでの学習を振り返り、各自が学習目標を設定する。

【授業時間外学修】
興味や関心のある新聞記事を探す。(4.0hr)

第２回　国語力（知識）を身につける①（敬語）
【　到達目標　】
・尊敬語、謙譲語、丁寧語の違いを理解する。
・場面ごとに敬語を適切に使えるようにする。

【授業時間外学修】
日常生活（他授業やアルバイト）での会話でも敬語を使えるようにする(4.0hr)

第３回　国語力（知識）を身につける②（文法）
【　到達目標　】
・「ら抜き言葉」「さ入れ言葉」の使用を防ぐために、動詞と助動詞の活用について学ぶ。
・使役表現、可能表現を適切に使えるようにする。

【授業時間外学修】
テレビやインターネットの中の「ら抜き言葉」「さ入れ言葉」を探してみる(4.0hr)

第４回　国語力（知識）を身につける③（仮名遣い・語彙）
【　到達目標　】
・送り仮名などの仮名遣いについて理解し、適切に使えるようにする。
・語彙力を養うために、類義語や対義語などについて学ぶ。

【授業時間外学修】
SPIに頻出する「二語の関係」の問題に取り組む。(4.0hr)

第５回　読解力を身につける①（文章整序・長文読解）
【　到達目標　】
・文章の構成について理解し、文章整序問題に取り組む。
・接続詞やキーワードについて学び、長文読解に取り組む。

【授業時間外学修】
新聞記事や他授業で用いる教科書なども積極的に読んでみる。(4.0hr)

第６回　読解力を身につける②（専門的な文章を読む）
【　到達目標　】
・論文などの専門的な文章であっても、話題を素早くつかみ、キーワードを押さえられるようにする。

【授業時間外学修】
新聞記事や他授業で用いる教科書なども積極的に読んでみる。(4.0hr)

第７回　読解力を身につける②（要約）
【　到達目標　】
・文章の話題を素早くつかみ、キーワードを押さえられるようにする。
・文と文とのつながりを考えながら、一つの文章として読めるように要約する。

【授業時間外学修】
新聞記事などの興味がある文章についても要約をしてみる。(4.0hr)

第８回　読解力を身につける③（根拠の検討、分析）
【　到達目標　】
・文章中の事実と意見を区別できるようにする。
・客観的な事実・データを根拠にした理由に説得力があるか検討、分析する。

【授業時間外学修】
教科書や論文などの文章についても分析をしてみる。(4.0hr)

第９回　アカデミック・ライティングの基礎①（レポートの書き方）
【　到達目標　】
・構成について学ぶ。
・構成メモ（設計図）を書く。

【授業時間外学修】
新聞や書籍、インターネットなどからレポート執筆に必要な情報を集める。(4.0hr)

第10回 アカデミック・ライティングの基礎②（成文化）
【　到達目標　】
・根拠や理由で主張に肉付けする。
・話し言葉や原稿用紙の使い方に注意してレポートを書き上げる。

【授業時間外学修】
書き上がったレポートは少し時間を置いてから読み直して推敲する。(4.0hr)

第11回　文章力を身につける①（接続詞）
【　到達目標　】
・接続詞や接続助詞の働きについて理解する。
・前後の文脈を考えて適切に接続詞・接続助詞を使えるようにする。

【授業時間外学修】
新聞記事や評論を接続詞に注目して読む。(4.0hr)

第12回　文章力を身につける②（文構造）
【　到達目標　】
・主語述語を対応させて、文のねじれを防ぐ方法を学ぶ。
・修飾語について理解する。

【授業時間外学修】
新聞記事や評論を主語述語に注目して読む。(4.0hr)

第13回　文章力を身につける③（反論）
【　到達目標　】
・他受講生が書いたレポートを読んで、気づいた点（良い点・疑問点・反論点・改善点など）を具体的に指摘できるようにする。

【授業時間外学修】
他受講生のレポートからの気づきを自分のレポートにも反映する。(4.0hr)

第14回　文章力を身につける④（修正）
【　到達目標　】
・レポートを読んだ他受講生からの指摘をふまえ、レポートがより良くなるように修正する。

【授業時間外学修】
書き上がったレポートは少し時間を置いてから読み直して推敲する。(4.0hr)

第15回　目標達成度確認・今後の言語生活に向けて
【　到達目標　】
自己評価により目標達成度を測り、今後の言語生活に対する見通しを持つ。

【授業時間外学修】
授業全体を振り返って、自己評価を行う。(4.0hr)

【学修上の留意点】

ほぼ毎時間、小テストやレポート提出、意見交換が課され、出欠を兼ねる。本授業は演習科目であるため、全時間を通して、実践的・体験的に「聞く・話す・書く・読む」を総合的に学ぶ授業展開となっている。またグループ・ワークを積極的に取り入れるため、授業や課題に対する主体的な参加を求める。欠席は特別な場合を除いて原則として考慮しないので、欠席授業分の学習課題は必ず提出すること。新聞や文庫等のさまざまなメディアを活用した学習課題に取り組むが、授業時間だけでは足りないので、各自が学習課題に対する自習時間の確保に努めること。手元に辞書を用意し、すぐに意味が調べられるようにすること(電子辞書も可、オンラインならばコトバンクやWeblioなどを利用することを推奨)。

【教科書・参考書など】

教科書：授業内にて適宜、資料を配布する。
参考図書：佐渡島紗織、坂本麻裕子、大野真澄編著（2015）『レポート・論文をさらによくする「書き直し」ガイド： 大学生・大学院生のための自己点検法29』大修館書店、佐渡島紗織ほか著（2020）『レポート・論文をさらによくする「引用」ガイド』大修館書店、宮武里衣（2022）『大学生のための日本語リテラシーとレポートライティング 初年次ゼミ対応テキストブック』ナカニシヤ出版

【成績評価方法】

毎回の提出物やグループワークの取り組み60%、試験課題40%

科 目 名	栄養学入門			担当者	古泉　佳代	
英 文 名	Primary Nutrition					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE101・DLE101・HLE101・CLE101		卒業認定方針との関連	①

【到達目標】

食生活は心身の健康と密接な関わりがあり、そのバランスや豊かさが生活の安定に直結する。特に幼少期からの食生活習慣の形成は、そのあとに続く成人期、高齢期の生活と健康に重要な意味を持ち、また、食は心の健康や社会生活にも大きな影響を及ぼす。
本授業では、栄養に関する基本的な知識を学ぶことを目的とし、「正しく食べる」ことの意味とその影響について考え、受講生自身の食生活への意識、行動も高めることをねらいとする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
食生活を取り巻く環境に関する基礎事項	食生活を取り巻く環境を理解し、自らの言葉で説明できる	食生活を取り巻く環境を理解し、教科書及び資料を用いて説明できる	食生活を取り巻く環境を理解できない
食生活と健康に関する基礎事項	栄養素に関する基礎事項を理解し、自らの言葉で説明できる	栄養素に関する基礎事項を理解し、教科書及び資料を用いて説明できる	栄養素に関する基礎事項を理解できない
食生活と文化に関する基礎事項	フードリテラシーや、味わい、食文化を理解し、自らの言葉で説明できる	フードリテラシーや、味わい、食文化を理解し、教科書及び資料を用いて説明できる	フードリテラシー、味わい、食文化を理解できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス・食生活と社会環境
【　到達目標　】
(1)自分の食生活を振り返り、食べることについて考えることができる。
(2)食生活は色々な環境が関係していることに気付く。

【授業時間外学修】
毎日の食事から食生活を振り返り、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第２回　食を取り巻く環境の変化
【　到達目標　】
(1)フードシステムの複雑化にともなって生じている食生活の課題を認識する。

【授業時間外学修】
食に関するニュースを検索し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第３回　食料の供給と課題
【　到達目標　】
(1)食料自給率の低下とその背景を理解する。
(2)農業再生に向けた取組みの現状を把握する。

【授業時間外学修】
フードロスに関するニュースを検索し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第４回　食品の安全性①食中毒・リスク分析
【　到達目標　】
(1)食品由来の危害要因と健康へのリスクについて理解する。
(2)食中毒とその危害要因、食中毒の予防について知識を得て行動できるようにする。
(3)リスク分析の考え方と3つの構成要素について理解する。
【授業時間外学修】
食中毒予防を実践し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第５回　食品の安全性②食品の安全性を確保するための制度
【　到達目標　】
(1)わが国の食品の安全性を確保するための法律と制度について知る。
(2)食品の容器・包装の表示を読み、表示の役割について考えることができる。
(3)食品の安全性やフードシステムについて、ディスカッションできる。
【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第６回　食生活と健康①食物と栄養（栄養バランス）
【　到達目標　】
(1)栄養バランスの評価方法を理解し、栄養バランスの良い食事を考えることができる。

【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第７回　食生活と健康②炭水化物
【　到達目標　】
(1)炭水化物の種類、代謝を理解できる。
(2)炭水化物の種類を理解することができる。

【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第８回　食生活と健康③食物と栄養（脂質）
【　到達目標　】
(1)脂質の種類、代謝を理解できる。
(2)脂質の摂取方法について考えることができる。

【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第９回　食生活と健康⑧食生活と健康
【　到達目標　】
(1)青年期の食生活と健康との関わりについて理解する。
(2)エネルギーバランスからウエイトコントロールを考えることができる。
(3)栄養バランスの良い食事をするために重要な点についてディスカッションできる。
【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第10回　食生活と健康⑥たんぱく質
【　到達目標　】
(1)たんぱく質の種類、代謝を理解できる。
(2)たんぱく質の摂取方法について考えることができる。

【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第11回　食生活と健康⑦ビタミン・ミネラル・水
【　到達目標　】
(1)ビタミン・ミネラルの種類、代謝を理解できる。
(2)水の出納を理解できる。
(3)ビタミン、ミネラル、水の摂取方法について考えることができる。
【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第12回　食生活と健康⑨食の情報を読み解くリテラシー・飲み物の糖度
【　到達目標　】
(1)食情報のリテラシーの重要性について理解する。
(2)「健康食品」の表示の実態を知り、問題点について指摘できるようにする。
(3)飲み物の糖度について理解できる。(4)糖質の摂取方法について考え、ディスカッションできる。
【授業時間外学修】
健康によい根拠は何かを考え、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第13回　食生活と文化①食物のおいしさ
【　到達目標　】
(1)おいしさの要因や味わい教育、おいしさの表現方法について知る。
(2)おいしさの要因を理解することができる。
(3)おいしさについて、ディスカッションできる。
【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第14回　食生活と文化②日本の食文化・共食の現代的課題
【　到達目標　】
(1)自然環境と歴史のなかで、日本食文化がどのように形成されたかを理解できる。
(2)共食の意義と家族や地域における共食の歴史変遷を知り、有効的な活用について考えることができる。
【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第15回　食育とフード・リテラシー
【　到達目標　】
(1)わが国における食育の推進について、現状と課題を理解できる。
(2)フード・リテラシーとは何か、自分らしい「食」を実現し、「食」を楽しむために、どのようなリテラシーが必要か考えることができる。
【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、フード・リテラシーを生かした食生活を実践する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義の要点を示し、口頭で詳細を説明する。受講生は、授業前までにGoogleドライブにアップされた資料をダウンロード、印刷等で用意し、各自準備する必要がある。授業内では、教科書で単語や事例を確認しながら理解を深めていく。本講義を理解するためには、自分自身の食生活を振り返りながら、受講することが大切である。また、授業内で学生同士のディスカッションや食体験を取り入れるため、自分だけなく他者の食生活にも興味を持ちながら受講することも大切である。
講義では、毎回、授業内容に関する理解度確認テストを実施し、理解度の確認を行う。

【教科書・参考書など】

教科書　編著者　金子佳代子・松島悦子「白熟教室　食生活を考える」（アイ・ケイコーポレーション出版）
参考資料は、適宜配布する。

【成績評価方法】

試験を試験期間中に別途実施する。期末テストでの評価は60%、レポート（1題）の評価を10%、理解度テストを30%、併せて100%で評価する。合格基準は60%である。

科目名	生理・生化学入門			担当者	大澤　拓也	
英文名	Introduction to Human Physiology and Biochemistry					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE102・DLE102・HLE102・CLE102		卒業認定方針との関連	①

【到達目標】

生理学・生化学とは、からだの中でどのようなことが起きているのか、からだの仕組みを機能の観点から明らかにする学問である。本講義では、スポーツ科学や健康科学に関連した基礎的な生理学・生化学を学習する。また、身体運動や環境の変化に対する生理的な適応およびそのメカニズムを理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
知識・理解に関する観点	講義内容を単元ごとでなく、複数の単元をリンクさせて理解することができる。	講義内容を単元ごとに理解することができる。	講義内容を理解できていない。
思考・判断に関する観点	講義内容を自身の生活や運動時などの具体例を挙げながら、自分の言葉で説明できる。	講義内容を講義で上げた例を使って説明できる。	講義内容に関して例を挙げられない。
関心・意欲に関する観点	講義内容に新しさや面白さを発見して、自分でそれを活かす想像ができる、また疑問を持つことができる。	講義内容を実際にあてはめることができる、また疑問を持つことができる。	講義内容を実際にあてはめることができない、また疑問を持たない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション・概論
【　到達目標　】
講義の進め方、生理学や生化学とはどんなことかを理解する。
日常生活やスポーツ・ダンス時における生理応答を考え、その機能を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第２回　筋（1）
【　到達目標　】
筋線維タイプ、筋収縮の種類、筋の損傷・痛みを理解する。
「筋肉痛はどんなときに起きるか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第３回　筋（2）
【　到達目標　】
運動や食事、加齢による筋の変化を理解する。
「筋トレしてすぐにマッチョになるか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第４回　神経
【　到達目標　】
神経の種類、運動に関係する自律神経、運動神経・感覚神経を理解する。
「緊張するとなぜ心臓がドキドキするか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第５回　呼吸
【　到達目標　】
呼吸の仕組み、運動時の呼吸の変化、最大酸素摂取量を理解する。
「運動をするとなぜ呼吸が荒くなるか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第６回　循環（1）
【　到達目標　】
心臓や血管の役割、運動による変化を理解する。
「運動するとなぜ心臓がバクバクするか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第７回　循環（2）
【　到達目標　】
運動時や運動後の血流・血圧の変化を理解する。
「運動後なぜすぐに脚を止めてはいけないか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第８回　代謝
【　到達目標　】
エネルギー代謝の種類と特徴、乳酸の役割、糖と脂肪の利用を理解する。
「乳酸によってからだは疲れるか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第９回　ホルモン（1）
【　到達目標　】
筋活動や興奮、血糖値の調節に関するホルモンを理解する。
「筋トレと有酸素運動のどちらが先か」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第10回　ホルモン（2）
【　到達目標　】
性ホルモンや月経を理解する。
「なぜ月経が止まることがあるか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第11回　血液
【　到達目標　】
血液の成分や役割、運動による変化を理解する。
「コロナ感染時、指につけた機器は何だったか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第12回　骨
【　到達目標　】
骨の構造、運動や年齢による変化を理解する。
「カルシウムを取るだけで骨は強くなるか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第13回　脂肪
【　到達目標　】
脂肪の種類や代謝、測定法を理解する。
「1週間で3kg痩せられるか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第14回　体温
【　到達目標　】
暑熱環境や寒冷環境下におけるヒトの体温調節を理解する。
「5月と8月の気温30度はなぜ暑さが違うか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第15回　睡眠
【　到達目標　】
睡眠時の生理応答、睡眠が運動パフォーマンスに及ぼす影響を理解する。
「大学生はなぜ１限や3限が眠いか」を他者に話せるようになる。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・要点をまとめた穴埋め形式のパワーポイント資料を用いて、口頭でその詳細を説明して講義を進める。講義内では、質疑応答や設問解答による発言、生理学的な実験に関する映像資料の視聴、生理学的測定等を行い理解を深める。また、講義終了時に小レポート、翌回開始時に小テストを実施する。
・本講義の理解には、講義内容を自身の経験や実際のスポーツ・ダンス時の身体を想像すること、学んだことを他者(友人や家族など)に話をすることが大切である。
・出席に関する不正行為（協力者も含む）が明らかとなった場合、当該授業の欠席にとどまらず、成績評価や履修継続に関わる厳しい措置を講じる。

【教科書・参考書など】

特定の教科書・参考書を準備する必要はない。ただし、図書館等で借りられる「運動生理学」「筋」「持久力」、また各運動種目に関する書籍は講義の理解を深める。また、日常にあふれている身体にかかわる情報（例：健康、ダイエット、新たなトレーニング方法など）を疑いながら見聞きすることも重要である。

【成績評価方法】

講義各回での発言・レポートを30%、筆記試験の結果を70%として総合的に評価する。

科目名	近現代史入門			担当者	小薗　崇明	
英文名	Introductory Course to the Modern Japanese History					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE103・DLE103・HLE103・CLE103		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

本授業はアジア・太平洋戦争への過程とその戦争の実態、さらには戦争体験から戦後の高度成長期の日本について、国際関係のなかで位置づけながら講義する。過去の出来事は現代の問題と関連しているが、そのような連続性に注目しながら授業を展開する。歴史的な知識を習得するとともに、様々な資料から歴史を解釈する力を身につけることを目標とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
近現代史を学ぶための知識を身に付ける。	標準的な近現代史のテキストが、参考書なしでも読める。	標準的な近現代史のテキストが、参考書を使いながらであれば読める。	標準的な近現代史のテキストが、参考書を使っても読めない。
読み、書き、発表する能力・技術を身に付ける。	自分の力で、テキストを読み、何を読み取れたかを自分の言葉で書き、他人に説明できる。	アドバイスを受ければ、テキストを読み、何を読み取れたかを自分の言葉で書き、他人に説明できる。	アドバイスを受けても、テキストを読み、何を読み取れたかを自分の言葉で書き、他人に説明できない。
知りたいテーマを設定し、調べて回答することができる。	自分の力で、知りたいテーマを設定し、調べて回答することができる。	アドバイスを受ければ、知りたいテーマを設定し、調べて回答することができる。	アドバイスを受けても、知りたいテーマを設定し、調べて回答することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　イントロダクション
【　到達目標　】
この講義のテーマ、進め方、評価方法などを理解できる。受講を希望する方は必ず出席すること。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第２回　関東大震災と東京大空襲（１）モノから考える
【　到達目標　】
関東大震災の被害についてモノ資料から理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第３回　関東大震災と東京大空襲（２）絵画から考える
【　到達目標　】
関東大震災の被害について絵画資料から理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第４回　関東大震災と東京大空襲（３）天災と人災
【　到達目標　】
関東大震災の被害について民族問題から理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第５回　関東大震災と東京大空襲（４）震災の記憶と防空
【　到達目標　】
関東大震災の記憶が東京大空襲の被害にどのように関連するか理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第６回　関東大震災と東京大空襲（５）空襲体験の記憶と継承
【　到達目標　】
個人の空襲体験から、東京大空襲について理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第７回　アジア・太平洋戦争（１）総力戦とは何か
【　到達目標　】
アジア・太平洋戦争について、映像から理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第８回　アジア・太平洋戦争（２）統計データーから考える
【　到達目標　】
アジア・太平洋戦争について、統計データーから理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第９回　戦後日本と日本国憲法（１）成立過程
【　到達目標　】
戦後の日本について、特に日本国憲法を中心に理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第10回　戦後日本と日本国憲法（２）内容
【　到達目標　】
戦後の日本について、特に朝鮮戦争と高度成長を中心に理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第11回　沖縄の戦後史（１）沖縄戦
【　到達目標　】
沖縄戦について、映像から理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第12回　沖縄の戦後史（２）沖縄の音楽
【　到達目標　】
戦後の沖縄について、音楽から理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第13回　沖縄の戦後史（３）島ぐるみ闘争
【　到達目標　】
戦後の沖縄について、特に島ぐるみ闘争の理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第14回　沖縄の戦後史（４）ウルトラマンから考える
【　到達目標　】
戦後の沖縄について、沖縄出身のウルトラマンの脚本家を通して理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

第15回　戦後日本の平和と民主主義について考える
【　到達目標　】
アジア・太平洋戦争の後、日本の社会はどのような変遷をたどってきたのか、東アジア情勢を中心にした、国際関係のなかで理解を深める。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料等を提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。また、授業中に意見や感想を求める。毎回レスポンスカードを配布し、次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

教科書は、吉田裕『アジア・太平洋戦争　シリーズ日本近現代史6』（岩波書店、2007年）。その他、毎回資料を配布し参考書は随時指示する。

【成績評価方法】

小レポートと筆記試験で評価する。小レポート40%、筆記試験60%

科目名	人間心理の理解			担当者	三好　昭子	
英文名	Personality Psychology					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE104・DLE104・HLE104・CLE104		卒業認定方針との関連	③

【到達目標】

本講義は、人間の心と行動についてデータに基づき偏りなく、論理的に考えることができるようになることを目的とする。人間が物理的世界をどのように主観的にとらえているのかをふまえ、それぞれ主観的な世界をもつ人間が、他者や自分自身といった人間の心（パーソナリティや知能を含む）をどのようにとらえ、研究してきたのかを理解し説明できるようになる。対人場面での実践的な問題を通して人間心理の多様性を理解し、他者理解とともに自己洞察を深め日常生活に活かすことができるようになる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
人間心理に関する重要キーワードや理論について	自分の言葉で説明できる。	ノートや参考書を参考にしながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
人間心理についてデータに基づき偏りなく論理的に考える	自分自身でデータに基づき偏りなく論理的に考えることができる。	解説があればデータに基づき偏りなく論理的に考えることができる。	解説があってもデータに基づき偏りなく論理的に考えることができない。
人間心理に関する重要キーワードや理論により自己洞察を深め日常生活に活かす	自分自身で自己洞察を深め日常生活に活かすことができる。	適切な教示があれば自己洞察を深め日常生活に活かすことができる。	適切な教示があっても自己洞察を深め日常生活に活かすことができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　心理学とは
【　到達目標　】
(1)心理学の定義を説明することができる。
(2)人間心理を科学的に研究するということを理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
心理学という学問についての課題を行う。(4.0hr)

第２回　感覚・知覚
【　到達目標　】
(1)人間が外界をどのように知覚するかを理解し説明することができる。
(2)同じものを見ても見え方が異なることを理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
人間の感覚・知覚についての課題を行う。(4.0hr)

第３回　対人認知・印象形成
【　到達目標　】
(1)印象形成の特徴を理解し説明することができる。
(2)対人認知の歪みについて理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
印象形成と対人認知に関する課題を行う。(4.0hr)

第４回　態度変容
【　到達目標　】
(1)態度変容に影響を与える要因について理解し説明することができる。
(2)態度変容をうながすテクニックが悪用される危険性について説明することができる。

【授業時間外学修】
態度変容に関する課題を行う。(4.0hr)

第５回　グループダイナミクス（集団力学）
【　到達目標　】
(1)向社会的行動（思いやり）について理解し説明することができる。
(2)他者への同調・服従について理解し説明することができる。
(3)他者への同調・服従がまねく危険性について説明することができる。
【授業時間外学修】
向社会的行動や同調・服従に関する課題を行う。(4.0hr)

第６回　恋愛
【　到達目標　】
(1)恋愛に関する社会心理学的研究について理解し説明することができる。
(2)恋愛のタイプ分けテストに基づき自己分析することができる。

【授業時間外学修】
恋愛に関する課題を行う。(4.0hr)

第７回　パーソナリティ①類型論
【　到達目標　】
(1)クレッチマーの類型論について理解し説明することができる。
(2)ユングの類型論によるタイプ分けテストに基づき自己分析することができる。

【授業時間外学修】
類型論に関する課題を行う。(4.0hr)

第８回　パーソナリティ②特性論
【　到達目標　】
(1)共通特性について理解し説明することができる。
(2)ギルフォードの特性論について理解し説明することができる。
(3)Big Fiveについて理解し自己分析することができる。
【授業時間外学修】
特性論に関する課題を行う。(4.0hr)

第９回　パーソナリティ③構造論
【　到達目標　】
(1)フロイトの構造論について理解し説明することができる。
(2)レヴィンの構造論について理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
構造論に関する課題を行う。(4.0hr)

第10回　防衛機制に基づく個人差と無意識による自己理解
【　到達目標　】
(1)防衛機制に基づく個人差について理解し説明することができる。
(2)投影法を実施し、自己分析することができる。

【授業時間外学修】
防衛機制に基づく個人差と投影法に関する課題を行う。(4.0hr)

第11回　知能とは何か
【　到達目標　】
(1)知能の定義について理解し説明することができる。
(2)知能テストについて理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
知能と知能テストに関する課題を行う。(4.0hr)

第12回　知能の発達
【　到達目標　】
(1)行動遺伝学について理解し説明することができる。
(2)知能やパーソナリティに対する遺伝と環境の影響について理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
知能の発達に関する課題を行う。(4.0hr)

第13回　アイデンティティとは
【　到達目標　】
(1)アイデンティティとは何かを理解し説明することができる。
(2)自分のアイデンティティについて自己洞察を深めることができる。

【授業時間外学修】
アイデンティティに関する課題を行う。(4.0hr)

第14回　アイデンティティからの人間理解
【　到達目標　】
(1)アイデンティティを求める人間の傾向について理解し説明することができる。
(2)アイデンティティから恋愛を説明することができる。

【授業時間外学修】
アイデンティティ概念の応用に関する課題を行う。(4.0hr)

第15回　アイデンティティを超えて
【　到達目標　】
(1)自我感覚の拡大について理解し説明することができる。
(2)真の自己実現について理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
自我感覚の拡大と自己実現に関する課題を行う。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。講義で取り上げた重要概念の理解を確実にするため、毎回Phollyの「アンケート課題」を提出する必要がある。次回の授業で解説によるフィードバックをおこなう。適宜、心理テストを実施し自己分析をおこなうため、深く自分と向き合うことが求められる（それを辛いと感じる方は受講のタイミングを検討する必要がある）。また授業で学んだ知識を日常生活で活かせるようグループワークをおこなうことがあるため積極的に受講することが求められる。資料は毎回、Phollyの参考資料にアップロードする。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。資料は毎回、Phollyの参考資料にアップロードする。
参考書：鹿取廣人・杉本敏夫・鳥居修晃・河内十郎　2020　『心理学　第5版補訂版』　東京大学出版会
　　日本青年心理学会企画　2023　『心のなかはどうなっているの？　高校生の「なぜ」に答える心理学』福村出版

【成績評価方法】

時間外学習としてのPholly「アンケート課題」20%、期末試験の結果（試験は試験期間中に別途実施）を80%として総合的に評価する。合格基準は60%である。

科目名	ボランティア活動論			担当者	宮原　麻季	
英文名	Citizenship Education					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE105・DLE105・HLE105・CLE105		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

「ボランティア活動」は市民社会活動の一つとして私たちの生活の中で聞き馴染みのあるもので、災害対応をはじめとして地球規模の社会課題解決に向けて一人ひとりの主体的な参加に期待が寄せられている現状がある。本講義では、私たちを取り巻く社会課題をトピックとして取り上げ、それらと自身の暮らしとのつながりへの気づきを促進するとともに、課題解決の取り組み事例を学ぶ。時間外学習として実際にボランティア活動を体験しながら、市民社会におけるボランティア活動の意義を考察することを目的とする。授業履修後も継続的にボランティア活動に参加し、自らの市民性を高め、社会に貢献する人材となることが、本講義の最終的なねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ボランティアと市民社会についての理解と関係性	ボランティアや市民が活動する望ましい市民社会のあり方について自分ごととして独自の考えを展開できている	ボランティアや市民活動の現状と相互の関係性について説明できる	理解が不十分で説明できない
SDGsなどの社会課題に関する基本的な知識と情報	右記に加えてSDGsに代表される社会問題への対策について幅広い情報収集と分析ができている	SDGsとは何か、およびSDGｓに代表される社会問題の現状について説明できる	理解が不十分で説明できない
社会課題に取り組む多様なアクターの意義と役割	ボランティア活動の実践を通して、社会課題への取組の意義を体得し、市民として実生活に応用できる	NPO、NGOなど市民活動の多様なアクターの取組と役割について説明できる。	理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション（趣旨、学習の進め方）/市民と市民社会
【　到達目標　】
(1)「ボランティア活動論」の全体の流れを理解する。
(2)市民及び市民社会について理解する。
(3)自分の学習目標を決める。
【授業時間外学修】
自分の学習目標を決める。（4.0hr）

第２回　ボランティアの役割と背景
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動の果たす役割を理解する。
(2)ボランティア活動を重視する背景を理解する。
【授業時間外学修】
実施できそうなボランティア活動の情報収集を行い、実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第３回　ボランティアを支えるNPO
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動を始めるためのステップを理解する。
(2)ボランティアを支えるNPOなどのしくみを理解する。
(3)ボランティア活動計画書の目的と書き方を理解する
【授業時間外学修】
ボランティア活動計画書の作成を進め、実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第４回　ボランティア活動のための自己理解
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動における対人関係の側面を理解する
(2)自分自身を理解し、ボランティア活動の実践における自身の課題を明確にする
【授業時間外学修】
ボランティア活動計画書を完成させ、実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第５回　社会課題①　SDGsと自身のつながり
【　到達目標　】
(1)自分の暮らしと世界とのつながりに気づき課題を理解する。
(2)なぜSDGsが必要なのか、どういう枠組みなのかを説明できる。
【授業時間外学修】
SDGｓに関する情報収取を行う。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第６回　社会課題②　児童労働の現実 - 家事使用人の児童労働を事例に
【　到達目標　】
(1)具体的な事例とグループワークを通じて、当事者に寄り添う気持ちを形成する
【授業時間外学修】
児童労働についてさらに調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第７回　社会課題③　児童労働から考える子どもの権利
【　到達目標　】
(1)子どもの権利条約および児童労働の現状を理解する。
(2)児童労働の課題解決のための取り組みを理解し、自分にできる行動を見つける。
【授業時間外学修】
子どもの権利条約について調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第８回　社会課題④　課題解決としてのフェアトレード－生産者の姿
【　到達目標　】
(1)フェアトレードが必要な背景と概要について理解する
(2)フェアトレードの取り組みを理解し、自分にできる行動を見つける。
【授業時間外学修】
フェアトレードについてさらに調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第９回　社会課題⑤ 課題解決としてのフェアトレード－日本でできること
【　到達目標　】
(1)フェアトレードの取り組みを理解し、日本国内で活動に関わる人・団体について学びを深める。
(2)フェアトレードの取り組みの中で日本で自分でできる行動を見つける。
【授業時間外学修】
フェアトレードについてさらに調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第10回　社会課題⑥　多文化共生社会の形成
【　到達目標　】
(1)多文化共生社会について自分の暮らしとの繋がり中で理解する。
(2)日本に住む在住外国人が抱える課題とその背景について説明できる。
【授業時間外学修】
共生社会についてさらに調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）

第11回　社会課題⑦　自然災害とボランティア
【　到達目標　】
(1)自然災害発生時の緊急救援について理解する。
(2)どこでも起こり得る災害について、学生に求められる役割と対応について説明できる。
【授業時間外学修】
防災対策についてさらに調べて学修を展開する。ボランティア活動レポートを作成する。（4.0hr）

第12回　ボランティア活動体験と報告（１）
【　到達目標　】
(1)自分のボランティア活動を振り返り発表し、学習目標の達成度について自己評価できる。
(2)他者のボランティア活動発表と自身の体験を重ねて学びを得る
【授業時間外学修】
実際にボランティア活動を行い、レポートを作成する。（4.0hr）

第13回　ボランティア活動体験と報告（２）
【　到達目標　】
(1)自分のボランティア活動を振り返り発表し、学習目標の達成度について自己評価できる。
(2)他者のボランティア活動発表と自身の体験を重ねて学びを得る
【授業時間外学修】
実際にボランティア活動を行い、レポートを作成する。（4.0hr）

第14回　ボランティア活動体験と報告（３）
【　到達目標　】
(1)自分のボランティア活動を振り返り発表し、学習目標の達成度について自己評価できる。
(2)他者のボランティア活動発表と自身の体験を重ねて学びを得る
【授業時間外学修】
実際にボランティア活動を行い、レポートを作成する。（4.0hr）

第15回　再考　市民社会のなかの私（学習目標到達度の検証）
【　到達目標　】
(1)授業で取り上げたトピックを振り返り、市民社会と自身の関わりについて言語化できる。
【授業時間外学修】
関心の高いトピックにおける自分自身の今後の関わり方について情報収集をして検討を進める

【学修上の留意点】

パワーポイントや映像等を用いて学修を進める。本授業は、日常生活および自分自身との向き合いを大切にするため、グループワークやディスカッションへの積極的な参加と自己洞察を求める。ボランティア活動計画書の作成、ボランティア活動体験発表（学生によるプレゼンテーション）、活動レポートの作成および相互評価によるフィードバックを行う。各テーマの理解度テストを行う。

【教科書・参考書など】

資料プリント、映像教材等を使用。授業時に指示する。

【成績評価方法】

各回の授業時での課題、理解度テスト70%、ボランティア活動発表およびレポート30%として評価する。合格基準は60%以上である。

科目名	日常生活の社会学			担当者	田北　康成	
英文名	Introductory Sociology					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE106・DLE106・HLE106・CLE106		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

本授業では、社会学の基本的な考え方を理解し、日常生活の中で当たり前だと考えてきた事柄を社会的な視点から捉え直すことができるようになることを目標とする。学校、家族、友人関係などの身近な経験を手がかりに、社会学が個人の問題として見えがちな事象をどのように社会との関係の中で理解する学問であるかを理解し、説明できるようになる。また、社会調査という実証的方法の基本的な考え方を理解し、授業で得た社会学的思考を用いて日常生活の出来事を多面的に考察できるようになることを到達目標とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
社会学の基礎的事項・理論について	主要理論の要点を整理し、自分の言葉で説明・記述できる。	主要理論について、資料等を参照しながら要点を説明・記述できる。	理論の理解が不十分で、要点を説明・記述できない。
社会学の研究知見に関する事項	研究知見の要点を把握し、授業内容や資料と関連づけて整理・記述できる。	研究知見について、資料等を参照しながら概要を把握・記述できる。	研究知見の理解が不十分で、概要を示すことができない。
社会学の研究知見の実生活への応用に関する事項	研究知見を踏まえ、具体的な事例や自身の経験に即して考察・記述できる。	研究知見と実生活との関係について、資料等を参考にしながら考察・記述できる。	研究知見と実生活との関係について、考察・記述ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション
【　到達目標　】
(1)本講義の方針、評価方法の説明、履修予定者の状況を把握する。
(2)身の回りの「あたりまえ」を疑い、別の視点からも捉え直して考える習慣を身につける。
(3)日常生活が世界とどこまで、どのように繋がっているかを想像できるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：「日本」という国の好きなところ、きらいなところを考えておく。(4.0hr)

第２回　社会学はどのような考え方をし、どのように調べるのか
【　到達目標　】
(1)学問的な「問い」と「答え」を導き出す方法を知る。
(2)社会学の実証研究の方法として量的調査、質的調査共に様々なアプローチがあることを学ぶ。
【授業時間外学修】
予習課題：「スマホ」「インターネット」に頼らない旅行計画を立ててみる。(4.0hr)

第３回　社会で生きる「私」と家族
【　到達目標　】
相互行為と「自我」の意味の形成についての基本的な知識と理解をする。
「地位」と「役割」とは何かについて考えることができるようにする。
家族集団にはどのような特徴があるかを考えられるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：「家族」について考えていること、感じていることを整理しておく。(4.0hr)

第４回　性の多様なあり方を考える
【　到達目標　】
(1)生物学的な区分と社会化の過程で作られるジェンダーの違いを学ぶ。
(2)さまざまな性のあり方が知られていく一方で、より固着化していく心理を読み解けるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：子どものときに読んだ絵本やマンガ、遊び方を調べておく。(4.0hr)

第５回　メディアが動かす社会　「ダイエット」をめぐる言説を考える
【　到達目標　】
(1)メディア・情報・コミュニケーションの基本的な知識と理解を得る。
(2)「ダイエット」に関する言説がどのように広まり、誤った認識として広められているかの理解を深める。
【授業時間外学修】
予習課題：「ダイエット」と「健康」についてどのような経験があるか、まとめておく。(4.0hr)

第６回　社会で生活するための社会学―労働・産業・消費―
【　到達目標　】
(1)労働・消費などの活動と企業・産業について基本的な知識と理解を得る。
(2)産業構造の変化とともに、私たちの生活に及んできている影響について考えられるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：子どもの時になりたかった職業、現在考えているキャリアをまとめておく。(4.0hr)

第７回　「格差」の社会学
【　到達目標　】
(1)階層・階級・社会的不平等についての基本的な知識と理解をする。
(2)近年の格差拡大論、階層の変化とジェンダーの観点から「格差社会」を考えられるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：どのくらいの給料ならば満足できるかを考えておく。(4.0hr)

第８回　生活空間としての地域社会について考える（1）地方の生活
【　到達目標　】
(1)都市・農村などの地域社会・コミュニティについての基本的な知識と理解を得る。
(2)身近な「社会」である地域社会の特徴を知る。
【授業時間外学修】
予習課題：将来、いなかと都会のどちらに住みたいか、その理由も考えておく。(4.0hr)

第９回　生活空間としての地域社会について考える（2）都市生活
【　到達目標　】
(1)「ゲマインシャフト」「ゲゼルシャフト」「中間集団」「コミュニティ」などの概念を学ぶ。
(2)コミュニティの繋がり、協力態勢について、主体的な居住者として考えられるようにする。
【授業時間外学修】予習課題：自分が住んでいる地区のゴミ集積所、避難場所、掲示板、広報誌を調べておく。(4.0hr)

第10回　グローバル社会とエスニシティ（1）先住民族としてのアイヌ
【　到達目標　】
(1)身近なグローバル化について考え、多様なルーツを持つ人々との共生の実例を把握する。
(2)日本のなかのエスニシティについて考えられるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：「方言」について考えることをまとめておく。(4.0hr)

第11回　グローバル社会とエスニシティ（2）沖縄が直面してきた課題
【　到達目標　】
(1)身近なグローバル化について考え、多様なルーツを持つ人々との共生の実例を把握する。
(2)日本のなかのエスニシティについて考えられるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：「日本」の好きなところと、きらいなところをまとめておく。(4.0hr)

第12回　グローバル社会とエスニシティ（3）多文化主義を実現した地域
【　到達目標　】
(1)身近なグローバル化について考え、多様なルーツを持つ人々との共生の実例を把握する。
(2)日本のなかのエスニシティについて考えられるようにする。
(3)海外にルーツをもつ隣人とどのように共生していくか、考えられるようにする。
【授業時間外学修】予習課題：海外に旅行／移住・留学をしてみたいと思うか、否か、その理由を考えておく。(4.0hr)

第13回　グローバル社会とエスニシティ（4）国境を越えた社会問題
【　到達目標　】
(1)身近なグローバル化について考え、多様なルーツを持つ人々との共生の実例を把握する。
(2)日本のなかのエスニシティについて考えられるようにする。
(3)「国境」の先にある社会と「日本」のつながりを意識できるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：「国境」と往来の自由について自分の考えをまとめておく。(4.0hr)

第14回　「宗教」から社会をとらえる
【　到達目標　】
(1)文化・表象・宗教について基本的な知識と理解を得る。
(2)宗教を手がかりとして、社会と文化についての理解を深める。
【授業時間外学修】
予習課題：「日本の宗教」についての自分の考えをまとめておく。(4.0hr)

第15回　逸脱行動と社会問題・犯罪社会学
【　到達目標　】
(1)「自由」「権利」とは何か、なぜ「秩序」が作られ、「逸脱行動」が非難されるかを考える。
(2)法規制の厳罰化や社会的制裁の強化がもたらす影響について考えられるようにし、難しい判断を迫られるような状況にも主体的に取り組むことができるようにする。
【授業時間外学修】
予習課題：許せない他人の癖や行動、ネット上の炎上事件などを調べておく。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本講義は、現代社会における「当たり前」を問い直す問題提起型の講義であり、特定の立場や意見への同意を求めるものではない。人権、差別、社会的不平等など、感情が動きやすい社会問題を扱うことがあるが、個人の経験や感情の是非を評価・判断することは行わない。成績評価は、賛否や発言の有無、個人的体験の有無や内容ではなく、問いへの向き合い方や思考の過程を重視する。受講上の重要事項は初回を含め別途確認を求めるため、未確認の場合は課題提出・評価の対象とならない。なお、レスポンスシート等における他者からの流用、剽窃（コピー&ペースト等）は不正行為として扱い、「知らなかった」「説明を聞いていなかった」は理由とならない。

【教科書・参考書など】

教科書は不使用。
参考書は随時指示するが、下記の文献を事後学習に役立ててほしい。
①篠原清夫・栗田真樹編著（2016）『大学生のための社会学入門』晃洋書房、②田中正人編著（2019）『社会学用語図鑑』プレジデント社

【成績評価方法】

成績評価はレスポンスシートによる平常点（100%）。第2回から第15回までの14回分のPhollyに提出されたレスポンスシート（300字～400字程度）を評価対象とし、各回10点（S=10／A=8／B=7／C=6／誤提出・条件不備=3、未提出=0）、合計140点満点を100点換算して最終評価とする。正当な理由により提出できなかった回については、承認のある「欠席届」の該当回数を除いて成績評価の対象とする。最終評価は、提出されたレスポンスシートの内容および全体の提出状況を総合的に判断して行う。

科目名	数と論理			担当者	水野　有希	
英文名	Arithmetic and Logic					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE107・DLE107・HLE107・CLE107		卒業認定方針との関連	③

【到達目標】

これまで学んできた数学の知見をおさらいし具体的な問題を解くことで、基本的な数学についての理解を深めます。数の計算、代数の基礎を学び、教員採用試験や企業の適性検査に頻繁に出題されている特殊な計算手法や、集合、論理パズル、表や資料の読み取り方について学習します。社会人になってから求められる実務をこなす基礎能力を身につけ、課題解決に向けた論理的思考を習熟します。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
数学的思考の基本的な概念や原理・法則に関する事項	基本的な概念や原理・法則を十分に理解し、自ら説明できる。	基本的な概念や原理・法則を教科書等を参照にしながら説明できる。	基本的な概念や原理・法則の体系的な理解が不十分で説明できない。
数学的思考を活用した考察に関する事項	数学を活用して事象を論理的に考察し、数学的な表現で自ら説明できる。	資料等を参照しながら事象を考察し、数学的な表現で説明できる。	数学を活用して事象を考察するのに理解が不十分で説明できない。
体育・スポーツに係る問題の探求に関する事項	数学的思考で論理的論拠に基づいた判断や、問題解決の過程を自ら説明できる。	資料等を参考に、問題解決に向けた判断や解決までの過程を説明できる。	数学的思考を用いて問題解決に向けた判断や考察が不十分で、解決に至らない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　計算の基礎１、整数の基礎
【　到達目標　】
(1)四則算、計算の順序について復習する。
(2)約数と倍数について学ぶ。

【授業時間外学修】
授業時に実施した基礎問題の復習をする。(4.0hr)

第２回　計算の基礎２、平方根
【　到達目標　】
(1)正負、小数点、分数の計算について復習する。
(2)平方根の計算について学ぶ。

【授業時間外学修】
実数および平方根の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第３回　方程式１
【　到達目標　】
(1)１次方程式、連立方程式について学ぶ。
(2)２次方程式について学ぶ。

【授業時間外学修】
方程式の公式および計算の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第４回　方程式２、関数１
【　到達目標　】
(1)２次方程式を復習し、応用を修得する。
(2)比例と反比例、１次関数について学ぶ。

【授業時間外学修】
比例反比例、１次関数の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第５回　関数２
【　到達目標　】
(1)１次関数を復習し、応用を修得する。
(2)２次関数について学ぶ。

【授業時間外学修】
２次関数の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第６回　関数３
【　到達目標　】
(1)２次関数を復習し、応用を学習する。
(2)２次不等式について学ぶ。

【授業時間外学修】
２次不等式の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第７回　数列
【　到達目標　】
(1)関数の領域（不等式）、応用について学ぶ。
(2)等差数列、等比数列について理解し、応用について学ぶ。

【授業時間外学修】
関数の領域（不等式）、数列の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第８回　平面図形
【　到達目標　】
(1)関数と平面図形の応用について学ぶ。
(2)平行線と角、円周角の定義について学ぶ。

【授業時間外学修】
平面図形の公式および計算の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第９回　空間図形
【　到達目標　】
(1)平面図形の応用と展開図について学ぶ。
(2)立体図形の面積や断面図、体積について学ぶ。

【授業時間外学修】
図形の面積や体積の求め方の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第10回　比の計算
【　到達目標　】
(1)比の算出方法について復習する。
(2)割合と値段について学ぶ。
(3)定価・原価・損益について学ぶ。
【授業時間外学修】
百分率や歩合の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第11回　特殊算
【　到達目標　】
(1)仕事算について理解する。
(2)濃度・速さについて理解する。

【授業時間外学修】
濃度・速さの公式や計算の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第12回　場合の数と確率
【　到達目標　】
(1)順列と組み合わせについて学ぶ。
(2)確率について学ぶ。

【授業時間外学修】
順列と組み合わせの公式および計算の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第13回　集合と命題
【　到達目標　】
(1)集合（全体集合、補集合、共通部分、和集合）について学ぶ。
(2)対偶、三段論法の応用について学ぶ。

【授業時間外学修】
集合や命題の対偶の考え方の予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第14回　推論と表や資料の読み取り
【　到達目標　】
(1)命題の真・偽について論理的に判断する方法を学ぶ。
(2)表や資料から命題の真・偽について判断する方法を学ぶ。

【授業時間外学修】
推論の考え方、表や資料の見方について予習、確認課題の復習をする。(4.0hr)

第15回 数理処理の応用と実践
【　到達目標　】
(1)教採や公務員試験、SPIなどの過去問を確認する。
(2)これまで学んだ内容について確認する。

【授業時間外学修】
これまで学んだ問題について予習、過去問の復習をする。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義は指定の教室で実施し、対面形式とします。毎回、授業日の数日前に講義プリントを配布・配信（本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップ）し、講義時間までにプリントの問題を解くようにしてください。知識を固めるためには、実際に解いてみることが一番です。講義では、公式や法則の説明、問題の解説した後、単元の理解や修得状況の確認のため、後半に20分程度の時間を取り確認問題を解きます。解答はオンライン（フォーム）で提出し、提出後すぐに採点結果がフィードバックされますので、間違えた問題は必ず復習をしてください。

講義後は、復習や振り返りを行うために、講義の解説動画と講義プリントの模範解答（授業時に解説した部分を抜粋したファイル）を、本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップします。事後学習で活用し、論理的思考力（ロジカルシンキング）を効果的に鍛えましょう。

【教科書・参考書など】

講義中に指示します。

【成績評価方法】

毎回行う確認課題50%、期末試験50%（試験は試験期間中に別途実施）として評価します。確認課題は出された授業時間内で必ず提出して下さい。指定された時間外の提出は、いかなる理由であっても認めません。なお、試験を受けるためには、原則として全授業時間数の３分の２以上に出席していることが条件となります。

科目名	現代の倫理			担当者	宇多村 俊介	
英文名	Ethics in Modern Life					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE108・DLE108・HLE108・CLE108		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

倫理学は古くかつ新しい学問分野です。古くは古代ギリシャにまで遡る歴史があり、いかに生きるべきかについて幾多の哲学者たちが連綿と考えつづけてきている点でいにしえの主題であり、また一方では、ますます混迷化の様相を呈する現代にあって、倫理的諸問題が過去のどの時代にもなかった諸条件のもとで現れている点でつねに新しい主題をなしています。この講義では、こうした裾野から私たちを取りまく具体的な問題を手掛かりに、いくつかの倫理学の基本概念と原則を検討し、現代の倫理的な問への視角を学びます。個々の論題に対し、各受講者が倫理学的に何が問題かを把握し、自ら考える端緒としてほしい。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
倫理的思考のもつ特質に関する事項	行動の科学としての倫理的思考のもつ特質を理解し、その視点から考えることができる。	行動の科学としての倫理的思考のもつ特質を、資料等を見ながら説明することができる。	倫理的思考のもつ特質の理解が不十分で、その枠組みの中で考えることができない。
主要な倫理学説・基本原則の考察	各概念による道徳的な善悪導出の機構を理解し、問題点を含め意見を述べることができる。	各概念に基づく善悪導出の機構を理解し、その観点から道徳現象を説明することができる。	各概念の理解が不十分で、その視点から道徳現象を捉えることができない。
現代的諸課題(応用倫理)の考察	各論の倫理的問題の所在を理解し、自ら考え意見を表明することができる。	各論の倫理的問題の所在を、資料等を見ながら説明することができる。	各論の倫理的問題の所在の理解が不十分で、自らの思考に取り入れることができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション：倫理的思索が生まれるとき
【　到達目標　】
倫理的な問のもつ特質を理解するとともに、考察に関わる基礎概念の学習を通して倫理と倫理的思索についての輪郭をつかむ。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>に取り組む。(4.0hr)

第２回　「善」とは何かという問：定義
【　到達目標　】
倫理的な脈絡での「善・よい」を把握した上で、「～とは何か」という問を問うために必要な思考の手続きとして定義の構成を理解し、善の定義を試み、その問題点を考察する。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第３回　普遍化可能性１：社会契約
【　到達目標　】
道徳規則が万人に対する要請として現れる仕組みと可能性を、社会契約の観点から考察することができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第４回　普遍化可能性２：自由意志
【　到達目標　】
自由をめぐる二つの考えを把握し、自由意志に基づく道徳的要請が成立する仕組みとその問題点を理解する。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第５回　普遍化可能性３：功利の原理(1)
【　到達目標　】
現代社会の行為原則として功利の原理のもつ特質とその倫理的含みを理解する。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第６回　功利の原理(2)：他者危害の原則
【　到達目標　】
功利の原理が下敷きにする自由主義的な行為原則のはらむ問題点を、とくに自己決定権、他者危害の原則について考えることができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第７回　正義：自由と平等
【　到達目標　】
自由と平等が民主主義の二つの(別個の)伝統であることを把握し、格差（是正）原理を通してそれらの両立可能性について考えることができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第８回　自然と文明：道具的理性批判
【　到達目標　】
自然と人間、人間と文明がはらむ倫理的問題を、(道具的)理性の批判的検討を仲立ちにして理解する。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第９回　環境倫理：未来に対する責任
【　到達目標　】
現在の個および種としての行為が、未来の他者に及ぼす影響について考え、未来に対する責任を自覚することができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第10回　情報化社会の倫理：電子ネットワーク時代と監視社会
【　到達目標　】
メディア文化の来歴から取りだされる倫理的な諸論題を把握し、その視点から現代の情報社会とその文明のはらむ問題点を考えることができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第11回　生命倫理１：人間の尊厳
【　到達目標　】
生命倫理の基本概念を把握し、とくに安楽死をめぐる事案を通して現代医療で生じる諸論題の倫理的問題の所在を理解する。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第12回　生命倫理２：生殖医療
【　到達目標　】
テクノロジーの発達と介入によって生じる、生殖医療をめぐる倫理的問題の所在を理解する。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第13回　科学技術時代の倫理：科学者の社会的責任と市民の役割
【　到達目標　】
技術的応用をめぐる科学者の社会的責任論の類型を批判的に吟味することを通して、科学技術の来歴と特質がもつ倫理的含みを考えることができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第14回　倫理的相対主義：多元社会と寛容
【　到達目標　】
倫理の相対主義の問題点を理解し、多元的社会での合意形成の可能性について考えることができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第15回　規範なき時代とニヒリズム
【　到達目標　】
残された、しかし重要な問題として、なぜ道徳的でなければならないか、その可能性を考えることができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

【学修上の留意点】

暫定的に自分の考えや意見を自覚し整理するために、授業中に７～８回、課題ミニレポートを書き、提出してもらいます。これを除く各回、講義内容を踏まえた考察カードを書いてもらいます。とくに寸評を要する考察や疑問は翌週冒頭に取り上げ理解度を確認してもらいます。予備知識は問いませんが，各回の主題に沿って原理的に考えることを求めます。事例や具体的状況のなかで倫理的問題の所在がどこにあるのかをつかむには相応の資料を読み一定の思考の手続きを踏むことを要します。新しい事柄やものの見方を学ぶ意欲をもって臨んでください。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しません。授業ごとにプリントを配付します。参考文献は授業時に適宜指示します。

【成績評価方法】

各回主題への取り組み状況を踏まえた上で，授業内の課題ミニレポート40%、定期試験60%で成績を評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

科目名	日常生活の法律			担当者	中村　安菜	
英文名	Law in Everyday Life					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE109・DLE109・HLE109・CLE109		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

私たちが日常生活の中で実際に接する可能性の高い法律問題を選び、それらに関係する基本的な用語や制度を理解する。あわせて、法的問題を解決する場合に必要な思考方法の習得も目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
日常生活に密接な法律の基礎的事項・理論について	理論や学説を理解し自らまとめて説明できる。	理論や学説を教科書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
日常生活に密接な法律の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
日常生活に密接な法の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参照しながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　私たちの日常生活に関わる様々なルールについて
【　到達目標　】
(1)私たちの日常生活には様々なルールが存在していることを理解する。
(2)様々なルールのなかで法律が持つ特性を理解する。

【授業時間外学修】
日本に存在している法律の数を調べる。(4.0hr)

第２回　アルバイトと法律①
【　到達目標　】
(1)契約について理解する。
(2)労働基準法の内容について理解する。

【授業時間外学修】
自分のアルバイトの契約内容について調べる。(4.0hr)

第３回　アルバイトと法律②
【　到達目標　】
(1)労働に関連する法的問題について理解する。
(2)ブラックアルバイトについて理解する。

【授業時間外学修】
ブラックバイトの具体的な事例を調べる。(4.0hr)

第４回　恋愛関係と法律①
【　到達目標　】
(1)恋愛関係による法的問題の存在を理解する。
(2)ストーカー規制法について理解する。

【授業時間外学修】
恋愛関係において発生する問題を調べる。(4.0hr)

第５回　恋愛関係と法律②
【　到達目標　】
(1)DV防止法について理解する。

【授業時間外学修】
DV防止法に関する具体的な事件を調べる。(4.0hr)

第６回　恋愛関係と法律③
【　到達目標　】
(1)リベンジポルノ防止法について理解する。

【授業時間外学修】
リベンジポルノ防止法に関する具体的な事件を調べる。(4.0hr)

第７回　夫婦と法律
【　到達目標　】
(1)婚姻の成立と効果に関する法規定について理解する。
(2)夫婦に関する法的問題について理解する。

【授業時間外学修】
婚姻届けの記載事項を調べる。(4.0hr)

第８回　家族と法律
【　到達目標　】
(1)法的な親子関係の発生について理解する。
(2)親子関係の存否をめぐる問題について理解する。

【授業時間外学修】
親子関係に関する民法の規定がどのように改正されたのかを整理する。(4.0hr)

第９回　戸籍制度
【　到達目標　】
(1)戸籍制度とはどのような者なのかを理解する。
(2)無戸籍が発生する原因を理解する。

【授業時間外学修】
無戸籍者に対する行政の取り組みについて調べる。(4.0hr)

第10回　表現物と法律①
【　到達目標　】
(1)知的財産の種類について理解する。
(2)特許制度について理解する。

【授業時間外学修】
実際に特許をとっている製品を調べる。(4.0hr)

第11回　表現物と法律②
【　到達目標　】
(1)著作権法について理解する。
(2)著作権法において規定されている諸権利について理解する。

【授業時間外学修】
著作権法違反が問題となった事例を調べる。(4.0hr)

第12回　ペットの飼育と法律①
【　到達目標　】
(1)法律における「ペット」の位置づけを理解する。
(2)ペットに関する諸法律の存在について理解する。

【授業時間外学修】
遺棄される動物の数を調べる。(4.0hr)

第13回　ペットの飼育と法律②
【　到達目標　】
(1)動物愛護管理法の内容について理解する。
(2)動物愛護管理法の改正と飼い主の責任について理解する。

【授業時間外学修】
動物愛護に関する具体的な社会的取り組みについて調べる。(4.0hr)

第14回　人身の自由、犯罪の取り調べと裁判の進め方
【　到達目標　】
(1)日本国憲法で保障されている人身の自由について理解する。
(2)取り調べ、起訴から判決までの流れについて理解する。

【授業時間外学修】
日本国内の地方裁判所・高等裁判所の数と所在地を調べる。(4.0hr)

第15回　日々の暮らしと法律
【　到達目標　】
(1)マンションをめぐる法的問題について理解する。
(2)この講義が目指した到達目標の達成度を確認する。

【授業時間外学修】
全体の授業を通して自分が関心をもった事項についてより深く調べ、まとめる。(4.0hr)

各回の授業の内容は変更される場合がある。

【学修上の留意点】

授業ではパワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者には適宜、穴埋め式のプリント（Googleクラスルームを通して配布）と補足資料を配布する。受講者には、ただプリントの穴埋めをするだけではなく、講義をよく聴き、自分で重要だと思う点などを積極的にメモすることが求められる。授業中は、特定のテーマについてディスカッションやグループ学習を導入する。なお、予習・復習として教科書を熟読し、内容を十分に理解することに加え、講義中に興味を持った事柄について、自らすすんで調べ、理解を深めることが肝要である。なお、履修者の理解促進のため、東京弁護士会が主催する出張法教育授業を導入する場合がある。

【教科書・参考書など】

この授業では、教科書等の指定はない。

【成績評価方法】

期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。なお、シラバスに記載されている成績評価方法に変更がある場合は、適宜授業内で連絡する。

科 目 名	教養としての経済学			担当者	髙橋　信勝	
英 文 名	Introductory Economics					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE110・DLE110・HLE110・CLE110		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

目的：市場経済社会を俯瞰できるように経済学の基礎理論を学び、経済学的思考の涵養を図る。
ねらい：この授業では、経済学の基礎理論をベースにして、私たちの生活にとって「政治」とともに係りを断つことができない「経済」について学ぶ。新聞の経済トピックの解説や問題演習を随時取り入れて、受講者の理解を深める。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
経済学の基礎の修得	経済学の基礎を修得し、具体例を挙げて説明できる。	教科書等を参照して、経済学の基礎を説明できる。	経済学の基礎の修得が不十分であり、説明できない。
経済学的視点の修得	経済学的視点にもとづいて経済社会を理解し、説明できる。	経済学的視点にもとづいて身近な生活を理解し、説明できる。	経済学的視点の修得が不十分であり、経済社会と生活の理解がままならず説明できない。
経済学的視点の活用	経済社会の問題について、経済学的視点にもとづいて説明できる。	身近な生活の問題について、経済学的視点にもとづいて説明できる。	経済学的視点にもとづいて、経済問題に関する見解を示せない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　経済学への誘い（１）
【　到達目標　】
市場経済社会の成り立ちを知り、経済学を学ぶ意義を考える。
経済システムと経済問題、経済学の3つの部門（理論、歴史、政策）について学ぶ。
経済学の学問的特質を理解する。
【授業時間外学修】
経済学の偉人について調べる（ケネー）。(4.0hr)

第２回　経済学への誘い（２）
【　到達目標　】
希少性、機会費用、サンクコスト等を学ぶ。
経済学的思考が日常生活のなかで、どのように役立つのかを理解する。
【授業時間外学修】
経済学の偉人について調べる（スミス）。(4.0hr)

第３回　企業と経済
【　到達目標　】
企業とは何か、国民経済における企業の役割を学ぶ。
企業経営におけるイノベーションの必要性、企業間の競争の意義について理解する。
【授業時間外学修】
経済学の偉人について調べる（シュンペーター）。(4.0hr)

第４回　GDPと三面等価の原則
【　到達目標　】
ストックとフロー、GDP・GNI・NDP、三面等価の原則、経済成長、景気循環について学ぶ。
国民経済の数量的把握について理解する。
【授業時間外学修】
経済学の偉人について調べる（ケインズ）。(4.0hr)

第５回　中央銀行の機能と金融政策（１）
【　到達目標　】
貨幣とは何か、貨幣需要、貨幣供給について学ぶ。
中央銀行の機能と金融政策を学ぶ。
金融政策の枠組みについて理解する。
【授業時間外学修】
経済史の重要テーマについて調べる（イギリスの産業革命）。(4.0hr)

第６回　中央銀行の機能と金融政策（２）
【　到達目標　】
前回のつづき。
【授業時間外学修】
経済史の重要テーマについて調べる（日本の産業革命）。(4.0hr)

第７回　インフレとデフレ
【　到達目標　】
インフレとデフレとは何かを学び、その国民経済への影響について理解する。
【授業時間外学修】
経済史の重要テーマについて調べる（世界恐慌）。(4.0hr)

第８回　有効需要論（１）
【　到達目標　】
有効需要、45度線分析、乗数、インフレギャップとデフレギャップを学ぶ。
経済のマクロ分析について理解する。
【授業時間外学修】
経済史の重要テーマについて調べる（高度経済成長）。(4.0hr)

第９回　有効需要論（２）
【　到達目標　】
前回のつづき。
【授業時間外学修】
日本の財政について調べる（歳入）。(4.0hr)

第10回　IS-LM分析（１）
【　到達目標　】
財市場とIS曲線との関係、貨幣市場とLM曲線との関係を学ぶ。
IS-LM分析にもとづく財政政策・金融政策を学ぶ。
市場経済への公的介入についての理解を深める。
【授業時間外学修】
日本の財政について調べる（歳出）。(4.0hr)

第11回　IS-LM分析（２）
【　到達目標　】
前回のつづき。
【授業時間外学修】
日本の財政について調べる（国債残高と財政赤字）。(4.0hr)

第12回　国際収支と為替レート（１）
【　到達目標　】
国際収支、円安と円高、為替レートと貿易収支の関係を学ぶ。
変動相場制と固定相場制、為替レートと物価の関係を学ぶ。
世界経済と日本経済とのかかわりを理解する。
【授業時間外学修】
貿易論の重要テーマについて調べる（リカードウの比較生産費説）。(4.0hr)

第13回　国際収支と為替レート（２）
【　到達目標　】
前回のつづき。
【授業時間外学修】
貿易論の重要テーマについて調べる（リストの経済発展段階論と貿易論）。(4.0hr)

第14回　戦後の日本経済
【　到達目標　】
高度経済成長、バブル、人口減少社会の到来等、戦後の日本経済史について学ぶ。
戦後の日本経済の歩みを回顧し、今日の日本経済が直面している問題について理解を深める。
【授業時間外学修】
貿易論の重要テーマについて調べる（経済のグローバル化）。(4.0hr)

第15回　授業の総復習と問題演習
【　到達目標　】
授業を振り返り、重要なポイントを再確認する。
問題演習に取り組み、知識の定着を図る。
【授業時間外学修】経済学上の対抗思想（経済成長至上主義と定常状態論、大きな政府と小さな政府）を調べる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業理解の第一のカギは継続的な出席である。授業ではキーワードを板書し、教科書とレジュメを参照しながら説明する。詳細な板書は行わないので、受講生はノートを整理し直すこと。理解度を確認するため、問題演習を単元ごとに実施し、後続の授業で解説する。

【教科書・参考書など】

教科書名：『経済学原論Ⅰ』高橋信勝・著（八千代出版）。参考文献等は、適宜、紹介する。

【成績評価方法】

問題演習（30%）と期末試験（70%）にもとづいて評価する。試験は、試験期間中に実施する。単位付与の基準は60%である。※詳細は初回授業時に説明する。

科 目 名	英語ＥＡＰⅠ			担当者	中村　大輔	
英 文 名	English for Academic Purposes Ⅰ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE201・DLE201・HLE201・CLE201		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

学術論文を理解するためには語彙･文法知識だけでは不十分であり、英文の論理構造に関する知識も必要である。この授業では学術語彙リスト掲載語彙や文章のアウトラインやフローチャート作成等のreading skillsを習得し、逐語訳することなく英文の論理構造を把握できるようになることをねらいとする。また受講生が今後それぞれの目標・キャリアに応じて自立的に英語を学習していけるようになるための指導や演習も取り入れる。予習を前提としている授業なので、受講生は充分に準備した上で授業に臨むことになる。
350~550語程度で書かれた文章を扱う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
英文論理構造の理解	自分の専門分野の論文の論理構造を把握できる	身近な社会問題に関する論文の論理構造を把握できる	topic sentenceやsupporting details等の論理関係を把握できない
英語reading skillsの習得	初見の文章の理解においてreading skillsを使用できる	reading skillsへの意識を高められる	reading skillsを理解できない
学術語彙リスト掲載語彙の獲得	学術語彙リスト掲載の語彙を使用して自らの考えを表現できる	学術語彙リスト掲載の語彙を使用して文章を理解できる	学術語彙リスト掲載の語彙を使用できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション:EAPとは
【　到達目標　】
授業の進め方・学習の仕方を理解する。
授業担当者が提示する英語初期演習を行う。

【授業時間外学修】
Chapter 1に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第２回　英文読解演習 (1): Chapter 1: Work and College
【　到達目標　】
文章のアウトラインを作成できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 2に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第３回　英文読解演習 (2): Chapter 2: A New Way to Apply to College
【　到達目標　】
情報を表にまとめることができるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 3に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第４回　英文読解演習 (3):Chapter 3: How Alike Are Identical Twins
【　到達目標　】
文章のアウトラインを作成できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 4に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第５回　英文読解演習 (4):Chapter 4: A Healthy Diet for You and Your Family
【　到達目標　】
文章の流れをフローチャートで表すことができるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 5に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第６回　英文読解演習 (5):Chapter 5: Volunteer Vacations
【　到達目標　】
情報を表にまとめることができるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 6に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第７回　英文読解演習 (6):Chapter 6: Improving Lives with Pet Therapy
【　到達目標　】
Pie Chartを理解できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 7に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第８回　英文読解演習 (7):Chapter 7: Robots
【　到達目標　】
Pie Chartを理解できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 8に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第９回　英文読解演習 (8):Chapter 8: A Blind Man sees Again
【　到達目標　】
図を理解できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 9に関する問題演習を行い、テキストを読んでおく。(4.0hr)

第10回　英文読解演習 (9): Chaptrer 9: Alfred Nobel
【　到達目標　】
文章を要約して表にまとめることができるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 10に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第11回　英文読解演習 (10): Chapter 10: Marie Curie
【　到達目標　】
物語の時系列をタイムラインで表すことができるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 11に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第12回　英文読解演習 (11):Chapter 11: Oil as an Important World Resource
【　到達目標　】
比較的長めの文章のアウトラインを作成できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Chapter 12に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第13回　英文読解演習 (12): Chapter 12: Earthquakes
【　到達目標　】
イラストとテキストから文章の流れをフローチャートを作成できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
速読に関する問題演習を行う。(4.0hr)

第14回　英文読解演習 (13):Passage cloze (1)
【　到達目標　】
これまで扱った文章の要約を作成できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
Reading skillsの総復習を行う。(4.0hr)

第15回　英文読解演習 (14): Passage cloze (2)
【　到達目標　】
これまで扱った文章の要約を作成できるようになる。
各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。

【授業時間外学修】
総復習から見えてきた各自の課題点をもう一度復習する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・講義の理解度確認手段として課題をほぼ毎回出す。授業では冒頭で課題に関する解説を行うことで課題へのフィードバックを行うとともに、課題で習得したスキルを用いて文章構造を把握する問題演習を行う。指定された箇所の予習を確実に行った上で授業に出席すること。
・授業には辞書を携帯すること。
・履修者のレベルは英語１・2（初級・中級）レベルを想定し、文章の大まかな流れは説明するが逐語訳は一切行わない。初回の授業でテキストの難易度を確認すること。

【教科書・参考書など】

Yamashina, M., Yokoyama, M., & Okino, Y.(2024). Reading Access. Skills for Academic Success. New Edition. 『読解力の基礎を固めるためのリーディングスキル<新版>』センゲージラーニング

【成績評価方法】

原則として、授業内発表50%、試験・課題50%とし、総合的に評価する。

科 目 名	英語ＥＧＣⅠ			担当者	渡邊　浩子	
英 文 名	English for General Communication Ⅰ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE202・DLE202・HLE202・CLE202		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

This course (English for General Communication I) will encourage students to use and improve their English-language skills on a variety of topics.

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
SPEAKING	伝えたい内容を80%以上伝えることができる。	伝えたい内容を50%以上伝えることができる。	伝えたい内容を伝えることができない。
LISTENING	内容を80%以上理解できる。	内容を50%以上理解できる。	内容をほぼ理解できない。
VOCABULARY	語義を英語で説明できる。	語義を日本語で説明できる。	語義を知らない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　Introductions
【　到達目標　】
Previewing contents and goals of the course
【授業時間外学修】
Preview syllabus (4.0hr)

第２回 Hello
【　到達目標　】
Speaking about yourself
【授業時間外学修】
Review vocabulary (4.0hr)

第３回 Small Talk
【　到達目標　】
Listening in context
【授業時間外学修】
Practise model conversation (4.0hr)

第４回　That's a lovely T-shirt.
【　到達目標　】
Listening in context
【授業時間外学修】
Practise model conversation (4.0hr)

第５回　Compliments
【　到達目標　】
Practising vocabulary
【授業時間外学修】
Preview vocabulary (4.0hr)

第６回　Pardon
【　到達目標　】
Practising vocabulary
【授業時間外学修】
Preview vocabulary (4.0hr)

第７回　I really enjoyed it.
【　到達目標　】
Listening in context
【授業時間外学修】
Practise model conversation (4.0hr)

第８回　Information
【　到達目標　】
Answering with additional information
【授業時間外学修】
Preview vocabulary (4.0hr)

第９回　Is that right?
【　到達目標　】
Listening in context
【授業時間外学修】
Review vocabulary (4.0hr)

第10回　Backchanneling
【　到達目標　】
Listening in context
【授業時間外学修】
Practise model conversation (4.0hr)

第11回　How about you?
【　到達目標　】
Previewing vocabulary
【授業時間外学修】
Preview vocabulary (4.0hr)

第12回　Showing interest
【　到達目標　】
Discussing your interest
【授業時間外学修】
Preview vocabulary (4.0hr)

第13回 Reading a story
【　到達目標　】
Reading comprehension
【授業時間外学修】
Reading preparation (4.0hr)

第14回　Preparations for Mid-term Presentations
【　到達目標　】
Previewing the mid-term presentation
【授業時間外学修】
Prepare Mid-term Presentation (4.0hr)

第15回　Presentations　Test
【　到達目標　】
Course Review
【授業時間外学修】
Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)

【学修上の留意点】

Any English is better than no English - always try to say something, to give some kind of answer!

授業時のスマートフォンの使用厳禁

【教科書・参考書など】

担当者が配布するプリント

【成績評価方法】

Participation 40%, Presentations 30% and Tests 30%

科 目 名	英語ＥＡＰⅡ			担当者	中村　大輔	
英 文 名	English for Academic Purposes Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE203・DLE203・HLE203・CLE203		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

学術論文を理解するためには語彙･文法知識だけでは不十分であり、英文の論理構造に関する知識も必要である。この授業では英語EAP1に引き続き学術語彙リスト掲載語彙や文章のアウトラインの把握等のreading skillsを習得し、逐語訳することなく英文の論理構造を把握できるようになることをねらいとする。また受講生が今後それぞれの目標・キャリアに応じて自立的に英語を学習していけるようになるための指導や演習も取り入れる。予習を前提としている授業なので、受講生は充分に準備した上で授業に臨むことになる。なお、英語EAP1よりも１段階難易度を上げた文章(語数500～700語程度) を扱う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
英文論理構造の理解	専門分野以外の学術論文の論理構造を把握できる	専門分野の論文の論理構造を把握できる	topic sentenceやsupporting details等の論理関係を把握できない
英語reading skillsの習得	初見の文章の理解においてreading skillsを使用できる	reading skillsへの意識を高められる	reading skillsを理解できない
学術語彙リスト掲載語彙の獲得	学術語彙リスト掲載の語彙を使用して自らの考えを表現できる	学術語彙リスト掲載の語彙を使用して文章を理解できる	学術語彙リスト掲載の語彙を使用できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション:EAPとは
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の進め方を理解する。
時間外学習の方法を把握する。

【授業時間外学修】
Chapter 1に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第２回　英文読解演習 (1) : Chapter 1: Our Internal Clock
【　到達目標　】
情報をベン図で表すことができるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 2に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第３回　英文読解演習 (2) :Chapter 2: Is It Ok to Be Late?
【　到達目標　】
文章の流れをフローチャートで表すことができるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 3に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第４回　英文読解演習 (3) : Chapter 3: Technology Competes with Family Time
ベン図を利用して類似点/相違点をまとめることができるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 4に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第５回　英文読解演習 (4) : Chapter 4: Sign Language for Everyone
【　到達目標　】
文章のアウトラインを作成できるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 5に関する問題演習を行い、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

第６回　英文読解演習 (5) : Chapter 5: Our Kinds are growing up too fast!
【　到達目標　】
情報を表を使用して整理できるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 6に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第７回　英文読解演習 (6) : Chapter 6: Loneliness: How Can We Overcome It?
【　到達目標　】
文章の流れをフローチャートで表すことができるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 7に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第８回　英文読解演習 (7) :Chapter 7: Solving Crimes with Modern Technology
【　到達目標　】
線グラフを理解できるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 8に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第９回　英文読解演習 (8) :Chapter 8: The Reliability of Eyewitnesses
【　到達目標　】
アウトラインを利用して情報を整理できるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 9に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第10回　英文読解演習 (9) :Chapter 9: Innocent until Proven Guilty
【　到達目標　】
文章の流れをフローチャートで表すことができるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 10に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第11回　英文読解演習 (10) : Chapter 10: Saving Lives with New Organs
【　到達目標　】
棒グラフを理解できるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 11に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第12回　英文読解演習 (11) : Chapter 11: Objects from Space: Hits and Misses
【　到達目標　】
イラストレーションから情報を読み取ることができるようになる。

【授業時間外学修】
Chapter 12に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)

第13回　英文読解演習 (12) : Chapter 12: Medicine Today
【　到達目標　】
線グラフを理解することができる。

【授業時間外学修】
これまで扱ったReading Skillsの復習に取り組む。(4.0hr)

第14回　英文読解演習（１３）:未読文章読解演習
【　到達目標　】授業で扱ったreading skillsを初見文章へ応用できるようになる。

【授業時間外学修】
これまで扱ったreading skillsの復習に取り組む。(4.0hr)

第15回　学術論文理解のための英語力とは
【　到達目標　】
授業全体のふり返りを行う。
今後の学習目標を設定する。

【授業時間外学修】
授業内容を復習し、自身の課題を設定する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・講義の理解度確認手段として課題をほぼ毎回出す。授業では冒頭で課題に関する解説を行うことで課題へのフィードバックを行うとともに、課題で習得したスキルを用いて文章構造を把握する問題演習を行う。指定された箇所の予習を確実に行った上で授業に出席すること。
・授業には辞書を携帯すること。
・履修者のレベルは英語１・2（中級）レベルを想定し、文章の大まかな流れは説明するが逐語訳は一切行わない。初回の授業でテキストの難易度を確認すること。

【教科書・参考書など】

Yamashina, M., Yokoyama, M., & Okino, Y. (2023).Reading Choice. Skills for Academic Success. New Editioon.『現代のトピックを読むためのリーディングスキル<新版>』センゲージラーニング

【成績評価方法】

原則として、授業内発表50%、試験・課題50%とし、総合的に評価する。

科 目 名	英語ＥＧＣⅡ	担当者	渡邊　浩子
英 文 名	English for General Communication Ⅱ		

単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE204・DLE204・HLE204・CLE204		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

This course (English for General Communication Ⅱ) will encourage students to use and improve their English-language skills on a variety of topics.

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
SPEAKING	伝えたい内容を80%以上伝えることができる。	伝えたい内容を50%以上伝えることができる。	伝えたい内容を伝えることができない。
LISTENING	内容を80%以上理解できる。	内容を50%以上理解できる。	内容をほぼ理解できない。
VOCABULARY	語義を英語で説明できる。	語義を日本語で説明できる。	語義を知らない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　Introductions
【　到達目標　】
Previewing the contents and goals of the course
【授業時間外学修】
Preview syllabus(4.0hr)

第２回　Thank you so much
【　到達目標　】
Practising vocabulary
【授業時間外学修】
Review vocabulary (4.0hr)

第３回　Thanking
【　到達目標　】
Listening in Context
【授業時間外学修】
Practise model conversation (4.0hr)

第４回　Execuse me, but…
【　到達目標　】
Practising vocabulary
【授業時間外学修】
Preview vocabulary (4.0hr)

第５回　Complaints
【　到達目標　】
Listening in context
【授業時間外学修】
Preview vocabulary(4.0hr)

第６回　This is my fault
【　到達目標　】
Practising vocabulary
【授業時間外学修】
Preview vocabulary(4.0hr)

第７回　Apologies
【　到達目標　】
Practising vocabulary
【授業時間外学修】
Practise model conversation (4.0hr)

第８回 I'd rather not say
【　到達目標　】
Dealing with undesirable questions
【授業時間外学修】
Preview vocabulary(4.0hr)

第９回　Requests
【　到達目標　】
Practising polite requests
【授業時間外学修】
Preview vocabulary(4.0hr)

第10回　Invitations
【　到達目標　】
Practising vocabulary
【授業時間外学修】
Practise model conversation (4.0hr)

第11回 Saying "no"
【　到達目標　】
Practising vocabulary
【授業時間外学修】
Preview vocabulary(4.0hr)

第12回　Softeners
【　到達目標　】
Listening in context
【授業時間外学修】
Practise model conversation (4.0hr)

第13回　Reading a Story
【　到達目標　】
Reading comprehension
【授業時間外学修】
Reading Preparation(4.0hr)

第14回　Preparations for Mid-term Presentations
【　到達目標　】
Previewing the mid-term presentation
【授業時間外学修】
Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)

第15回　Presentations Test
【　到達目標　】
Course Review
【授業時間外学修】
Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)

【学修上の留意点】

Any English is better than no English - always try to say something, to give some kind of answer!

授業時スマートフォンの使用厳禁

【教科書・参考書など】

担当者配布のプリント

【成績評価方法】

Participation 40%, Presentations 30% and Tests 30%

科 目 名	ドイツ語			担当者	藤由　順子	
英 文 名	German Language					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2	／選択の区別	教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE205・DLE205・HLE205・CLE205		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

初級レベルのドイツ語の基礎知識を確実なものにする。ドイツ社会の特徴と全体像をつかむことをめざす。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
基本的なドイツ語運用に必要な文法の理解	ドイツ語の言語的特徴を理解し運用する。	資料を参照しながらドイツ語を運用する。	理解が不十分で説明できない。
ドイツ語圏の文化・社会に対する関心の向上	文化・社会への関心を自学へ導き発展させる。	文化・社会への関心を自学へ導く。	ドイツ語圏の文化・社会に関心がない。
ドイツ語で表現	自分のことや意見を表現できる。	資料を参照しながら自分のことや意見を表現できる	理解が不十分で全く表現できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業内容の説明、テキスト等の紹介／発音とアルファベートの確認
【　到達目標　】
音声的基礎を踏まえ、コミュニケーション能力を高める。
あいさつやとっさの一言が言える。

【授業時間外学修】
アルファベートの確認をし、文字と単語の発音練習をする。(4.0hr)

第２回　発音、基本表現、基礎的文法事項の確認
【　到達目標　】
日常生活レベルの語彙を知り、アクセントや発音の特徴をつかむ。
初めて見る地名や人名を正確に発音できる。

【授業時間外学修】
語彙の発音と意味を確認する。(4.0hr)

第３回　ドイツ語の文構造／自己紹介（1）
【　到達目標　】
「動詞が二番目にくる」というドイツ語文の特徴を理解する。
規則動詞、不規則動詞の人称変化をおさえて、自分について簡単な説明ができる。
例）私は～出身です／～を専攻しています。
【授業時間外学修】
基本的な文を覚える。／基本的な動詞を調べる。(4.0hr)

第４回　ドイツ語の名詞と冠詞の役目を知る、主語となる代名詞を知る
【　到達目標　】
名詞が内包する三要素「性・数・格」を捉えて、その名詞の文中での役割を意識できる。
例）私の父が／一人の友人に／そのピアノを／それは／あなたは／彼は、などを表現できる。
英語のa,an,the,myと異なる、冠詞の役目を確認する。
【授業時間外学修】
格変化の表の見方に慣れる。／自分と関連する名詞を調べる。(4.0hr)

第５回　映画鑑賞（1）
【　到達目標　】
ドイツ人の仕草や言い回しなどから日本との文化の違いを感じ取る。
映画内で登場したフレーズを覚えて、使ってみる。

【授業時間外学修】
映画を観て感じたことを感想としてまとめる(4.0hr)

第６回　映画鑑賞（2）
【　到達目標　】
ドイツ社会の置かれている状況を考える。

【授業時間外学修】
映画を観て感じたことを感想としてまとめる(4.0hr)

第７回　数詞、複数形
【　到達目標　】
1から12までを確実に言える。13から20までの法則を押さえる。
頻度や回数、継続、曜日、時刻を表現する。（頻繁に、5回、日曜日には、等）
sをつけて複数形を作る英語と異なり、名詞を複数形にするのが単純ではないことを知る。
【授業時間外学修】
自分の予定や身近なことを表してみる。例）私には二人の姉がいる。／靴は3足しかない。(4.0hr)

第８回　人称代名詞、前置詞の格支配
【　到達目標　】
主語だけでなく、目的語になる代名詞を学習して「彼に」・「私たちを」・「それを」などを体得す

状況を説明する、「～と一緒に・～の後で・～のために・～の上で」等を言える。
【授業時間外学修】
自分が何を愛しているのか、口頭や文章で表現する練習をする。(4.0hr)

第９回　映画鑑賞（3）
【　到達目標　】
ドイツ人の仕草や言い回しなどから日本との文化の違いを感じ取る。
映画内で登場したフレーズを覚えて、使ってみる。

【授業時間外学修】
映画を観て感じたことを感想としてまとめる(4.0hr)

第10回 映画鑑賞（4）
【　到達目標　】
東西ドイツの歴史を知り、その実態の一端を映画から受け止める。
映画内で登場したフレーズを覚えて、使ってみる

【授業時間外学修】
映画を観て感じたことを感想としてまとめる。(4.0hr)

第11回　否定表現
【　到達目標　】
否定冠詞を使っての否定文を作る。
否定詞を用いた否定文の法則をしる。
例）兄弟はいない／～を知らない
【授業時間外学修】
自分に関連した否定文を作ってみる。（例：私は魚を食べない、等）(4.0hr)

第12回　助動詞
【　到達目標　】
話法の助動詞を学び、ドイツ語特有の語順を理解する。
例)私は～できる／～したい／～しなければならない。

【授業時間外学修】
自分のしたいこと、できること、好きなことを表現してみる。(4.0hr)

第13回　映画鑑賞（5）
【　到達目標　】
ドイツ語フレーズやアクセントに意識を置いてドイツ映画を観る。
ドイツ人の仕草や言い回しなどから日本との文化の違いを感じ取る。

【授業時間外学修】
映画内で登場したフレーズを覚えて、使ってみる。(4.0hr)

第14回　映画鑑賞（6）
【　到達目標　】
ドイツの社会・歴史的背景を映画から読み取る。

【授業時間外学修】
映画を観て感じたことを感想としてまとめる。(4.0hr)

第15回　理解度の確認と補足説明
【　到達目標　】
習得した文法項目を用いて、自分が表現したい事、相手に尋ねたい事を伝える。

【授業時間外学修】
自分の分からない所を書き出す。(4.0hr)

【学修上の留意点】

※半期しかないので、日本あるいは外国において自分の言いたいことをドイツ語で表現することを常に意識して、授業に集中して臨んでください。

発音練習を自宅で行うようにしてください。理解度確認小テストやレポート課題は実施します。これらを受けて次回授業にフィードバックを行いますので、間違いや指摘されたより適切な表現をしっかり確認して、ドイツ語表現の幅を広げてください。授業の進度や世界情勢に応じて、映画鑑賞の回を変動させることもあります。

【教科書・参考書など】

『お菓子で学ぶドイツ語』小野森都子　平山茂樹　藤由順子著（朝日出版社）
独和辞典はできれば用意してください。小さいものでも電子辞書でも古いものでも構いません。

【成績評価方法】

リアクションペーパー・レポート課題の提出、理解度確認のための小テスト40%、試験結果を60%として評価する（試験は試験期間中に別途実施する）。

科 目 名	フランス語			担当者	髙安　理保	
英 文 名	French					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE206・DLE206・HLE206・CLE206		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

はじめてフランス語を学ぶ学生を対象とする。音楽や映画、文学作品を通してフランス語圏の文化を発見するとともに、フランス語の発音・リズム・表現に触れ、この言語が持つ特有の音楽性や詩情の豊かさを体感する。それによって、フランス語を使う人々の表現世界を理解することを目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
フランス語に関する基本的な知見について	フランス語の成り立ちを説明できる	教科書を参照すればフランス語の成り立ちを説明できる	フランス語の成り立ちを説明できない
フランス語の発音と綴り字の規則について	規則を理解し、自律的に運用できる	教科書等を参照すれば発音が理解できる	理解が不十分であり、発音できない
フランス語の文法事項について	名詞の性数を理解し、動詞の活用を運用できる	辞書等を用いれば名詞の性数、動詞の活用が理解できる	動詞の活用や名詞の性数が理解できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】

第１回　オリエンテーション：アルファベ・綴りと発音　/ 自己紹介（1）
【　到達目標　】
(1)フランス語のアルファベ、綴り、発音に触れ、簡単な挨拶ができるようになる。
(2)アニメ『リサとガスパール』を鑑賞し、フランス語の響きを味わう。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第２回　自己紹介（2）/ フランス語の歴史
【　到達目標　】
(1)フランス語の性や発音にかんする規則を理解する。
(2)動詞être（～です）を使った基本的な構文を理解する。
(3)モリエールの喜劇『町人貴族』からフランス語の歴史的側面を発見する。
【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第３回　学生生活（1）
【　到達目標　】
(1)第一群規則動詞（-er 動詞）を理解する。
(2)定冠詞の用法と名詞の複数形の作り方を理解する。
(3)話せる言語、専攻、好きなことを言えるようになる。
【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第４回　フランスの地方都市
【　到達目標　】
(1)国名や都市名にかかる前置詞の用法を理解する。
(2)動詞の否定形を理解する。
(3)Bigflo&Oli《 Bienvenue chez moi 》のミュージックビデオを見てフランスの地方都市の彩りを発見する。
【授業時間外学習】復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第５回　学生生活（2）
【　到達目標　】
(1)動詞avoir（～を持っている）を使った基本的な構文を理解する。
(2)不定冠詞の用法を理解する。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第６回　フランスの暮らし
【　到達目標　】
(1)動詞faire（する）、aller（行く）、第一群規則動詞（-er 動詞）を使ってふだんの生活を話す。
(2)前置詞aと定冠詞の縮約を理解する。
(3)フランスでの暮らしを描いた短いビデオを見て、これまで身につけたフランス語を確認する。
【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第７回　様々な角度からフランスを再発見する
【　到達目標　】
(1)クイズを通してフランスを象徴する様々な事物を発見し、その社会的・歴史的背景を調べる。

【授業時間外学習】
授業中におこなったグループ学習の内容に関連する事柄を含むフランス語の表現（諺や小説・映画の引用など）を個々人で調べ、簡単なレポートにまとめる。この表現を好んで選んだ理由を明記すること。(4.0hr)

第８回　これまでのまとめ
【　到達目標　】
(1)これまでのおさらいをし、文法の基礎を固める。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第９回　絵本・童話の読解
【　到達目標　】
(1)身近な事物を描写する形容詞を学ぶ。
(2)ペロー『童話』の彩り豊かな人物・情景描写を通して、形容詞や所有形容詞の使い方を理解する。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第10回　口頭表現
【　到達目標　】
(1)動詞vouloir（欲しい）、prendre（買う、とる）を使った基本的な構文を理解する。
(3)Zaz の楽曲《 Je veux 》を聞き、話し言葉の特徴を発見する。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第11回　依頼・勧誘の表現（1）
【　到達目標　】
(1)Zaz の楽曲《 Je veux 》を通して、命令形（依頼・勧誘）の表現を知る。
(2)中性代名詞「en」の用法を理解する。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第12回　依頼・勧誘の表現（2）口
【　到達目標　】
(1)映画『アナと雪の女王』のミュージックビデオを見て、命令形や願望の表現の理解を深める。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第13回　過去の出来事を話す
【　到達目標　】
(1)複合過去の構文を理解する。
(2)疑問詞を使った疑問文の作り方を理解する。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第14回　予定を話す
【　到達目標　】
(1)近接未来の構文を理解する。
(2)映画『パリ、ジュテーム』を鑑賞し、フランス社会の多様性や文化の重層性を発見する。

【授業時間外学習】
復習(1.0hr)、指示に従って課題に取り組む。(3.0hr)

第15回　講義総括
【　到達目標　】
(1)授業のまとめをおこなう。
(2)映画『パリ、ジュテーム』を鑑賞し、フランス社会の多様性や文化の重層性を発見する（続き）。

【授業時間外学習】
映画をみて感じたことをレポートにまとめる。(4.0hr)

【学習上の留意点】

・半期の授業なので、毎回集中して授業に臨むこと。
・前半6課は教科書に沿ってフランス語の骨格を集中的に学び、後半はビデオや絵本等の副教材を多く用いて旅や日常生活で使える実践的なフランス語へフォーカスしていきます。都度、授業内容に則した課題を出すので、欠席しないこと。
・課題に対するフィードバックは授業内、または個人的に授業時間外におこないます。
・個々の主体性、創造性が侵されないレベルでのAIの利用（校正、発音チェック等）はかまいませんが、その正誤を判断し、良質な情報を見分けるための基礎をまずは授業で身につけてください。特にレポートは「自分の言葉で自分の考えを伝えること」を大事にして取り組んでください。

【教科書・参考書など】

朝日出版社『プチ・マエストロ１』（2025年）：第一回目に教場にて販売します。

【成績評価方法】

試験結果40%、平常点（授業の参加態度、復習・予習課題、理解度の確認のミニテストふくむ）40%、レポート20%として評価する（試験は試験期間中に別途実施する）。あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。

科 目 名	中国語			担当者	李　棋	
英 文 名	Chinese					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE207・DLE207・HLE207・CLE207		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

本講義は、初めて中国語を学習する学生を対象に開講します。中国語の文法や漢字に慣れてもらうため、受講生には基礎的な課題を出します。最終目標としては、中国語で自己紹介が出来る水準を目指します。その他に、中国の社会や文化なども紹介して、中国に対する興味や関心を広げることを目的とします。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
初歩の中国語を読んで理解できる。	動詞や形容詞を用いた表現や、完了形を用いた中国語の文章を、全て理解できる。	動詞や形容詞を用いた基本的な中国語の短文が理解できる。	中国語の文章が理解できない。
初歩の中国語の文章を作成できる。	日常生活で用いる単語を使いながら、中国語で自己紹介をすることができる。	定型句を用いて短文を駆使して、中国語で自己紹介をすることができる。	中国語の作文ができない。
初歩の中国語の発音ができる。	講義で学習した中国語の単語を、全て正しく発音できる。	基本的な中国語の単語を正しく発音できるようになる。	正しく中国語の発音ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション：中国語について
【　到達目標　】
(1)言語としての中国語の特性を理解する。

【授業時間外学修】
身近な中国語などを探して、中国語に興味を持つ。(4.0hr)

第２回　発音の基礎：発音記号、四声、子音
【　到達目標　】
言語としての中国語の音声（声調・子音）を習得する。

【授業時間外学修】
授業で習った発音を繰り返し発声する。(4.0hr)

第３回　発音の基礎：母音
【　到達目標　】
言語としての中国語の音声（母音）を習得する。

【授業時間外学修】
授業で習った発音を繰り返し発声する。(4.0hr)

第４回　基礎構文（Ⅰ）：「是」の構文
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)是を使った構文を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第５回　基礎構文（Ⅰ）：「是」の構文の応用
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)是を使った構文の否定形、疑問形を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第６回　基礎構文（Ⅱ）：目的語がある構文
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)目的語がある構文を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第７回　基礎構文（Ⅱ）：目的語がある構文の応用
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)目的語がある構文の否定形、疑問形を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第８回　基礎構文（Ⅲ）：形容詞がある構文と応用
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)形容詞がある構文を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第９回　基礎構文（Ⅳ）：「在」の構文と応用
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)在を使った構文を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第10回　基礎構文（Ⅴ）：完了形
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)完了形がある構文を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第11回　基礎構文（Ⅴ）：完了形の応用
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)完了形がある構文の否定形、疑問形を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第12回　基礎構文（Ⅵ）：「口」の構文と応用
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)过を使った構文を習得する。

【授業時間外学修】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

第13回　作文：自己紹介
【　到達目標　】
自分について紹介する文章を作る。

【授業時間外学修】
自分で作成した中国語の文章を推敲して完成させる。(4.0hr)

第14回　中国の文化（Ⅰ）：中国文化と中国語Ⅰ
【　到達目標　】
(1)中国語の成り立ちと中国文化を理解する。
(2)中国語の語彙を増やす。

【授業時間外学修】
授業で触れた中国の文化について、自分でまとめなおす。(4.0hr)

第15回　中国の文化（Ⅱ）：中国文化と中国語Ⅱ
【　到達目標　】
(1)中国文化の中で成長した中国語について理解する。
(2)中国語の語彙を増やす。

【授業時間外学修】
授業で触れた中国の文化について、自分でまとめなおす。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義期間中に1度課題を出します。課題の結果は、講義内で解説によるフィードバックをおこないます。参加学生が中国語を用いた会話などを行うことで、中国語を身につけていけるように指導します。普段から復習を心がけ、中国語に触れる機会を増やしましょう。

【教科書・参考書など】

講義用の参考書(講義担当者作成)を準備します。初回のオリエンテーションにて詳細をお伝えします。

【成績評価方法】

授業時の課題が30%、学期末の筆記試験（試験は試験期間中に別途実施）が70%となります。

科 目 名	コリア語			担当者	李　　美賢	
英 文 名	Korean language					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE208・DLE208・HLE208・CLE208		卒業認定方針との関連	②

【到達目標】

日ごろからK-ドラマや映画、K-POPなどに関心の高い学生さんが多いはず！大好きなこれらのコンテンツをさらに理解できるよう、韓国語の文字であるハングルの読み書きなどを基本から学びます。韓国語の文字（ハングル）や発音、基礎的な文法、挨拶言葉をはじめとする日常的な会話表現を学び、習得します。また、異国文化の背景にある文化や習慣などにも触れることにより、会話における自然なやり取りやご自分の意見がちゃんとアピール出来るよう、身に着けていきます。さらなるコミュニケーション能力を高めていくことを目標とします。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
韓国語の初級レベルに達するための参加意欲	欠席ゼロで、学習に関する質問を積極的にする	欠席ゼロで、質問に対する答えを積極的にする	何度の欠席、目線を合わせず他のことをする
韓国語の初級レベルの話す能力	自分の意見をきれいな発音で上手に話せる	勇気を出して自分の意見を積極的に言おうとする	呼ばれても何も答えようとしない
韓国語の初級レベルの理解力	フレーズの聞き取りや書き取りができる	フレーズの書き取りより聞き取りができる	フレーズの聞き取り、書き取りが全くできない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション：ハングルとはどういう文字か
【　到達目標　】
(1)言語としての韓国語の特性を理解する。
(2)韓国語の文字であるハングルの成立の文化的背景を理解する。
(3)ハングルの仕組みについて理解する。
【授業時間外学修】
韓国語と日本語の共通点や相違点、ハングルの特性や仕組みについて学習する。(4.0hr)

第２回　ハングルの発音：基本母音字１０個
【　到達目標　】
(1)ハングルの発音・リズムを理解する。
(2)基本母音字を習得する。
【授業時間外学修】
ハングルの仕組みを明確に理解したうえで、基本母音を学習する。(4.0hr)

第３回　ハングルの発音：子音字（１）〈平音と激音の１４個〉
【　到達目標　】
(1)ハングルの発音・リズムを理解する。
(2)ハングルの子音（平音・激音）を習得する。
【授業時間外学修】
基本母音字と子音字の組み合わせ及びその発音を学習する。(4.0hr)

第４回　ハングルの発音：子音字（２）〈濃音５個〉
【　到達目標　】
(1)ハングルの子音（濃音）を習得する。
【授業時間外学修】
基本母音字と子音字の組み合わせ及びその発音を学習する。(4.0hr)

第５回　ハングルの発音：合成母音字１１個
【　到達目標　】
(1)合成母音字を習得する。
【授業時間外学修】
子音字と合成母音字の組み合わせ及びその発音を学習する。発音の仕組みについて理解する。(4.0hr)

第６回　ハングルの発音：パッチム、挨拶
【　到達目標　】
(1)文字としてのパッチムとその発音を習得する。
【授業時間内学習】
パッチムという概念の理解とその発音を勉強し、基本的な挨拶を学習する。(4.0hr)

第７回　日本語のハングルの表記
【　到達目標　】
(1)日本語の固有名詞のハングル表記を習得する。
(2)辞書の引き方、キーボードの打ち方を習得する。
【授業時間外学修】
日本語の固有名詞のハングル表記を学習し、自分の名前をハングルで書く、辞書を引く、などを学習する。(4.0hr)

第８回　日常生活の表現：肯定表現
【　到達目標　】
(1)日常会話の表現世界の理解。不可欠の肯定表現を習得する。
【授業時間外学修】
「～は～です」の表現を勉強し、自己紹介や挨拶の表現を学習する。(4.0hr)

第９回　日常生活の表現：疑問表現
【　到達目標　】
(1)日常会話の表現世界の理解。質問の仕方や答え方を習得する。
【授業時間外学修】
質問の方法を学習し、趣味の聞き方や答え方などを学習する。(4.0hr)

第10回　日常生活の表現：否定表現
【　到達目標　】
(1)日常会話の表現世界の理解。不可欠の否定表現を習得する。
【授業時間外学修】
「～ではありません」の表現を勉強し、否定の仕方を学習する。(4.0hr)

第11回　日常生活の表現：用言の表現（１）〈かしこまった丁寧形〉
【　到達目標　】
(1)日常会話の表現世界の理解。不可欠の基礎の用言の表現を理解する。
【授業時間外学修】
動詞・形容詞などの用言の丁寧形（その１：ハムニダ体）を学習する。(4.0hr)

第12回　日常生活の表現：用言の表現（２）〈親しみを込めた丁寧形〉
【　到達目標　】
(1)日常会話の表現世界の理解。不可欠の基礎の用言の表現を理解する。
【授業時間外学修】
動詞・形容詞などの用言の丁寧形（その２：ヘヨ体）を学習する。(4.0hr)

第13回　日常生活の表現と韓国文化：過去形
【　到達目標　】
(1)日常会話の表現世界の理解。不可欠の過去形の表現を習得する。
【授業時間外学修】
用言の過去形の作り方を勉強し、過去の出来事の説明の仕方を学習する。(4.0hr)

第14回　日常生活の表現と韓国文化：数字の言い方（１）〈漢数詞〉
【　到達目標　】
(1)韓国語の漢数詞を習得し、数詞に表わされる韓国文化を理解する。
【授業時間外学修】
漢字語数詞を勉強し、日にちや値段などの言い方を学習する。(4.0hr)

第15回　日常生活の表現と韓国文化：数字の言い方（２）〈固有数詞〉
【　到達目標　】
(1)韓国語の固有数詞を習得し、数詞に表わされる韓国文化を理解する。
【授業時間外学修】
固有語数詞を勉強し、時間や人数や年齢などの言い方を学習する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

予習・復習を継続し、日常的に韓国語に触れる（ドラマ、映画、歌など）ようにすることが語学の上達の上で重要である。毎回、レスポンスカードや各課ごとの応用練習帳の作成及び提出の課題が出される。課題の結果、間違いやすい部分や注意すべき点などに関して、次の授業内で解説によるフィードバックを行う。また、1－2回ほど理解度の確認のため、小テストや中間テストを行う。テスト結果は、次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

「教科書名」：『楽しく学べる韓国語１』（李美賢・李貞旼）著（白水社）　※『楽しく学べる韓国語』の改訂版

【成績評価方法】

各回の授業時での課題40%、理解度確認のためのテスト結果を60%として評価する。試験は試験期間中に別途実施。

科目名	社会のしくみとキャリア形成			担当者	新免　玲	
英文名	Career, Business and Social System					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE209・DLE209・HLE209・CLE209		卒業認定方針との関連	④⑤

【到達目標】

自らのキャリアについて考える機会を持ち、将来のありたいライフキャリア像に向けて、リーダーシップとグループダイナミズム（集団心理学）を学び、科学的な自己・他者・社会の理解を通して、今後の学生生活の目標を設定し、行動計画を立てられるようになることを目指します。
・個人のライフキャリアのなかで、「学ぶこと」や「働くこと」の意義や目的を理解する。
・ロールモデルとなる社会人からの話を聴き、社会生活において求められる各種能力と自身の現状を把握する。
・「ありたいライフキャリア（リーダーシップ）像」に向けた学生生活(学修を含む)の目標及び行動計画を立てることができる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
①「ありたいライフキャリア（リーダーシップ像）」を考える	自分がイキイキと活動できそうなライフキャリア（ﾘｰﾀﾞｰｼｯﾌﾟ像）について具体的なイメージを持ち、活動ができている	自分がイキイキと活動できそうなライフキャリア（ﾘｰﾀﾞｰｼｯﾌﾟ像）について具体的なイメージが持てている	自分がイキイキと活動できそうなライフキャリア（ﾘｰﾀﾞｰｼｯﾌﾟ像）について具体的なイメージが持てていない
②「グループダイナミズム（集団心理学）」を理解し、グループワークの進め方を学ぶ	グループワークにおける、役割分担や進め方について理解し、自分なりのやり方が検討できている。	グループワークにおける、役割分担や進め方について理解している	グループワークにおける、役割分担や進め方について理解できていない
③「ありたいライフキャリア（リーダーシップ像）」に向けた学生生活の目標および行動計画を立てる	「ありたいライフキャリア（リーダーシップ像）」に向けた学生生活の目標を持ち、行動計画を立て、具体的に動き出せている。	「ありたいライフキャリア（リーダーシップ像）」に向けた学生生活の目標を持ち、行動計画を立てられている	「ありたいライフキャリア（リーダーシップ像）」に向けた学生生活の目標が不明確だったり、行動計画が立てられていない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション（＊必ず参加してください）3つの学修到達目標について
【　到達目標　】
授業への導入・シラバス・学習目標（目的・ねらい）の確認、毎時の授業の進め方・課題および成績評価についての説明、キャリア形成の意味・心理学的基盤を理解します。
【授業時間外学修】
3つの学習到達目標を踏まえて、自分なりの目標を立てる(4.0hr)

第２回 キャリア、生き方について考える
【　到達目標　】
キャリアデザインの必要性を理解し、現在の自分を知る、ライフキャリアについて学びます。
個人のライフキャリアのなかで、「学ぶこと」や「働くこと」の意義を知り、今できることを考えます。
【授業時間外学修】
将来のありたいライフキャリアに向けて、好きなことややりたいことについて考える(4.0hr)

第３回　社会で必要なコミュニケーションについて
【　到達目標　】
グループダイナミズム（集団心理学）を理解し、グループワークの重要性について考えます。
グループワークにおける、役割分担、進め方について学びます。
【授業時間外学修】
自分自身のコミュニケーションの経験、特徴、課題を考える(4.0hr)

第４回　コミュニケーション　実践編
【　到達目標　】
アセスメントで自分のコミュニケーションタイプを知ります。
グループワークにおける自身の課題について考え、グループワークをスムーズに行うための改善策について考え、理解を深めます。
【授業時間外学修】
アセスメント結果を踏まえて、具体的なコミュニケーション課題について考える(4.0hr)

第５回　自分のこれまでの物語を整理する
【　到達目標　】
ライフラインチャート（モチベーションチャート）の実施。自分の傾向、大切にしたいことを考えて理解を深めます。
【授業時間外学修】
ライフラインチャートの作成を通じて、自分のライフストーリーを整理する(4.0hr)

第６回　自分の強みを知る
【　到達目標　】
強みを言語化し、過去の経験からどのように培ったのかワークを通じて整理します。
強みのワークシート１＆２を実施します。
【授業時間外学修】
強みのワークを通じて、過去の経験から強みの根拠を整理する(4.0hr)

第７回　自分の動機づけを知る
【　到達目標　】
動機づけの方程式について学び、モチベーション（動機付け）の要素を知ります。
過去のエピソードから、自分の動機づけの方程式を作成します。
【授業時間外学修】
動機づけの方程式の理解と1エピソードにおける自分の動機づけの要素を整理する(4.0hr)

第８回　ケーススタディ①　　※ゲスト講師の都合により回が変更になる可能性あり
【　到達目標　】
活躍中の社会人による講演を通して仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成を考える。
参考にしたい社会人（ロールモデル）を選定し、インタビューを計画します。
インタビューの仕方について学び、備えます。
【授業時間外学習】
インタビューの実施準備・質問文の作成(4.0hr)

第９回　インタビューの実施（仕事の6分類編　※中間試験2/2）6/11
【　到達目標　】
仕事の6分類について学び、インタビューに備えます。
【授業時間外学修】
インタビューの実施準備・質問文の作成。(4.0hr)

第10回　インタビューのシミュレーション　6/18
【　到達目標　】
前の2回で学んだインタビュー内容を踏まえて、インタビュー本番のシミュレーション・準備をします。
グループワークにおける、ロールプレイング。インタビュー実施時のマナー等について確認します。
【授業時間外学修】
インタビューの実施と報告(4.0hr)

第11回　インタビュー結果について、グループ内で共有　6/25
【　到達目標　】
グループワークでインタビューした社会人について共有し、学び合います。
インタビューを通じて学んだこと、感想を共有します。
【授業時間外学修】
グループワークを通じて学んだロールモデルについての情報を整理してまとめる(4.0hr)

第12回　ビジネスモデルについて学ぶ①
【　到達目標　】
ビジネスモデル（5W2H）の調べ方を学び、仕事・企業研究の仕方を理解します。
強みのワークシートを用いて、1企業（仕事）のビジネスモデルについて理解を深めます。
【授業時間外学修】
ロールモデルの仕事・所属する企業のビジネスモデルを理解する(4.0hr)

第13回　ビジネスモデルについて学ぶ②
【　到達目標　】
グループワークでビジネスモデルを共有します。
複数の社会人の仕事・所属する企業のビジネスモデルを学びます。
【授業時間外学修】
グループワークを通じて学んだビジネスモデルを整理してまとめる(4.0hr)

第14回　ありたいライフキャリアに向けた今後の学生生活アクションプラン
【　到達目標　】
これまでの学びの振り返り、目標達成の確認、今後の目標設定をします。
これまでの学修を踏まえ、自分のありたいライフキャリア（リーダーシップ像）について考えを整理して、アクションプランを作成します。
【授業時間外学修】
自分の将来のありたいライフキャリアを描き、今後の大学生活におけるアクションプランを作成する。(4.0hr)

第15回　ありたいライフキャリアに向けた今後の学生生活アクションプラン
【　到達目標　】
グループ内で、アクションプランについてのプレゼンテーション実施とフィードバックコメント。
アクションプランを修正・現状の完成版の作成します。
【授業時間外学修】
最終レポート作成を行う(4.0hr)

【学修上の留意点】

1. 本授業では、キャリア形成に関する講話やグループワークによる受講生同士のコミュニケーションの機会を増やし、大学での関係性向上や情報交換等、相互に成長する学修を目指します。そのため、出席は毎時行うグループワークなどの演習に参加するために、とても重要です。欠席しても必ず次回に向けて課題提出やグループワークを忘れずに行ってください。
2. 学生は、毎授業開始時、実施中および終了後にレポート（各15回＋中間・最終レポート）を記入し、提出してください。

・基本的に、毎時の課題は次の授業の準備です。締め切りおよび提出方法・ルールは、他の受講生にも影響が出てしまうため、必ず守ってください。事前の相談がなく遅れたら課題の点数は-10%になります。必ず期日前までに教員へ相談し、遅れる場合も事前に相談の上、提出日および提出方法を確定してください。
・授業内容は場合によって変わることがあるので、Phollyや掲示板を見て確認してください。

【教科書・参考書など】

指定書籍：1.「キャリア心理学“強み”デザインガイドブック：自分にワクワクできるワークショップ」ナカニシヤ出版 税込2,200円（ISBN：978-4-7795-1851-5）
2.「キャリアデザインワークブック」ムイスリ出版　税込1,595円（ISBN978-4-89641-345-8）
それ以外のワークシートや動画などの教材は授業内で指示します。　ワークシートや動画などの教材は授業内やPhollyで指示します。毎時の授業時には、上記指定図書2冊と前回の【授業時間外学習】で提示された課題を持参してください。課題は、必ず授業開始前までに紙面もしくはパソコン等で開いておくようにしてください。
参考書：就職四季報、業界地図、日経テレコン、東洋経済デジタル・ライブラリーなどのデータベースコンテンツ、他
※毎授業時、次回の課題を含めて提示します。不明な点がある人は、次回まで待たずに必ず個別に確認してください。

【成績評価方法】

覚えたことを書くタイプの試験はありません。成績評価も、あなたが自分なりに考えたことを基本に評価します。高い評価はどのようなものかは講義中に都度示していきます。具体的な成績評価は、①講義前後の小レポート(毎時の学習目標設定と振り返り、リアクションペーパー含む）／ワーク（オンライン提出中心）50%、②授業・グループワークでの貢献度・成果物20%、③学期内のレポート・課題(最終レポート含む）30%、の配分とし、総合して評価。課題提出遅延は、Phollyに記載の通り、減点します。　※授業への参加、貢献度：授業中のワーク（個人・ペア（トリオ）・グループでの活動）への参加態度も含みます。

科 目 名	データ分析と統計学			担当者	水野　有希	
英 文 名	Data Analysis and Statistics					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE210・DLE210・HLE210・CLE210		卒業認定方針との関連	③

【到達目標】

情報化社会の現代では、溢れる情報から必要な情報を的確に読み取る能力が必要不可欠です。この情報をどのように分析して、どのように結論として導いていくか、その手段として統計学が重要な役割を担っています。本講義では、統計学がどのような場面で使用されているか、実例を多数紹介しながら理解を深め、統計学の基本的な考え方と統計手法を学びます。また、卒業研究や課題レポートなどのデータ分析に活用できるスキルを身につけます。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
統計学の基本的事項・理解に関する事項	基本的な概念や原理・法則を体系的に十分に理解し、自ら説明できる。	基本的な概念や原理・法則を資料等を参照にしながら説明できる。	基本的な概念や原理・法則の体系的な理解が不十分で説明できない。
統計学の実践的な活用に関する事項	事象を適切な分析から考察し、統計学的な表現を用いて自ら説明できる。	資料等を参照に事象を分析し、統計学的な表現を用いて説明できる。	統計学を活用して事象を考察するのに理解が不十分で説明できない。
体育・スポーツ研究の科学的根拠に関する事項	統計学的思考を用いて根拠に基づいた分析や論理的に考察を自ら説明できる。	資料等を参考に、根拠に基づいた分析や論理的に考察を説明できる。	根拠に基づいた分析が不十分で科学的根拠が説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　統計の心構え、ビックデータとAI
【　到達目標　】
(1)世の中にある情報（データ）にどのようなものがあるか理解する。
(2)データの特徴や分析により、様々な課題解決につながることを理解する。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習（度数分布表・ヒストグラム）をする。(4.0hr)

第２回　データの種類・尺度水準、度数分布表とヒストグラム
【　到達目標　】
(1)データの特徴を表すものに代表値がある。代表値とは何か、どのようなものがあるのかを、データの種類や尺度から学ぶ。
(2)データの特徴にはばらつきをとらえるものとして度数分布表やヒストグラムを学ぶ。
【授業時間外学修】
提出課題（尺度水準）の復習をする。(4.0hr)

第３回　データのばらつきを数値に表すには
【　到達目標　】
(1)ばらつきの度合いを数値として表すものには何があるかを学ぶ。
(2)代表値とばらつきを関数を使って算出する方法を学ぶ。

【授業時間外学修】
提出課題（分散・標準偏差）の復習をする。(4.0hr)

第４回　散布図と相関、相関係数
【　到達目標　】
(1)散布図を作成し、パターンを理解する。
(2)相関係数の求め方を学ぶ。

【授業時間外学修】
提出課題（相関係数）の復習をする。(4.0hr)

第５回 回帰直線
【　到達目標　】
(1)回帰直線を使って予測する方法を学ぶ。

【授業時間外学修】
提出課題（回帰直線）の復習をする。(4.0hr)

第６回　データ収集の方法
【　到達目標　】
(1)質的データや量的データの収集の方法を理解する。
(2)アンケート作成の基本を学ぶ。

【授業時間外学修】
アンケート項目を考えアンケートを作成する。(4.0hr)

第７回　仮説検定と有意差について
【　到達目標　】
(1)推計統計学において仮説検定がなぜ必要かを理解する。
(2)確率の意味を復習する。

【授業時間外学修】
提出課題の復習をする。(4.0hr)

第８回　正規分布とその他の分布
【　到達目標　】
(1)どのような分布があるかを学ぶ。
(2)一般のデータを標準正規分布に変換する方法を学ぶ。
(3)標準正規分布表から確率を求める方法を学ぶ。
【授業時間外学修】
提出課題（正規分布）の復習をする。(4.0hr)

第９回　平均と分散の推定と区間推定
【　到達目標　】
(1)データ数が多い場合のデータの特徴を捉えるにはどのような方法があるかを学ぶ。
(2)サンプルから全体の特徴を推定した場合の信頼区間について学ぶ。

【授業時間外学修】
提出課題（平均・分散の推定）の復習をする。(4.0hr)

第10回　t検定（対応あり）
【　到達目標　】
(1)平均の差の検定の種類を理解する。
(2)実際の例をとらえながら、t検定の必要なケースを理解する。

【授業時間外学修】
提出課題（対応のあるt検定）の復習をする。(4.0hr)

第11回　t検定（対応なし）
【　到達目標　】
(1)実際の例をとらえながら、t検定の必要なケースを理解する。

【授業時間外学修】
提出課題（対応のないt検定）の復習をする。(4.0hr)

第12回　分散分析（一元配置）
【　到達目標　】
(1)実際の例をとらえながら、一元配置分散分析を理解する。

【授業時間外学修】
提出課題（一元配置分散分析）の復習をする。(4.0hr)

第13回　分散分析（二元配置）
【　到達目標　】
(1)実際の例をとらえながら、対応ありの二元配置分散分析を理解する。
(2)実際の例をとらえながら、対応なしの二元配置分散分析を理解する。

【授業時間外学修】
提出課題（二元配置分散分析）の復習をする。(4.0hr)

第14回　カイ二乗検定
【　到達目標　】
(1)仮説検定の考え方を理解する。
(2)カイ二乗値について理解し、求め方と利用方法を学ぶ。

【授業時間外学修】
提出課題（カイ二乗検定）の復習をする。(4.0hr)

第15回　実践課題
【　到達目標　】
(1)実際のデータを使って分析を行う。

【授業時間外学修】
分析方法と表やグラフについて復習する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義は情報処理実習室で授業を実施します。Excelを使い分析することがほとんどですので、初回講義までにExcelの基本操作を復習し、受講の準備を怠らないようにしてください。講義では、できるだけ実際の例を示しながら解説し、数学の苦手な学生も理解ができるように工夫します。講義資料は当日9:00までに本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップしますので、事前に講義内容を確認するようにしてください。講義では事前に配信した資料をもとに解説し、講義で行った知識を固めるために、講義の後半15～20分は課題を遂行する時間を取ります。間違えた箇所は復習を心掛けてください。講義後は、講義資料や解説動画（一部）をGoogle Drive 上に1週間掲載しますので、復習や振り返りを行うようにしてください。

【教科書・参考書など】

講義中に指示します。

【成績評価方法】

毎回行われる確認課題(講義中に提出するもの)60%、実践課題(第15回)40%として評価します。良好な出席状況は、当然の前提です。

科 目 名	知の哲学			担当者	宇多村 俊介	
英 文 名	Philosophy of Knowledge					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3	／選択の区別	教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE111・DLE111・HLE111・CLE111		卒業認定方針との関連	①③

【到達目標】

この授業は「知」をめぐる哲学上のいくつかの局面から主題を選びながら、物事や資料、読み物を理知的に解読する習慣を養うことに主眼を置いています。これは、何を素材にするにせよ、日常的に筋道立って考え解釈するための基礎作業をなしていて、大学生として最低限、身につけておくべき論理的思考・批判的思考の諸原則と技能とを含みます。取り上げる主題としては、眼前の身近な素材や事例を用いながら、ことによると普段は当然視しているであろう事柄を批判的に捉え直す視角を学びます。各受講生がことばと思考を自覚的に使用し、みずから暮らしを哲学する端緒として欲しい。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
知をめぐる問題の所在と接近法	問題の所在を理解し、知へ接近する道程を多元的に説明することができる。	知の成立条件や知へ到る思考の過程を、資料等を見ながら説明することができる。	理解が不十分で、従前の意識と思考の枠組みから出ることができない。
思考の諸技能と明晰な言語使用	批判的思考の諸要件と諸段階を理解し、実践することができる。	批判的思考の諸要件と諸段階を、資料等を見ながら運用を試みることができる。	原則や概念の理解が不十分で、各諸技能を運用することができない。
知への視角と現代の知の諸相に関する事項	各主題の観点から世界や自己のあり様を分析し意見を述べることができる。	資料等を参照しながら、各主題の観点に基づいて事例を分析し考えることができる。	各主題への理解が不十分で、新しい視点を事例の分析と思考に取り入れることができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション：哲学することと知へのアプローチ
【　到達目標　】
哲学的な問のもつ特性を理解するとともに、「考える」という作業の一端を実践して、知へアプローチする上でのその意義を自覚する。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の<検討課題>に取り組む。(4.0hr)

第２回　知の成立条件と定義：必要条件と十分条件
【　到達目標　】
定義の構成と充たすべき要件を理解した上で、知の古典的な定義とその問題点を考察することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第３回　意味と明晰さ：曖昧と漠然
【　到達目標　】
ことばを明晰に使用し、無用な混乱を避けるための分析的な諸観点を弁別して理解し、各種の事例に適用することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第４回　立論の批判的評価の諸段階１：推論の２類型
【　到達目標　】
立論(論証)の構造と、そこに体現される推論の２つの類型を把握した上で、立論の健全さを評価することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第５回　立論の解剖学：樹形図の方法
【　到達目標　】
複合的な立論を分析する手段として樹形図の方法を把握し、任意の立論の論理構造を理解することができる。同時に、この方法から取り出される書き手としての一般原則を把握し、運用することができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第６回　立論の批判的評価の諸段階２：問と論駁
【　到達目標　】
対話的な討論の枠組みのなかで立論の目的を把握し、いくつかの問のもつ機能と諸特質を弁別して理解することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第７回　　立論の批判的評価の諸段階３：歪んだ思考
【　到達目標　】
成功する立論の充たすべき諸要件に対する違反として欺瞞的な立論（虚偽）の分類と形式を把握し、虚偽を犯した個々の立論をそれと分析することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第８回　知覚経験と認識：現象と実在
【　到達目標　】
知の四つの源泉およびそれらに対応する認識の手段、能力として、感覚・知覚、表象、概念の諸特質を把握して、知覚経験のもつ限界と知覚経験の記述に客観性が成立する諸条件とについて考察することができる。
【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第９回　感情：感情と認識
【　到達目標　】
感情の三つの様態を弁別し、それぞれの認識の三能力との対応関係を理解して、みずからの生活意識を省みることができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第10回　思考と行為：プラグマティックな意味基準
【　到達目標　】
行為の一段階として思考を捉える視点からプラグマティズムの守則を理解し、観念や言明を明晰化する方法として適用することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第11回　コミュニケーションの哲学：社会的自我
【　到達目標　】
コミュニケーションという用語の意味、その基本要素と諸段階を確認した上で、自我の社会性および主体性を理解し、コミュニケーションの可能性の基盤を考えることができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第12回　現代の知の諸相１：情報時代の知
【　到達目標　】
現代の知の一形態として集合知の特性を理解し、その正当性の根拠と成立条件、および限界について考えることができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第13回　現代の知の諸相２：科学的接近法
【　到達目標　】
問題解決のための着想を評価する技能として説明上の仮説を理解し、仮説を評価するための検討項目に照らして、任意の仮説を評価することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第14回　現代の知の諸相３：俗悪なものの形而上学
【　到達目標　】
形而上学的な次元が日常的な思考や行動をどう左右するかを理解し、その観点から任意の事例を分析することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

第15回　知の主体的責任と知的誠実性
【　到達目標　】
授業を振り返り、知を表明し伝達することの意味と責任を自覚することができる。

【授業時間外学修】
授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

【学修上の留意点】

暫定的に自分の考えや意見を自覚し整理してもらうために、また、いくつかの思考の技能への一定の習熟を図るために、授業時に５～６回、課題ミニレポートを書き、提出してもらいます。これを除く各回、講義内容を踏まえた考察カードを書いてもらいます。とくに寸評を要する考察や疑問、解答例のある課題については翌週の解答・解説によって理解度を確認してもらいます。予備知識は問いませんが、各回、必ずしも馴染みのない概念や観点を学びます。集中して聴き、把握したことを実地に適用する心構えでいて下さい。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しません。授業ごとにプリントを配付します。参考文献は授業時に適宜指示します。

【成績評価方法】

各回主題への取り組み状況を踏まえた上で，授業内の課題ミニレポート30%、定期試験70%で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

科 目 名	教養としての日本文学			担当者	石元 みさと	
英 文 名	Introduction to Japanese Literature					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE112・DLE112・HLE112・CLE112		卒業認定方針との関連	①④

【到達目標】

現代日本の児童文学作品を通時的・共時的に概観し、児童文学の変化を考察し、マンガやアニメなどの他ジャンルとの関わりにも目を配り、児童文学というジャンルの可能性について検討する授業である。
現代児童文学の状況とその作品に関心を持ち、分析するための基本的な知識を得ることを目標とする。また、関わりのある他ジャンルにも視野を広げ、起こっている現象や問題に意識的になり、自分なりの解釈・分析をできるようになることを目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
現代児童文学の状況とその作品について	背景やジャンルなども含め総合的に説明できる。	基本的な知識を説明できる。	理解が不十分で説明できない。
関心を持つ作品について	自分なりの解釈・分析ができる。	先行論をもとにした解釈・分析ができる。	先行論の理解はできる。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
教養として文学を読むことの意義、授業のねらいと方針、学習方法を理解する。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第２回　解釈するとはどういうことか
【　到達目標　】
作品を読むことについて学び、どういう点に注目すべきか理解する。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第３回　昔話
【　到達目標　】
昔話の特徴について学ぶ。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第４回　昔話の特徴を活かして創作する
【　到達目標　】
昔話についてグループワークをする（創作）。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第５回　創作民話を学ぶ
【　到達目標　】
創作民話『龍の子太郎』について理解する。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第６回　ナンセンス作品を学ぶ
【　到達目標　】
ナンセンス作品について理解する。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第７回 絵を読むとはどういうことか
【　到達目標　】
絵本『すてきな三にんぐみ』を取り上げ、絵を読み解く。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第８回　エンターテインメント作品を読む
【　到達目標　】
『ズッコケ三人組』を取り上げ、エンターテインメントについて理解する。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第９回　詩を読む
【　到達目標　】
「わたしと小鳥とすずと」を扱い、教科書での読まれ方を考える。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第10回　ボーダーレス化する児童文学
【　到達目標　】
1990年代に広がったボーダーレスな作品について学ぶ。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第11回　作品を分析する１
【　到達目標　】
「デューク」を取り上げ、作品を詳細に分析する。ドラマ版を視聴し、他者の解釈を学ぶ。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第12回　児童文学とメディアミックス
【　到達目標　】
近年盛んに行われているメディアミックスついて考える。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第13回　作品を分析する2
【　到達目標　】
『DIVE!!』を取り上げ、作品のモチーフを分析する。マンガ版・映画版・アニメ版・2.5次元版・ドラマ版を視聴し、他者の解釈を学ぶ。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第14回　児童文学と多様性
【　到達目標　】
現代児童文学における「多様性」について考える。
【授業時間外学修】
次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)

第15回　まとめ
【　到達目標　】
これまで扱った作品を振り返り、自分なりの解釈・分析をする。
【授業時間外学修】
授業全体を振り返り、自己評価を行う。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・毎時間、授業内で小レポート（作品の感想）を課す。その提出をもって出席とみなす。
・読み書きの自主学習が多いためハードである。積極的に学習に取り組む覚悟がなければ本科目は単位習得できないので､中途半端な気持ちで選択しないようにすること。
・グループワーク発表、最終レポートを課す。
・受講人数によって内容を変更する場合がある。

【教科書・参考書など】

教科書　授業時にレジュメを配布する。読み聞かせ、もしくは取り上げる作品のダイジェストを配布するが、できる限り事前に作品全体に目を通してから授業に臨んでほしい。
参考書　授業時に適宜紹介する。

【成績評価方法】

・毎回の課題提出(30%)・グループワーク発表（20%）、最終レポート(50%)
・生成AIを使用したり剽窃をしたりした者には単位を出さない。

科目名	音楽の世界			担当者	森　　立子	
英文名	The World of Music					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE113・DLE113・HLE113・CLE113		卒業認定方針との関連	④⑤

【到達目標】

音楽とは何か。音楽の構造や楽器に関する基礎的知識、文化としての西洋音楽の歴史を学ぶ。履修者は、解説された事項を理解し、様々な音楽の聴取体験を重ね、音楽に関する基礎的概念を身に着けるとともに、音楽と社会の関わりについても考察することが求められる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
音楽の基礎的概念について	授業で扱った概念をすべて自分の言葉で説明できる	それぞれの概念の意味するところを事典などを参考にしながら理解することができる	それぞれの概念の意味が理解できない
音楽と社会との関わりの分析	自分独自の方法論で分析ができる	授業で説明された分析が理解できる	授業で説明された分析が理解できない
西洋音楽の歴史	中世から近代まで、各時代の西洋音楽の特徴が理解できる	中世から近代までの西洋音楽史の流れが大まかに理解できる	時代ごとに音楽の特徴が異なることが理解できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　さまざまな楽器（1）
【　到達目標　】
楽器の分類法について学び、楽器の構造、奏法、歴史を理解する。
体鳴楽器、膜鳴楽器、気鳴楽器について理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第２回　さまざまな楽器（２）
【　到達目標　】
弦鳴楽器、電鳴楽器について理解する。
オーケストラの歴史、編成について理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第３回　声
【　到達目標　】
歌唱法、声種について理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第４回　ノイズ・環境音楽
【　到達目標　】
ノイズを素材としていかに音楽を構成することが出来るのか、実例を鑑賞しながら考察する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第５回　環境と音楽（１）
【　到達目標　】
独立した「作品」としてではなく、環境の構成要素として作られる音楽の様々な例について学ぶ。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第６回 環境と音楽（２）
【　到達目標　】
サウンドスケープの概念と、その実例について学ぶ。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第７回　音階
【　到達目標　】
音階の定義を学び、異なる音階に基づく音楽がもたらす聴覚的効果について理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第８回　音楽と記録
【　到達目標　】
音楽を記録する媒体の歴史的変遷について学ぶ。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第９回　西洋音楽の歴史（１）
【　到達目標　】
西洋音楽史の時代区分を確認し、ルネサンス時代までの音楽の特徴について実例を鑑賞しながら理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第10回　西洋音楽の歴史（２）
【　到達目標　】
バロック時代の音楽の特徴について、実例を鑑賞しながら理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第11回　西洋音楽の歴史（３）
【　到達目標　】
古典派時代の音楽の特徴について、実例を鑑賞しながら理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第12回　西洋音楽の歴史（４）
【　到達目標　】
ロマン派時代の音楽の特徴について、実例を鑑賞しながら理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第13回 西洋音楽の歴史（５）
【　到達目標　】
「国民楽派」の概念および代表的な作曲家の作品について、実例を鑑賞しながら理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第14回　西洋音楽の歴史（６）
【　到達目標　】
近代の音楽の様々な傾向と特徴について、実例を鑑賞しながら理解する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

第15回 日本における西洋音楽の受容
【　到達目標　】
日本において西洋音楽がいかに受容されてきたのか、主に歴史的視点から考察する。

【授業時間外学修】
授業時に指定した映像・音楽の視聴。(4.0hr)

【学修上の留意点】

教科書は指定せず、授業内容の要点をまとめたパワーポイントを授業後に資料としてデータで配布する。パワーポイント上に授業中、授業後に視聴すべき参考動画のリンクを埋め込む。音楽という科目の性格上、視聴覚教材を多用した授業展開になるため、欠席をしないことが大前提となる。なお、各授業時にコメントの提出を求める。このコメントの内容も成績評価の対象とする。受講に際して音楽の知識の有無は問わないが、授業に真摯に向き合うことの出来る学生の参加を求める。

【教科書・参考書など】

参考書は授業の際に随時紹介する。

【成績評価方法】

各授業回で課すコメントの内容50%、学期末小テスト50%の割合で評価する。

科目名	ジェンダー論			担当者	藤山　新	
英文名	Gender Issues					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE211・DLE211・HLE211・CLE211		卒業認定方針との関連	③④

【到達目標】

本講義では、日常生活の様々な場面に潜在するジェンダーにまつわる事象や問題について、自分自身に関係のあることとして認識し、理解を深めることを目的とする。また、本学の特徴に合わせ、セクシュアル・マイノリティやセクシュアル・ハラスメント、パワーハラスメント、デートDV、アスリートの盗撮問題など、学校や体育、スポーツの場面で指導的立場に立つうえで必要な知識を身につけることを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ジェンダーに関する基礎的知識	知識を理解し、現実社会の課題の理解に応用できる	知識について、配布資料等を参照しながら説明することができる	知識を十分に説明できない
スポーツ場面におけるジェンダー課題について	課題について理解し、ジェンダーの視点を踏まえ、自らの意見を述べることができる	課題について理解し、配布資料等を参考に意見を述べることができる	課題の理解が不十分で、意見を述べることができない
保健体育科の教育場面におけるジェンダー課題について	課題について理解し、ジェンダーの視点を踏まえ、自らの意見を述べることができる	課題について理解し、配布資料等を参考に意見を述べることができる	課題の理解が不十分で、意見を述べることができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　イントロダクション
【　到達目標　】
(1)セックスおよびジェンダーの概念とその変遷を理解する。
(2)ジェンダー・ギャップ指数（GGI）を通じて、国際社会における日本の位置づけを知る。
(3)ジェンダーの視点から、どのような事柄が課題となりうるのかを把握する。
【授業時間外学修】授業内で提示するジェンダー・ギャップ指数のリポートを閲覧し、日本が特に経済と政治の分野で女性の参画が少ない状況を詳細に把握する。(4.0hr)

第２回　フェミニズムの歴史
【　到達目標　】
(1)フェミニズムの全体的な歴史を知る。
(2)現代のフェミニズムのありかたを理解する。
(3)現代における男性とフェミニズムの関係を理解する。
【授業時間外学修】授業内で提示する参考文献のうち、男性学に関する文献を読み、現代のフェミニズムの特徴を理解する。(4.0hr)

第３回　男女共同参画社会ってなんですか
【　到達目標　】
(1)男女共同参画社会推進法の理念を理解する。
(2)男女共同参画社会を推進するための具体的な取組を知る。
(3)スポーツ場面における男女共同参画に関する取組を知る。
【授業時間外学修】内閣府男女共同参画局HPより、第5次男女共同参画基本計画の説明資料を閲覧し、どの分野でどのような課題と取組があるのかを調べる。(4.0hr)

第４回　セクシュアル・マイノリティの基礎知識
【　到達目標　】
(1)人間の「性」の多様性と多層性について理解する。
(2)セクシュアル・マイノリティに関する今日的な話題・課題を理解する。
(3)当事者の仲間としてできること、大切にすべきことを理解する。
【授業時間外学修】授業内で提示する「マリッジフォーオール・ジャパン」のWEBサイトを閲覧し、同性婚をめぐる訴訟の経緯と現状を調べる。(4.0hr)

第５回　「リプロダクティブ・ヘルス・アンド・ライツ（SRHR）」という考え方
【　到達目標　】
(1)「性と生殖に関する自己決定権」が確立されるために必要な事柄を理解する。
(2)アスリートと生理に関する課題と社会的な動向について知る。
(3)フェムテックをめぐる社会的な動向と課題について理解する。
【授業時間外学修】授業内で紹介する、アスリートと生理について情報発信しているWebサイト内の動画を閲覧し、正確な知識と情報を得る。(4.0hr)

第６回　実は身近なデートDV
【　到達目標　】
(1)デートDVの構造と実態を理解する。
(2)誰もがデートDVの被害者、加害者になりうることを理解する。
(3)「ピア・サポート」の概要と重要性を理解する。
【授業時間外学修】授業中に示すデートDV防止に取り組む団体等のWebサイトを閲覧し、ピア・サポートの重要性について、授業内容とも関連させて理解を定着させる。(4.0hr)

第７回　スポーツ・ジェンダー学という世界
【　到達目標　】
(1)スポーツ・ジェンダー学の特徴を理解する。
(2)ジェンダーの視点でスポーツをとらえた時に見えてくる課題について知る。
(3)オリンピックへの女性の参加の歴史について知る。
【授業時間外学修】あらかじめ『よくわかるスポーツとジェンダー』の「Ｉ総論」を自身のスポーツへの取組と関連させながら読んで、授業に臨む。(4.0hr)

第８回　ジェンダーの視点で考える格闘技
【　到達目標　】
(1)ジェンダーの視点から、女子ボクシングの特徴と課題を理解する。
(2)スポーツが女性などマイノリティな立場の人々の自立につながっていることを理解する。
(3)スポーツが男／女らしさイメージの問い直しにつながる可能性があることを認識する。
【授業時間外学修】授業内容を踏まえ、スポーツ新聞やボクシング専門誌に目を通し、男性と女性のボクサーの報じられ方の異同について調べる。(4.0hr)

第９回　近代スポーツとジェンダー
【　到達目標　】
(1)「近代スポーツ」の概念とその歴史的展開を理解する。
(2)「近代スポーツ」と「男らしさ」の結びつきを理解する。
(3)女性とスポーツに関する国際的なムーブメントの歴史とその意義を把握する。
【授業時間外学修】授業内容のうち、「ブライトン宣言」についてWebで調べ、その内容と意義について理解を定着させる。(4.0hr)

第10回　保健体育科教育とジェンダー
【　到達目標　】
(1)トマス・アーノルドと二階堂トクヨの相違点について理解する。
(2)保健体育科教員の男女比の偏りがもたらす問題について理解する。
(3)競技スポーツに偏っている体育のカリキュラムに対するオルタナティブを考える。
【授業時間外学修】授業内で紹介するPEGP研究プロジェクトのリーフレットをWEBで閲覧し、体育が苦手な生徒に対するアプローチの方法を検討する。(4.0hr)

第11回　セクシュアル・マイノリティと学校教育
【　到達目標　】
(1)セクシュアル・マイノリティ当事者が特に体育の場面で体験しがちな困難を理解する。
(2)当事者の体験を踏まえ、教員やスポーツの指導者として、セクシュアル・マイノリティ当事者と接するうえで必要な知識や心構えを理解する。
【授業時間外学修】第4回及び第10回の授業内容とも関連させながら、教員やスポーツの指導者としてセクシュアル・マイノリティ当事者への配慮のありかたを考える。(4.0hr)

第12回　スポーツにおける多様な性1
【　到達目標　】
(1)近年のオリンピックなどで生じた、多様な性をめぐる出来事を的確に理解する。
(2)スポーツにおけるホモフォビアの存在とその現状を理解する。
(3)日本スポーツ協会による指導者への啓発・情報提供の取組の概要を知る。
【授業時間外学修】授業内で提示する日本スポーツ協会のハンドブックを読み、授業内容とあわせ、指導者として知っておくべき事柄を理解する。(4.0hr)

第13回　スポーツにおける多様な性2
【　到達目標　】
(1)トランスジェンダーのアスリートの競技参加に伴う課題を知る。
(2)DSDs（性分化疾患）のアスリートの競技参加に伴う課題を知る。
【授業時間外学修】授業内で紹介する、トランスジェンダーのアスリートの競技参加に関するIOCのルールについて、その変遷をまとめる。(4.0hr)

第14回　メディアとスポーツとジェンダーと
【　到達目標　】
(1)メディアにおける量的なジェンダー格差について理解する。
(2)メディアにおける女性アスリートの描かれ方とその変化について理解する。
(3)メディアコンテンツの分析ツールについて知る。
【授業時間外学修】授業内で紹介する、IOCの表象ガイドラインをWEBで閲覧し、スポーツ団体やアスリートがジェンダー平等な報道を促すためにできることを検討する。(4.0hr)

第15回　日常生活世界に見るジェンダー
【　到達目標　】
(1)スポーツ界特有のセクシュアルハラスメントやパワーハラスメントの構造を理解する。
(2)性感染症の基礎的な知識を理解する。
(3)育児休業の期間や取得率の男女差、育休後の女性の復職率などの実態を知る。
【授業時間外学修】授業内で提示する男女共同参画白書令和6年版（Web版）の該当箇所を参照し、日本におけるジェンダー問題の現状を数量的に把握する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・パワーポイントを提示しながらの講義形式で行います。必要に応じ、映像資料等も使用する予定です。
・毎時間ハンドアウトを配布します。授業内容を理解するためには、単なるハンドアウトの穴埋めにとどまらず、積極的にノートを取ることを推奨します。
・受講者は主体的に授業に参加し、わからない点は積極的に質問するなどしてください。授業中に質問しにくい場合には、授業の前後、およびメールでの質問にも応じます。
・下記に示した参考書や、毎回の授業内で紹介する関連書籍・資料等には、積極的に目を通すことを推奨します。
・理解度を確認するためのリアクションペーパーを複数回提出してもらいます。リアクションペーパーの内容については、次回以降の授業で一部を共有し、解説によるフィードバックを行います。

【教科書・参考書など】

教科書　特に指定しない。
参考書　『よくわかるスポーツとジェンダー』飯田貴子・熊安貴美江・來田享子著（2018）ミネルヴァ書房、『データで見るスポーツとジェンダー』日本スポーツとジェンダー学会著（2016）八千代出版、『よくわかるジェンダー・スタディーズ』木村涼子・伊田久美子・熊安貴美江著（2013）ミネルヴァ書房

【成績評価方法】

リアクションペーパー30%、期末試験70%で評価する。※試験は試験期間中に別途実施する。

科目名	コンピュータ実践演習			担当者	水野　有希	
英文名	Lecture and Practice in Information and Communication Technology					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE212・DLE212・HLE212・CLE212		卒業認定方針との関連	②③④

【到達目標】

会社や大学、家庭など、ありとあらゆるところに情報技術が利用されています。そのような社会に生きる私たちにとって、情報技術は理論的にも実践的にも重要です。本講義では、情報技術の進歩が私たちの生活や社会にどのように影響を及ぼしているか、どのような利点と欠点が出てきたかをとらえます。また、実践として、インターネットやメールを利用した情報操作、レポート作成、画像処理、関数の応用やデータベース操作を身に付け、ホームページや資料作成などの様々な手法による情報発信技術について学びます。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
情報技術や情報倫理の基本的事項	情報発信を通して、情報の科学的な見方・考え方を自ら説明できる	情報の科学的な見方・考え方を、資料等を参考に説明できる。	情報の科学的な見方・考え方の理解が不十分で説明できない。
情報発信技術の実践的活用に関する事項	Webやアプリを用いた情報発信と情報収集の技術を修得し、自ら説明できる。	資料等を参照してWebやアプリを用いた情報発信と情報収集の技術が説明できる。	情報発信・情報収集の技術の修得が不十分で説明できない。
体育・スポーツ研究のための情報技術活用に関する事項	論文・プレゼン資料作成の高度なスキルを修得し、自ら説明できる。	論文・プレゼン資料作成に必要なスキルを修得し、資料等を参考に説明できる。	論文・プレゼン資料作成に必要なスキルの修得が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　情報技術について
【　到達目標　】
(1)情報技術とは何かを理解する。
(2)情報技術が利用されている例を見ながら理解を深める。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第２回　インターネットの仕組みと現状、情報倫理について
【　到達目標　】
(1)インターネットの仕組みを理解する。
(2)インターネットの現状を把握し、利点と欠点を理解する。
(3)情報についてのマナー、セキュリティー、プライバシー、知的財産権について学ぶ。
【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第３回　レポート・論文作成の基礎
【　到達目標　】
(1)レポートや論文の体裁や作成の注意点などを理解する。
(2)長い文章を意識したWordの技術を学ぶ。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第４回　レポート・論文作成の応用
【　到達目標　】
(1)注釈、図表番号、目次の作成技術を学ぶ。
(2)レポートや論文に添付する抄録や要約について学ぶ。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第５回　スライドデザイン技術の基礎
【　到達目標　】
(1)見やすい、わかりやすい、伝わりやすい資料作成について学ぶ。
(2)情報の整理、要素の配置や構成について学び、資料作成技術を修得する。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第６回　スライドデザイン技術の応用
【　到達目標　】
(1)画像処理アプリケーションソフトについて学ぶ。
(2)訴求力の高い、効果的な資料作成技術を修得する。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第７回　ホームページ作成の基礎
【　到達目標　】
(1)Googleサイトを利用したホームページの作成技術を理解する。
(2)ホームページ作成におけるマナーや問題点を理解する。

【授業時間外学修】
さまざまなHPから効果的な情報発信方法を体験する。(4.0hr)

第８回　ホームページ作成の実践
【　到達目標　】
(1)画像データの編集技術について学ぶ。
(2)ホームページを作成・公開までの一連の作業を修得する。

【授業時間外学修】
さまざまなHPから効果的な情報発信方法を体験する。(4.0hr)

第９回　クラウドの活用：アンケート調査の基礎
【　到達目標　】
(1)GoogleDriveを利用したアンケートの作成、集計技術を理解する。
(2)アンケートの質問項目に関する作成手順や注意事項を理解する。
（※ グループワークを行います）
【授業時間外学修】
アンケートフォームからアンケートを体験する。(4.0hr)

第10回　クラウドの活用：アンケート調査の応用
【　到達目標　】
(1)クラウドを用いたデータ集計やデジタルデータの扱い方を理解する。
(2)回収したデジタルデータの整理方法について学ぶ。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第11回　データベースの基本操作
【　到達目標　】
(1)データベースとは何かについて学ぶ。
(2)質的データと量的データの違いを理解する。
(3)フィルターやピボットの操作について学ぶ。
【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第12回　グラフの作成
【　到達目標　】
(1)基本的なグラフについて復習し、グラフの応用技術を学ぶ。
(2)目的に応じた、効果的なグラフの作成について学ぶ。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第13回　Excelの上級
【　到達目標　】
(1)Excel関数の応用(IF関数やVLOOKUP関数など)について学ぶ。
(2)データの特徴を捉えるためのデータ整理技術や簡単な統計処理について学ぶ。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第14回　資料作成の基礎
【　到達目標　】
(1)officeアプリを互換し、資料（報告書）を作成する。
(2)既存の情報（公的機関、論文など）を活用した効果的な資料作成技術を修得する。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

第15回　資料作成の応用
【　到達目標　】
(1)TPOに応じた資料作成技術を習得する。
(2)情報発信方法について「振り返り」をして、効果的な情報発信技術を学ぶ。

【授業時間外学修】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義は情報処理実習室で実施します。1年生に行った情報処理Ⅰ・Ⅱの知識を基礎として、講義では応用的な内容を学習します。講義資料は当日9:00までに本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップしますので、事前に講義内容を確認するようにしてください。講義では事前に配信した資料をもとに解説し、後半20分は課題を解く時間とします。解いた課題については、次回解説を行います。間違えた人は必ず復習をしてください。講義後は、講義資料や解説動画（一部）をGoogle Drive 上に1週間掲載しますので、復習や振り返りを行うようにしてください。

【教科書・参考書など】

資料を配付します。

【成績評価方法】

毎回行われる確認課題(講義中に提出)40%、HP作成課題・グループワーク課題（第７，９回）20%、最終レポート40%として評価します。良好な出席状況は、当然の前提です。

科目名	人間生活と地球環境			担当者	新津　修平	
英文名	Human life and Earth Environment					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE114・DLE114・HLE114・CLE114		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

本講義の前半では、生物の共通性について概説し、生命の誕生の歴史とともに、多様な生物が生息する地球環境がどのように形成されてきたのかを説明する。後半では、人間の活動が自然環境に与える影響を解説し、環境問題の現状について理解を深める。そのうえで、自然環境の保全に向けたさまざまな取り組みを学び、持続可能な社会の実現に向けた課題を考察する。最終的に、人間生活の基盤である地球環境の健全性を維持するために、私たちに何ができるのか？を考える。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
地球環境の成立と生物多様性の創出	理論を十分理解し、研究知見の要点や活用について意見を示すことができる。	基礎的事項や理論の要点を資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
人間活動による自然環境・生物への影響	理論を十分理解し、研究知見の要点や活用について意見を示すことができる。	基礎的事項や理論の要点を資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
地球環境の維持・保全のための取組	理論を十分理解し、研究知見の要点や活用について意見を示すことができる。	基礎的事項や理論の要点を資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション
【　到達目標　】
「人間生活と地球環境」の授業の概要とねらいを理解する。
【授業時間外学修】
事前にシラバスを読み、授業内容を確認しておくこと。(4.0hr)

第２回　生物とは何かー生物の共通性ー
【　到達目標　】
生物の基本的な共通性と生命の定義について理解する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第３回　生物と地球環境
【　到達目標　】
生物と環境の関係性を学び、生態系における生物の役割を理解する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第４回　生態系の機能と物質循環
【　到達目標　】
生態系の構造と機能、および物質循環の仕組みを把握する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第５回　地球環境の成立と生命の誕生
【　到達目標　】
地球環境の形成過程と生命の起源について理解する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第６回　生物の多様性とその体系
【　到達目標　】
地球上の生物の多様性とその分類体系の基礎を学ぶ。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第７回　人間活動と生態系
【　到達目標　】
人間活動が生態系に及ぼす影響を理解する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第８回　公害と環境汚染
【　到達目標　】
主要な公害や環境汚染の原因と影響について学ぶ。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第９回　地球温暖化がもたらす影響
【　到達目標　】
地球温暖化の原因とその影響、対策について理解する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第10回　酸性化する大気と海洋
【　到達目標　】
大気や海洋の酸性化の原因とその影響を学ぶ。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第11回　オゾン層の破壊
【　到達目標　】
オゾン層の役割とその破壊がもたらす影響を理解する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第12回　地球のエネルギー資源
【　到達目標　】
地球のエネルギー資源の現状と持続可能な利用について学ぶ。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第13回　水と人間活動
【　到達目標　】
水資源の利用とその管理の重要性を理解する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第14回　生態系の危機と生物多様性の保全
【　到達目標　】
生態系の危機的状況と生物多様性保全の取り組みについて学ぶ。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

第15回　ごみ問題と循環型社会の構築
【　到達目標　】
ごみ問題の現状と循環型社会の構築に向けた取り組みを理解する。
【授業時間外学修】
事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義では、毎回配布する講義スライドの詳細を説明するので、しっかりノートをとること。各講義の最後に小テストを実施する。小テストは、講義内容の理解度を確認する選択式と講義内容を踏まえた問いに対する記述式を併用する。結果については、次回の講義の最初に解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

教科書は特に使用せず、講義スライドを資料として配布する。

【成績評価方法】

講義内容の理解度を確認するために、各講義の最後に選択式および記述式の小テストを実施。成績は小テストの達成度を100%として評価する。合格基準は60%である。

科目名	ヨーロッパの文学と文化			担当者	加賀　岳彦	
英文名	European Literature and Culture					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE115・DLE115・HLE115・CLE115		卒業認定方針との関連	④

【到達目標】

ヨーロッパの文学は、日本をも含む世界中の文学・芸術・思想に多大な影響を及ぼしてきた。この授業では、その本質的特徴を把握すべく、次の3点を到達目標とする。１）ヨーロッパの歴史の時系列的な流れ、地理・地政学的特徴、文化的（宗教的）特徴を把握する、２）ヨーロッパ文学の古典から現代までの代表的作品の特徴を、それらを生んだ各時代の歴史的・社会的・文化的背景と関連づけながら理解する、３）ヨーロッパの文学作品を、現代に生きる我々の諸問題と結び付けて考えることができるようになる、を目標とする。なおヨーロッパ文学はヨーロッパだけを見ていては理解できない。ヨーロッパ文学と類縁関係にあるアメリカ文学、およびヨーロッパ文学から大きな影響を受けた近代日本文学と比較することで理解が深まる。ゆえに、これらヨーロッパ以外の文学にも頻繁に言及する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ヨーロッパの歴史の時系列的な流れ	時系列的な流れを理解し説明できる	時系列的な流れをノート等を参照しながら理解し説明できる	時系列的な流れの理解が不十分で説明できない
各時代におけるヨーロッパ文学の特徴	各時代の文学の特徴を理解し説明できる	各時代の文学の特徴をノート等を参照しながら理解し説明できる	各時代の文学の特徴の理解が不十分で説明できない
授業で学習したヨーロッパの文化的な諸側面	諸側面を理解し説明できる	諸側面をノート等を参照しながら理解し説明できる	諸側面の理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業概要の説明・ヨーロッパの地理・歴史の概観
【　到達目標　】
授業内容を理解する。
ヨーロッパの地理・歴史についての基礎概念を理解する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第２回　ヨーロッパ文学の源流　ギリシャ神話
【　到達目標　】
ヨーロッパ文化の源流であるギリシャ神話の自然観・世界観・人間観を理解し、20世紀文学への影響等を考察する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第３回　ヨーロッパ文学の源流　古典ギリシャ文学①
【　到達目標　】
ギリシャ神話を知識を基に、西洋最古の文学であるホメロスの英雄叙事詩『イリアス』を考察する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第４回　ヨーロッパ文学の源流　古典ギリシャ文学②
【　到達目標　】
『イリアス』に続き、ホメロスの英雄叙事詩『オデュッセイア』を概観し、20世紀文学への影響などを考察する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第５回　ヨーロッパの古典思想　古典ギリシャ哲学
【　到達目標　】
その後のヨーロッパ文明に大きな影響を与えたギリシャ哲学を概観し、特にプラトンの思想を具体的に考察する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第６回　ユダヤ＝キリスト教①　『旧約聖書』
【　到達目標　】
ギリシャ文学と並び、後世のヨーロッパ文化を決定づけた『旧約聖書』の主要個所を精読し、その世界観・特徴・歴史的重要性を考察する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第７回　ユダヤ＝キリスト教②　『新約聖書』
【　到達目標　】
前回の『旧約聖書』を踏まえて、『新約聖書』の主要個所を精読し、イエスの思想およびキリスト教の特徴を理解し、後世のヨーロッパ文化に与えた影響を考察する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第８回　ヨーロッパ中世の文化
【　到達目標　】
ヨーロッパ「中世」という時代の歴史的背景を捉えた上で、カトリック、マリア崇敬などに見られる中世文化の諸特徴を考察する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第９回　ヨーロッパ中世の文学
【　到達目標　】
ヨーロッパ中世文学を考察する。ここでは中世期にヨーロッパ中に広まった「アーサー王伝説」およびその物語群を考察し、19～20世紀への影響等を追っていく。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第10回　ルネサンスの文学①
【　到達目標　】
中世からの時代の変化を十分踏まえながら、ルネサンス文学の特徴と本質は何なのかを、セルヴァンテスの『ドン・キホーテ』の主要個所の精読を通して考察する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第11回　ルネサンスの文学②
【　到達目標　】
前回に続きルネサンスの文学を考察する。ここではウィリアム・シェイクスピアの作品を題材に、その表現方法やテーマから、ルネサンス文学の特徴と魅力を掴む。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第12回　宗教改革
【　到達目標　】
宗教改革（Reformation）は単に宗教上の運動にとどまらず、その後のヨーロッパ近代社会の発展に様々な影響を与えた。その内実を、ルター、カルヴァンのテキストを通して理解していく。
【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第13回　ヨーロッパ近代の文学①
【　到達目標　】
宗教改革以降、ヨーロッパの近代文学には何がどのように描かれ、どのような発展と分岐を経ていったのかを概観し、その多様な特徴を理解する。主にディケンズの作品を扱う。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第14回　ヨーロッパ近代の文学②
【　到達目標　】
18～19世紀のヨーロッパ・アメリカにおけるデモクラシー・平等といった近代諸概念を、文学はどう扱い表現していったのか、その特徴を理解する。

【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

第15回　ヨーロッパの現代文学
【　到達目標　】
「戦争の世紀」と言われる20世紀、ヨーロッパでは多くの新思潮が抬頭してきた。それらの傾向と方向性を捉えた上で、モダニズム、実存、不条理など、20世紀ヨーロッパ文学が描き出した人間存在の諸問題を考察する。
【授業時間外学修】
配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・第1回目の授業（授業概要の説明）では、成績評価にもかかわる重要事項を説明するので、必ず出席すること。
・授業時に配布する資料・テキストをしっかり読み、毎回の授業の復習として授業の要点を各自ノートにまとめておくことを勧める。また授業で触れた作品を自分で読んでみたり、その映画作品（授業で紹介する）を観たりすると、理解が格段に深まる。

【教科書・参考書など】

授業時に資料集を配布する。また随時、重要文献・映像資料等を指示する。

【成績評価方法】

原則として、毎回の授業で提出してもらうコメント課題50%、筆記試験50%から評価する。

科 目 名	レクリエーションミュージック・合奏			担当者	堤　　由衣	
英 文 名	Recreation music (Ensemble)					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE116・DLE116・HLE116・CLE116		卒業認定方針との関連	④⑤

【到達目標】

高校までの音楽科の授業を発展させる形で、「音を合わせる」ということを学ぶ。合奏や合唱の経験を通して豊かな表現力を養い、協力して一つの曲を完成させる喜びを味わう。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
楽譜についての基礎的な知識について	自ら楽譜を読み、演奏することができる。	楽譜を読み解く際、教員のサポートを得ながら演奏をすることが出来る。	楽譜を用いて演奏することが出来ない。
合奏への参加方法・演奏の習熟	自分の担当する楽器の、その曲における役割を理解し、音楽に対して創意工夫が出来る。	楽器の正しい扱いや発音の原理を理解し、演奏に参加出来る。	楽器の演奏方法を習得できず、合奏に参加出来ない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】

第１回　楽譜の基礎知識①/声のアンサンブル導入
【　到達目標　】
基本的な楽譜の読み方を理解する。歌唱に必要な身体の使い方を理解する。

【授業時間外学修】
楽譜の読み方を復習する。(4.0hr)

第２回　楽譜の基礎知識②/声のアンサンブル①
【　到達目標　】
校歌の音楽的特徴や歌詞の意味を理解したうえで歌う。

【授業時間外学修】
校歌のメロディーを確認する。(4.0hr)

第３回　楽譜の基礎知識③/声のアンサンブル②
【　到達目標　】
ミュージカルの有名曲を通して、合唱を楽しむ。

【授業時間外学修】
楽曲の正しいリズムを習得する。(4.0hr)

第４回　打楽器のアンサンブル①
【　到達目標　】
カップスの基本動作やエッグシェイカーの基本的な奏法を理解する。

【授業時間外学修】
打楽器の基本的な取り扱いを習得する。(4.0hr)

第５回　打楽器のアンサンブル②（発表）
【　到達目標　】
カップスやエッグシェイカーによるリズムアンサンブルを楽しむ。

【授業時間外学修】
第４回で扱った楽曲の復習をする。(4.0hr)

第６回　リコーダー導入
【　到達目標　】
リコーダーの正しい持ち方や基本的な奏法を理解する。

【授業時間外学修】
リコーダーの取り扱いを習得する。(4.0hr)

第７回　リコーダー運指①
【　到達目標　】
初歩的な楽曲を用いながら、リコーダーの運指を理解する。

【授業時間外学修】
学修したリコーダーの運指を復習する。(4.0hr)

第８回　リコーダー運指②/カスタネット①
【　到達目標　】
リコーダーで１オクターブの音域を使って演奏する。
カスタネットの正しい持ち方や基本的な奏法を理解する。

【授業時間外学修】
学修したリコーダーの運指を復習する。(4.0hr)

第９回　リコーダーのアンサンブル/カスタネット②（発表）
【　到達目標　】
リコーダーによる４声のアンサンブルを楽しむ。
カスタネットによるリズムアンサンブルを楽しむ。

【授業時間外学修】
学修したリコーダーの運指を復習する。(4.0hr)

第10回　ミュージックベル導入
【　到達目標　】
ミュージックベルの正しい持ち方や基本的な奏法を理解する。

【授業時間外学修】
ミュージックベルの取り扱いを習得する。(4.0hr)

第11回　ミュージックベルによるアンサンブル
【　到達目標　】
クリスマスの曲を用いて、アンサンブルを楽しむ。

【授業時間外学修】
楽曲の正しいリズムを習得する。(4.0hr)

第12回　グループ活動①：ミュージックベル、リコーダー、歌唱、カップス等
【　到達目標　】
自らのパートを正しく把握し、音を鳴らすタイミングを理解する。

【授業時間外学修】
楽曲の楽譜の読み方を復習する。(4.0hr)

第13回　グループ活動②：ミュージックベル、リコーダー、歌唱、カップス等
【　到達目標　】
相手の音に耳を傾けながら、自らのパートを演奏する。

【授業時間外学修】
担当するパートの復習をする。(4.0hr)

第14回　グループ活動③：ミュージックベル、リコーダー、歌唱、カップス等
【　到達目標　】
最終回の発表に向けて、リズムやメロディーが際立つように演奏する。

【授業時間外学修】
担当するパートの復習をする。(4.0hr)

第15回　グループ活動④（発表）
【　到達目標　】
今までに学修したことを生かし、より音楽的に仕上げる。

【授業時間外学修】
第14回の授業内容を復習する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

ソプラノリコーダーは、履修する全学生が指示の通りに購入すること。
アンサンブルは一人でも欠けると成立しないため、欠席しないことを条件に課す。

【教科書・参考書など】

適宜楽譜を配布する。

【成績評価方法】

授業における課題達成度および授業内演奏の習熟度70%、授業内課題提出30%で評価する。

科 目 名	スポーツ運動学			担当者	榎本　遼香	
英 文 名	Sport Movement Theory					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBR101		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

スポーツ運動学の基礎的理論・事項及び研究知見について理解し、実戦場面（自らの運動経験）と絡めて説明できる。これらを踏まえて、スポーツ運動学の実践への応用について自らの運動経験と照合でき、実戦場面を想定して説明できる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ運動学の基礎的理論・事項について	理論を理解し、実践場面を想定して説明ができる。	理論を教科書等の参照により、説明ができる。	理解が不十分で、説明ができない。
スポーツ運動学の研究知見について	研究知見を利用し、実践場面を想定して説明ができる。	研究知見に関わる資料等を利用して、説明ができる。	研究知見の理解が不十分で、説明ができない。
スポーツ運動学の実践への応用について	理論・研究知見を踏まえて運動経験との照合ができ、実践場面を想定して説明ができる。	理論・研究知見を踏まえて運動経験との照合しての説明ができる。	理論・研究知見への理解が不十分で、説明ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　スポーツ運動学とはどんな学問か
【　到達目標　】
科学の学問的特徴を理解する。
スポーツ運動学の学問的特徴を理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第２回　スポーツ種目の分類
【　到達目標　】
スポーツ種目は勝敗の決定方式によって三つの競技領域に分類できることを理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第３回　運動技能の構造
【　到達目標　】
運動技能を構成する要因である「技術」「戦術」「体力」の関係について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第４回　運動における意識の特徴
【　到達目標　】
潜在意識の概念について理解する。
運動習熟のメカニズムについて理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第５回　運動学における「コツ」と「カン」
【　到達目標　】
運動学的な「コツ」と「カン」の概念について理解する。
コツとカンの関係性について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第６回　動感の言語化
【　到達目標　】
運動における「できる」と「わかる」を運動学的に理解する。
運動構造の認識について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第７回　運動構造の運動学的認識①局面構造について
【　到達目標　】
運動形式（循環性運動、非循環性運動、運動組み合わせ）について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第８回　運動構造の運動学的認識②運動リズムについて
【　到達目標　】
運動学における運動リズムの概念について理解する。
運動のリズム化を促す要因（分節化，アクセント，時間の長短）について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第９回　運動構造の運動学的認識③動きの系統生について
【　到達目標　】
運動発生の順序性について理解する。
動きの類縁性について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第10回　運動の発生と習熟位相
【　到達目標　】
運動学習の位相論について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第11回　運動技能の上達過程
【　到達目標　】
コツを掴む過程について理解する。
運動の意味付けについて理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第12回　運動における空間の捉え方
【　到達目標　】
客観的事実と人間の感覚の特徴について理解する。
運動学における空間の概念について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第13回　運動における時間の捉え方
【　到達目標　】
客観的な時間について理解する。
運動学的な時間感覚について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第14回　できれば教えられるのか
【　到達目標　】
運動を覚える能力と教える能力の関係性について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

第15回　運動を指導する能力
【　到達目標　】
運動指導に必要な能力（観察・交信・代行・処方）について理解する。

【授業時間外学修】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

【学修上の留意点】

スポーツ運動学における発生論、構造論、伝承論の領域を相互関連的に理解し、学んだことを自己のスポーツやダンスの経験といった実践場面の問題と照らし合わせながら検討していく授業である。授業はパワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示しながら理解を深めていく。毎時間小レポートを作成するため、配布プリントには適宜メモをとりながら受講することが大切である。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。適宜、資料を配布する。
〈参考文献〉「マイネル　スポーツ運動学」Ｋ．マイネル著、金子明友訳（大修館書店）、「教師のための運動学」金子明友・監修　吉田茂、三木四郎・編（大修館書店）
「わざの伝承」金子明友（明和出版）、「身体知の形成　上・下」金子明友（明和出版）、「スポーツ運動学」金子明友・著（明和出版）等

【成績評価方法】

小レポート２０％　最終レポートもしくは試験８０％
試験の場合は、試験期間中に別途実施する。

科 目 名	スポーツ原論			担当者	都筑　真	
英 文 名	Principle of Sports					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBR102		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

古代から現代に至るまでのスポーツや体育に関する歴史や哲学を概観しながら、これまでのスポーツや体育のあり様や諸問題について理解し、説明できるようになる。これまでのスポーツや体育のあり様を学ぶことを通じて、現在のスポーツや体育が抱える諸問題をより深く理解し、さらにそのことを通じて、これからのスポーツや体育のあり方について自らの考えを表明できるようになる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ史学やスポーツ哲学の基礎的事項	基礎的事項を理解し自らまとめて説明できる。	基礎的事項を資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ史学やスポーツ哲学の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツ史学やスポーツ哲学の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
(1)講義の進め方、聴講上の留意点、評価の方法を確認する。

【授業時間外学修】
参考書の前文を熟読し、本講義で取り上げる学問分野やテーマについて理解する。(4.0hr)

第２回　古代のスポーツ
【　到達目標　】
(1)ギリシャやローマなどの古代のスポーツのあり様を理解し、説明することができる。
(2)古代のスポーツと現在のスポーツとの類似点や相違点について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第３回　中世のスポーツ
【　到達目標　】
(1)ヨーロッパや日本などの中世のスポーツのあり様を理解し、説明することができる。
(2)中世のスポーツと現在のスポーツとの類似点や相違点について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第４回　近代のスポーツ①
【　到達目標　】
(1)イギリスにおける近代スポーツの発展過程を理解し、説明することができる。
(2)イギリスで近代スポーツが発展した理由について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第５回　近代スポーツ②
【　到達目標　】
(1)近代スポーツが国際的に普及していく過程を理解し、説明することができる。
(2)近代スポーツが国際的に普及した意義について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第６回　近代オリンピックの創始
【　到達目標　】
(1)近代オリンピックが何故創始されたのかを理解し、説明することができる。
(2)日本の近代オリンピックとの関わりを理解し、説明することができる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第７回　近代オリンピック開催を脅かしてきた様々な問題
【　到達目標　】
(1)近代オリンピックの開催を脅かしてきた問題について理解し、説明することができる。
(2)近代オリンピックが戦争やボイコットなどと関係する理由について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第８回　体育とスポーツの違いと体育の目的
【　到達目標　】
(1)体育とスポーツの概念を整理し、両者の違いを理解し、説明することができる。
(2)体育は何を目的として行われているのかを理解し、説明することができる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第９回　体育の理念の変遷
【　到達目標　】
(1)体育の理念の変化について理解し、説明することができる。
(2)体育において求められる人間像の変化について理解し、説明することができる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第10回　社会変化と今後の体育
【　到達目標　】
(1)社会の変化やスポーツ需要の変化を理解し、説明することができる。
(2)社会やスポーツ需要の変化を踏まえ、今後の体育のあり方について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第11回　スポーツのグローバリゼーションとナショナリズム
【　到達目標　】
(1)スポーツのグローバリゼーションの背景や具体例を理解し、説明することができる。
(2)スポーツのグローバリゼーションの長所や問題点について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第12回　スポーツと政治
【　到達目標　】
(1)スポーツ界が掲げる「政治的中立」という理想と現実について理解し、説明することができる。
(2)スポーツと政治の関係について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第13回　スポーツとドーピング
【　到達目標　】
(1)スポーツ界におけるドーピング問題と反ドーピングの取り組みを理解し、説明することができる。
(2)ドーピング問題の解決に向けて自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第14回　スポーツとジェンダー
【　到達目標　】
(1)スポーツにおける男性中心主義とそれを解消する取り組みについて理解し、説明することができる
(2)性の多様なあり方がスポーツにもたらす課題について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第15回　「スポーツ・フォー・オール」運動
【　到達目標　】
(1)ヨーロッパにおける「スポーツ・フォー・オール」運動の背景や展開、そしてその影響を受けて日本で展開されてきた「生涯スポーツ」の推進について理解し、説明することができる。
(2)今後の「生涯スポーツ」推進策について自らの考えを表明できる。
【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、指定した期日までに作成する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義では、パワーポイントで示した内容や、口頭で述べる補足事項を配布資料に書き込んでいくこと。講義毎に配布される資料はファイリングするなどして整理し、期末試験に備えること。講義ではほぼ毎回、講義内容に関する小レポートを課し、理解度の確認を行う。小レポートの結果は、次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。「スポーツ史」と併せて履修することが望ましい。

【教科書・参考書など】

特定の教科書は使用しない。適宜、資料を配布する。
『体育・スポーツ史概論』（木村吉次編著、市村出版）と『教養としての体育原理』（友添秀則／岡出美則編、大修館書店）を講義の参考書として利用すること。

【成績評価方法】

講義毎に課す小レポート(10%)及び期末試験の結果(90%)で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。合格基準は60％である。

科目名	スポーツ生理学			担当者	星川　佳広	
英文名	Sport Physiology					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBR103		卒業認定方針との関連	⑦⑧

【到達目標】

私たちの身体の諸機能のうち、スポーツ・身体活動と関係が深い神経系、筋系、呼吸系、循環系、内分泌系、体温調節などについて、その生理学的な仕組みの基礎を学ぶ。運動に対して身体がどのように応答するか、またそれを繰り返す（＝トレーニング）と身体はどのように変化するかに関して、アスリート、指導者、体育教師等として知っておくべき身体の仕組み、生理学的知識の基礎を作る。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ生理学の基礎的知識	知識を理解し、正しく説明できる	知識を理解し、資料等を見ながら説明できる	理解が不十分で説明できない
スポーツ生理学の専門的知識	知識を理解し、正しく説明できる	知識を理解し、資料等を見ながら説明できる	理解が不十分で説明できない
スポーツ生理学の基礎･専門的知識の応用事例	アスリート、指導者としてスポーツ生理学の応用例を自ら説明できる	アスリート、指導者として紹介された応用例を理解できる	理解が不十分で応用事例がわからない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　スポーツ生理学とは何か
【　到達目標　】
スポーツ生理学の概要と本講義における学習到達目標を理解する。
【授業時間外学修】
教科書第1章の予習をする。(4.0hr)

第２回　スポーツと骨格筋・神経①
【　到達目標　】
骨格筋・神経の解剖、生理について理解を深める。特に筋が収縮する仕組みと筋線維組成について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第1章・7章の予習をする。(4.0hr)

第３回　スポーツと骨格筋・神経②
【　到達目標　】
神経系からの指令を受けた筋が収縮し、運動が発現する仕組みについて理解する。
脳が筋を調節し、巧みに動く仕組みについて理解する
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第1章・7章の予習をする。(4.0hr)

第４回　スポーツとエネルギー供給機構
【　到達目標　】
エネルギーを生み出す仕組みとその種類について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第2章の予習をする。(4.0hr)

第５回　スポーツと呼吸①
【　到達目標　】
運動時の呼吸機能の変化と調節機構について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第3章の予習をする。(4.0hr)

第６回　スポーツと呼吸②
【　到達目標　】
最大酸素摂取量、最大酸素借について理解する。有酸素性、無酸素性運動、体力の特性について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第3章の予習をする。(4.0hr)

第７回　スポーツと循環①
【　到達目標　】
循環系の解剖､生理について理解を深める。特に心臓の役割と運動中の心臓血管系の応答について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第4章の予習をする。(4.0hr)

第８回　スポーツと循環②
【　到達目標　】
運動中の血圧応答、トレーニングに利用できる心拍数の変化について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第4章の予習をする。(4.0hr)

第９回　スポーツと代謝、栄養①
【　到達目標　】
異化と同化、運動中のエネルギー基質利用、エネルギー必要量について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第5章・9章の予習をする。(4.0hr)

第10回　スポーツと代謝、栄養②
【　到達目標　】
運動に関係する栄養成分の働きと特性の基礎を理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第5章・9章の予習をする。(4.0hr)

第11回　スポーツと内分泌・ストレス
【　到達目標　】
運動やストレスに対する内分泌系応答とトレーニングによる変化について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第6章の予習をする。(4.0hr)

第12回　スポーツと体組成
【　到達目標　】
体組成の概念と無酸素性、有酸素性トレーニングの効果について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第10章の予習をする。(4.0hr)

第13回　スポーツと発育発達
【　到達目標　】
身体サイズの発育および諸機能の発達について概要を理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第11章の予習をする。(4.0hr)

第14回　スポーツと体温調節
【　到達目標　】
体温調節の仕組みとパフォーマンスへの影響について理解する。暑熱環境への適応と対策について理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。教科書第12章の予習をする。(4.0hr)

第15回　スポーツと身体不活動
【　到達目標　】
運動不足や身体不活動が及ぼす身体諸機能への影響を理解する。
【授業時間外学修】
講義内容を教科書およびノートにより復習する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

教科書と図表スライドを用いて講義内容の要点を示し、口頭および板書にて詳細を説明する。ほぼ毎時間、講義内容に関する予習、理解度確認テストがある。
情報量は非常に多い。そのため集中して講義に取り組むとともに、各自で予習、復習を行い、教科書を繰り返し読むことが必須となる。
小テストを複数回行い、授業内でフィードバックを行うことで、知識の定着を図る。

【教科書・参考書など】

「スポーツ生理学」冨樫健二編（化学同人）

【成績評価方法】

毎回の授業への取り組み（予習・復習含む）を重視する。毎回の課題提出50%、小テスト25%、定期試験25%で評価する。

科目名	機能解剖学			担当者	永野　康治	
英文名	Functional Anatomy					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBR104		卒業認定方針との関連	⑦

【到達目標】

本講義の目的は骨格と各関節の構造、特徴、運動、および筋の走行、機能を学び、身体の動きを関節運動と筋肉の働きから理解することである。本講義のねらいは、体育・スポーツに関わる者として、身体の構造や動きを骨格や筋機能の面から理解することで、自らのスポーツ活動におけるパフォーマンス向上や怪我の予防に活かし、さらには運動を指導する立場において効率的な評価、処方、指導ができるようになることである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
全身の骨格について	骨格の形状やその特徴を関連付け，正しく選択，記述することができる。	骨格の形状やその特徴を資料を参考にして，正しく選択，記述することができる。	骨格の形状やその特徴を正しく選択，記述できない。
全身の関節について	関節の構造や関節運動を関連付け，正しく選択，記述することができる。	関節の構造や関節運動を資料を参考にして，正しく選択，記述することができる。	関節の構造や関節運動を正しく選択，記述できない。
スポーツ活動・指導への応用	機能解剖学の内容を，自らのスポーツ活動・指導にて実践し，見解を示すことができる。	機能解剖学の内容の一部を，自らのスポーツ活動・指導にて実践することができる。	機能解剖学を，自らのスポーツ活動・指導にて実践できない.

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　機能解剖学概論（機能解剖学の基礎）
【　到達目標　】
(1)機能解剖を学ぶうえで必要な基礎事項や用語の定義を説明できる。
(2)全身の骨格を概観し、全身の骨の名称とその位置を同定できる。

【授業時間外学修】
全身の骨の名称とその位置を覚える。(4.0hr)

第２回　上肢の骨格1：鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨
【　到達目標　】
(1)上肢(鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨)の骨の形状を図示できる。
(2)上肢(鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)上肢(鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨の特徴を覚える。(4.0hr)

第３回　上肢の骨格2：尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨
【　到達目標　】
(1)上肢(尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨)の骨の形状を図示できる。
(2)上肢(尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)上肢(尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨の特徴を覚える。(4.0hr)

第４回　下肢の骨格1：寛骨、大腿骨、膝蓋骨
【　到達目標　】
(1)下肢(寛骨、大腿骨、膝蓋骨)の骨の形状を図示できる。
(2)下肢(寛骨、大腿骨、膝蓋骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)下肢(寛骨、大腿骨、膝蓋骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
寛骨、大腿骨、膝蓋骨の特徴を覚える。(4.0hr)

第５回　下肢の骨格2：脛骨、腓骨、足根骨
【　到達目標　】
(1)下肢(脛骨、腓骨、足根骨)の骨の形状を図示できる。
(2)下肢(脛骨、腓骨、足根骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)下肢(脛骨、腓骨、足根骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
脛骨、腓骨、足根骨の特徴を覚える。(4.0hr)

第６回　体幹の骨格1：脊柱、頚椎
【　到達目標　】
(1)体幹(脊柱、頚椎)の骨の形状を図示できる。
(2)体幹(脊柱、頚椎)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)体幹(脊柱、頚椎)の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
脊柱、頚椎の特徴を覚える。(4.0hr)

第７回　体幹の骨格2：胸椎、腰椎、仙骨、肋骨
【　到達目標　】
(1)体幹(胸椎、腰椎、仙骨、肋骨)の骨の形状を図示できる。
(2)体幹(胸椎、腰椎、仙骨、肋骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)体幹(胸椎、腰椎、仙骨、肋骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】胸椎、腰椎、仙骨、肋骨の特徴を覚える。骨格についての復習課題に取り組む。(4.0hr)

第８回　関節の構造と関節運動　概論
【　到達目標　】
(1)関節の大まかな構造と種類を説明できる。
(2)関節運動の定義と実際の運動を結びつける。
(3)肩甲上腕関節を例に、関節の構造と運動を説明できる。
【授業時間外学修】
各関節運動と実際の運動を一致させて覚える。(4.0hr)

第９回　関節の構造と関節運動　上肢1
【　到達目標　】
(1)肩甲胸郭関節、肩甲上腕関節を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)肩甲胸郭関節の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)肩甲胸郭関節、肩甲上腕関節の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

第10回　関節の構造と関節運動　上肢2
【　到達目標　】
(1)肘関節、前腕、手関節、指節間関節を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)肘関節、前腕、手関節、指節間関節の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)肘関節、前腕、手関節、指節間関節の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

第11回　関節の構造と関節運動　下肢1
【　到達目標　】
(1)股関節、脛骨大腿関節を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)肘関節の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)肘関節の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

第12回　関節の構造と関節運動　下肢2
【　到達目標　】
(1)膝蓋大腿関節を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)脛骨大腿関節、膝蓋大腿関節の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)脛骨大腿関節、膝蓋大腿関節の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

第13回　関節の構造と関節運動　下肢3
【　到達目標　】
(1)足関節、足部を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)足関節、足部の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)足関節、足部の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

第14回　関節の構造と関節運動　体幹1
【　到達目標　】
(1)脊柱の関節(椎間関節、椎体間関節)を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)頚部、胸腰部の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)脊柱の関節(椎間関節、椎体間関節)や構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

第15回　関節の構造と関節運動　体幹2
【　到達目標　】
(1)胸郭(肋椎関節)を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)(呼吸)胸郭運動の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)胸郭の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学修】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業開始時にその日の内容に関するクイズを出題するので積極的に参加し、基礎知識を確認する。授業は配布される講義ノートへの記述を中心に授業を進める。その際に使用したプレゼンテーション資料はWeb上に公開するので、復習に用いること。授業の中盤、および終了時に理解度確認テストを行い内容を整理する。また、復習用の課題を1、7、13回目に提示し、課題に取り組むことで知識の定着を図る。その際の回答、質問はWeb上から入力し、授業中にフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

教科書：特に指定しない
参考書：アナトミカルキネシオロジー(メディカルサイエンスインターナショナル)
　　筋骨格系のキネシオロジー(医歯薬出版)

【成績評価方法】

理解度確認テストおよび課題30%，期末試験（試験は試験期間中に別途実施）70%

科目名	体操Ⅰ			担当者	佐藤　麻衣子・平井　孝子	
英文名	Gymnastic Ⅰ					
単位数	1	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1	／選択の区別	専門基礎・必修			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBR105		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

中学校と高等学校の学習指導要領では７つの運動・スポーツ領域が提示されているが、その中で「体つくり運動」は、唯一、全ての学年で実施する最重要領域である。それは「体の動きを高める運動」と「体ほぐし運動」に大別されるが、本授業では「心と体の関係や心身の状態に気付き、仲間と交流したりするためのいろいろな手軽な運動や律動的な運動」とされる後者の適正な実施法の習得を主目的とし、適宜指導法についても解説する。履修者は、解説された事項を理解し、説明できると共に、体つくり運動おける目的を達成するために、それらの事項を具体的に役立てることができる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
体つくり運動における内容の理解について	内容を理解し自ら説明できる。	内容を理解し資料を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
体の動きを高める運動の実施について	各課題について見本となる実施ができる。	各課題について実施ができる。	各課題の実施が不十分である。
体ほぐし運動の実施について	各課題について見本となる実施ができる。	各課題について実施ができる。	各課題の実施が不十分である。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　長なわとび　課題Ⅰ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
運動効果を理解することが出来る。また持ち手の技術、怪我に対する注意点を熟知することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第２回　長なわとび　課題Ⅱ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
1本のなわのバリエーション（向かえ縄・かぶり縄）の技術に加え連続で跳ぶ過程で体力を高める運動効果を理解することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第３回　長なわとび　課題Ⅲ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
2本のなわのバリエーション（2本のなわを複数で同時に跳ぶ）技術を習得する課程で巧緻性を身につけることができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第４回　短なわとび　課題Ⅰ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
JAF公認なわとび検定会にある、初級レベルの技術を習得する過程で巧緻性を身に着けることができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第５回　短なわとび　課題Ⅱ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
JAF公認なわとび検定会にある、中級レベルの技術を習得する過程で巧緻性を身に着けることができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第６回　リズム体操　課題Ⅰ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
運動の効果を理解することができる。
さらに、ダンスと体操の違いについて説明することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第７回　リズム体操　課題Ⅱ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
スローテンポの課題曲に合わせ、緩やかでかつ正確な動きを実施することができる。
さらに、運動効果を説明することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第８回　リズム体操　課題Ⅲ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
課題曲に合わせ、緩やかでかつ正確な体操を、動きを止めず正確に説明することが出来る。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第９回　リズム体操　課題Ⅳ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
技能テストにおいて、合格基準達に達する動きができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第10回　リズム体操　課題Ⅴ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
正確でかつ、緊張緩和を有する体操の模範及び「体ほぐし運動」を指導することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第11回　ボール運動　課題Ⅰ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
運動効果を理解することができる。また、怪我に対する注意点を理解することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第12回　ボール運動　課題Ⅱ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
号令に合わせた課題について、ボールを正確に操作することが出来る。
さらに、仲間との協調性について理解することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第13回　ボール運動　課題Ⅲ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
隊形に合わせた課題について、ボールを正確に操作することができる。
さらに、課題の目的である律動的という意味合いを理解することが出来る。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第14回　ボール運動　課題Ⅳ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
音楽に合わせた課題について、ボールを正確に操作することができる。
さらに、課題の目的である律動的という意味合いを説明することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第15回　ボール運動　課題Ⅴ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
音楽にあわせ、隊形を変化させながらボールを正確に操作することができる。
さらに、課題の目的である律動的という意味合いを正確に説明することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

【学修上の留意点】
本授業では、「体の動きを高める運動」に加え、心身の状態への気付きや仲間との交流を目的とした「体ほぐし運動」（手軽な運動や律動的な運動）について、それぞれの適切な実施法を習得する。

【教科書・参考書など】
プリント資料を配付する。

【成績評価方法】
リズム体操（実技試験）50%　レポート50%で評価する。

科目名	器械運動Ⅰ	担当者	佐藤　麻衣子・髙橋　洋子
英文名	Apparatus Exercise Ⅰ		

単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBR106		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

学校体育で取り扱われる器械運動は、技の成否が明確であるため、苦手意識を持たれやすい種目と認識されている。その一方、成功体験で大きな達成感が得られることも広く認識されている。本授業では受講者が器械運動の技能を習得すると同時に、その習得過程を指導のための知識として身につける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
マット運動の基本的な技の技能	欠点がなく、安定した実施ができる。	多少の欠点はあるが、安定した実施ができる。	技の成立条件を満たす実施ができない。
とび箱運動の基本的な技の技能	欠点がなく、安定した実施ができる。	多少の欠点はあるが、安定した実施ができる。	技の成立条件を満たす実施ができない。
鉄棒運動の基本的な技の技能	欠点がなく、安定した実施ができる。	多少の欠点はあるが、安定した実施ができる。	技の成立条件を満たす実施ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　器械運動の特性
【　到達目標　】
本授業の目的と15回分の授業の流れを理解する。
マット運動・とび箱運動・鉄棒運動の特性を理解できる。

【授業時間外学修】
本時の内容について理解を深めるため、事前に予習を行う。(1.0hr)

第２回　マット運動Ⅰ「接転技群の基礎と実践」
【　到達目標　】
前転・後転の仕組みを理解し、その技能を習得ことができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第３回　マット運動Ⅱ「接転技群・ほんてん技群の基礎と実践」
【　到達目標　】
前転・後転の発展技である伸膝後転の仕組みを理解し、その技能を習得することができる。
補助倒立の仕組みを理解し、その技能を習得することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第４回　マット運動Ⅲ「接転技群・ほんてん技群の基礎と実践」
【　到達目標　】
倒立前転の仕組みを理解し、その技能を習得することができる。
側方倒立回転回の仕組みを理解し、その技能を習得することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第５回　マット運動Ⅳ「技能テスト」
【　到達目標　】
伸膝後転の技能テストにおいて、合格基準に達する動きができる。
倒立前転の技能テストにおいて、合格基準に達する動きができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第６回　マット運動Ⅴ「技能テスト・ほんてん技群の基礎と実践」
【　到達目標　】
側方倒立回転の技能テストにおいて、合格基準に達する動きができる。
ハンドスプリングの仕組みを理解することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第７回　マット運動Ⅵ「ほんてん技群の実践」
【　到達目標　】
ハンドスプリングの仕組みを理解し、その技能を習得することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第８回　マット運動Ⅶ「技能テスト」
【　到達目標　】
ハンドスプリングの技能テストにおいて、合格基準に達する動きができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第９回　跳び箱運動Ⅰ「基礎的技能の習得」
【　到達目標　】
跳び箱運動に必要とされる、助走の仕組みを理解し、その技能を習得することができる。
跳び箱運動に必要とされる、ロイター板の仕組みを理解し、その技能を習得することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第10回　跳び箱運動Ⅱ「切り返し系の基礎と実践」
【　到達目標　】
開脚跳びの仕組みを理解し、その技能を習得することができる。
閉脚跳びの仕組みを理解し、その技能を習得することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第11回　跳び箱運動Ⅲ「能力テスト」
【　到達目標　】
開脚とびの技能テストにおいて、合格基準に達する動きができる。
閉脚とびの技能テストにおいて、合格基準に達する動きができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第12回　跳び箱運動Ⅳ「回転系の基礎と実践」
【　到達目標　】
台上前転仕組みを理解し、その技能を習得することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第13回　鉄棒運動Ⅰ「基礎的技能の基礎と実践」
【　到達目標　】
鉄棒運動に必要とされる、支持、懸垂、回転の仕組みを理解し、その技能を習得することができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第14回　鉄棒運動Ⅱ「基礎的能力の基礎と実践」
【　到達目標　】
逆上がりの仕組みを理解しその技能を習得することができる。
逆上がりの技能テストにおいて、合格基準に達する動きができる。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

第15回　まとめ
【　到達目標　】
第1回から14回までの授業えられた能力について説明することができる。
合格基準に満たない受講者に対し再テストを実施する。

【授業時間外学修】
本時の内容の再現性を高めるために復習を行う。(1.0hr)

【学修上の留意点】
本授業では、器械運動の技能を習得するとともに、その学習過程を通じて指導法の基礎を身につける。

【教科書・参考書など】
＜参考書＞
学校体育実技指導資料第10集　器械運動の指導指導の手引き（文部科学省）

【成績評価方法】
課題技能の達成度　100%

科 目 名	陸上競技Ⅰ			担当者	大橋　祐二・中川　未加子	
英 文 名	Track and Field Ⅰ					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBR107		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

陸上競技は、走・跳・投運動による最大達成を競う種目である。多くの種目の中から、走種目として100m走、跳種目として走り幅跳び、投種目として砲丸投げを取り上げ、それぞれの種目を実習し、基本技能を習得する過程を経験することと、それぞれの種目の学習方法について理解することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
陸上競技の技能について	基本的な技能だけでなく 発展的な技能まで実践できる。	基本的な技能を実践できる。	基本的な技能を実践できない。
陸上競技の理論について	理論を理解し自分の動きに応用できる。	理論を理解し説明できる。	理論の理解が不十分で説明できない。
陸上競技の競技規則について	競技規則を理解し、正しく競技運営を行うことができる。	競技規則を理解し説明できる。	競技規則の理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業内容の説明（採点表）
【　到達目標　】
100m走、走り幅跳び、砲丸投げの種目特性を理解する。単位認定の条件（達成記録、習熟度）を確認する。
【授業時間外学修】
これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第２回　100m走の走り方：中間疾走
【　到達目標　】
短距離走の走り方として、中間疾走を行う中で、まず支持局面を意識して実践してみる。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第３回　クラウチングスタートのしかた
【　到達目標　】
自分にあったクラウチングスタートの方法を身につける。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第４回　スタート～加速のしかた
【　到達目標　】
クラウチングスタートからトップスピードを作り出す加速局面で、問題点を把握してその改善を図る。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第５回　スタート、加速疾走、中間疾走
【　到達目標　】
100m走記録測定の準備として、100mという距離を走る体験をする。その中で、前半と後半の身体への負担がどのようであるかを実感し、特に後半の走り方をイメージできるようにする。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第６回　100m走記録測定
【　到達目標　】
100m走の記録測定を行う。達成記録がどのレベルにあるかを把握する。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第７回　走り幅跳びの基本技術とルール
【　到達目標　】
走り幅跳びの一連の動きを実習しながら、基本技術及びルールを身につける。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第８回　短助走跳躍
【　到達目標　】
短助走跳躍を実践する中で、自分にあった効果的な踏み切り技術を探り当てる。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第９回　全助走跳躍
【　到達目標　】
自分にあったおおよその助走距離を見つけ、同時に踏み切り板に足が合う正確な距離を見つけ出す。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第10回　走り幅跳び記録測定１
【　到達目標　】
走り幅跳びの記録測定を行う。達成距離がどのレベルにあるかを把握する。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第11回　走り幅跳び記録測定２
【　到達目標　】
前回の達成距離を更新するために、改善点を見つけ出しより高いレベルにチャレンジする。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第12回　砲丸投げの基本技術とルール
【　到達目標　】
砲丸投げの基本技術であるつき出し動作のドリルを実習することによって、つき出しの動き方を確認する。同時に、砲丸投げのルールを理解する。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第13回　メディシンボールによるつき出し
【　到達目標　】
メディシンボールによるつき出し、砲丸を用いてのつき出しを繰り返し行うことによって、合理的なつき出し動作を身につける。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第14回　ホップ、グライドからの投げ
【　到達目標　】
つき出しがより力強く行われるように、サークル内でホップ、ステップの「助走」をつけて行う。うまく加速できる方法を見つけ出す。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

第15回　砲丸投げ記録測定
【　到達目標　】
砲丸投げの記録測定を行う。その記録がどのレベルにあるかを把握する。
【授業時間外学修】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指す。(1.0hr)

【学修上の留意点】

各種目の技能を習得するため、ふさわしい服装とシューズを使用すること。また、目標記録到達を手助けする手段としてスパイクシューズの使用が望ましい。適宜ルール等に関する小テストを実施し、授業内でフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

「陸上競技指導教本アンダー16・19［初級編］　基礎から身につく陸上競技」公益財団法人日本陸上競技連盟 編（大修館書店）
「陸上競技指導教本アンダー16・19［上級編］　レベルアップの陸上競技」公益財団法人日本陸上競技連盟 編（大修館書店）

【成績評価方法】

各種目の実技試験における達成記録による評価を70%、動きの習熟度による評価を30%として評価する。

科目名	水泳Ⅰ	担当者	榎本　遼香・甫本　研太 西脇　怜奈
英文名	Swimming Ⅰ		

単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBR108		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】
水の特性に慣れることからはじめ、４種目泳法の各種技術練習を通して水泳の基本技能を修得すると共に、水泳運動の学習方法を理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
4泳法の泳技能の習得	4泳法を効率の良い泳ぎで25m泳ぐことができる	4泳法を規定の泳ぎで25m泳ぐことができる	近代4泳法を規定の泳ぎで25m泳ぐことができない
長く泳ぐための泳力および泳技能の習得	クロールと平泳ぎを効率の良い泳ぎで100mを完泳することができる	クロールと平泳ぎで100mを完泳することができる	クロールと平泳ぎで100mを完泳することができない
水泳学習における基礎知識の理解	各泳法に関する基礎的な知識を理解し、水泳学習の段階的な指導を説明できる	各泳法に関する基礎的な知識を説明できる	各泳法に関する基礎的な知識について十分に理解していない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　水慣れ
【　到達目標　】
水に入る、浮く、沈む、歩く、走る、跳ぶ、泳ぐ等を通して、水の特性に慣れる。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第２回　けのび、グライダー姿勢、クロールの導入
【　到達目標　】
正しいけのびの型を理解し、修得する。グライダー姿勢を理解し、修得する。
クロールのバタ足を修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第３回　クロールの泳法実習
【　到達目標　】
クロールのキックおよびストロークを修得する。
クロールの呼吸法を修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第４回　クロールの泳法実習と背泳ぎの導入
【　到達目標　】
クロールにおいて随時呼吸を行い、正しいフォームを修得する。
背泳ぎの導入としての背浮きを修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第５回　背泳ぎの泳法実習
【　到達目標　】
背泳ぎのキックおよびストロークを修得する。
背泳ぎの呼吸法を修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第６回　クロールと背泳ぎの完成
【　到達目標　】
クロールおよび背泳ぎについて、競技規則に則った正しいフォームを完璧に修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第７回　平泳ぎの導入と泳法実習
【　到達目標　】
平泳ぎのキックを修得する。
あおり足とかえる足の違いを理解する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第８回　平泳ぎの泳法実習とバタフライの導入
【　到達目標　】
平泳ぎのストロークを修得し、手足のタイミングを整える。
バタフライのキックを修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第９回　バタフライの泳法実習
【　到達目標　】
バタフライの呼吸法を修得する。
バタフライのストロークを修得し、手足のタイミングを整える。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第10回　平泳ぎとバタフライの完成
【　到達目標　】
平泳ぎおよびバタフライにおいて、競技規則に則った正しいフォームを完璧に修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第11回　周辺技術（スタートおよびターン）の修得①
【　到達目標　】
水面上からの飛び込み型スタートを段階的に修得する。
クロールおよび平泳ぎのターンを修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第12回　周辺技術（スタートおよびターン）の修得②
【　到達目標　】
水面上からの飛び込み型スタートを段階的に修得する。
クロールおよび平泳ぎのターンを修得する。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第13回　４泳法のまとめとクロールのトレーニング
【　到達目標　】
４泳法の競技規則に則ったフォームを再確認する。
100mクロールに向けたトレーニングを行う。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第14回　４泳法のまとめと平泳ぎのトレーニング
【　到達目標　】
４泳法の競技規則に則ったフォームを再確認する。
100m平泳ぎに向けたトレーニングを行う。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

第15回　100mクロールおよび100m平泳ぎの確認
【　到達目標　】
100mクロールおよび100m平泳ぎを泳ぐ。

【授業時間外学修】
授業内容に関わる書籍に目を通し、更に理解を深める。(1.0hr)

【学修上の留意点】
プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー系の着用は不可とする。
水泳は、普段の生活とは異なる水中環境下での運動となるため、様々な身体への影響が生じる。そのため、実習への参加に際し、健康状態に配慮することが必要である。

【教科書・参考書など】
「水泳指導教本」　財団法人日本水泳連盟編、大修館書店
「基礎からの水泳」　柴田義晴著、ナツメ社

【成績評価方法】
1.4泳法の泳法試験（70%）、2.クロールおよび平泳ぎの泳力試験（30%）とする。評価は、上記に加えて授業における課題達成度を含め、総合的に判定する。

科目名	バスケットボールⅠ			担当者	佐々木　直基・橋本　早予	
英文名	Basketball Ⅰ					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBR109		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

バスケットボールのゲームを行うために必要とされる基礎的な個人技術を習得し、その上でグループ・チーム戦術へと発展させ、ゲームの中で習得した個人技術、グループ・チーム戦術を発揮することが目的である。さらに、ルールを理解することも目的である。２年次履修のバスケットボールⅡ、スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・バスケットボール）では、本実習で習得したことが適用される。したがって、習得した個人技術、グループ・チーム戦術を応用できるための基礎作りが本実習のねらいとなる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
知識と技能について	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）をしっかりと説明でき、技能をゲームで十分に発揮することができる	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）を説明でき、技能をゲームで発揮することができる	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）を説明することができず、技能をゲームで発揮することができない
思考力・判断力・表現力について	グループ活動の中で自らの意見を理解してもらえるよう仲間に伝えることができる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に話すことはできる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に十分に伝えることができない
学びに向かう力について	授業に対して主体的・積極的に非常によく取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のねらいと進め方
【　到達目標　】
1　授業のねらいと進め方、バスケットボールの特性を理解する。
2　導入としてコーディネーショントレーニングの必要性を理解し、実践する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第２回　基礎的な個人技術　ドリブルシュート①：オーバーハンドレイアップの導入
【　到達目標　】
1　ワンハンドでのオーバーハンド・レイアップシュートの技術を理解し、習得する。
2　利き手および非利き手でのワンハンドでのオーバーハンド・レイアップシュートの習得を目指す。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第３回　基礎的な個人技術　ワンハンドシュート①：ワンハンドシュートの導入
【　到達目標　】
1　ゴール下でのワンハンドシュートの技術を理解し、習得する。
2　利き手および非利き手でのワンハンドシュートの習得を目指す。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第４回　基礎的な個人技術　パスとキャッチ①：ボールキャッチの技術、いろいろなパス
【　到達目標　】
1　ボールキャッチの技術を理解し、習得する。
2　いろいろなパスの技術を理解し、習得する。
3　試しのゲームを実践する。
【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第５回　ゲーム：はじめてのゲーム
【　到達目標　】
1　バスケットボールの特性を理解し、ゲームを実践する。
2　チームの仲間と協力してゲームを実践する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第６回　基礎的な個人技術　ドリブルシュート②：ドリブルからのオーバーハンドレイアップ
【　到達目標　】
1　ドリブルからのワンハンドでのオーバーハンド・レイアップシュートを理解し、習得する。
2　利き手および非利き手でのドリブルを習得する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第７回　基礎的な個人技術　ワンハンドシュート②：動きながらのゴール下ワンハンドシュート
【　到達目標　】
1　動きながらのゴール下ワンハンドシュートを理解し、習得する。
2　ワンハンドシュートでのシューティングゲームを実践する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第８回　基礎的な個人技術　パスとキャッチ②：走りながらのパス、キャッチ
【　到達目標　】
1　走りながらのパスとキャッチを理解し、習得する。
2　走りながらのパスとキャッチを用いた対人ドリルを実践する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第９回　ゲーム〔リーグ戦①〕：リーグ戦形式でのゲーム
【　到達目標　】
1　リーグ戦形式でのゲームを実践する。
2　バスケットボールのルール、試合運営方法を理解する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第10回　グループ戦術　パス＆ラン：パスとラン（移動）を使っての攻撃
【　到達目標　】
1　グループ戦術としてのパス＆ランの原則を理解し、習得する。
2　ゲームの中でパス＆ランが実践できるよう目指す。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第11回　グループ戦術　ドライブ＆合わせ：ドリブルをした味方とのコンビネーション
【　到達目標　】
1　グループ戦術としての１対１（ドライブ）とそこからの合わせの原則を理解し、習得する。
2　ゲームの中でドライブ＆合わせが実践できるよう目指す。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第12回　ゲーム〔リーグ戦②〕：リーグ戦形式でのゲーム
【　到達目標　】(1)ゴールに近い場所でのワンハンドシュートの技術を習得する。
1　リーグ戦形式でのゲームを実践する。
2　バスケットボールのルール、試合運営方法を理解する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第13回　チーム戦術　５人でのセットプレー：タイミングや動きを合わせての攻撃
【　到達目標　】
1　５人でのセットプレーを理解し、習得する。
2　ゲームの中でセットプレーが実践できるよう目指す。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第14回　ゲーム〔リーグ戦③〕：リーグ戦形式でのゲーム
【　到達目標　】
1　リーグ戦形式でのゲームを実践する。
2　バスケットボールのルール、試合運営方法を理解する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

第15回　基礎的な個人技術の総合的検証：スキルチェック
【　到達目標　】
1　習得した基礎的な個人技術の習熟度を検証する。

【授業時間外学修】
各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

【学修上の留意点】

実習の授業となるため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。アクセサリー類は決して身につけない。また、ナンバリング（ゼッケン）を一人ずつ購入し、授業時には必ず着用する。本実習はすべてグループ毎に活動するので、ただ参加するのではなく、積極的にグループの中で活動し、さらにはリーダーシップを取って授業を受ける。また、バスケットボールのルールを理解し、ゲームでは審判を行うこともあるので、ゲームの知識・理解を深めるように努める。

【教科書・参考書など】

参考書
「バスケットボール指導教本改訂版　上・下巻」（公財）日本バスケットボール協会編（大修館書店）

【成績評価方法】

平常授業での到達目標に対する到達度を60%、スキルテストを40%として評価する。

科 目 名	バレーボールⅠ			担当者	湯浅　暁子・湯澤　芳貴 野中　俊英	
英 文 名	Volleyball Ⅰ					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・必修			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBR110		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

バレーボールでは個人の基礎技能(オーバーハンドパス・アンダーハンドパス・スパイク・サーブ)の定着を図り、バレーボールゲームをおこなう上で必要な基礎技術・戦術を理解・実践し、それらをチームとしての戦術へと発展させていきスムーズなゲームの完成を目指す。またルールやゲームの進め方および審判法を理解し、ゲームの運営についても学ぶことも目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
バレーボールの構造の理解について	構造を理解し自ら実践できる	構造を確認しながら実践できる	構造の理解が不十分で実践できない
バレーボールの基礎技能について	基礎技能を十分身につけ実践できる	基礎技能習得がやや不足しているが実践できる	基礎技能習得が不十分で実践できない
バレーボールの技術と戦術の関連性について	技術と戦術の関連性を理解し説明できる	技術と戦術の関連性を理解し、資料等を参考にしながら説明できる	技術と戦術の関連性の理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　バレーボールの歴史と発展
【　到達目標　】
(1)バレーボールの起源、発展、ルールの変遷等を理解する。

【授業時間外学修】
各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第２回　基礎技能の習得Ⅰ(オーバーハンドパス・アンダーハンドパス)
【　到達目標　】
(1)各パスをおこなうための体の使い方を理解する。
(2)ボールを正確にコントロールする能力を身につける。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第３回　基礎技能の応用(各種レシーブ・トス)
【　到達目標　】
(1)強いボールに対する対応、移動しながらの技能を身につける。
(2)方向転換していろいろな方向へコントロールできる。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第４回　基礎技能の習得Ⅱ(サーブ)
【　到達目標　】
(1)アンダーハンドサーブ、フローターサーブの打ち方をマスターする。
(2)狙ったコースへコントロールできる。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第５回　基礎技能の習得Ⅲ(スパイク)
【　到達目標　】
(1)助走のステップ、スイングを身につける。
(2)タイミングを合わせてボールを打つことができる。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第６回　集団技能の理解と集団での技術・戦術
【　到達目標　】
(1)基礎技能と集団技能の結びつきについて理解する。
(2)集団で発揮する技術・戦術を理解する。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第７回　基本戦術の習得Ⅰ(3段攻撃)
【　到達目標　】
(1)「レシーブ→トス→スパイク」の流れを理解・実践する。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第８回　基本戦術の習得Ⅱ(フォーメーション)
【　到達目標　】
(1)基礎的な守備フォーメーションを理解・実践する。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第９回　ゲームの進め方・ルール・審判法の理解
【　到達目標　】
(1)ゲームを行う上での主なルールを理解する。
(2)主審・線審の役割とシグナル方法を理解する。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第10回　ゲーム実践Ⅰ
【　到達目標　】
(1)オフィシャルルールで実践する。
(2)すべてのポジションの役割を経験する。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて、事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第11回　ゲーム実践Ⅱ
【　到達目標　】
(1)オフィシャルルールで実践する。
(2)すべてのポジションの役割を経験する。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて、事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第12回　個人技能の評価方法と技能修正方法
【　到達目標　】
(1)個人技能の評価方法を理解し、実践できる。
(2)個人技能の正しい方法への修正をすることができる。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて、事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第13回　バレーボールのポジションとその役割の理解
【　到達目標　】
(1)セッター・リベロ・スパイカーについて理解・実践する。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて、事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第14回　ゲーム実践Ⅲ
【　到達目標　】
(1)セッター・リベロを設定してゲームをおこなう。
(2)ポジションの役割を理解してゲームを実践できる。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて、事前に理解を深めておく。(1.0hr)

第15回　ゲーム実践Ⅳ
【　到達目標　】
(1)セッター・リベロを設定してゲームをおこなう。
(2)ポジションの役割を理解してゲームを実践できる。

【授業時間外学修】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて、事前に理解を深めておく。(1.0hr)

【学修上の留意点】

実習の授業なので、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。特にアクセサリー類の着用は禁止とし、また髪が長い者は必ず束ねて授業に参加すること。バレーボールはチームスポーツである。そのため、基本的にグループ単位で活動するので、自分勝手な行動はせずに、グループの活動が効率良くできるように努めること。不明な点はそのままにせず、教員に質問する等解決のための努力を怠らないようにすること。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

基礎技能の実技テストを80%、ゲーム実践の達成度を20%として評価する。

科 目 名	女性のライフステージと運動			担当者	藪下　典子	
英 文 名	Life Stage and Physical Activity of Women					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBR201		卒業認定方針との関連	④⑦

【到達目標】

ライフステージによって変わる女性の身体の構造と機能の特徴を知り、幼児期から老年期に至るまでの各ステージに応じた運動への取り組み方について理解し、一生を通じて女性が運動・スポーツと関わることの意義や価値を他者に伝えることができるようになる。女性の性機能と運動の関わり、女性特有の健康問題と運動との関わり、体力・運動能力の男女差、女性アスリートの健康問題等について理解を深めた上で、説明できるようになる。そして、それらの学習成果を実生活に活用できるようになる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ライフステージごとの女性の身体の構造と機能の特徴	ライフステージごとの女性の身体の構造と機能の特徴を理解した上で説明できる	参考資料を基にライフステージごとの女性の身体の構造と機能の特徴を説明できる	理解が不十分で説明できない
女性の性機能と運動との関わり	女性の性機能と運動との関わりについて理解した上で説明できる	参考資料に基づいて女性の性機能と運動との関わりを説明できる	理解が不十分で説明できない
女性特有の健康問題と運動との関わり	女性特有の健康問題と運動との関わりを理解し説明できると共に実践につなげることができる	参考資料を基に女性特有の健康問題と運動との関わりについて説明できる	理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション　女性と運動
【　到達目標　】
(1)女性としての自分と運動・スポーツとの関わり方、年齢と運動との関係、女性スポーツ選手のイメージなど、いくつかのキーワードに沿って女性と運動についての自分の考えを述べることができる。
【授業時間外学修】
メディアや周囲の人が女性と運動との関わりをどうとらえているかを調べる。(4.0hr)

第２回　女性のスポーツ参加の変遷
【　到達目標　】
(1)社会環境の変化にともなう女性のスポーツ参加の変遷を理解し、説明できる。
【授業時間外学修】女性の参加する各種競技会やスポーツイベントに関心を持ち、参加したり観戦したりする。(4.0hr)

第３回　女性のスポーツ参加の現状
【　到達目標　】
(1)現代女性の身体活動量、運動・スポーツ実施率の現状を知り、説明できる。
【授業時間外学修】
スポーツ活動に参加したり、定期的な運動習慣を身につける。(4.0hr)

第４回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（乳幼児期）
【　到達目標　】
(1)乳幼児期の身体特性と運動発達との関わりについて理解し、説明できる。
(2)現代の生活環境において幼児の運動経験が健康に及ぼす影響について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
幼児の運動に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)

第５回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（発育発達期）
【　到達目標　】
(1)発育発達期における女子の身体特性と運動発達の特徴について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
発育発達期の運動に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)

第６回　体格・身体組成・体力・運動能力における性差
【　到達目標　】
(1)体格や身体能力の性差について、それが生じる要因とともに理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
運動場面で見られる性差について整理し、復習する。(4.0hr)

第７回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（成人期）
【　到達目標　】
(1)現代の若い成人女性が抱える健康問題と運動との関わりについて理解し、説明できる。
(2)思春期の女性が抱える心の問題と運動との関わりについて理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
若い成人女性の身体特性や運動に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)

第８回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（壮年期）
【　到達目標　】
(1)壮年期女性の身体特性を理解し、適切な運動習慣の取り入れ方について理解し、説明できる。
(2)肥満や生活習慣病の予防としての運動の効果について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
壮年期の健康と運動に関連する資料を探して読む。(4.0hr)

第９回　女性の性機能と運動との関わり（女性ホルモンの働きと性周期）
【　到達目標　】
(1)女性ホルモンの働きと性周期に伴う各種ホルモン、子宮、卵巣の変化を理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
授業で扱った内容を整理し、復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第10回　女性の性機能と運動との関わり（月経と運動）
【　到達目標　】
(1)月経周期、月経前症候群（PMS）、月経随伴症状について理解し、運動との関わり方について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
授業で扱った内容を復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第11回　女性の性機能と運動との関わり（妊娠・出産と運動）
【　到達目標　】
(1)妊娠・出産に伴う身体の変化について理解し、説明できる。
(2)妊娠期および産褥期における運動への取り組み方について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
授業で扱った内容を復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第12回　女性の性機能と運動との関わり（月経周期と運動パフォーマンス）
【　到達目標　】
(1)月経周期と運動パフォーマンスとの関係について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
授業で扱った内容を復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第13回　女性アスリートの健康問題
【　到達目標　】
(1)現代の女性アスリートが抱える様々な健康問題（月経異常、摂食障害、骨粗鬆症等）について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
女性アスリートの健康問題に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)

第14回　女性の性機能と運動との関わり（更年期障害と運動）
【　到達目標　】
(1)閉経がもたらす影響と更年期障害について理解し、説明できる。
(2)更年期女性にとっての運動の効果について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
授業で扱った内容を復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第15回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（老年期）
【　到達目標　】
(1)加齢にともなう身体機能の低下に応じた運動について理解し、説明できる。
(2)高齢者の運動実施における留意点について理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
高齢者の健康と運動に関連する資料を探して読む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

テキスト「女性のライフステージと運動・スポーツ」を使用する。毎回の講義は、テキストを元にした資料を使用しおこなうが、テキストの該当ページも講義中に使用することから、テキストを忘れずに持参すること。授業中は重要なポイントを確認しながら資料に書き込んだり要点をまとめたノートづくりをする時間を設けるため、関心を持ち、積極的に学ぶこと。授業の最後に受講した内容に関する理解度を確認するための小テストを実施する。正答率および質問等に応じて次の授業の中でフィードバックを行うことから、小テスト内容を必ず手元に準備して各授業に望むこと。

【教科書・参考書など】

朝倉書店「女性のライフステージと運動・スポーツ」沢井史穂・須永美歌子編著　を使用するため、必ず購入すること。

【成績評価方法】

各授業回の確認テストと全授業終了後に別途実施する期末テストの得点をあわせて、総合的に評価する。各授業回の確認テストの合計点50%、期末テスト50%、あわせて100%の評価を行う。合格基準は60%である。

科目名	スポーツ栄養学			担当者	古泉　佳代	
英文名	Sports Nutrition					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBR202		卒業認定方針との関連	⑤⑦⑧

【到達目標】

アスリートにとって日々の食事は、体格や健康状態に影響を及ぼし、競技力の向上にも関連している。そして食事は、アスリートの競技特性にも関連していることから、競技特性に適した食事を理解する。さらに、近年のスポーツ栄養の研究的知見も理解し、自分自身の日常生活において活用できるようにすることが重要である。そのためにも、五大栄養素、水分補給、栄養素の消化・吸収・代謝、エネルギー消費量の推定、女性アスリートの三主徴、及び貧血といった基礎的な事項を理解し、自らの言葉で説明できるようにする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ栄養学の基礎	基礎を理解し、自らの言葉で説明できる	基礎を理解し、教科書及び資料等を参考にして説明できる	基礎を理解できない
アスリートの競技特性に適した食生活に関する事項	様々な場面でのアスリートの競技特性に適した食生活を考え日常生活にも応用できる	アスリートの競技特性に適した食生活を理解し、考えることができる	アスリートの競技特性に適した食生活を理解できない
スポーツ栄養学の研究的知見の活用	近年のスポーツ栄養の研究的知見を理解し、自らの考えを述べることができる	近年のスポーツ栄養の研究的知見を理解し、活用できる	近年のスポーツ栄養の研究的知見を理解できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
(1)競技力向上に影響を及ぼす「食」について考えることができる。
(2)「食」と競技力向上との関係を考えることができる。

【授業時間外学修】
教科書を見直しながら、一日の食事を見直す。(4.0hr)

第２回　栄養バランスの評価①
【　到達目標　】
(1)何を、どのくらい食べるのか、客観的に評価する3つの方法を理解する。
(2)3つの評価方法の関係性を理解し、生活に生かすことができる。
(3)競技力向上をアウトカムとしたときのアウトプットについてディスカッションできる。
【授業時間外学修】
一日の食事の栄養バランスを見直す。(4.0hr)

第３回　エネルギー摂取と体重変動
【　到達目標　】
(1)身体活動とエネルギーの関係について理解できる。
(2)体重変動を説明できる。
(3)推定エネルギー必要量を説明できる。
【授業時間外学修】
自分自身のエネルギー摂取量とエネルギー消費量に気をつけて生活する。(4.0hr)

第４回　ウエイトコントロールと炭水化物①食べる量と質の目安
【　到達目標　】
(1)食事を質で評価することができる。
(2)炭水化物について説明することができる。
(3)炭水化物エネルギー比について理解できる。
【授業時間外学修】
教科書を見ながら様々な主食の量を計測して、適切な量を把握する。(4.0hr)

第５回　ウエイトコントロールと炭水化物②炭水化物の代謝と食品
【　到達目標　】
(1)運動時の炭水化物代謝について説明できる。
(2)根拠を持って、炭水化物を摂取する、しないという選択ができる。

【授業時間外学修】
教科書を見ながら様々な主食の量を計測して、適切な量を把握する。(4.0hr)

第６回　ウエイトコントロールと炭水化物③炭水化物の食べ方
【　到達目標　】
(1)炭水化物を効率良く摂取するために、食べるタイミング・種類を理解できる。
(2)炭水化物と同時に摂取する栄養素について考えることができる。

【授業時間外学修】
炭水化物を多く含む食品、調理方法を理解して、料理や食品を選ぶ。(4.0hr)

第７回　ウエイトコントロールとたんぱく質①たんぱく質の代謝と食品
【　到達目標　】
(1)たんぱく質代謝を理解できる。
(2)運動時のたんぱく質代謝について、糖質と関連させて説明できる。

【授業時間外学修】
教科書や資料を見ながら様々な主菜の量を計測して、適切な量を把握する。(4.0hr)

第８回　ウエイトコントロールとたんぱく質②たんぱく質の食べ方
【　到達目標　】
(1)たんぱく質の主な供給源となっている食品を説明できる。
(2)運動後に適した食事の献立を考えることができる。

【授業時間外学修】
運動後の食事を考え実践する。(4.0hr)

第9回　からだづくりに関係する栄養素①ビタミンB群とビタミンC
【　到達目標　】
(1)エネルギー代謝におけるビタミンB群の関わりを説明できる。
(2)ビタミンB群、ビタミンCの摂取について理解できる。

【授業時間外学修】
ビタミンB群、ビタミンCが多く含まれる食事を考え実践する。(4.0hr)

第10回　からだづくりに関係する栄養素②ミネラル
【　到達目標　】
(1)ミネラルの種類、体内での働きを理解する。
(2)スポーツ選手の貧血について説明できる。

【授業時間外学修】
教科書を見ながらミネラルの量を意識した献立を考える。(4.0hr)

第11回 エネルギー消費量①女性アスリートの三主徴
【　到達目標　】
(1)女性アスリートの三主徴を説明できる。
(2)エネルギー摂取量と消費量の関係を体重、体脂肪率と関連させて理解できる。
(3)競技力向上の視点でエネルギーの摂取についてディスカッションできる。
【授業時間外学修】
教科書を見ながら自分の消費量に見合った献立を考える。(4.0hr)

第12回　エネルギー消費量②エネルギー消費量の推定方法
【　到達目標　】
(1)エネルギー消費量の推定方法を説明できる。
(2)エネルギー消費量の強度と時間の関係を理解する。
(3)期分けや年代により、エネルギー消費量は変化することを理解する。
【授業時間外学修】
自分自身のエネルギー消費量を推定する。(4.0hr)

第13回　水分補給・サプリメント
【　到達目標　】
(1)水の出納を説明できる。
(2)サプリメント、エルゴジェニックエイド、いわゆる健康食品を説明できる。
(3)健康食品について、競技力向上の視点でディスカッションできる。
【授業時間外学修】
サプリメント、エルゴジェニックエイドについてインターネットを利用し調べる。(4.0hr)

第14回　時間栄養学①脂質と運動
【　到達目標　】
(1)脂質代謝を説明できる。
(2)食事での脂質の摂取を考えることができる。

【授業時間外学修】
脂肪酸の種類を理解して、料理や食品を選ぶ。(4.0hr)

第15回　時間栄養学②運動や食事のタイミングとエネルギー代謝
【　到達目標　】
(1)一晩絶食でのエネルギー代謝を説明できる。
(2)自分に適した食事と運動のタイミングを考えることができる。

【授業時間外学修】
運動と食事のタイミングを考え実践する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義の要点を示し、口頭で詳細を説明する。教科書で単語や数値を確認しながら理解を深めていく。受講生は、授業前までにGoogleドライブにアップされた資料をダウンロード、印刷等で用意し、各自準備する必要がある。
本講義を理解するためには、自分自身の食生活や運動経験を振り返りること、授業内で学生同士のディスカッションや測定、計算等を取り入れるため、自分だけなく、他者の食生活にも興味を持ちながら受講することが大切である。
講義では、毎回、授業内容に関する理解度確認テストを実施し、理解度の確認を行う。

【教科書・参考書など】

「ビジュアルワイド食品成分表　文部科学省科学技術・学術審議会　資源調査分科会　報告　五訂増補日本食品標準成分表」東京書籍
計算が苦手な受講者は電卓を用意しておくこと。
参考図書に関しては授業内で適宜、紹介する。

【成績評価方法】

試験を試験期間中に別途実施する。期末テストでの評価は70%、毎回の理解度テストの評価を30%として、併せて100%で評価する。合格基準は60%である。

科目名	スポーツ心理学			担当者	澁倉　崇行	
英文名	Sport Psychology					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBR203	卒業認定方針との関連		⑦⑧

【到達目標】
スポーツ心理学に関する理論や研究知見および最新の研究成果に関わる基礎的事項を理解し説明できる。また、スポーツ競技者やダンサーとその指導者、健康運動活動に取り組む人々とその指導実践担当者、さらに、幼児を対象に運動あそび等を通じて発達を支援する保育者として、学修したスポーツ心理学の知見を有効に活用することができる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ心理学の基礎的事項・理論	理論を理解し自らまとめて説明できる。	理論を教科書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ心理学の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツ心理学の研究知見の活用に関する事項	知見の活用を具体的に提案できる。	知見の活用法を理解しており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　スポーツ心理学の枠組み：「スポーツ心理学」で学ぶこと
【　到達目標　】
(1)スポーツ心理学の定義と、対象とする広範な領域について正しく説明できる。
(2)自身のキャリア（競技や指導等）において本講義の知見をどう活かすか提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第２回　スポーツの効果：ライフスキルとコーチの役割
【　到達目標　】
(1)スポーツを通じて獲得されるライフスキルの概念と、その教育的意義を説明できる。
(2)日常生活や将来の指導場面で、心理的スキルを転移させる具体策を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第３回　スポーツと動機づけ（1）：内発的動機づけと外発的動機づけ
【　到達目標　】
(1)内発的・外発的動機づけの違いと、アンダーマイニング効果について説明できる。
(2)対象者のやる気を維持するために、適切な報酬や言葉がけの方法を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第４回　スポーツと動機づけ（2）：自己決定理論
【　到達目標　】
(1)自己決定理論の「3つの基本的心理的欲求」の概念を理解し、説明できる。
(2)対象者の自律性を育むための環境づくりや、具体的な支援方法を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第５回　目標達成のプロセス（1）：目標設定
【　到達目標　】
(1)効果的な目標設定の原則（SMARTの法則等）を理解し、その効用を説明できる。
(2)短期・中期・長期の適切な目標を立て、達成に向けた計画を具体的に提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第６回　目標達成のプロセス（2）：自己効力感
【　到達目標　】
(1)自己効力感の概念と、それを高めるための4つの情報源について説明できる。
(2)成功体験やモデリングを用いて、対象者の自信を高めるための介入を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第７回　スポーツの社会心理（1）：集団規範と集団凝集性
【　到達目標　】
(1)集団規範と集団凝集性の理論を理解し、チームのパフォーマンスとの関係を説明できる。
(2)良好な集団規範を形成し、チームのまとまりを強化するための工夫を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第８回　スポーツの社会心理（2）：チームワークとチームビルディング
【　到達目標　】
(1)チームワークの構成要素と、チームの発達段階（タックマンモデル等）を説明できる。
(2)目的や段階に応じたチームビルディングのアクティビティや手法を提案できる。

【学修上の留意点】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第９回　スポーツの社会心理（3）：リーダーシップ
【　到達目標　】
(1)リーダーシップの諸理論を理解し、状況に応じた指導スタイルの違いを説明できる。
(2)自身の特性や現場の状況に合わせた、効果的なリーダーシップの発揮方法を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第10回　コミュニケーションスキル（1）：コミュニケーションのプロセス
【　到達目標　】
(1)送り手と受け手によるコミュニケーションの成立過程と、阻害要因を説明できる。
(2)非言語情報の重要性を理解し、保育や指導現場での適切な振る舞いを提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第11回　コミュニケーションスキル（2）：コミュニケーション向上のポイント
【　到達目標　】
(1)傾聴やアサーションなど、円滑な関係を築くための対人スキルを説明できる。
(2)葛藤が生じる場面において、建設的な解決を導くための対話方法を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第12回　コーチングの心理（1）：自己調整学習の展開
【　到達目標　】
(1)自己調整学習のサイクル（計画・遂行・省察）の理論を理解し、説明できる。
(2)対象者が自ら学び、課題を解決できるような学習プロセスへの支援を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第13回　コーチングの心理（2）：自律性支援行動と心理的安全性
【　到達目標　】
(1)心理的安全性の概念と、指導者の自律性支援が選手に与える影響を説明できる。
(2)失敗を恐れずに挑戦できる、安心感のある集団づくりのための具体策を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第14回　コーチングの心理（3）：セーフガーディング
【　到達目標　】
(1)スポーツ現場における虐待やハラスメントを防止するセーフガーディングを説明できる。
(2)対象者の心身の安全を守り、権利を尊重するための指導上の留意点を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第15回　コーチングの心理（4）：目指せ！グッドコーチ
【　到達目標　】
(1)本講義で学んだスポーツ心理学の諸理論を包括的に理解し、その重要性を説明できる。
(2)「グッドコーチ」として、現場で一貫性のある指導を実践する指針を提案できる。

【授業時間外学修】
本時の復習課題に取り組むと共に、改めて全体をノートに基づき振り返る。(4.0hr)

【学修上の留意点】
パワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者は、指摘された重要事項を整理しながら記録すると共に、集中してメモを取り、運動やスポーツの実践あるいはその指導に役立つオリジナルのノートの作成を目指す。また、毎時間、その時間の内容に関する復習課題と次時の内容に関する予習課題を提示する。特に、復習課題では、授業で説明された理論や心理学的知見を、スポーツの活動や指導の実践場面で具体的にどのように活用するのか、自らの考えをまとめ説明することが課題となる。したがって、授業以外の時間を有効に使い、学修事項の理解を深め、知識としての定着を図る努力が必要である。復習課題に対する回答は、翌週の授業時にコメントを述べるなどしてフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】
テキストは初回授業時に紹介する。また、適宜、参考資料を配付する。

【成績評価方法】
以下の到達目標の観点から試験60%，レポート40%により総合的に評価する。１）スポーツ心理学に関する理論や研究知見および最新の研究成果に関わる基礎的事項を理解し説明できる。２）スポーツ競技者やダンサーとその指導者、健康運動活動に取り組む人々とその指導実践担当者、さらに、幼児を対象に運動あそび等を通じて発達を支援する保育者として、学修したスポーツ心理学の知見を有効に活用することができる。なお、欠席１回につき５点、遅刻・早退１回につき２点をそれぞれ減点する。また、受講態度に問題があると判断される行為（居眠り，私語，スマートホンの使用等）については、２点から10点までの範囲で減点を行う。

科 目 名	ダンスムーブメントA			担当者	石川　浩子	
英 文 名	Dance Movement A					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・必修			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBR204		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

ダンスの要素である「踊る、創る、観る」力をバランス良く養う。
ダンスムーブメントA：主に現代的なリズムのダンスを扱う。現代的なリズムのダンスでは、音楽に合わせ、簡単なステップでリズムに乗る楽しさや、ダンスに必要な基礎的トレーニングを体得し、最終的には少人数グループでの作品創作ができるようになる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ダンスに必要な柔軟性・筋力	ダンスに必要な基礎的技能がある	理解、努力はしているが、まだ足りない	理解していない
ダンスの動きの理解	リズムに合わせて動くことができ、更に、それ以上のダンス技能を披露できる	リズムに合わせて動くことができる	動きを覚えていない
ダンス創作	課題を理解し、作品創作ができ、更にはれ以上のダンス技能を追加できる	課題を理解し、作品を創作ができる	課題を理解できず、創作もできない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　年間オリエンテーション　　ウォームアップ
【　到達目標　】
ダンスに取り組んでいく上での必要事項を確認し、全員が積極的に参加することを確認する。
これから1年間の流れと、半期の流れを認識する。
ダンスに必要な簡単ウォームアップとストレッチを覚える
【授業時間外学修】
（次の授業までに習得したウォームアップを20分程度の復習する）（1.0hr）

第２回　ウォームアップ　　ダンス①-１
【　到達目標　】
ダンスに必要な簡単ウォームアップと簡単なダンス3パターンを習得する。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第３回　ウォームアップ　　ダンス①－２
【　到達目標　】
ダンスに必要な簡単ウォームアップと簡単なダンス3パターンを習得する。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第４回　ウォームアップ　　ダンス①－３
【　到達目標　】
ダンスに必要な簡単ウォームアップと簡単なダンス3パターンを習得する。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第５回　グループでダンス①作品創作・ミニ発表（実技テストとして評価対象とする）
【　到達目標　】
7～8人程度のグループで、ダンス①で習得した9パターンと、与えられた課題を入れながら
簡単な作品創作をし発表、全員で合評する。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第６回　ウォームアップ　　ダンス②-１
【　到達目標　】
ダンスに必要な簡単ウォームアップと簡単なダンス3パターンを習得する。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第７回　ウォームアップ　　ダンス②-２
【　到達目標　】
ダンスに必要な簡単ウォームアップと簡単なダンス3パターンを習得する。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第８回　ウォームアップ　　ダンス②-3
【　到達目標　】
ダンスに必要な簡単ウォームアップと簡単なダンス3パターンを習得する。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第９回　グループでダンス②作品創作・ミニ発表（実技テストとして評価対象とする）
【　到達目標　】
前回と同じ7～8人程度のグループで、ダンス①で習得した9パターンと、与えられた課題を
入れながら簡単な作品創作をし発表、全員で合評する。
（前回の作品創作での反省を踏まえる）
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第10回　ウォームアップ　　ダンス復習
【　到達目標　】
ダンスに必要な簡単ウォームアップと簡単なダンス18パターンの復習をする。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第11回　グループでダンス作品創作１回目
【　到達目標　】
ダンス①②で習得した18パターンと与えられた課題を入れながら、作品創作をする。
（今までの反省を踏まえて作品創作する）
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第12回　グループでダンス作品創作２回目
【　到達目標　】
ダンス①②で習得した18パターンと与えられた課題を入れながら、作品創作をする。
（今までの反省を踏まえて作品創作する）
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第13回　グループでダンス作品創作３回目
【　到達目標　】
ダンス①②で習得した18パターンと与えられた課題を入れながら、作品創作をする。
（今までの反省を踏まえて作品創作する）
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第14回　ダンスを発表する場所での最終り
【　到達目標　】
実技発表する舞台（新講堂）で場所を確認しながら、１チーム10分程度リハーサルをする。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

第15回　グループでダンス発表会（実技テストとして評価対象とする）
【　到達目標　】
グループのダンス作品創作を最終チェックし、発表する。
【授業時間外学修】各自自分の課題を把握し、時間外にも練習をして臨む。
（次の授業までに習得したダンスパターンを20分程度の復習する）（1.0hr）

【学修上の留意点】

時間割通りの曜日・時刻に実施、出席の確認は各授業の冒頭に行う。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

各技能の習熟度20%、授業における取組状況40%、実技テスト40%

科 目 名	ダンスムーブメントＢ			担当者	田母神　晶子	
英 文 名	Dance Movement B					
単 位 数	1	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2	／選択の区別	専門基礎・必修			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBR205		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

エアロビックダンスの基本ステップ、プログラム作成能力、指導力を身につける。フィットネス概論とエアロビック基礎理論を理解し、基本構成・運動強度の考え方から始め、グループワークでプログラムの作成能力と指導力を習得する。また音楽と融合したナチュラルで快いリズミカルな動きの中で体の使い方（機能解剖学的な）を体得し、エアロビックダンスの特性について理解するとともに、自己の表現力も高め、豊かな心身の育成を図る。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
エアロビックダンスの基本動作について	常に正しいムーブメントで動き、手本となる表現ができる	正しいムーブメントでリズミカルに動くことができる	不安定で曖昧な動きになる
プログラム作成能力について	自己で考え運動効果を得ることができるプログラムを作成することができる	指定の方法で作成することができる	基礎理論の理解がなく、発想力が乏しい
指導力と表現力について	人を惹きつける動きとバリエーション豊かなキューイングで指導ができる	明確な動きと的確なタイミングでキューイングができる	キューイングのタイミングが遅く、リードが取れない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　エアロビックダンスの歴史及びフィットネス概論
【　到達目標　】
エアロビックダンスの歴史及び現代における背景を学び、運動特性を理解する。
エアロビックダンスの３０分プログラムを体験する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第２回　エアロビックダンスの基礎理論、基本構成、運動強度の考え方
【　到達目標　】
エアロビックダンスの基礎理論、プログラム構成、運動強度について理解する。
エアロビックダンスの３０分プログラムを体験する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第３回　基本ステップの習得（ローインパクト）とムーブメント
【　到達目標　】
ローインパクトの基本ステップを習得すると同時に各関節の機能を理解し、□
エアロビックダンスにおいての身体の使い方を習得する。
正しいムーブメントで30分プログラムを体験する。
【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第４回　基本ステップの習得（ハイインパクト）
【　到達目標　】
ハイインパクトの基本ステップを習得する。
基本動作を復習し、正しいムーブメントで規定の３２カウントコンビネーションを体験する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第５回　指導法①（キューイング、背面、対面指導）
【　到達目標　】
正しい基本ステップの復習と同時にダンス特有の表現方法を習得し、見本となる指導の演習をする。
的確なキューイング、対面、背面指導を理解し習得する。
規定の３２カウントコンビネーションにキューイングをつけた指導練習を行う。
【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第６回　指導法②（指導の循環）
【　到達目標　】
指導の循環を理解する。
グループワークで指導練習をする。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第７回　ウォーミングアップの目的と効果
【　到達目標　】
ウォーミングアップの目的と効果を理解し、規定のウォーミングアップを覚える。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第８回　メインエクササイズの目的と効果
【　到達目標　】
メインエクササイズの目的と効果を理解する。
少し複雑な３２カウントコンビネーションを体験する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第９回　筋コンディショニングとクーリングダウンの目的と効果
【　到達目標　】
筋コンディショニングとクーリングダウンの目的、効果を理解する。
少し複雑な３２カウントコンビネーションを体験する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第10回　動きの変化要素、プログラムの作成①
【　到達目標　】
動きの変化要素を理解する。
基本動作をベースに、コリオグラフィーを展開する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第11回　プログラムの作成②（グループワーク）
【　到達目標　】
３２カウントのメインエクササイズをグループで作成する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第12回　プログラムの作成③（グループワーク）
【　到達目標　】
作成したプログラム（ウォーミングアップを含む）がスムースに進行できるように演習する。
グループごとにフィードバックを受ける。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第13回　プログラムの作成④（グループワーク）
【　到達目標　】
作成したプログラムにキューイングをつけ、指導できるように演習する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第14回　実技発表（実技試験の評価対象とする）
【　到達目標　】
これまで取り組んだエアロビックダンスプログラムを発表する。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

第15回　理論理解の確認とダンスエクササイズの派生
【　到達目標　】
これまで学んだ理論を再確認すると同時に、エアロビックダンスから派生したダンスエクササイズを体験し楽しさを味わう。

【授業時間外学修】
本日学んだことを復習し、筋持久力、柔軟性を高めるよう努力する。(1.0hr)

【学修上の留意点】

積極的に取り組み、練習を繰り返し身体で習得するように努める。安全管理のため動きやすい服装と必ずシューズを着用のこと。定期的にミニテストを実施し理解度に合わせたフィードバックを受ける。

【教科書・参考書など】

参考書「新・エアロビックダンスエクササイズの実技指導　指導理論のAtoZ」公益社団法人日本フィットネス協会
「ADBI ADIのためのエアロビックダンスエクササイズ指導理論」公益社団法人日本フィットネス協会

【成績評価方法】

実技試験70%。授業中の活動内容（発言内容、積極性）30%の割合で評価する。

科目名	健康科学論			担当者	藪下　典子	
英文名	Introduction to Health Science					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE101		卒業認定方針との関連	④⑦

【到達目標】

現代人の抱える健康問題を、生活環境や遺伝的要因、年齢等との関わりから学ぶ。特に、日本における疾病構造の変化と主な死因の推移、メタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームのリスクファクターとその予防について、健康的な生活を習慣化する等のライフスタイルから理解しする。さらに、年齢、性機能、休養、ストレスが健康を保持するために大切であることを学び、自分自身のライフスタイルを振り返り、日々の健康的な生活に結びつける。これらの学習過程を通じて、現代の健康の問題に対して科学的知見から説明し、実生活の中で活用できるようになる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
現代人の健康問題の原因と予防・改善策	現代人の健康問題を理解した上で、それらの予防・改善策を具体的に講じることができる	正しい情報や資料に基づいて現代人の健康問題を理解し基本的な予防・改善策について説明できる	理解が不十分で説明できない
ライフスタイルと健康との関わり	健康のために望ましいライフスタイルを自ら選ぶことができる	健康のために望ましいライフスタイルを理解し説明できる	理解が不十分で説明できない
年齢や性差が健康に及ぼす影響	年齢や性の違いを考慮した健康づくり対策ができる	年齢や性差が健康に及ぼす影響を理解し説明できる	理解が不十分で年齢や性差の影響を説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　健康科学論ガイダンス
【　到達目標　】
(1)「健康科学論」の学習内容とねらいを理解し、説明できる。
(2)健康に関わるキーワードに対する自己の理解度を確認し、今後の学習課題を示すことができる。
(3)自己の健康観を具体的に説明することができる
【授業時間外学修】
「健康」に関するキーワードの意味を調べる。(4.0hr)

第２回　健康とは何か　健康観の変遷　現代における健康観
【　到達目標　】
(1)「健康」の定義を理解し、説明することができる。
(2)健康観の歴史的推移を知り、現代における望ましい健康観を述べることができる。
【授業時間外学修】
各種メディアの発信する「健康」関連情報に関心を持ち、視聴したり読んだりする。(4.0hr)

第３回　日本人の健康問題　人口構成の推移　疾病構造の変化
【　到達目標　】
(1)死因順位の大きな変化とその要因について理解し、説明することができる。
(2)現代日本人の抱える健康問題を、人口構成の推移、疾病構造の変化とともに理解し、説明することができる。
【授業時間外学修】
授業で扱った健康問題の資料を整理し、復習する。(4.0hr)

第４回　生活習慣病とは
【　到達目標　】
(1)健康な生活を送る上での良い生活習慣について理解し、説明することができる。
(2)生活習慣病の定義、危険因子、予防策について理解し、説明することができる。
【授業時間外学修】
良い生活習慣について復習し、自分の生活習慣を見直して行動変容につなげる。(4.0hr)

第５回　循環系疾患とライフスタイル
【　到達目標　】
(1)心臓病と脳血管病、その基礎疾患としての動脈硬化、高血圧、糖尿病とライフスタイルとの関連を理解し、説明することができる。
【授業時間外学修】
循環系疾患に関連するライフスタイルについて復習し、予防行動につなげる。(4.0hr)

第６回　代謝異常とライフスタイル
【　到達目標　】
(1)脂質異常症とは何かを知り、脂質異常をもたらすライフスタイルを理解し、説明することができる。
(2)糖尿病とは何かを知り、糖代謝異常をもたらすライフスタイルを理解し、説明することができる。
(3)代謝異常の予防・改善策を考えることができる。
【授業時間外学修】
代謝異常の予防につながるライフスタイルについて復習し、自らの日常生活に還元する。(4.0hr)

第７回　メタボリックシンドローム・肥満の判定と予防
【　到達目標　】
(1)メタボリックシンドロームの定義と判定基準を理解し、説明することができる。
(2)メタボリックシンドロームの現状、危険因子を理解し、予防・改善策を示すことができる。
(3)肥満の定義と判定基準を理解し、予防と改善策を示すことができる。
【授業時間外学修】
授業の内容を復習し、メタボリックシンドロームや肥満の予防行動につなげる。(4.0hr)

第８回　骨の健康　骨粗鬆症の予防
【　到達目標　】
(1)人の一生を通じた骨量、骨代謝の変化を理解し、説明することができる。
(2)丈夫な骨を形成し、骨粗鬆症を予防するための方策を考え、実践することができる。
【授業時間外学修】
授業の内容を復習し、丈夫な骨を作るための生活習慣を心がける。(4.0hr)

第９回　ロコモティブシンドロームの概念と予防
【　到達目標　】
(1)ロコモティブシンドロームの概念、定義、危険因子を理解し、説明することができる。
(2)ロコモティブシンドロームの予防策を示すことができる。
【授業時間外学修】
授業の内容を復習し、将来のロコモティブシンドロームの予防につながる
生活行動を身につける。(4.0hr)

第10回　高齢者の運動と健康
【　到達目標　】
(1)加齢に伴う身体の構造と機能の変化を理解し、説明することができる。
(2)中高齢者、高齢者の健康に運動が果たす役割や意義について理解し、説明することができる。
【授業時間外学修】
高齢者の健康に関する文献や資料を探して読む。(4.0hr)

第11回　子どもの生活環境の変化と健康
【　到達目標　】
(1)現代の生活環境が子どもの健康に及ぼす影響について理解し、説明することができる。
(2)成長に伴う身体の構造と機能の変化を理解し、説明することができる。
(3)成長期における健康問題について理解し、説明することができる。
【授業時間外学修】
子どもの健康に関する文献や資料を探して読む。(4.0hr)

第12回　女性の性機能の変化と健康
【　到達目標　】
(1)女性の一生を通じての性機能の変化と女性特有の健康問題について理解し、説明することができる。
(2)月経周期の正常と異常、体調の変化について理解し、説明することができる。
【授業時間外学修】
女性の健康に関する文献や資料を探して読む。(4.0hr)

第13回　妊娠と健康
【　到達目標　】
(1)妊娠期の身体の変化と生活の注意点について理解し、説明することができる。
(2)避妊・不妊・出生前診断など、生命倫理に関する問題について自分の考えを示すことができる。
【授業時間外学修】
妊娠にまつわる文献や資料を探して読む。(4.0hr)

第14回　休養と健康
【　到達目標　】
(1)睡眠の質、サイクルと健康・運動との関わりについて理解し、説明することができる。
(2)休養と健康との関わりについて理解し、説明することができる。
【授業時間外学修】
授業で扱った内容を復習し、毎日の生活の中で適切な休養を心がける。(4.0hr)

第15回　健康づくり施策の概念と歴史　日本における施策
【　到達目標　】
(1)健康づくり施策の概念と歴史を理解する。
(2)日本における健康施策とその課題について考える。
【授業時間外学修】
授業で扱った健康問題の資料を整理し、復習する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業では、パワーポイントと配布資料を使って講義を行う。また、授業内で取り上げるテーマに応じて、適宜、視聴覚教材などを使用することで理解を深める。授業中は重要なポイントを確認しながら資料に書き込んだり要点をまとめたノートづくりをする時間を設けるため、関心を持ち、積極的に学ぶこと。授業の最後に受講した内容に関する理解度を確認するための小テストを実施する。正答率および質問等に応じて次の授業の中でフィードバックを行うことから、小テスト内容を必ず手元に準備して各授業に望むこと。

【教科書・参考書など】

特に指定はない。必要な資料をその都度配布（配信）する。

【成績評価方法】

各授業回における理解度確認テストの総合評価（50%）と試験期間中に別途実施する期末テスト(50%）を併せて（100%）評価する。合格基準は60%である。

科 目 名	発育発達論			担当者	井筒　紫乃	
英 文 名	Growth and Development					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE102		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

ヒトの一生における発育発達と老化の特性についての知識を身につけるとともに、それぞれの年齢においての発育発達特性を考慮した運動をはじめとする身体活動と健康関連指標との関係と運動指導の重要性を理解する。更に、それぞれのステージの身体の発育と運動発達との関係を理解し、そのステージに必要となる運動プログラムの作成方法について、考慮しなければならないことについて理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ヒトの身体の発育や心・運動発達の過程・理論について	理論について自らまとめて説明できる	理論を資料等を参照しながら説明できる	理解が不十分で説明できない
ヒトの心身の発育発達の知見に関する事項	発育発達の要点を自らまとめて説明できる	理論を資料等を参照しながら説明できる	理解が不十分で説明できない
ヒトの心身の発育発達に関わる運動発達の知見に関する事項	発育発達の要点を自らまとめて説明できる	理論を資料等を参照しながら説明できる	理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　発育発達とは、心理的特徴
【　到達目標　】
(1)発育発達の概念を理解する。
(2)身体計測の測定法を理解する。

【授業時間外学修】
受講前に、発育と発達の違いについて調べてくること。(4.0hr)

第２回　地球の誕生・人類の誕生と進化
【　到達目標　】
(1)地球の誕生から、人類への進化過程について理解する。
(2)人類はどのように二足歩行を獲得したのかを理解する。

【授業時間外学修】
ノートに、生物の誕生から人類への進化を時系列にまとめる。(4.0hr)

第３回　赤ちゃんの発育発達
【　到達目標　】
(1)出生後、赤ちゃんはどのように発育し、発達していくかを理解する。
(2)生物学的成熟度について理解する。

【授業時間外学修】
受講前に、生まれた時の自身の身長、体重を調べておくこと。(4.0hr)

第４回　発育発達期の身体的特徴（体重・身体組成）
【　到達目標　】
(1)子どもの肥満の弊害について理解する。
(2)やせの問題について理解する。

【授業時間外学修】
受講前に、子どもの肥満と痩身の出現率を調べ、各々の問題点をまとめてくること。(4.0hr)

第５回　幼児期前期（1～3歳）の発育発達
【　到達目標　】
(1)幼児期前期の身体の発育と運動発達について理解する。
(2)幼児期前期の形態・発達の特徴について理解する。

【授業時間外学修】
受講前に、身体組成の計測方法を調べてくること。(4.0hr)

第６回 幼児期後期（4～5歳）の発育発達
【　到達目標　】
(1)幼児期後期の身体の発育と運動発達を理解する。
(2)幼児期後期の形態・発達の特徴について理解する。

【授業時間外学修】
受講前に、スキャモンの発育曲線について調べてくること。(4.0hr)

第７回　小学生期の発育発達
【　到達目標　】
(1)小学生期の身体の発育と運動発達について理解する。
(2)ゴールデンエイジの身体の発育の発達について理解する。

【授業時間外学修】
受講前に、文部科学省による基本的動作スキルの測定法を調べてくること。(4.0hr)

第８回　ジュニア期の運動発達
【　到達目標　】
(1)ジュニア期の身体の発育と運動発達の特性について理解する。
(2)ゴールデンエイジの運動発達の特徴について理解する。

【授業時間外学修】
受講前に、プレゴールデンエイジ、ゴールデンエイジについて調べてくること。(4.0hr)

第９回　中学生期の発育発達
【　到達目標　】
(1)身体活動量や座位行動と健康関連指標との関係について理解する。
(2)日本と世界の身体活動量や座位行動の推奨値を理解する。

【授業時間外学修】
受講前に幼児期運動指針を調べてくること。(4.0hr)

第10回　高校生期の発育発達
【　到達目標　】
(1)高校生期の身体の発育と心の発達を理解する。

【授業時間外学修】
スポーツ庁による全身持久力の測定法を調べてくること。(4.0hr)

第11回　日本と世界の子どもの身体的特徴と生活習慣の現状
【　到達目標　】
(1)日本と世界の子どもの身体的特徴と運動などの生活習慣の現状を理解する。
(2)47都道府県の子どもの身体的特徴と運動などの生活習慣の現状を理解する。

【授業時間外学修】
受講前に、世界の子どもの肥満者と痩身者の出現率を調べてくること。(4.0hr)

第12回　発育発達期の運動プログラム
【　到達目標　】
(1)発育発達期の運動プログラムの留意点を理解する。
(2)発育発達期の運動・スポーツの体力への効果を理解する。

【授業時間外学修】
子どもの運動プログラムを考える際､留意すべき点について意見をまとめてくること｡(4.0hr)

第13回　思春期の女性のからだ
【　到達目標　】
(1)思春期の女性の身体的特徴を理解する。
(2)思春期の身体の変化における心の発達を理解する。

【授業時間外学修】
思春期の女性の身体の変化の留意点ついて意見をまとめてくること。(4.0hr)

第14回　女性とスポーツ
【　到達目標　】
(1)女性選手の三主徴について理解する。
(2)女性の痩せについて理解する。

【授業時間外学修】
受講前に､女性アスリートを指導する際に､留意すべき点について意見をまとめてくること｡(4.0hr)

第15回　ヒトの一生と発育発達
【　到達目標　】
(1)ヒトの一生の発育と成長、心と運動発達を理解する。

【授業時間外学修】
受講前に､14回目まで作成したノートをまとめておくこと。(4.0hr)

【学修上の留意点】

対面形式授業を実施する。各授業回において、パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて資料を配布するため、資料を使用しながら、ノートを作成していく。ほぼ毎時間、講義内容に関する課題について、リアクションペーパーに記入し、提出する。

【教科書・参考書など】

特に指定はしない。

【成績評価方法】

各授業回の課題を40%、期末試験を60%、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。

科 目 名	新体操Ⅰ			担当者	橋爪　みすず	
英 文 名	Rhythmic Gymnastics Ⅰ					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE103		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

新体操は手具（フープ、ボール、クラブ、リボン、ロープ）の操作をしながら、音楽に合せ徒手要素（ジャンプ・バランス・ローテーション）を組み合わせることが必須とされている。本授業では、手具（フープ、ボール、リボン）と徒手要素の基礎について学び、身体の動きと手具操作を音楽と調和するがように実践する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
新体操の身体、手具の基礎的技術内容の理解	基礎的技術内容を理解し自ら実践できる。	基礎的技術内容を理解し模倣することができる。	基礎的技術内容を理解が十分できず実践できない。
新体操の身体、手具の基礎的技術の習得方法の理解	基礎的技術内容を理解し成功までの過程を説明できる。	基礎的技術内容を習得する過程の説明を受け実践できる。	基礎的技術内容の成功までの方法を理解できず,技術習得の過程を説明できない。
新体操の身体、手具の基礎的技術の発展的応用の理解	基礎的技術を生かして新体操の演技を実施できる。	基礎的技術を用いて新体操の演技の一部を実施できる。	基礎的技術内容の習得に不足があり、新体操の演技に発展できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
授業展開とねらい、評価方法・学習上の留意点について理解する。
新体操の概要を理解する。

【授業時間外学修】
新体操に関する書籍を読み、理解を深める。新体操の映像を配信し新体操のイメージを持たせる。(1.0hr)

第２回　新体操における身体の特性
【　到達目標　】
新体操に必要な柔軟性・バランス・調整力・筋力などを高める。

【授業時間外学修】
新体操の体力トレーニングについて動画を配信し理解を深める。(1.0hr)

第３回　身体の基礎運動①
【　到達目標　】
正しい基本姿勢および柔軟な動き・バランスを実践し、基礎技術を身につける。

【授業時間外学修】
新体操の基礎的要素（柔軟・バランス）について理解を深める。(1.0hr)

第４回　身体の基礎運動②
【　到達目標　】
正しい基本姿勢およびジャンプ・ローテーションを実践し、基礎技術を身につける。

【授業時間外学修】
新体操の基礎的要素（ジャンプ・ローテーション）について理解を深める。(1.0hr)

第５回　手具の基礎①フープとリボン：基本操作の実践
【　到達目標　】
フープの手具技術である、回す、くぐる、転がす、投げるなどの基本操作からフープの特性を理解する。
リボンの手具技術である、らせんやだ形などの基本操作を中心にリボンの特性を理解する。

【授業時間外学修】
フープとリボンの特性を調べておく。(1.0hr)

第６回　手具の基礎②フープとリボン：徒手要素と手具操作
【　到達目標　】
身につけた徒手要素（ジャンプ・バランス・ローテーション）とフープとリボンの手具操作を
組み合わせて難度を実践できる。

【授業時間外学修】
フープとリボンの基礎技術要素と難度について調べておく。(1.0hr)

第７回　手具の基礎③フープとリボン：音楽との調和
【　到達目標　】
徒手要素とフープとリボンの手具操作との組み合わせをフレーズにし、音楽のリズムに合わせて
実践できる。

【授業時間外学修】
メディア等を活用し、フープとリボンの基礎技術と音楽との関係について理解を深める。(1.0hr)

第８回　手具の基礎④ボール：基本操作の実践
【　到達目標　】
ボールの手具技術である、突く、転がす、投げるなどの手具の基本操作から、ボールの特性を理解する。

【授業時間外学修】
ボールの特性を調べておく。(1.0hr)

第９回　手具の基礎⑤ボール：徒手要素と手具操作
【　到達目標　】
身につけた徒手要素（ジャンプ・バランス・ローテーション）とボールの手具操作を
組み合わせた難度を実践できる。

【授業時間外学修】
ボールの基礎技術要素と難度を調べておく。(1.0hr)

第10回　手具の基礎⑥ボール：音楽との調和
【　到達目標　】
徒手要素とボールの手具操作との組み合わせをフレーズにし、音楽のリズムに合わせて
実践できる。

【授業時間外学修】
メディア等を活用し、ボールの基礎技術について理解を深める。(1.0hr)

第11回　手具の基礎⑦ボール：フレーズの組み立て
【　到達目標　】
曲調に合ったステップや動きを取り入れながら、フレーズを実践できる。

【授業時間外学修】
メディア等を活用し、ボールの基礎技術と音楽との関係について理解を深める。(1.0hr)

第12回　手具の応用①ボール：実技課題の実践
【　到達目標　】
身につけたフレーズをつなげて音楽に合わせ、１分３０秒の演技を実践できる。

【授業時間外学修】
メディア等を活用しボールの様々な演技を見て実践に生かせるようにする。(1.0hr)

第13回　手具の応用②ボール：実技課題の実践　学習方法の理解
【　到達目標　】
手具操作と身体の動きが明確になり、難易度の高い技術を習得するための方法を理解し段階的な練習を
行うことができるようにする。

【授業時間外学修】
メディア等を活用しミスを起こさないための技術を確認し実践にに生かせるようにする。(1.0hr)

第14回　手具の応用③ボール：実技課題の実践
【　到達目標　】
音楽と体のリズムに合わせたタイミングの良い手具操作を身につけながら、動きのつなぎがなめらかに
なるように、更に実践を重ねる。

【授業時間外学修】
各自の演技を映像に収録し客観的に見ることで評価と反省を行い、問題点を明らかにする。(1.0hr)

第15回　新体操の身体と手具の技術のまとめ　ボール：作品の発表
【　到達目標　】
ボールの演技の発表を行う。

【授業時間外学修】
実技課題の評価と反省を行い、修正すべき点を検討する。(1.0hr)

【学修上の留意点】

服装・身だしなみは実習にふさわしいものとし、体の形（フォーム）の見えにくい服装は避けるようにする。（パーカー・スウェットは着用しない）
各授業回のねらいを理解できるようパワーポイントや映像を用いて授業前に配信し具体的説明を加える。1種目（ボール）の実技試験を行う。
実技試験の評価だけではなく、毎時間の授業への取り組みが重要であるため、継続的に授業に出席する努力をする。

【教科書・参考書など】

教科書の指定はなし。
必要に応じて、プリント教材を配布する。

【成績評価方法】

実技試験70%、各時間の授業への取り組みと30%とし、あわせて100%として評価する。

科目名	ハンドボールⅠ			担当者	吉兼　練	
英文名	Handball　Ⅰ					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE104		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

ハンドボール競技の指導を「ゲームができるように」という主題のもとで、ゲーム構造を理解し、ゲームを局面に分類し、ゲームで発生する局面に従い、それぞれの局面で必要な技術・戦術を学習し、ゲーム全体を作り上げていく指導方法を理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ハンドボールの基礎技能脳習得	基礎技能を身につけ実施できる	基礎技能をおおよそ習得している	基礎技能の習得が不十分である
ハンドボールのゲーム構造の理解	ゲーム構造を理解し、説明できる	ゲーム構造を資料を使って説明できる	ゲーム構造の理解が不十分で説明できない
ハンドボールの指導方法の理解	指導方法を理解し、説明・実践できる	指導方法を資料を使って説明・実践できる	指導方法の理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
ガイダンスでは、授業の進め方や授業進行上4つのグループとして授業を展開することを理解する。また、最終の実技課題と評価について理解する。

【授業時間外学修】
ハンドボールの発生や歴史について学習する。(1.0hr)

第２回　ハンドボールのゲームの局面理解
【　到達目標　】
この授業で中心となる最終目標を「ゲームができる」とし、その為にゲームの時間経過に伴う変化（ゲームの局面）にあわせて授業が展開されることを理解する。あわせて局面自体に関しても理解する。
【授業時間外学修】
学習指導要領のハンドボールを調べ理解を深める。(1.0hr)

第３回　第1局面「ボール獲得」の理解と技術習得
【　到達目標　】
3回目から9回目までは、ハンドボールのゲーム局面を6つとして、ゲームの進行に伴う局面に従い、それぞれの局面に必要な技術・戦術を理解する。第1回目は、第1局面でボールを獲得する技術・戦術を理解する。
【授業時間外学修】
第1局面の理解とそこで必要な技術・戦術をまとめる。(1.0hr)

第４回　第2局面「ボールを進める」の理解と技術習得
【　到達目標　】
前回の授業で理解した第1局面「ボール獲得」から、取ったボールを相手コートに進めるための第2局面について、その構想、戦術、必要な技術を習得し理解をする。

【授業時間外学修】
ボールを運ぶ為の技術・戦術の理解を深める。(1.0hr)

第５回　第3局面「シュートを狙う」の理解と技術習得
【　到達目標　】
前回の授業の第2局面「ボールを進める」から、ゴール前でのシュートを狙う第3局面の構想や戦術を理解し、それに必要な技術を習得し理解する。

【授業時間外学修】
いろいろなシュートについて学習する。(1.0hr)

第６回　第4局面「攻撃を組み立てる」の理解と技術習得
【　到達目標　】
第3局面「シュートを狙う」でシュートまで至らないときに、初めて組織的攻撃としての第4局面の構想や戦術を理解する。そこでフェイントやパスなどの個人戦術を習得し、理解する。
【授業時間外学修】
組織的攻撃に関して学習する。(1.0hr)

第７回　第4局面でのグループ戦術の習得
【　到達目標　】
前回の授業で理解した第4局面を発展させ、個人戦術からグループ戦術の理解とそれに必要な技術を習得する。

【授業時間外学修】
いろいろなグループ戦術、チーム戦術に関して事前に学習する。(1.0hr)

第８回　第4局面でのチーム戦術
【　到達目標　】
組織的攻撃の最終段階としてチーム戦術(攻撃戦術)を理解し、チームとしてどのように考え、戦術を選ぶかを理解し、その戦術をチームとして習得する。

【授業時間外学修】
攻撃戦術のまとめを理解することと、自軍コートへの戻りを事前に理解する。(1.0hr)

第９回　第6局面での「防御」の理解
【　到達目標　】
本来組織的攻撃の第4局面の次は、戻りの局面の第5局面であるが、この授業ではこの局面を除き、組織的防御の第6局面の構想について理解し、組織的防御に必要な技能を習得する。

【授業時間外学修】
速攻に対する戻りから組織的防御への流れを理解する。(1.0hr)

第10回　総合的ミニゲーム①「ゲームの理解」
【　到達目標　】
これまでのすべての局面で理解したことや身につけた技術を、ゲームの場面で状況に応じて発揮できるようにする。

【授業時間外学修】
今日のゲームの中でのチームの戦術、そして個人の評価をし、次回につなげる。(1.0hr)

第11回　総合的ミニゲーム②「ゲーム精度の向上」
【　到達目標　】
前回行った総合的ゲームの反省から、修正を加えたり、より戦術的なゲームを実践できるようにする。

【授業時間外学修】
いろいろな攻撃戦術の変化や、防御戦術の仕方を事前に学ぶ。(1.0hr)

第12回　チームごとの作戦に基づくゲーム①「作戦の立案」
【　到達目標　】
12回目から14回目の授業では、4つの班に分かれ、その班のメンバーを考慮して各チームが各々の戦術を選択し、相手チームに対応して戦術を変化させる。作戦タイム等でゲームの進め方やルールも理解する。
【授業時間外学修】
今回チームでつかった戦術の反省と次回へ向けての対策を学ぶ。(1.0hr)

第13回　チームごとの作戦に基づくゲーム②「作戦の振り返り」
【　到達目標　】
12回目から14回目の授業では、4つの班に分かれ、その班のメンバーを考慮して各チームが各々の戦術を選択し、相手チームに対応して戦術を変化させる。作戦タイム等でゲームの進め方やルールも理解する。
【授業時間外学修】
実技試験のジャンプスロー20ｍの投技術の課題練習をする。(1.0hr)

第14回　チームごとの作戦に基づくゲーム③「作戦の実行」
【　到達目標　】
12回目から14回目の授業では、4つの班に分かれ、その班のメンバーを考慮して各チームが各々の戦術を選択し、相手チームに対応して戦術を変化させる。作戦タイム等でゲームの進め方やルールも理解する。
【授業時間外学修】
最終ゲームに向けて自分のチームの戦術を学習する。(1.0hr)

第15回　トップレベルの戦術の理解とその応用
【　到達目標　】
現代のトップの映像をみて、それをチームに取り入れたゲームを行い、戦術を工夫する。互いに競い合いながらゲームを行う。

【授業時間外学修】
15回の授業を基にハンドボール競技の理解を深める。(1.0hr)

【学修上の留意点】

学生たちが技術習得する授業であるが、この授業では実際の指導方法論の手順にしたがって進めることを理解する。技術習得だけでなく、それをゲームの場面で対応して発揮できるかが主眼であることを理解する。また、単位修得の条件として技術課題があることを理解する。
実習が中心となる上に、身体接触を伴う競技であるため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。特に、ピアス、ネックレス、指輪等のアクセサリー類は決して身につけない。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

技術課題20%､毎回の授業での技能習得や戦術の理解度40%､チームとしての活動の中での役割の理解やゲームでの対応能力40%として評価する。

科 目 名	サッカーⅠ			担当者	大槻　茂久	
英 文 名	Soccer Ⅰ					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE105		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

サッカーの基本的な技術を習得することが本授業の目的である。そのために、ボールに触れる機会がサッカーより断然多いフットサルのゲームをサッカーの練習と並行して行っていく。①フットサルの基本技術をドリルし、スキルとして習得できるよう努力する。②チーム構成員同士が勝利を目指し、協力し合う態度を学ぶ。③ゲームを楽しむためには、相手チームの選手やレフェリーを尊重しなければならないという現実を認識し、フェアな態度や他者への思いやり等を学ぶ。
以上のことを目的として本授業を展開する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
サッカーにおける基礎的な技能について	試合での技能発揮に優れ、実技テストの得点が90%以上である	基礎的な技能が試合で発揮でき、実技テストの得点が60～89%である	試合での技能・実技テストの得点が60%に満たない
サッカーにおける基礎的な理論について	参照資料がなくとも理論の説明・実践ができる	参考書や資料参照のもと理論の説明ができる	基礎的な理論の理解が不十分で説明できない
サッカーにおける基礎的な戦術・戦略について	参照資料無しで基礎的な戦術・戦略の説明・実践ができる	参考書や資料参照のもと基礎的な戦術・戦略の説明ができる	基礎的な戦術・戦略の理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　コミュニケーションのトレーニングとゲーム
【　到達目標　】
(1)サッカーに必要なコミュニケーション方法を学ぶ。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第２回　テクニック（パス＆コントロール）とゲーム
【　到達目標　】
(1)テクニック（パス＆コントロール）の構成要素を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第３回 テクニック（ドリブル）とゲーム
【　到達目標　】
(1)テクニック（ドリブル）の構成要素を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第４回　テクニック（シュート）とゲーム
【　到達目標　】
(1))テクニック（シュート）の構成要素を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第５回　テクニック（守備）とゲーム
【　到達目標　】
(1)テクニック（守備）の構成要素を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第６回　個人戦術（攻撃）とゲーム
【　到達目標　】
(1)攻撃の個人戦術を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第７回　個人戦術（守備）とゲーム
【　到達目標　】
(1)守備の個人戦術を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第８回　ゴールキーパとゲーム
【　到達目標　】
(1)ゴールキーパーのテクニックと個人戦術を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第９回　攻守の切り替えとゲーム
【　到達目標　】
(1)攻守の切り替えの重要性や方法を理科し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第10回　状況判断とゲーム
【　到達目標　】
(1)状況判断の重要性や方法を理科し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第11回　様々なゲーム（オーガナイズ）
【　到達目標　】
(1)様々なオーガナイズのゲームを理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第12回　フットサル①
【　到達目標　】
(1)フットサルのテクニックを理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第13回　フットサル②
【　到達目標　】
(1)フットサルの個人戦術を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第14回　ゲーム
【　到達目標　】
(1)試合の方法・運営を理解し、ゲームを実践できるようにする。

【授業時間外学修】
サッカーの競技規則を学習しておく。(1.0hr)

第15回　振り返り・確認試験（サッカーの知識）
【　到達目標　】
(1)全体の授業を通しての総括し、振り返りを行う。
(2) サッカーの知識・理論について確認する

【授業時間外学修】
サッカーの知識や理論を学習する。(1.0hr)

【学修上の留意点】

実習が中心となるため、互いに安全に気をつけて活動すること。服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとすること。
グループの活動の中での活動では、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。
前回の技術的課題を意識し、授業を重ねるにつれて、サッカーの技能を向上させる。

【教科書・参考書など】

特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。

【成績評価方法】

以下の割合にて評価し、点数化する。
①授業への取り組み方・参加度６０%、②技術点（実技テスト）１０%、③知識点（理論テスト）１０%、④準備点（服装・ゼッケン等の準備）２０%。

科目名	スキー			担当者	中丸　信吾	
英文名	Skiing					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門基礎・選択			
授業形態	実習	科目ナンバー	SBE106		卒業認定方針との関連	⑥

【目的とねらい】

この授業の目的は、スキーの基本技術や理論、ルールやマナーを実践を通して学習し、ゲレンデで楽しく安全にスキーをする技術を習得することである。また、本実習を通して、生涯スポーツとして自然の中でスキーを楽しむ素養を身に着けることをねらいとしている。併せて、本実習は宿泊集中授業で行うため、集団生活での配慮行動についても学習することとする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スキーの理論およびルール・マナーの理解	理論やルール・マナーを理解し自ら説明できる。	資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
安全かつ効率の良いスキー技能の習得	急斜面や不整地で安全かつ効率良く滑ることができる。	中斜面で安全かつ効率良く滑ることができる。	緩斜面で滑ることができない。
集団生活での配慮行動	自ら率先して集団生活をよりよくするための働きかけができる。	自ら考えて集団生活での配慮行動ができる。	集団生活の配慮行動ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

2月中旬から下旬において学外での宿泊実習（4泊5日）を行う。実習参加者は、複数回の事前指導に参加するものとする。

【到達目標】

1．スキーの理論およびルール・マナーについて実践を通して理解する。
(1)ターンの原理を理解する。
(2)スキー場でのルール・マナーを理解する。

2．安全かつ効率の良いスキー技能を習得する。
(1)スタンスとポジション
(2)登行、直滑降、制動と停止、プルークファーレン
(3)プルークボーゲン
(4)滑走プルーク
(5)横滑りの展開
(6)シュテム動作
(7)基礎パラレルターン　小回り
(8)基礎パラレルターン　大回り
(9)総合滑降

3．集団生活での配慮行動を実践を通して理解する。

【授業時間外学修】

自由時間を利用し、各回の技術を理解・習得し、滑れるようになる。

【授業時間外学修】

事前・事後指導に参加し、2月に行うスキー実習（参加費￥80,000程度)に参加すること。学外で実施するため、服装、言葉使いなど、日本女子体育大学の学生として相応しい言動を行うこと。宿泊を伴うため、集団生活のあり方を十分理解し、他人に配慮した行動をとること。実習はグループ毎に活動するので、協力しながら積極的に取り組むこと。用具の取り扱いや管理は丁寧に行うこと。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。実習要項を配布する。
参考書：「日本スキー教程」（公財）全日本スキー連盟、2014年

【成績評価方法】

レポート20%、スキー技術の理解度と習熟度70%、集団生活の適応度10%。

科 目 名	スケート			担当者		
英 文 名	Skating					
単 位 数	1	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1	／選択の区別	専門基礎・選択			
授業形態	実習	科目ナンバー	SBE107		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】
スケートの未経験者及び初級レベルを対象にして集中授業（3泊4日の学外実習）を実施する。スケートの概要（特性、歴史、用具、技術）、滑走の基礎技術、応用技術、グループスケーティング等について学習及び実習を行う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スケート（滑走）の基礎的事項・理論について	理論を理解し自らまとめて説明できる。	理論を参考書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スケート（滑走）の技能に関する事項	要点を押さえ、状況に応じた十分な滑走ができる。	指示に従って滑走できる。	技能の習得が不十分で滑走できない。
スケート（滑走）の知見・技能の活用に関する事項	知見・技能を十分に活用し、他者の水準に応じた適切な指導ができる。	知見・技能の活用に関する理解はできており、他者の指導ができる。	知見・技能の活用に関する理解が不十分で、他者の指導ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】
５～７月に学内でガイダンスを実施することによってスケートへの理解を深め、９月に学外実習を実施する。

【到達目標】
１．ガイダンス（事前ガイダンス（学内）１）
実習の全体像（宿泊場所、実施場所・施設、日程、時程）を理解する。
２．スケートの概要（事前ガイダンス（学内）２）
ビデオで、スケートの全体構造及びリンクでの安全な行動法を理解する。
３．リンクでの安全な行動法、基礎技術（前進滑走）（学外実習１）
氷上への安全な入退場、安全な転倒法、転倒後の立ち上がり法を実践する。前方への歩行、滑走をできるようにする。
４．グループミーティング（目標設定、集団行動）（学外実習２）
実習での個々の目標を明確にする。集団行動についての理解を深める。
５．講義（学外実習３）
スピードスケート、ホッケー、フィギュアスケート、アイスダンスについてビデオ鑑賞し、解説を行い、概略を理解する。
６．基礎技術（前進滑走，後進滑走）（学外実習４）
前進滑走および後方への歩行、滑走をできるようにする。
７．基礎技術（カーブ滑走）（学外実習５）
前進滑走から半円上を惰力滑走できるようにする。
８．基礎技術（ターン滑走）（学外実習６）
前進滑走から後進滑走、後進滑走から前進滑走へ変換できるようにする。
９．応用技術（連続滑走、停止）（学外実習７）
ストロークを大きくし、長い距離を滑走できるようにする。イの字あるいはハの字でブレーキング及び停止をできるようにする。
１０．グループスケーティング（学外実習８）
2～3人のグループで滑走できるようにする。
１１．グループミーティング（発表準備）（学外実習９）
編成したグループでの演技発表の内容を作成する。
１２．応用技術（組み合わせ滑走）、フォークダンス（学外実習１０）
前進、後進、カーブ、ターン滑走そして停止を組み合わせ、連続してできるようにする。フォークダンス（汽車）を音楽にのってできるようにする。
１３．グループスケーティング、ミニホッケー（導入）（学外実習１１）
実習班全員で音楽に合わせて滑走できるようにする。ミニホッケーに必要な基礎技術を実践する。
１４．試験課題の滑走、グループによる演技発表の準備（学外実習１２）
実習班ごとでの技術試験課題を実践する。編成したグループで演技構成したスケーティングを音楽に合わせて実践する。
１５．試験、グループによる演技発表（学外実習１３）
試験課題を達成できるようにする。編成したグループによるグループスケーティングを発表する。

【授業時間外学修】
自身の滑走動作改善のための課題を確認し、改善のための方策を検討する。

【授業時間外学修】
学外で宿泊して集団生活をしながら行う本実習では、一定期間における食事・睡眠など心身の健康の維持・管理（コンディショニング）が不可欠である。さらに他の学生や一般客そして従業員の方々との交流の中では礼儀やマナーのある行動を必要とする。寒冷な中での実習なので着衣するものに注意が必要である。

【教科書・参考書など】
教科書：教科書は使用しない。
参考書：「改訂　アイススケーティングの基礎」　大学スケート研究会編（アイオーエム）

【成績評価方法】
実技試験の達成度を40%、演技発表の完成度を40%、実習レポートの達成度を20%の割合として評価する。

科 目 名	スポーツバイオメカニクス			担当者	湯田　淳	
英 文 名	Sport Biomechanics					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE201		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

日常の動作からスポーツにいたる様々な身体運動を、力学的観点から解明する領域がスポーツバイオメカニクスである。本講義では、力学の基礎知識や必要な計測法などについて学び、それに基づいて具体的なからだの動きやスポーツ場面の運動について解説する。なお、本講義のより良い理解のためには、1年次で履修した機能解剖学による身体構造に関する基礎的知識の習得が必要である。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツバイオメカニクスの基礎的事項・理論について	理論を理解し自らまとめて説明できる。	理論を参考書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツバイオメカニクスの研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツバイオメカニクスの研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　スポーツバイオメカニクス概論（スポーツバイオメカニクスの位置づけ）
【　到達目標　】
(1)スポーツバイオメカニクスとはどのような学問であり、何を学ぶかを理解する。

【授業時間外学修】
スポーツバイオメカニクスに関連する書籍を確認する。(4.0hr)

第２回　スポーツバイオメカニクス概論（スポーツバイオメカニクスの捉え方）
【　到達目標　】
(1)身体運動の分析へのバイオメカニクス的アプローチを把握する。

【授業時間外学修】
他の関連学問との分析方法の違いについて検討する。(4.0hr)

第３回　スポーツバイオメカニクスの活用法（映像の活用法）
【　到達目標　】
(1)定量的および定性的分析についてそれぞれの特徴を理解する。

【授業時間外学修】
各種計測機器の特徴を把握する。(4.0hr)

第４回　スポーツバイオメカニクスの活用法（映像活用の実際）
【　到達目標　】
(1)映像を用いた動作改善法について理解し、バイオメカニクスがスポーツ現場でどのように活用されているかを把握する。

【授業時間外学修】
様々なスポーツにおけるバイオメカニクス的分析の活用事例を把握する。(4.0hr)

第５回　運動の力学（力の作用、ニュートンの運動の法則）
【　到達目標　】
(1)力の要素について理解し、力の作用によってどのような運動が生じるかを説明できる。
(2)ニュートンの運動の法則を理解し、スポーツ活動における運動の説明に活用できる。

【授業時間外学修】
親学問となる力学について、関連書籍等を用いてその概要を把握する。(4.0hr)

第６回　運動の力学（静的なつりあい、求心力、流体力）
【　到達目標　】
(1)回転運動において発生する力について説明できる。
(2)流体力について理解し、空気抵抗について説明できる。
(3)水中での運動について理解し、陸上運動との違いについて説明できる。
【授業時間外学修】
親学問となる力学について、関連書籍等を用いてその概要を把握する。(4.0hr)

第７回　運動の力学（運動量と力積、運動と力のモーメント）
【　到達目標　】
(1)運動量と力積の関係について説明できる。
(2)運動における力のモーメントの効果について説明できる。

【授業時間外学修】
親学問となる力学について、関連書籍等を用いてその概要を把握する。(4.0hr)

第８回　運動の力学（運動と角運動量、よい動きのバイオメカニクス的原則）
【　到達目標　】
(1)角運動量について理解し、それに影響を及ぼす要因について説明できる。
(2)よい動きのバイオメカニクス的原則について、例を用いて説明できる。

【授業時間外学修】
親学問となる力学について、関連書籍等を用いてその概要を把握する。(4.0hr)

第９回　身体の構造
【　到達目標　】
(1)様々な関節の特徴を動きと関連づけて把握する。
(2)筋の収縮様式を理解し、動きと関連づけて説明できる。

【授業時間外学修】
筋骨格系の構造について把握する。(4.0hr)

第10回　上肢および肩甲帯の運動
【　到達目標　】
(1)上肢の関節（肩、肘、手関節）および肩甲帯における動きを、それに関与する筋の働きとともに理解し、スポーツ現場におけるトレーニングに役立てることができる。
(2)陸上および水中における上肢の動作の特徴を理解する。
【授業時間外学修】
上肢の関節の運動に関係する筋を把握する。(4.0hr)

第11回　下肢および骨盤帯の運動
【　到達目標　】
(1)下肢の関節（股、膝、足関節）および骨盤帯における動きを、それに関与する筋の働きとともに理解し、スポーツ現場におけるトレーニングに役立てることができる。
(2)陸上および水中における下肢の動作の特徴を理解する。
【授業時間外学修】
下肢の関節の運動に関係する筋を把握する。(4.0hr)

第12回　運動・動作の力学的解釈
【　到達目標　】
(1)姿勢とモーメントの関係について理解し、説明できる。
(2)力学的データとパフォーマンスとの関係について理解し、スポーツバイオメカニクスにおける研究成果をスポーツ現場に活かす方法を学ぶ。
【授業時間外学修】　スポーツ現場において、どのようなスポーツバイオメカニクス的データが収集されているか把握する。(4.0hr)

第13回　スポーツバイオメカニクスにおける計測（動作分析におけるデータ収集法）
【　到達目標　】
(1)動作分析が具体的にどのように行われるかを把握する。
(2)動作分析における様々な座標算出法について理解する。
(3)陸上での基本的な動きについて理解し，力学的な観点から説明できる。
【授業時間外学修】　動作分析のためのデータ収集において、どのような機器が使用されているのかを把握する。(4.0hr)

第14回　スポーツバイオメカニクスにおける計測（動作分析におけるデータ算出法）
【　到達目標　】
(1)身体重心や関節角度などの各種パラメータの算出方法について把握する。
(2)陸上での基本的な動きについて理解し，力学的な観点から説明できる。

【授業時間外学修】　スポーツバイオメカニクスにおいて、どのようなパラメータを算出することができるのかを把握する。(4.0hr)

第15回　スポーツバイオメカニクスとスポーツ活動
【　到達目標　】
(1)講義で取り上げたスポーツバイオメカニクスの学習内容について理解し、自己のスポーツ活動や関連領域における学習内容のより良い理解に役立てることができる。

【授業時間外学修】　自身の専門とするスポーツ種目におけるバイオメカニクス的データの活用例を把握する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業はパワーポイントを用いて進められ、毎回の授業において内容に関する資料が配付される。受講者は講義内容における必要な箇所を素早く資料に書き取り、自分用のスポーツバイオメカニクスノートとしてまとめあげる努力が求められる。また、ほぼ毎回、その回の講義内容に関する小課題を実施する。小課題の結果は、次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

教科書：　教科書は特に指定しない。適宜、参考資料を配付する。
参考書：　「スポーツバイオメカニクス20講」　阿江通良・藤井範久・著（朝倉書店）
　　「目でみる動きの解剖学　新装版」　ロルフ・ヴィルヘード・著、金子公宥・松本迪子・訳（大修館書店）

【成績評価方法】

小課題を60%、期末試験を40%の割合として評価する（試験は試験期間中に別途実施する）。

科目名	衛生学・公衆衛生学	担当者	助友　裕子
英文名	Hygiene and Public Health		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE202		卒業認定方針との関連	④⑤⑨

【到達目標】

我々の健康は、毎日呼吸する空気や飲む水、地球環境や自然的環境、毎日の生活習慣や人間関係、地域や国の社会経済的要因などから強く影響を受けている。これらと健康の関わりを科学的に理解し（衛生学）、地域や国民の健康を実現するための対策について理解する（公衆衛生）ことが、この授業の目的である。
これらの内容は、自立した社会生活の営みや、学校にかかわるすべての人々の健康、学校そのもののあり方、職場や地域を取り巻く社会のあり方の基礎である。こうした基本的理解づくりがこの授業のねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
衛生学・公衆衛生学の基礎的事項への理解（知識）	衛生学・公衆衛生学の基礎的事項を十分説明している。	衛生学・公衆衛生学の基礎的事項を説明している。	衛生学・公衆衛生学の基礎的事項を説明できない。
衛生学・公衆衛生学の知識の活用（思考力・判断力・表現力）	衛生学・公衆衛生学の知識を活用して思考・判断したことを良く表現している。	衛生学・公衆衛生学の知識を活用して思考・判断したことを表現している。	衛生学・公衆衛生学の知識を活用して思考・判断したことを表現できない。
衛生学・公衆衛生学を学ぶ主体性（態度）	衛生学・公衆衛生学の学修に積極的に取り組もうとしている。	衛生学・公衆衛生学の学修に取り組もうとしている。	衛生学・公衆衛生学の学修に取り組もうとしていない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　健康と公衆衛生
【　到達目標　】
(1)健康には様々な考え方があることを知る。
(2)公衆衛生の定義を知り、その成り立ちを理解する。

【授業時間外学修】
公衆衛生にかかわる身近なサービスについて調べておく。(4.0hr)

第２回　保健統計の活用と応用：健康はどのようにして測られるか
【　到達目標　】
(1)国民の健康状態を測る指標の多様性について理解する。

【授業時間外学修】
政府統計の総合窓口（e-Stat）で健康に関わる統計データを探しておく。(4.0hr)

第３回　疫学：その健康情報はどこからくるか
【　到達目標　】
(1)疫学の起源について知る。
(2)疫学による研究成果が健康情報となる過程を理解する。

【授業時間外学修】
喫煙の健康影響に関する記事・論文を調べておく。(4.0hr)

第４回　ヘルスプロモーション
【　到達目標　】
(1)ヘルスプロモーションの定義、活動方法について知る。

【授業時間外学修】
本学以外の友人や知人と健康づくりの方法について議論しレポートする。(4.0hr)

第５回　世界と日本の健康戦略：SDGsと健康日本21
【　到達目標　】
(1)世界の健康戦略の流れを知る。
(2)世界と日本の健康戦略の流れを理解する。

【授業時間外学修】
教科書で健康指標の年次推移を示しているグラフを選び､説明できるようにしておく｡(4.0hr)

第６回　健康の社会的決定要因
【　到達目標　】
(1)健康の社会的決定要因とはどのようなものか理解する。

【授業時間外学修】
現在の自分の目標について、目標達成の過程における生活への影響をレポートする。(4.0hr)

第７回　生活の場と健康
【　到達目標　】
(1)健康に影響をおよぼすあらゆる生活の場について理解を深める。
(2)WHOのsettingsアプローチ、ヘルスコミュニケーション戦略を理解する。

【授業時間外学修】
一週間のうちに自分が行った場所とその場所がもたらす健康影響を記録しておく。(4.0hr)

第８回　がん対策
【　到達目標　】
(1)がんが身近な疾病であることを理解する。
(2)我が国のがん対策の現状を知る。

【授業時間外学修】
がんに関する情報を収集しておく。(4.0hr)

第９回　感染症対策
【　到達目標　】
(1)感染症の成立の条件、予防の原理を理解する。
(2)主な感染症について理解する。

【授業時間外学修】
咳エチケットの方法とその理由について考えておく。(4.0hr)

第10回　環境保健
【　到達目標　】
(1)人間と環境のかかわりについて理解する。
(2)環境問題とその対策について知る。

【授業時間外学修】
地球環境の変化に関する記事・論文を調べておく。(4.0hr)

第11回　産業保健
【　到達目標　】
(1)労働者を取り巻く現状とその対策について知る。

【授業時間外学修】
働くことの意味について自分の考えをまとめておく。(4.0hr)

第12回　メンタルヘルス対策
【　到達目標　】
(1)精神疾患の現状とその対策について知る。

【授業時間外学修】
厚生労働省のメンタルヘルスwebsiteを閲覧しておく。URLは後日指示する。(4.0hr)

第13回　親子保健
【　到達目標　】
(1)我が国の母子保健の水準を知る。
(2)母子保健活動の動向について理解する。

【授業時間外学修】
自分の住んでいる自治体の母子保健サービスを調べておく。(4.0hr)

第14回　地域保健
【　到達目標　】
(1)地域の様々な保健活動を知る。
(2)健康なまちづくりについて理解する。

【授業時間外学修】
自分の住んでいる自治体の地域保健サービスを調べておく。(4.0hr)

第15回　災害時の公衆衛生
【　到達目標　】
(1)災害の種類とその備えについて知る。
(2)自地域の防災について関心を持ち、今できる防災活動について考える。

【授業時間外学修】
少子高齢社会の中で自他が健やかに生きるための方法についてレポートする。(4.0hr)

【学修上の留意点】

毎回の講義で、その回のキークエスチョンに関して、私見や講義内容を踏まえたミニレポートを提出する。これにより各回の授業内容を振り返る。授業の導入時と終了時で自分の意見がどう変化したのかも考慮に入れながら、授業内容について理解を深めてもらいたい。なお、この毎回のミニレポート内容については、講義内容を踏まえた受講者自身の気づきが記述されていることが重要である。

【実務経験のある教員による授業科目】

行政や公的機関等における公衆衛生学に関する講義・講演等の活動経験を活かし、地域や国民の健康を実現するための対策について講義を行う。

【教科書・参考書など】

「学生のための現代公衆衛生　改訂8版」野中浩一編著（南山堂）
このほかに適宜資料を配布する。

【成績評価方法】

授業中の課題達成度を30%、定期試験の結果を70%で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

科 目 名	精神発達			担当者	池田　慎之介	
英 文 名	Developmental Psychology					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE203		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

本講義では、ヒトが生まれてから死ぬまでの生涯に渡る心理的発達について概観し、各時期に生じる様々な問題についての理解を深めることを目的とする。これらの知見に基づいて、乳幼児や児童、生徒に対するのぞましい教育の在り方について考察することをねらいとする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
人の発達に関する理解	人の発達に関する理論や考え方を理解し、具体例を交えながら説明できる	人の発達に関する理論や考え方を理解し、説明できる	人の発達に関する理論や考え方を理解が不十分で、説明することが難しい
乳児期～老年期に関する発達特徴の理解	乳児期～老年期に関する発達特徴を理解し、具体例を交えながら説明できる	乳児期～老年期に関する発達特徴を理解し、説明できる	乳児期～老年期に関する発達特徴の理解が不十分で、説明することが難しい
知見に基づいた教育のあり方の理解	知見に基づいた教育のあり方を理解し、具体例を交えながら説明できる	知見に基づいた教育のあり方を理解し、説明できる	知見に基づいた教育のあり方の理解が不十分で、説明することが難しい

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】

第１回　発達とは（1）
【　到達目標　】
(1)発達の定義、子ども観・発達観やその歴史、発達の原理について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第２回　発達とは（2）
【　到達目標　】
(1)発達を理解する方法について知る。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第３回　子どもを理解する方法（１）
【　到達目標　】
(1)子どもを理解する観察・記録・検査の方法を理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第４回　子どもを理解する方法（2）
【　到達目標　】
(1)子どもを理解する観察・記録・検査の方法の長所と短所を理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第５回　運動発達
【　到達目標　】
(1)身体と運動の発達について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第６回　認知発達
【　到達目標　】
(1)認知発達段階について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第７回　言語発達
【　到達目標　】
(1)言語獲得の基礎やそのメカニズムについて理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第８回　感情の発達
【　到達目標　】
(1)感情の発達について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第９回　社会性の発達（1）
【　到達目標　】
(1)社会性の発達について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第10回　社会性の発達（2）
【　到達目標　】
(1)社会性の広がりについて理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第11回　青年期の自己の発達と社会化
【　到達目標　】
(1)青年期の身体の変化と心の変化の関係について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第12回　中年期の発達
【　到達目標　】
(1)中年期の発達について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第13回　老年期の発達
【　到達目標　】
(1)老年期の発達について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第14回　インクルーシブ教育の考え方と新しい障害観
【　到達目標　】
(1)インクルーシブ教育の考え方を理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

第15回　集団の捉え方
【　到達目標　】
(1)集団心理について理解する。
【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

【学習上の留意点】

・授業前に講義資料をポータルで配信するので、受講者は講義資料に目を通しておくこと。
・講義では、授業のターゲットとなる年齢や事象をイメージするために、映像教材を活用する。質問は適宜受けつけ、次回の授業冒頭に全員で共有する。
・毎授業後、受講者は授業内容に関する課題について回答を行い、Phollyで提出すること。また、授業で解説された内容をあらためて整理しておくこと。

【教科書・参考書など】

参考書
「エピソードでつかむ生涯発達心理学」岡本裕子・深瀬裕子（編）ミネルヴァ書房
「あなたとわたしの心理学」羽野ゆつ子・竹原卓真（編）ナカニシヤ出版

【成績評価方法】

毎授業後の課題提出　30%、試験　70%

科目名	スポーツ医学			担当者	水谷　有里	
英文名	Sports Medicine					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE204		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

本講義は臨床スポーツ医学の内科系として位置づけられる。健康運動指導士・健康運動実践指導者・日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の共通科目Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ・Ⅳに関する内容を取り扱う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ医学各論	内科的応急処置を説明できる	内科的応急処置が理解できている	内科的応急処置が理解できていない
海外遠征	海外遠征中の諸問題を説明できる	海外遠征中の諸問題が理解できている	海外遠征中の諸問題が理解できていない
アンチ・ドーピング	アンチ・ドーピング活動を説明できる	アンチ・ドーピング活動が理解できている	アンチ・ドーピング活動が理解できていない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　健康の概念と医事法規
【　到達目標　】
健康の概念と医事法規について理解する。
健康の概念と医事法規

【授業時間外学修】
健康運動指導士養成講習会テキスト　上　p 3 - 11　を読む。(4.0hr)

第２回　女性とスポーツⅠ（受精から性成熟期まで）
【　到達目標　】
女性の一生のうち、性成熟期までのスポーツ医学的問題を理解する。
女性とは何か（５つの段階の性別）、女性の身体的特徴、女性の性周期
月経期間中のスポーツ活動、運動選手の月経異常、月経周期とコンディション
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 256 - 260　を読む。(4.0hr)

第３回　女性とスポーツⅡ（妊娠・出産から更年期まで）
【　到達目標　】
女性の一生のうち、妊娠・出産および更年期におけるスポーツ医学的問題を理解する。
受精・着床・妊娠・分娩、妊婦スポーツ、更年期障害とスポーツ
骨粗鬆症と変形性関節症
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 260 - 262　を読む。(4.0hr)

第４回　内科的疾患とスポーツⅠ（循環器の急性疾患）
【　到達目標　】
運動中の突然死とその対策について理解する。
運動中の突然死、意識障害

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 147 - 153、 187 - 198　を読む。(4.0hr)

第５回　内科的疾患とスポーツⅡ（呼吸器・その他の急性疾患）
【　到達目標　】
運動における呼吸器系・消化器系疾患について理解する。
過換気症候群、運動誘発性喘息、気道過敏性慢性炎症、自然気胸
運動誘発性アナフィラキシー、Side Stitch
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 163 - 171　を読む。(4.0hr)

第６回　内科的疾患とスポーツⅢ（慢性疾患）
【　到達目標　】
貧血、蛋白尿・血尿、糖尿病、てんかんについて理解する。
貧血、蛋白尿・血尿、糖尿病、てんかん

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 180 - 182、 201 - 202　を読む。(4.0hr)

第７回　感染症とスポーツ
【　到達目標　】
主な感染症とスポーツとの関わり、対策について理解する。
感染症の一般的な症状、発熱時のスポーツ活動、破傷風
風邪症候群（普通感冒、インフルエンザ）、AIDS
【授業時間外学修】
アスレティックトレーナー専門科目テキスト　４　p 38 - 59　を読む。(4.0hr)

第８回　環境とスポーツⅠ（高温環境）
【　到達目標　】
熱中症の要因・症状・応急処置・対策について理解する。
熱中症

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 153 - 157　を読む。(4.0hr)

第９回　環境とスポーツⅡ（低温・低圧・高圧環境）
【　到達目標　】
凍傷と低体温症、急性高山病、潜水事故について理解する。
偶発的低体温症、凍傷、急性高山病、潜水事故

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 171 - 174、 221　を読む。(4.0hr)

第10回　メディカルチェックとコンディショニング
【　到達目標　】
メディカルチェックの重要性とコンディショニング、運動中止の判定について理解する。
健康管理体制、メディカルチェック、体調面のコンディションのチェック

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 17 - 27　を読む。(4.0hr)

第11回　皮膚・眼疾患とスポーツ
【　到達目標　】
主な皮膚疾患及び眼疾患について理解する。
皮膚、皮膚附属器の構造、皮膚の機能、日焼け、まめ、くつずれ、たこ、うおのめ
ブラック・ヒール、爪の血豆、雪目、餃子耳
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 223 - 235　を読む。(4.0hr)

第12回　精神とスポーツ
【　到達目標　】
スポーツに関連する精神疾患について理解する。
オーバートレーニング症候群、統合失調症（精神分裂病）、気分障害（鬱病）、
摂食障害、神経性障害、ストレス関連障害、身体表現性障害、心身症、睡眠障害
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 182 - 184　を読む。(4.0hr)

第13回　海外遠征のスポーツ医学
【　到達目標　】
海外遠征の特殊性について理解する。
海外遠征の特殊性、予防接種、歯科治療、航空機内での過ごし方、時差ぼけ対策
海外滞在中の注意点
【授業時間外学修】スポーツ指導者養成テキスト　共通科目Ⅳ　p 18 - 22、アスレティックトレーナー専門科目テキスト　４　p 100 - 104　を読む。(4.0hr)

第14回　ドーピング・コントロールⅠ（総論）
【　到達目標　】
ドーピングについて、なぜいけないのか、歴史、現状を理解する。
ドーピングの歴史、ドーピングが禁止される理由、ドーピングの定義、禁止物質の指定要件
ドーピング検査の実際、選手側の権利と義務、ドーピング検査後の流れ、指導者の役割
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 13 - 17　を読む。(4.0hr)

第15回　ドーピング・コントロールⅡ（各論）
【　到達目標　】
禁止物質、検査の実際について理解する。
ドーピング禁止リスト、治療目的使用に係る除外措置、日常生活で気を付けること

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 13 - 17　を読む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本科目は健康運動指導士、健康運動実践指導者、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者共通科目、GFI（グループエクササイズ・フィットネス・インストラクター）資格取得のための必修科目である。１年次開講の「機能解剖学」、「スポーツ生理学」を履修済みであることを前提とする。３年次前期開講の「救急処置法」を履修することが望ましい。
パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。講義の最後に小テストを行い、講義内容の理解度を確認する。

【実務経験のある教員による授業科目】

医師およびスポーツドクターとしての臨床経験を生かし、競技スポーツや学校体育、社会体育におけるスポーツの実践や指導に関連する臨床スポーツ医学のうち、内科系の内容について講義を行う。

【教科書・参考書など】

参考書：「スポーツ指導者のためのスポーツ医学（第２版）」小出清一他編　南江堂、「健康運動指導士養成講習会テキスト上」、公益財団法人　健康・体力づくり事業財団、「公認スポーツ指導者養成テキスト　共通科目Ⅰ・Ⅲ・Ⅳ」公益財団法人　日本スポーツ協会、「アスレティックトレーナー専門科目テキスト　４」、公益財団法人　日本スポーツ協会

【成績評価方法】

期末試験成績（100%）で成績を評価する。合格基準は60%以上である。なお、試験は試験期間中に別途実施。

科目名	野外教育論			担当者	中丸　信吾	
英文名	Theory on Outdoor Education					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE108		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

本授業は、野外教育の概念や意義、教育的価値を学ぶことを目的とし、実際の活動を通した学びである体験学習によって行われる野外教育の特性を理解すること、および野外教育における指導者の資質やリスクマネジメントについて理解することをねらいとしている。授業では体験学習について学ぶとともに、国内外の野外教育に関する理論から野外教育の概念や意義、教育的価値、学校教育における自然体験活動の位置づけについて学習する。また、指導者としてのあり方や自己表現・コミュニケーション、対象理解、リスクマネジメントについても学習する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
野外教育の概念や意義、教育的価値の理解	野外教育の概念や意義、教育的価値を理解し自ら説明できる。	資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
野外教育における指導者の資質の理解	野外教育における指導者の資質を理解し自ら説明できる。	資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
リスクマネジメントの理解	リスクマネジメントを理解し自ら説明できる。	資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　野外教育とは
【　到達目標　】
(1)野外教育の概念について理解する。
(2)野外教育の教育的価値について理解する。

【授業時間外学修】
野外教育の概念、定義、教育的価値について調べて整理する。(4.0hr)

第２回　体験学習①　体験から学ぶ
【　到達目標　】
(1)野外教育の基礎となる体験からの学びについて理解する。
(2)自身の体験を振り返り、体験から学ぶことの重要性を理解する。

【授業時間外学修】体験からの学びについて、自身の体験を振り返るとともに、体験から学ぶことの価値を調べる。(4.0hr)

第３回　体験学習②　体験学習法
【　到達目標　】
(1)野外教育の手法の一つである体験学習法について理解する。
(2)自身の体験および実践事例を用いて、体験学習法の理解を深める。

【授業時間外学修】
体験学習法、体験学習サイクル、PDCAサイクルについて調べる。(4.0hr)

第４回　過去の体験の振り返り
【　到達目標　】
(1)体験学習法の観点から、過去の体験エピソードを振り返る。
(2)過去の体験エピソードからどのような学びを得たかを整理する。

【授業時間外学修】
体験学習法の観点から、過去の体験を振り返る。(4.0hr)

第５回　冒険教育と環境教育
【　到達目標　】
(1)野外教育における冒険教育の意義と教育的価値について理解する。
(2)野外教育における環境教育の意義と教育的価値について理解する。

【授業時間外学修】
冒険教育・環境教育について調べる。(4.0hr)

第６回　指導者を考える①　自己表現
【　到達目標　】
(1)指導者の資質としての、自己表現について理解する。
(2)対人コミュニケーションの言語的および非言語的要素について理解する。

【授業時間外学修】
対人コミュニケーションの言語的および非言語的要素について調べる。(4.0hr)

第７回　指導者を考える②　自己開示
【　到達目標　】
(1)対人コミュニケーションのための自己開示について理解する。
(2)対人コミュニケーションのための、他者からのフィードバックについて理解する。

【授業時間外学修】
ジョハリの4つの窓について調べる。(4.0hr)

第８回　指導者を考える③　指導の資格とスキル
【　到達目標　】
(1)指導者のスキルについて理解する。
(2)指導者におけるハードスキル・ソフトスキルの必要性について理解する。

【授業時間外学修】
ハードスキルおよびソフトスキルについて調べる。(4.0hr)

第９回　野外教育の対象①　さまざまな対象
【　到達目標　】
(1)さまざまな対象における野外教育について、実践例を通して理解する。
(2)対象に合わせた指導の必要性について理解する。

【授業時間外学修】
さまざまな対象に行われている、キャンプなどの野外活動について実践例を調べる。(4.0hr)

第10回　野外教育の対象②　対象を理解する
【　到達目標　】
(1)青少年の発育年代と精神的発達について理解する。
(2)対象を理解するための観点について理解する。

【授業時間外学修】
青少年の発育年代と精神的発達について調べる。(4.0hr)

第11回　リスクマネジメント①　リスクマネジメント概論
【　到達目標　】
(1)リスクとハザード、ハインリッヒの法則について理解する。
(2)リスクマネジメントの考え方について理解する。

【授業時間外学修】
リスクとハザード、ハインリッヒの法則について調べる。(4.0hr)

第12回　リスクマネジメント②　指導者として安全を考える
【　到達目標　】
(1)安全の考え方について、安全教育と安全管理を通して理解する。
(2)事故事例を通して、指導者としての安全の観点を理解する。

【授業時間外学修】
KYT、安全教育と安全管理について調べる。(4.0hr)

第13回　リスクマネジメント③　社会におけるリスクマネジメント
【　到達目標　】
(1)リスクマネジメントには社会的信頼の獲得も含まれることを理解する。
(2)自分自身へのリスクマネジメントの考え方について理解する。

【授業時間外学修】
社会的信頼とは何か調べる。自身の加入している保険を調べる。(4.0hr)

第14回　野外教育のプログラム
【　到達目標　】
(1)自然体験や自然学習、人と関わることをねらいとしたプログラムについて理解する。
(2)実践事例を通して、プログラムのねらいや指導のポイントを理解する。

【授業時間外学修】
パッケージドプログラムについて調べる。(4.0hr)

第15回　まとめ
【　到達目標　】
(1)授業内容を振り返り、野外教育の理論について理解を深める。
(2)これまでの体験をもとに、自己に置き換えて野外教育を理解する。

【授業時間外学修】
提示された課題に取り組む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

野外教育の理解を深めるため、「野外活動」を履修することが望ましい。
授業は、パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。学習内容の理解を深めるために、必要に応じて個人ワークなどのアクティブラーニングを含めて展開する。また、講義内容に関する小レポートを行い、授業内で解説によるフィードバックを行う。
日本キャンプ協会公認キャンプインストラクター資格を希望する学生は、「野外活動」および「野外教育論」を受講した上、認定試験に合格し資格申請をすることで取得できます。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。適宜プリントを配布する。
参考書：『野外教育の理論と実践』自然体験活動研究会編(小森伸一　責任編集)/杏林書院(2011)、『キャンプ指導者入門』日本キャンプ協会

【成績評価方法】

各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、授業期間中に2回のレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価40%、レポート課題（2回分）評価を60%とし、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。

科 目 名	生涯スポーツ概論			担当者	溝口　紀子	
英 文 名	Lifelong Sports					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE205		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

本人の生涯学習活動として、現代社会におけるスポーツの必要性、社会的価値を理解し、新しい公共としての「スポーツ権」が、どのように社会に寄与するかを考える。とりわけ生涯スポーツ社会を形成する指導者、保健体育教師としての生涯スポーツの基礎的知識を獲得する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
生涯スポーツにおける基礎的知識	知識を理解し自らまとめて説明できる。	知識を教科書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
生涯スポーツの研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
生涯スポーツの研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス（授業の進め方　スポーツ権）
【　到達目標　】
(1)授業ガイダンス、生涯スポーツ関連用語を理解する。
【授業時間外学修】
生涯学習とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

第２回　生涯スポーツと健康長寿を考える
【　到達目標　】
(1)健康長寿の考え方を理解する。
【授業時間外学修】
健康長寿とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

第３回　ヘルスプロモーションと健康日本21
【　到達目標　】
(1)現在の「生涯学習」の考え方を理解する。
【授業時間外学修】
ヘルスプロモーションとは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

第４回　生涯スポーツとスポーツイベント・スポーツツーリズム
【　到達目標　】
(1)スポーツツーリズムについて理解する。
【授業時間外学修】
スポーツツーリズムとは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

第５回　生涯スポーツ政策の歴史
【　到達目標　】
(1)生涯スポーツの歴史的変遷について理解する。
【授業時間外学修】
生涯学習社会とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

第６回　女性のスポーツの参加率と環境
【　到達目標　】
(1)女性のスポーツについて理解する。
【授業時間外学修】
女性スポーツの参加率をインターネットで調べる。(4.0hr)

第７回　パラスポーツ（障害者スポーツ）
【　到達目標　】
(1)障害者スポーツについて理解する。
【授業時間外学修】
アダプテッド・スポーツとは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

第８回　スポーツ障害と傷害
【　到達目標　】
(1)予防医学とスポーツについて理解する。
【授業時間外学修】
予防医学についてインターネットで調べる。(4.0hr)

第９回　スポーツとメンタルヘルス
【　到達目標　】
(1)メンタルヘルスとしての生涯スポーツ活動を理解する。
【授業時間外学修】
メンタルヘルスにおけるスポーツ活動についてインターネットで調べる。(4.0hr)

第10回　格差社会とスポーツ
【　到達目標　】
(1)地域におけるスポーツ活動を理解する。
(2)新しい公共、社会関係資本としてのスポーツを理解する。
【授業時間外学修】
子どもの体力低下についてインターネットで調べる。(4.0hr)

第11回　子どもの身体特性とスポーツ環境
【　到達目標　】
(1)現代社会における子どものスポーツ環境を理解する。
【授業時間外学修】
スポーツ界のパワハラについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第12回　スポーツとハラスメント
【　到達目標　】
(1)スポーツ界における体罰、ハラスメント問題を理解する。
【授業時間外学修】
アスリートの月経の問題ついてインターネットで調べる。(4.0hr)

第13回　月経とスポーツ
【　到達目標　】
(1)女性アスリートの三主徴について理解する。
【授業時間外学修】
女性アスリートの三主徴について調べる(4.0hr)

第14回 保健体育授業における妊娠・出産のリテラシー
【　到達目標　】
(1)性教育について理解する。
(2)妊娠・出産のリテラシーを理解する。
【授業時間外学修】
日本における現在の出生率を調べる。(4.0hr)

第15回　人見絹枝と女性スポーツ
【　到達目標　】
(1)本学卒業生人見絹枝の功績について理解することができる。
(2)女性スポーツの歴史について理解することができる。
【授業時間外学修】
人見絹枝について調べる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業中の私語、携帯電話使用、飲食を禁じる。

【教科書・参考書など】

特に指定しない。
適宜、印刷物を配布する。

【成績評価方法】

各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60%、まとめのレポート評価を40%とし、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。

科目名	体操Ⅱ			担当者	佐藤　麻衣子	
英文名	Gymnastic Ⅱ					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SEB206		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

本授業は、体操Ⅰの発展科目とし、同様に、中学校と高等学校の保健体育科教育における「体つくり運動」の「体ほぐし運動」の指導力を習得するために、その適正な実施法を習得することを主目的とし、指導法について解説するものである。なお、リズム体操やなわとびについてはより高度な内容とし、加えて「体ほぐし」に直結するストレッチを取り扱う。履修者は、解説された事項を理解し、説明できると共に、体つくり運動おける目的を達成するために、それらの事項を具体的に役立てることができる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
体つくり運動における内容の理解について	内容を理解し自ら説明できる。	内容を理解し資料を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
体の動きを高める運動の指導について	各課題について全体指導並び個別指導を行うことができる。	各課題について全体指導ができる。	各課題の指導ができない。
体ほぐし運動の指導について	各課題について全体指導並び個別指導を行うことができる。	各課題について全体指導ができる。	各課題の指導ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　リズム体操　課題Ⅰ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
運動効果及び5回の授業内容を理解する。また、テンポの速い課題曲のカウントをとることができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(1.0hr)

第２回　リズム体操　課題Ⅱ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
グループ編成を行い、音楽を使わず一人8×8カウントの体操を創作する。また、それを正確に実施することができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第３回　リズム体操　課題Ⅲ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
前週の課題と合わせて一人8×16カウントの体操を創作する。また、それを課題曲に合わせ、正確に実施することができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第４回　リズム体操　課題Ⅳ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
課題曲に合わせた一人8×8の体操の動きを止めずに説明できる。
更に、グループ全員が正確な体操を実施することができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第５回　リズム体操　課題Ⅴ「主に律動的な運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
これまでの課題を模範することが出来る。また、それを指導することができる。

【授業時間外学修】
1回～4回までのノートを整理する。(1.0hr)

第６回　短なわとび　課題Ⅰ「主に体の動きを高める運動」の教材
運動効果とその理解及び6回の授業内容を理解することができる。
また、年齢に応じた用具の必要性を理解することができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第７回　短なわとび　課題Ⅱ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
1回旋1跳躍の技術を習得することができる。また、それをリズムに合わせ跳ぶことができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第８回　短なわとび　課題Ⅲ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
2回旋1跳躍の技術を習得することができる。また、それをリズムに合わせ跳ぶことができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第９回　短なわとび　課題Ⅳ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
ＩＮＦ公認初級レベルの技術を習得することができる。また、それを正確に実施することができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第10回　短なわとび　課題Ⅴ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
ＩＮＦ公認中級レベルの技術を習得することができる。また、それを正確に実施することができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第11回　短なわとび　課題Ⅵ「主に体の動きを高める運動」の教材
【　到達目標　】
これまでの課題を模範することが出来る。また、それを指導することができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第12回　ストレッチ　課題Ⅰ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
運動効果及び4回の授業の内容を理解する。また、ストレッチを実施する筋肉の名称を理解することができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(1.0hr)

第13回　ストレッチ　課題Ⅱ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
各筋肉に対するストレッチの技術を習得することができる。また、それを模範することができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(1.0hr)

第14回　ストレッチ　課題Ⅲ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
目的に応じたストレッチをプログラミングをすることができる。また、それを指導することができる。

【授業時間外学修】
授業で作成した内容をノートに記録する。(1.0hr)

第15回　ストレッチ　課題Ⅳ「主に体ほぐし運動」を目的とした教材
【　到達目標　】
2人組でのストレッチの技術を習得することが出来る。また、それを指導することが出来る。

【授業時間外学修】
提出するためのノートを整理する。(1.0hr)

【学修上の留意点】

本授業は、体操Ⅰの発展科目とし、同様に、中学校と高等学校の保健体育科教育における「体つくり運動」の「体ほぐし運動」の指導力およびその適正な実施法、指導法を習得する。なお解説された事項を理解し、説明できる。

【教科書・参考書など】

プリント資料を配付する。

【成績評価方法】

リズム体操（実技試験）20%、短なわとび（実技試験）20%、ストレッチ（実技試験）20%、ノート40%で評価する。

科目名	新体操Ⅱ		担当者	橋爪　みすず		
英文名	Rhythmic Gymnastics Ⅱ					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SEB207		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

新体操は手具（フープ、ボール、クラブ、リボン、ロープ）の操作をしながら、徒手要素（ジャンプ・バランス・ローテーション）を組み合わせることが必須とされている。本授業では、手具（フープ、ボール、リボン）と徒手要素を体得し、身体の動きと手具操作を調和できるよう、音楽と一緒に実践する。さらに、仲間と協力し集団の中で、音楽のリズムを感じ、流動的な動きの中に表現力や手具技術の習得を目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
集団における新体操の身体、手具の基礎的技術内容の理解	基礎的技術内容を理解し仲間と共に自ら実践できる。	基礎的技術内容を理解し仲間を模倣し共に動くことができる。	基礎的技術内容を理解できるが集団の一員として実践できない。
集団における新体操の身体、手具の基礎的技術習得方法の理解	基礎的技術内容を理解し成功までの過程を仲間に説明し導くことができる。	基礎的技術内容を習得する過程の説明を受け集団の一員として実践できる。	基礎的技術内容の成功までの方法を理解できず、仲間と協力を伴う技術が定着しない。
集団における新体操の身体、手具の基礎的技術の発展的応用の理解	基礎的技術を生かして新体操の団体演技を実施できる。	基礎的技術を用いて新体操の団体演技の一部を実施できる。	基礎的技術内容の習得に不足があり、新体操の団体演技に発展できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
授業展開とねらい、評価方法、学習上の留意点について理解する。
新体操の歴史と概要を理解する。新体操における個人演技と団体演技の違いを理解する。

【授業時間外学修】
新体操に関する動画を配信し、新体操への興味関心を高められるようにする。(1.0hr)

第２回　新体操の特性について
【　到達目標　】
新体操における徒手要素、手具の特性を理解する。

【授業時間外学修】
徒手難度（ジャンプ・バランス・ローテーション）と手具の種類と特徴につて調べておく。(1.0hr)

第３回　新体操の基礎運動
【　到達目標　】
正しい基本姿勢およびジャンプ・バランスの実践を通じ、基礎技術を身につける。

【授業時間外学修】
徒手難度（ジャンプ・バランス）の基礎的特徴について調べておく。(1.0hr)

第４回　ボール：基本操作の実践（一人、二人組で）
【　到達目標　】
ボールの手具技術である、突く、転がす、投げるなどの基本操作から、ボールの特性を理解する。
様々なボールの操作を通じ操作の独創性を導き、挑戦する気持ちを高める。一人での操作にとどまらず
二人組でのボールの操作を身につける。
【授業時間外学修】
ボールの基礎技術と特徴について調べておく。(1.0hr)

第５回　ボール：徒手要素と手具操作（二人組で）
【　到達目標　】
身につけた徒手要素（柔軟な動き・バランス・ピボット・ジャンプ）と組み合わせが
可能なボールの手具操作を二人組で考え、実践できる。

【授業時間外学修】
二人組でのボールと身体の動きの組み合わせを提案できるように準備する。(1.0hr)

第６回　ボール：音楽との調和（二人組で）
【　到達目標　】
徒手要素と手具操作との組み合わせをフレーズにし、二人組で協力した動きを取り入れながら、
音楽のリズムに合わせて演技を実践できる。

【授業時間外学修】
メディア等を活用し、二人組で行うことのできるボールの基礎技術について理解を深める。(1.0hr)

第７回　　ボール：実技課題の実践①：作品の習得（二人組で）
【　到達目標　】
ボールの技術要素である、突く、転がす、投げる、という基礎技術を用いた演技を二人組で協力しながら音楽に合わせ表現し、実践できる。

【授業時間外学修】
ボールの基礎技術について調べておく。(1.0hr)

第８回　ボール：実技課題の実践②：作品の習得（二人組で）
【　到達目標　】
ボールの基礎技術である、突く、転がす、投げる、という基礎技術を用いた演技を二人組で協力しながら音楽に合わせ表現できるよう、熟練度を上げるための実践する。

【授業時間外学修】
ボールの基礎技術と特徴について調べておく。(1.0hr)

第９回　ボール：作品の発表(二人組で)
【　到達目標　】
二人組でのボールの演技の発表を行う。

【授業時間外学修】
実技課題の評価と反省を行い、修正すべき点を検討する。(1.0hr)

第10回　フープ：基本操作、徒手要素と手具操作の実践（一人、二人、四人組で）
【　到達目標　】
フープの基礎技術である、回す、くぐる、転がす、投げるなどの基本操作から、フープの特性を学び、
徒手要素（ジャンプ、バランス、ローテーション）と組み合わせが可能な動きを四人組で考え実践する

【授業時間外学修】
メディア等を活用し、フープの基礎技術と特徴について理解を深める。(1.0hr)

第11回　フープ：実技課題の実践①　実技課題の振り写し（四人組で）
【　到達目標　】
課題の演技を覚え、四人で協力し、音楽に合わせ、団体の演技を実践できる。

【授業時間外学修】
メディア等を活用し、フープの基礎技術と団体演技について理解を深める。(1.0hr)

第12回　フープ：実技課題の実践②　（8×4）自由創作（四人組で）
【　到達目標　】
身につけたフープの基礎技術と徒手要素を組み合わせたフレーズを音楽に合せて作る。更にフレーズを
つなげ、1分30秒の音楽と調和させ、8×4のフレーズを演技を自由創作する。

【授業時間外学修】
メディア等で様々な団体演技を見て自由創作の準備する。(1.0hr)

第13回　フープ：実技課題の実践③　自由創作の決定（四人組で）
【　到達目標　】
手具操作と身体の動きを明確に実践する。音楽のリズムと調和した動きの技術と表現を習得する。
自由創作部分の8×4のフレーズ内容を決定する。

【授業時間外学修】
メディア等で様々な団体演技を見て自由創作の準備する。(1.0hr)

第14回　フープ：実技課題の実践④　学習方法の理解（四人組で）
【　到達目標　】
手具操作と身体の動きを音楽に合わせ、４人の呼吸を合わせるためにどのような練習方法が有効か、
実践的技術の練習をし習得する。技術の習得に加え、動きのつなぎがなめらかになるように、
タイミングを合せた具体的練習方法を考える。
【授業時間外学修】
団体演技を完成させ、良い実施に繋げるために評価と反省を行い、問題点を抽出する。(1.0hr)

第15回　フープ：作品の発表（四人組で）
【　到達目標　】
フープの団体演技の発表。

【授業時間外学修】
発表を通じ、自己評価をし、次への課題が見つかるようにする。(1.0hr)

【学修上の留意点】

服装・身だしなみは実習にふさわしいものとし、身体のフォームの見えにくい服装は避けるようにする。（パーカー・スウェットは着用しない）
各授業回のねらいを理解できるようパワーポイントや映像を用いて具体的説明を加える。ボール、フープ2種目ともに実技試験を行う。発表の評価だけではなく、授業への取り組みが重要となり、各授業は２人組、４人組と複数のメンバーでの取り組みとなるため、同じグループの仲間に迷惑をかけない取り組みを心がける。

【教科書・参考書など】

教科書の指定はなし。
必要に応じて、プリント教材を配布する。

【成績評価方法】

実技試験70%、各授業の取り組み30%とし、あわせて100%として評価する。

科目名	器械運動Ⅱ	担当者	森井　大樹・髙橋　洋子
英文名	Apparatus Exercise Ⅱ		

単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SEB208		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

器械運動の基礎的な技が習得できているレベルを出発点とし、それらの技の習熟を図るとともに、さらに発展した技の習得ができるようにする。また、それらの技の具体的な練習方法についても理解を深める。

授業で取り扱う種目は、マット運動を中心にそのための補助的練習としてトランポリンも用いる。鉄棒・とび箱・平均台は選択の種目とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
基本技の技能について	技の構造を踏まえ、種目特性に応じた基本技を安定して実施できる。	技の成立条件を満たした基本技を実施できる。	基本技の成立条件を満たした実施ができない。
発展技の技能について	技の構造と種目特性を踏まえ、完成度の高い発展技を安定して実施できる。	技の成立条件を満たした発展技を実施できる。	発展技の成立条件を満たした実施ができない。
具体的な練習方法の理解	技能段階に応じた練習方法を理解し、適切に選択・活用できる。	基本的な練習方法を理解し、指示に基づいて実践できる。	練習方法の理解が不十分で、適切な実践ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　マット運動の基礎技能と練習方法
【　到達目標　】
(1)マット運動の基礎技能と練習方法について再確認する。

【授業時間外学修】
マット運動の基礎技能との繋がりを身体で理解できるよう想起する。(1.0hr)

第２回　マット運動（接転系の技・倒立系の技と練習方法）
【　到達目標　】
(1)前転とその発展技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

【授業時間外学修】
この時間で身につけた動く感じ（動感）を想起しながら、次回の授業の準備をする。(1.0hr)

第３回　マット運動（接転系の技・倒立系の技と練習方法）
【　到達目標　】
(1)後転とその発展技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

【授業時間外学修】
この時間で身につけた動く感じ（動感）を想起しながら、次回の授業の準備をする。(1.0hr)

第４回　マット運動（接転系の技・倒立系の技と練習方法）
【　到達目標　】
(1)側転とその発展技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

【授業時間外学修】
この時間で身につけた動く感じ（動感）を想起しながら、次回の授業の準備をする。(1.0hr)

第５回　マット運動（接転系の技・倒立系の技と練習方法）
【　到達目標　】
(1)いろいろな倒立の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

【授業時間外学修】
この時間で身につけた動く感じ（動感）を想起しながら、次回の授業の準備をする。(1.0hr)

第６回　マット運動（倒立回転系の技・倒立回転とび系の技と練習方法）
【　到達目標　】
(1)前方倒立回転とその変形技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。
(2)後方倒立回転とその変形技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

【授業時間外学修】
この時間で身につけた動く感じ（動感）を想起しながら、次回の授業の準備をする。(1.0hr)

第７回　マット運動（倒立回転系の技・倒立回転とび系の技と練習方法）
【　到達目標　】
(1)側方倒立回転とその発展技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。
(2)側方倒立回転とびとその発展技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

【授業時間外学修】
この時間で身につけた動く感じ（動感）を想起しながら、次回の授業の準備をする。(1.0hr)

第８回　マット運動（倒立回転系の技・倒立回転とび系の技と練習方法）
【　到達目標　】
(1)前方倒立回転とびとその発展技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

【授業時間外学修】
この時間で身につけた動く感じ（動感）を想起しながら、次回の授業の準備をする。(1.0hr)

第９回～第14回　＜選択種目＞以下のいくつかの技とその練習方法

○マット　（ロンダート・後転とび）
【　到達目標　】
(1)マット：ロンダートの習得を通して、その練習方法を身体で理解する。
(2)マット：後転とびの習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

○トランポリン（いろいろなとび方・回転系の技）
【　到達目標　】
(1)トランポリン：基本的な跳躍の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。
(2)トランポリン：回転系の技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

○鉄棒　（支持回転系の技・懸垂系の技）
【　到達目標　】
(1)鉄棒：支持回転系の技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。
(2)鉄棒：懸垂系の技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

○とび箱　（反転系の技・回転系の技）
【　到達目標　】
(1)とび箱：反転系の技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。
(2)とび箱：回転系の技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

○平均台　（移動技・回転系の技）
【　到達目標　】
(1)平均台：移動技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。
(2)回転系の技の習得を通して、その練習方法を身体で理解する。

【授業時間外学修】
それぞれの授業において得られた動く感じ（動感）を思い起こしながら（想起）、次回の授業に向けて、どんな感じで動けばその課題が達成できそうなのかを実際に動いているように考える。各(1.0hr)

第15回　課題の達成度と身体知
【　到達目標　】
(1)技の習得に必要な身体知について理解する。
(2)達成できた動きの身体知について理解する。

【授業時間外学修】
授業で身につけた新たな身体知が他の動きかたにも応用できるよう準備する。(1.0hr)

【学修上の留意点】

課題として取り上げられた技は、体育教員として身につけておきたい最低限のものである。授業では、それぞれの技の感覚を順を追って習得していく。すでに、課題をできる受講生にとっては、あらためて動きができるための「道しるべ」を確認することになり、中学・高等学校時に器械運動の授業を受けていない学生にとっては、新たな「身体知」を獲得する場となる。積極的な参加を望む。

【教科書・参考書など】

＜参考書＞
「教師のための器械運動指導法シリーズ：マット運動、鉄棒運動、平均台・とび箱運動」金子明友・著（大修館書店）

【成績評価方法】

課題技の達成度により成績を評価する。
マット運動50%、選択種目50%（選択種目から任意の課題を選択）で評価する。

科 目 名	陸上競技Ⅱ			担当者	大橋　祐二・中野　美沙	
英 文 名	Track and Field Ⅱ					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SEB209		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

陸上競技の中でも比較的運動構造が複雑で習熟に時間のかかるとされる種目から、走種目として80mハードル、跳種目として走り高跳びを取り上げ、それらの実習を通して、技能向上を図るための技術練習や試合状況の中での負荷を経験する。さらに、動きの学習における段階的指導内容について理解することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
陸上競技の技能について	基本的な技能だけでなく 発展的な技能まで実践できる。	基本的な技能を実践できる。	基本的な技能を実践できない。
陸上競技の理論について	理論を理解し自分の動きに応用できる。	理論を理解し説明できる。	理論の理解が不十分で説明できない。
陸上競技の競技規則について	競技規則を理解し、正しく競技運営を行うことができる。	競技規則を理解し説明できる。	競技規則の理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業内容の説明（採点表）
【　到達目標　】
80mハードル、走り高跳びの種目特性を理解する。
単位認定の条件となる達成記録及び習熟レベルを確認する。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第２回　ミニハードルによるハードル走
【　到達目標　】
ミニハードルを使用してのハードル走を繰り返し行うことによって、ハードルリズムを身につける。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第３回　各種インターバルによるハードル走
【　到達目標　】
3歩のリズムをよりスムースに行えるように、インターバルの距離およびハードルの高さの変化に適応できるようにする。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第４回　クラウチングからのハードル走
【　到達目標　】
8台のハードルを置き、クラウチングスタートからゴールまでの一連の動きを体験し、80mハードル全体を把握する。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第５回　80mハードル記録測定１
【　到達目標　】
80mハードルの記録測定を行う。達成記録がどのレベルかを把握する。改善の余地がどこにあるのかを確認する。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第６回　欠点の修正１
【　到達目標　】
前回の記録測定で明らかになった改善点を中心に修正練習を行う。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第７回　欠点の修正２
【　到達目標　】
改善点の修正の仕上げとして、80mハードル走の試走を行い、次回の記録測定の準備をする。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第８回　80mハードル記録測定２
【　到達目標　】
80mハードルの記録測定を行う。達成記録がどのレベルかを把握する。改善のための練習効果を確認する。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第９回　走り高跳び：はさみ跳びでの跳躍
【　到達目標　】
走り高跳びの導入に用いる「踏み切り」ドリルを実習する。はさみ跳びによる跳躍によって、強い踏み切りの感覚を確認する。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第10回　背面跳びの踏み切り練習
【　到達目標　】
背面跳びの導入として、マットに背中から着地する方法を練習する。その次にバーに対して背中を向けた状態で踏み切り、背中から着地する感覚を養う。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第11回　背面跳びクリアランス
【　到達目標　】
バークリアランスをうまく行うための踏み切り方、踏み切り時の体勢の作り方などを繰り返し練習する中で、良い方法を見つけ出す。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第12回　短助走からの跳躍
【　到達目標　】
5歩～7歩助走による跳躍を実施する。踏み切り前3歩のリズムの獲得と、踏み切りやすい助走角度を見つけ出す。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第13回　全助走からの跳躍
【　到達目標　】
助走歩数を増やして、自分にあった助走距離を見つけ出す。バーを上げていきながら、次の記録会での目標値を探し出す。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第14回　走り高跳び記録測定１
【　到達目標　】
走り高跳びの記録測定を行う。前回の練習で作った目標値にチャレンジする。失敗跳躍の原因を確認する。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

第15回　走り高跳び記録測定２
【　到達目標　】
2回目の記録測定を行う。前回でわかった失敗跳躍の原因を解決しながら、さらに高い記録にチャレンジする。達成記録がどのレベルかを把握する。改善のための練習効果を確認する。

【授業時間外学修】
授業の該当部分について情報収集をし、教科書・参考書を精読して理解を深める。(1.0hr)

【学修上の留意点】

各種目の技能を習得するため、ふさわしい服装とシューズを使用すること。また、目標記録到達を手助けする手段としてスパイクシューズの使用が望ましい。適宜ルール等に関する小テストを実施し、授業内でフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

「陸上競技指導教本アンダー16・19［初級編］　基礎から身につく陸上競技」公益財団法人日本陸上競技連盟 編（大修館書店）
「陸上競技指導教本アンダー16・19［上級編］　レベルアップの陸上競技」公益財団法人日本陸上競技連盟 編（大修館書店）

【成績評価方法】

各種目の実技試験における達成記録による評価を70%、動きの習熟度による評価を30%として評価する。

科目名	水泳Ⅱ			担当者	兵頭　洋樹	
英文名	Swimming Ⅱ					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SEB210		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

4泳法（クロール、平泳ぎ、背泳ぎおよびバタフライ）、スタートおよびターンを段階的に学習し、技術および泳力を高める。また、応用技術として、4泳法以外の泳法、すなわち横泳ぎ、立ち泳ぎおよび潜行や、水球およびスノーケリング等の基本技術を修得するとともに、学習方法について理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スタート・ターン及び個人メドレーの修得	100m個人メドレーを効率の良い泳ぎで完泳できる	100m個人メドレーを競技規則に従って完泳できる	100m個人メドレーを競技規則に従って完泳できない
競技規則などに関する専門的な知識の理解	競泳競技の基本的な競技規則について理解し、十分に説明できる	競泳競技の基本的な競技規則について理解している	競泳競技の基本的な競技規則について理解していない
水泳の発展的・応用的な内容の理解	水泳の発展的・応用的な内容について理解し、十分に説明できる	水泳の発展的・応用的な内容について理解している	水泳の発展的・応用的な内容について理解していない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　水泳技術の構造の理解（ストロークメカニクス）
【　到達目標　】
水の特性を学ぶとともに、各種泳法のストロークメカニクスを中心に技術的特性を理解する。
【授業時間外学修】
変遷とともに理解する。(1.0hr)

第２回　水泳競技規則の理解および競技会における審判法
【　到達目標　】
４泳法および個人メドレーにおける泳法(スタートおよびターンなどの周辺技術含む)に加え、水泳競技における規則を理解する。
【授業時間外学修】
競泳競技規則の当該箇所を読み、まとめる。(1.0hr)

第３回　クロール（手足のコンビネーションの練習）
【　到達目標　】
クロールにおけるキック、プルおよびキックとプルのコンビネーションを段階的に修得する。
【授業時間外学修】
書籍やメディアを活用して、クロールの泳技術を再確認する。(1.0hr)

第４回　背泳ぎ（正しい基本姿勢、キックおよびプルの練習）
【　到達目標　】
浮き方および立ち方から、キックおよびプルの練習へと段階的に修得する。
【授業時間外学修】
書籍やメディアを活用して、背泳ぎの泳技術を再確認する。(1.0hr)

第５回　背泳ぎ（手足のコンビネーションの練習）
【　到達目標　】
ドリル練習などを含めて背泳ぎのコンビネーションを段階的に修得する。
【授業時間外学修】
陸上にて、背泳ぎのストローク動作の確認を行う。(1.0hr)

第６回　平泳ぎ（手足のコンビネーションの練習）
【　到達目標　】
平泳ぎにおけるキック、プルおよびキックとプルのタイミングを合わせたコンビネーションを段階的に修得する。
【授業時間外学修】
書籍やメディアを活用して、平泳ぎの泳技術を再確認する。(1.0hr)

第７回　バタフライ（ドルフィンキックの練習）
【　到達目標　】
バタフライにおいて、特にドルフィンキックを中心に修得する。
【授業時間外学修】
書籍やメディアを活用して、バタフライの泳技術を再確認する。(1.0hr)

第８回　バタフライ（手足のコンビネーションの練習）
【　到達目標　】
バタフライにおけるキック、プルおよびコンビネーションを段階的に修得する。
【授業時間外学修】
陸上にて、手足のタイミングに関する動きの練習を反復する。(1.0hr)

第９回　横泳ぎ、立ち泳ぎおよび潜行
【　到達目標　】
横泳ぎ、立ち泳ぎおよび潜行について、段階的に修得する。
【授業時間外学修】
横泳ぎ、立ち泳ぎおよび潜行に関する記事を読み、理解を深める。(1.0hr)

第10回　スタートおよび個人メドレーのトレーニング
【　到達目標　】
水面上からのスタートを段階的に修得する。
個人メドレーの技術的および体力的トレーニングを行う。
【授業時間外学修】
スタート動作に関して、書籍やメディアなどを活用して理解を深める。(1.0hr)

第11回　各種泳法のターン練習および個人メドレーのトレーニング
【　到達目標　】
個人メドレーのタイムを短縮するために、周辺技術を含め、技術的および体力的トレーニングを行う。
【授業時間外学修】
ターン動作に関して、競技会の映像などを活用して理解を深める。(1.0hr)

第12回　水球（基本動作および簡易ゲーム）
【　到達目標　】
水球におけるルール、泳法およびパスなどを基本から段階的に修得する。
【授業時間外学修】
メディアを活用して、水球競技の基礎技能を見学し、理解を深める。(1.0hr)

第13回　スノーケリング
【　到達目標　】
フィン、マスク、スノーケルの使い方に慣れ、スノーケリングの基礎技術を習得する。
【授業時間外学修】
メディアを活用して、水球競技の試合を見学し、理解を深める。(1.0hr)

第14回　各種泳法の確認
【　到達目標　】
4泳法を競技規則に則り、合理的なフォームを完璧に修得する。
【授業時間外学修】オリンピックなどの競技会に関する映像を見学し、理想的なフォームのイメージを具体化する。(1.0hr)

第15回　個人メドレーのタイム計測
【　到達目標　】
水面上からのスタートより100m個人メドレーを泳ぎ、タイムを計測する。
【授業時間外学修】オリンピックなどの競技会に関する映像を見学し、競技種目への理解を深める。(1.0hr)

【学修上の留意点】

プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー系の着用は不可とする。水泳は、普段の生活とは異なる水中環境下での運動となるため、様々な身体への影響が生じる。また、泳力を高めるためのトレーニングも行うため、実習への参加に際して、健康状態に配慮することが必要である。ほぼ毎時間、水泳技能に関する理解をより深めるために、学習者同士による観察・指導を中心としたグループ学習の時間を設ける。各回の学習活動やタイム計測の結果は、その授業終了時にフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

「水泳コーチ教本（第4版）」　（公財）日本水泳連盟編、大修館書店／「競泳競技規則」　財団法人日本水泳連盟編

【成績評価方法】

1.泳法試験（70%）、2.100m個人メドレーのタイム（30%）とする。
評価は、上記に加えて受講態度を含め、総合的に判定する。

科目名	バスケットボールⅡ			担当者	佐々木　直基・橋本　早予	
英文名	Basketball Ⅱ					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SEB211		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

１年次履修のスポーツ方法実習で習得したバスケットボールのゲームを行うために必要とされる基礎的な個人技術を、適切な状況判断のもとグループ・チーム戦術の中で応用させ、より高いレベルでゲームを行うことが目的である。さらに、理解したルールのもと審判を実践することも目的である。２年次履修のスポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系A）、３年次履修のスポーツコーチング演習ⅡおよびⅢでは、本演習で習得したことを適用するため、その基礎作りがねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
知識と技能について	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）をしっかりと説明でき、技能をゲームで十分に発揮することができる	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）を説明でき、技能をゲームで発揮することができる	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）を説明することができず、技能をゲームで発揮することができない
思考力・判断力・表現力について	グループ活動の中で自らの意見を理解してもらえるよう仲間に伝えることができる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に話すことはできる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に十分に伝えることができない
学びに向かう力について	授業に対して主体的・積極的に非常によく取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のねらい・進め方と個人技術の応用
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方を理解する。
(2)アウトサイドプレイヤーの１対１を習得する。

【授業時間外学修】
アウトサイドプレイヤーの１対１に関する技術構造について調べる。(1.0hr)

第２回　グループ戦術　アウトサイド同士のプレイ①：パスを使った攻撃
【　到達目標　】
(1)グループ戦術としてパスによるプレイの展開を習得する。

【授業時間外学修】
パスによるプレイの展開の戦術構造について調べる。(1.0hr)

第３回　グループ戦術　アウトサイド同士のプレイ②：ドリブルを使った攻撃
【　到達目標　】
(1)グループ戦術としてドリブルによるプレイの展開を習得する。

【授業時間外学修】
ドリブルによるプレイの展開の戦術構造について調べる。(1.0hr)

第４回　個人技術の応用　インサイドプレイヤーの１対１
【　到達目標　】
(1)個人技術の応用としてインサイドプレイヤーの１対１を習得する。

【授業時間外学修】
インサイドプレイヤーの１対１に関する技術構造について調べる。(1.0hr)

第５回　グループ戦術　アウトサイドとインサイドプレイヤーのプレイ①：オンボールスクリーンの活用
【　到達目標　】
(1)グループ戦術としてオンボールスクリーンのピックプレイとトレイルプレイを習得する。

【授業時間外学修】
ピックプレイとトレイルプレイに関する戦術構造について調べる。(1.0hr)

第６回　グループ戦術　アウトサイドとインサイドプレイヤーのプレイ②：ポストの活用
【　到達目標　】
(1)グループ戦術としてポストにパスを入れてからのプレイの展開を習得する。

【授業時間外学修】
ポストにパスを入れてからのプレイに関する戦術構造について調べる。(1.0hr)

第７回　グループ戦術　アウトナンバー
【　到達目標　】
(1)グループ戦術としてアウトナンバーの攻撃を習得する。

【授業時間外学修】
アウトナンバーの攻撃に関する戦術構造について調べる。(1.0hr)

第８回　チーム戦術　モーションオフェンス
【　到達目標　】
(1)チーム戦術としてモーションオフェンスの基本原則を理解する。
(2)様々なモーションオフェンスを習得し、実践できる。

【授業時間外学修】
モーションオフェンスに関するチーム戦術構造を調べる。(1.0hr)

第９回　チーム戦術　セットオフェンス
【　到達目標　】
(1)チーム戦術としてセットオフェンスの特徴を理解する。
(2)様々なセットオフェンスを習得し、実践できる。

【授業時間外学修】
セットオフェンスに関するチーム戦術構造について調べる。(1.0hr)

第10回　チーム戦術　マンツーマンディフェンス①：ポジションとローテーション
【　到達目標　】
(1)マンツーマンディフェンスの基本原則を理解する。
(2)チーム戦術としてポジショニングとローテーションを習得する。

【授業時間外学修】
マンツーマンディフェンスに関するチーム戦術構造について調べる。(1.0hr)

第11回　チーム戦術　マンツーマンディフェンス②：ポストの守り方とリバウンド
【　到達目標　】
(1)マンツーマンディフェンスの基本原則を理解する。
(2)チーム戦術としてポストディフェンスとディフェンスリバウンドを習得する。

【授業時間外学修】
マンツーマンディフェンスに関するチーム戦術構造について調べる。(1.0hr)

第12回　チーム戦術　ゾーンディフェンス
【　到達目標　】
(1)ゾーンディフェンスの基本原則を理解する。
(2)様々なゾーンディフェンスを習得し、実践できる。

【授業時間外学修】
ゾーンディフェンスに関するチーム戦術構造について調べる。(1.0hr)

第13回　チーム戦術の総合的検証とゲーム①：ゲームを活用した戦術の実践
【　到達目標　】
(1)本実習で習得したチーム戦術を理解し、実践できる。
(2)ゲームの中で個人技術とグループ・チーム戦術が発揮できる。
(3)ゲームのルールを理解し、審判を行うことができる。
【授業時間外学修】
バスケットボールにおけるゲーム構造について調べる。(1.0hr)

第14回　チーム戦術の総合的検証とゲーム②：ゲームを活用した戦術の実践
【　到達目標　】
(1)本実習で習得したチーム戦術を理解し、実践できる。
(2)ゲームの中で個人技術とグループ・チーム戦術が発揮できる。
(3)ゲームのルールを理解し、審判を行うことができる。
【授業時間外学修】
バスケットボールにおけるゲーム構造について調べる。(1.0hr)

第15回　チーム戦術の総合的検証とゲーム③：ゲームを活用した戦術の実践
【　到達目標　】
(1)本実習で習得したチーム戦術を理解し、実践できる。
(2)ゲームの中で個人技術とグループ・チーム戦術が発揮できる。
(3)ゲームのルールを理解し、審判を行うことができる。
【授業時間外学修】
バスケットボールにおけるゲーム構造について調べる。(1.0hr)

【学修上の留意点】

実習の授業が中心となるため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。アクセサリー類は決して身につけない。また、ナンバリング（ゼッケン）を一人ずつ購入し、授業時には必ず着用する。本科目はグループ学習中心の活動となるため、ただ参加するのではなく、積極的にグループの中で活動し、さらにはリーダーシップを取って授業を受ける。また、バスケットボールのルールを理解し、ゲームでは審判を行うこともあるので、ゲームの知識・理解を深めるように努める。

【教科書・参考書など】

参考書
「バスケットボール指導教本改訂版　上・下巻」（公財）日本バスケットボール協会編（大修館書店）

【成績評価方法】

平常授業での到達目標に対する到達度を50%、スキルテストを50%として評価する。

科目名	バレーボールⅡ			担当者	湯澤　芳貴・野中　俊英	
英文名	Volleyball Ⅱ					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE212		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

バレーボールのゲームをおこなう上で必要な基本戦術をより高いレベルまで応用し、様々なバレーボールの戦術を実践できるようにする。また、質の高いゲームに要求される多彩な種類の攻撃や、各種フォーメーションなどの集団技能としての基本戦術を、グループに分かれて実践しながら習得していく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
バレーボールの基礎技能の応用について	基礎技能の応用について理解し実践できる	基礎技能の応用について確認しながら実践できる	基礎技能の応用についての理解が不十分で実践できない
バレーボールの集団技能について	集団技能を十分理解し実践できる	集団技能の理解がやや不足しているが実践できる	集団技能の理解が不十分で実践できない
バレーボールのゲーム戦術について	ゲーム戦術を理解し実践できる	ゲーム戦術を理解し、戦術を確認しながら実践できる	ゲーム戦術の理解が不十分で実践できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　バレーボールにおける技術・戦術の考え方
【　到達目標　】
(1)質の高いゲームをおこなうために必要なことを理解する。
(2)戦術を生かすための技術の適用の仕方を理解する。

【授業時間外学修】
レベルの高いゲームをおこなうための技術・戦術の考え方を理解しておく。(1.0hr)

第２回　基礎技能の応用Ⅰ(各種パス・レシーブ技術)
【　到達目標　】
(1)場面に応じたパス技術を身につける。
(2)ボールの質を意識したレシーブができる。

【授業時間外学修】
事前に各局面に応じたレシーブ技術の構造を理解しておく。(1.0hr)

第３回　基礎技能の応用Ⅱ(様々なスパイク技術)
【　到達目標　】
(1)攻撃のエリア、テンポの違う攻撃を理解・実践する。

【授業時間外学修】
事前にゲームで用いる様々なスパイク技術の構造を理解しておく。(1.0hr)

第４回　基礎技能の習得Ⅰ(ブロック技術の構造)
【　到達目標　】
(1)手の出し方、ステップを理解・実践する。

【授業時間外学修】
事前にブロック技術の構造を理解しておく。(1.0hr)

第５回　基礎技能の応用Ⅲ(サーブ)、各ポジションの専門性について
【　到達目標　】
(1)狙ったコースにサーブを安定して打つことができる。
(2)スパイカーの各ポジションの専門性について理解・実践する。

【授業時間外学修】
事前に各種サーブ技術の構造、各ポジションの特徴と役割について理解しておく。(1.0hr)

第６回　基本戦術の応用Ⅰ(3段攻撃)
【　到達目標　】
(1)攻撃のエリア、テンポの違う3段攻撃を実践できる。

【授業時間外学修】
事前に集団技能としての3段攻撃の組み立てを理解しておく。(1.0hr)

第７回　基本戦術の応用Ⅱ(サーブレシーブフォーメーション)
【　到達目標　】
(1)各フォーメーションの特長を理解し、それらをチームで実践できる。

【授業時間外学修】
事前に各種サーブレシーブフォーメーションの特徴を理解しておく。(1.0hr)

第８回　基本戦術の応用Ⅲ(アタックレシーブフォーメーション)
【　到達目標　】
(1)各フォーメーションの特長を理解し、それらをチームで実践できる。

【授業時間外学修】
事前に各種アタックレシーブフォーメーションの特徴を理解しておく。(1.0hr)

第９回　ゲーム実践Ⅰ
【　到達目標　】
(1)W型サーブレシーブフォーメーションでゲームを実践できる。
(2)Man-up型レシーブフォーメーションでゲームを実践できる。

【授業時間外学修】
事前に各フォーメーションでの動き方について理解しておく。(1.0hr)

第10回　ゲーム実践Ⅱ
【　到達目標　】
(1)M型サーブレシーブフォーメーションでゲームを実践できる。
(2)Man-down型レシーブフォーメーションでゲームを実践できる。

【授業時間外学修】
事前に各フォーメーションでの動き方について理解しておく。(1.0hr)

第11回　基本戦術の応用Ⅳ(攻撃システム)
【　到達目標　】
(1)チームでの攻撃の組み立て方を理解・実践する。

【授業時間外学修】
事前に各種攻撃システムの特徴について理解しておく。(1.0hr)

第12回　基本戦術の応用Ⅴ(各戦術の適用)
【　到達目標　】
(1)各戦術について、チームに最適なものを考え、適用できる。

【授業時間外学修】
相手との対応を考慮して適切な戦術の適応について理解しておく。(1.0hr)

第13回　バレーボールにおけるスカウティングについて
【　到達目標　】
(1)個人技術の評価方法を理解し、実践できる。
(2)チーム戦術分析の基礎を理解する。

【授業時間外学修】
各種スカウティングの目的を明らかにすることを理解しておく。(1.0hr)

第14回　ゲーム実践Ⅲ
【　到達目標　】
(1)チーム戦術を遂行し、ゲームを実践できる。

【授業時間外学修】
相手チームとの対応から適切な作戦を立ててゲームをおこなう方法を理解しておく。(1.0hr)

第15回　ゲーム実践Ⅳ
【　到達目標　】
(1)チーム戦術を遂行し、ゲームを実践できる。

【授業時間外学修】
相手チームとの対応から適切な作戦を立ててゲームをおこなう方法を理解しておく。(1.0hr)

【学修上の留意点】

実習の授業なので、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。特にアクセサリー類の着用は禁止とし、また髪が長い者は必ず束ねて授業に参加すること。バレーボールはチームスポーツである。そのため、基本的にグループ単位で活動するので、自分勝手な行動はせずに、グループの活動が効率良くできるように努めること。授業でおこなう個人の技能が効率よく身につくように、タブレット端末や映像遅延装置を用いたフィードバックをおこなう。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

技能の実技テストを60%、チームでのゲーム実践の達成度を40%として評価する。

科 目 名	ハンドボールⅡ			担当者	吉兼　練	
英 文 名	Handball Ⅱ					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SEB213		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

ハンドボールⅠで学んだ基礎的な個人技術のバリエーションを増やし、グループによる様々な基本戦術を実践できるようにする。最終的には、チーム戦術として6人での攻撃展開の仕方や防御の仕方を理解した上で、チームごとに作戦や戦術をたて実践できる能力を身につける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ハンドボールへの関心に関する事項	ハンドボールを楽しみ、積極的に取り組むことができる。	ハンドボールを楽しみ、参加することができる。	積極的に取り組むことができない。
ハンドボールについての思考に関する事項	ゲームの適切な作戦を立てることができる。	ゲームの作戦を立てることができる。	ゲームの作戦を立てることができない。
ハンドボールの技能に関する事項	特性に応じた応用的な技能を身に付け、ゲームに生かすことができる。	特性に応じた基本的な技能を身に付け、ゲームに生かすことができる。	特性に応じた技能が身に付けられず、ゲームに生かすことができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス・個人技能の応用と実践　シュートバリエーション①「基礎的なシュートの習得」
【　到達目標　】
ガイダンスでは、授業の進め方や授業進行上4つのグループとして授業を展開することを理解する。
(1)状況に応じた様々なフォームでシュートすることができる。

【授業時間外学修】
状況に応じた様々なフォームでのシュート技術について確認する。(1.0hr)

第２回　個人技能の応用と実践　シュートバリエーション②「ポジションシュートの習得」
【　到達目標　】
(1)ポジションに応じたシュートが打てる。

【授業時間外学修】
ポジションに応じたシュート技術について確認する。(1.0hr)

第３回　個人技能の応用と実践　パス技術のバリエーション
【　到達目標　】
(1)状況に応じたパス技術を使いわけることができる。

【授業時間外学修】
状況に応じたパス技術について確認する。(1.0hr)

第４回　個人技能の応用と実践　フェイント技術のバリエーション
【　到達目標　】
(1)状況に応じた突破のためのフェイント技術を使い分けることができる。

【授業時間外学修】
状況に応じた突破のためのフェイント技術について確認する。(1.0hr)

第５回　グループ戦術(2人による攻撃方法)
【　到達目標　】
(1)ポストがいない2対2のコンビプレイを身につける。
(2)ポストがいる2対2のコンビプレイを身につける。

【授業時間外学修】
2対2のコンビプレイについて確認する。(1.0hr)

第６回　グループ戦術(3人による攻撃方法)
【　到達目標　】
(1)ピヴォットがいない3対3のコンビプレイを身につける。
(2)ピヴォットがいる3対3のコンビプレイを身につける。

【授業時間外学修】
3対3のコンビプレイについて確認する。(1.0hr)

第７回　グループ戦術(2人による防御方法)
【　到達目標　】
(1)マンツーマンシフトによる防御を理解する。
(2)スイッチシフトによる防御を理解する。

【授業時間外学修】
防御のコンビネーションについて確認する。(1.0hr)

第８回　グループ戦術(3人による防御方法)
【　到達目標　】
(1)マンツーマンシフトとスイッチシフトを使い分けて防御することができる。

【授業時間外学修】
防御のコンビネーションについて確認する。(1.0hr)

第９回　チーム戦術(6人による攻撃～展開からシュートまで)
【　到達目標　】
(1)揺さぶり→きっかけ→突破の一連の流れのある攻撃ができる。

【授業時間外学修】
流れのあるセットオフェンスについて確認する。(1.0hr)

第10回　チーム戦術(6人による防御)
【　到達目標　】
(1)システムに応じた組織的な防御の仕組みが理解できる。

【授業時間外学修】
組織的な防御の仕組みに関する理解を深める。(1.0hr)

第11回　ポジションの役割と理解
【　到達目標　】
(1)攻撃におけるポジションの役割を理解し実践できる。
(2)防御におけるポジションの役割を理解し実践できる。

【授業時間外学修】
攻撃防御それぞれにおけるポジションの役割に関する理解を深める。(1.0hr)

第12回　各チームの戦術とゲーム・評価①「作戦の立案」
【　到達目標　】
(1)チームごとに立てたゲーム構想の下にゲームを行うことができる。
(2)自他チームに対する適切なゲーム評価ができる。

【授業時間外学修】
ゲームの評価に関する理解を深める。(1.0hr)

第13回　各チームの戦術とゲーム・評価②「作戦の振り返り」
【　到達目標　】
(1)チームごとに立てたゲーム構想の下にゲームを行うことができる。
(2)自他チームに対する適切なゲーム評価ができる。

【授業時間外学修】
ゲームの評価に関する理解を深める。(1.0hr)

第14回　各チームの戦術とゲーム・評価③「作戦の実行」
【　到達目標　】
(1)チームごとに立てたゲーム構想の下にゲームを行うことができる。
(2)自他チームに対する適切なゲーム評価ができる。

【授業時間外学修】
ゲームの評価に関する理解を深める。(1.0hr)

第15回　各チームの戦術とゲーム・評価④「作戦の再構築」
【　到達目標　】
(1)チームごとに立てたゲーム構想の下にゲームを行うことができる。
(2)自他チームに対する適切なゲーム評価ができる。

【授業時間外学修】
ゲームの評価に関する理解を深める。(1.0hr)

【学修上の留意点】

実習が中心となる上に、身体接触を伴う競技であるため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。特に、ピアス、ネックレス、指輪等のアクセサリー類は決して身につけない。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

授業ごとの課題の達成度を40%、各技術の習得レベルを30%、ゲームの実践能力を30%とし、合わせて100%として評価する。

科 目 名	新体操Ⅱ			担当者	橋爪　みすず	
英 文 名	Rhythmic Gymnastics Ⅱ					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SEB207		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

新体操は手具（フープ、ボール、クラブ、リボン、ロープ）の操作をしながら、徒手要素（ジャンプ・バランス・ローテーション）を組み合わせることが必須とされている。本授業では、手具（フープ、ボール、リボン）と徒手要素を体得し、身体の動きと手具操作を調和できるよう、音楽と一緒に実践する。さらに、仲間と協力し集団の中で、音楽のリズムを感じ、流動的な動きの中に表現力や手具技術の習得を目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
集団における新体操の身体、手具の基礎的技術内容の理解	基礎的技術内容を理解し仲間と共に自ら実践できる。	基礎的技術内容を理解し仲間を模倣し共に動くことができる。	基礎的技術内容を理解できるが集団の一員として実践できない。
集団における新体操の身体、手具の基礎的技術習得方法の理解	基礎的技術内容を理解し成功までの過程を仲間に説明し導くことができる。	基礎的技術内容を習得する過程の説明を受け集団の一員として実践できる。	基礎的技術内容の成功までの方法を理解できず、仲間と協力を伴う技術が定着しない。
集団における新体操の身体、手具の基礎的技術の発展的応用の理解	基礎的技術を生かして新体操の団体演技を実施できる。	基礎的技術を用いて新体操の団体演技の一部を実施できる。	基礎的技術内容の習得に不足があり、新体操の団体演技に発展できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
授業展開とねらい、評価方法、学習上の留意点について理解する。
新体操の歴史と概要を理解する。新体操における個人演技と団体演技の違いを理解する。

【授業時間外学修】
新体操に関する動画を配信し、新体操への興味関心を高められるようにする。(1.0hr)

第２回　新体操の特性について
【　到達目標　】
新体操における徒手要素、手具の特性を理解する。

【授業時間外学修】
徒手難度（ジャンプ・バランス・ローテーション）と手具の種類と特徴につて調べておく。(1.0hr)

第３回　新体操の基礎運動
【　到達目標　】
正しい基本姿勢およびジャンプ・バランスの実践を通じ、基礎技術を身につける。

【授業時間外学修】
徒手難度（ジャンプ・バランス）の基礎的特徴について調べておく。(1.0hr)

第４回　ボール：基本操作の実践（一人、二人組で）
【　到達目標　】
ボールの手具技術である、突く、転がす、投げるなどの基本操作から、ボールの特性を理解する。
様々なボールの操作を通じ操作の独創性を導き、挑戦する気持ちを高める。一人での操作にとどまらず二人組でのボールの操作を身につける。
【授業時間外学修】
ボールの基礎技術と特徴について調べておく。(1.0hr)

第５回　ボール：徒手要素と手具操作（二人組で）
【　到達目標　】
身につけた徒手要素（柔軟な動き・バランス・ピボット・ジャンプ）と組み合わせが可能なボールの手具操作を二人組で考え、実践できる。

【授業時間外学修】
二人組でのボールと身体の動きの組み合わせを提案できるように準備する。(1.0hr)

第６回　ボール：音楽との調和（二人組で）
【　到達目標　】
徒手要素と手具操作との組み合わせをフレーズにし、二人組で協力した動きを取り入れながら、音楽のリズムに合わせて演技を実践できる。

【授業時間外学修】
メディア等を活用し、二人組で行うことのできるボールの基礎技術について理解を深める。(1.0hr)

第７回　ボール：実技課題の実践①：作品の習得（二人組で）
【　到達目標　】
ボールの技術要素である、突く、転がす、投げる、という基礎技術を用いた演技を二人組で協力しながら音楽に合わせ表現し、実践できる。

【授業時間外学修】
ボールの基礎技術について調べておく。(1.0hr)

第８回　ボール：実技課題の実践②：作品の習得（二人組で）
【　到達目標　】
ボールの基礎技術である、突く、転がす、投げる、という基礎技術を用いた演技を二人組で協力しながら音楽に合わせ表現できるよう、熟練度を上げるための実践する。

【授業時間外学修】
ボールの基礎技術と特徴について調べておく。(1.0hr)

第９回　ボール：作品の発表(二人組で)
【　到達目標　】
二人組でのボールの演技の発表を行う。

【授業時間外学修】
実技課題の評価と反省を行い、修正すべき点を検討する。(1.0hr)

第10回　フープ：基本操作、徒手要素と手具操作の実践（一人、二人、四人組で）
【　到達目標　】
フープの基礎技術である、回す、くぐる、転がす、投げるなどの基本操作から、フープの特性を学び、徒手要素（ジャンプ、バランス、ローテーション）と組み合わせが可能な動きを四人組で考え実践する。
【授業時間外学修】
メディア等を活用し、フープの基礎技術と特徴について理解を深める。(1.0hr)

第11回　フープ：実技課題の実践①　実技課題の振り写し（四人組で）
【　到達目標　】
課題の演技を覚え、四人で協力し、音楽に合わせ、団体の演技を実践できる。

【授業時間外学修】
メディア等を活用し、フープの基礎技術と団体演技について理解を深める。(1.0hr)

第12回　フープ：実技課題の実践②　（8×4）自由創作（四人組で）
【　到達目標　】
身につけたフープの基礎技術と徒手要素を組み合わせたフレーズを音楽に合せて作る。
更にフレーズをつなげ、1分30秒の音楽と調和させ、8×4のフレーズを演技を自由創作する。

【授業時間外学修】
メディア等で様々な団体演技を見て自由創作の準備する。(1.0hr)

第13回　フープ：実技課題の実践③　自由創作の決定（四人組で）
【　到達目標　】
手具操作と身体の動きを明確に実践する。音楽のリズムと調和した動きの技術と表現を習得する。
自由創作部分の8×4のフレーズ内容を決定する。

【授業時間外学修】
メディア等で様々な団体演技を見て自由創作の準備する。(1.0hr)

第14回　フープ：実技課題の実践④　学習方法の理解（四人組で）
【　到達目標　】
手具操作と身体の動きを音楽に合わせ、４人の呼吸を合わせるためにどのような練習方法が有効か、実践的技術の練習をし習得する。技術の習得に加え、動きのつなぎがなめらかになるように、タイミングを合せた具体的練習方法を考える。
【授業時間外学修】
団体演技を完成させ、良い実施に繋げるために評価と反省を行い、問題点を抽出する。(1.0hr)

第15回　フープ：作品の発表（四人組で）
【　到達目標　】
フープの団体演技の発表。

【授業時間外学修】
発表を通じ、自己評価をし、次への課題が見つかるようにする。(1.0hr)

【学修上の留意点】

服装・身だしなみは実習にふさわしいものとし、身体のフォームの見えにくい服装は避けるようにする。（パーカー・スウェットは着用しない）
各授業回のねらいを理解できるようパワーポイントや映像を用いて具体的説明を加える。ボール、フープ2種目ともに実技試験を行う。発表の評価だけではなく、授業への取り組みが重要となり、各授業は２人組、４人組と複数のメンバーでの取り組みとなるため、同じグループの仲間に迷惑をかけない取り組みを心がける。

【教科書・参考書など】

教科書の指定はなし。
必要に応じて、プリント教材を配布する。

【成績評価方法】

実技試験70%、各授業の取り組み30%とし、あわせて100%として評価する。

科 目 名	サッカーⅡ			担当者	大槻　茂久	
英 文 名	Soccer Ⅱ					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE213		卒業認定方針との関連	⑥

【到達目標】

サッカー競技のゲーム実戦に求められる状況判断・コミュニケーション・テクニックを習得し、サッカーの特性を理解することが本授業の目的である。そのために、授業毎のテーマを意識したウォームアップからトレーニング・ゲームを実施する。①ゲーム実践の中で判断を伴うテクニックを身につける②チーム構成員同士が勝利を目指し協力し合う態度を学ぶ③試合を円滑に行うためのルール、審判法、試合運営方法を学ぶ。
　以上のことを目的として本授業を展開する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
サッカーにおける基礎的な技能について	試合での技能発揮に優れ、実技テストの得点が90%以上である	基礎的な技能が試合で発揮でき、実技テストの得点が60～89%である	試合での技能・実技テストの得点が60%に満たない
サッカーにおける基礎的な理論について	参照資料がなくとも理論の説明・実践ができる	参考書や資料参照のもと理論の説明ができる	基礎的な理論の理解が不十分で説明できない
サッカーにおける基礎的な戦術・戦略について	参照資料無しで基礎的な戦術・戦略の説明・実践ができる	参考書や資料参照のもと基礎的な戦術・戦略の説明ができる	基礎的な戦術・戦略の理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　サッカーのアップとスモールゲーム
【　到達目標　】
(1)サッカーに必要なアップの方法を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第２回　テクニック（攻撃）とゲーム
【　到達目標　】
(1)テクニック（攻撃）の構成要素を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第３回 テクニック（守備）とゲーム□
【　到達目標　】
(1)テクニック（守備）の構成要素を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第４回　個人戦術（攻撃）とゲーム□
【　到達目標　】
(1))攻撃の個人戦術についてを理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第５回　個人戦術（守備）とゲーム
【　到達目標　】
(1)テクニック（守備）の構成要素を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第６回　グループ戦術（攻撃）とゲーム
【　到達目標　】
(1)攻撃のグループ戦術を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第７回　グループ戦術（守備）とゲーム
【　到達目標　】
(1)守備のグループ戦術を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第８回　ゴールキーパとゲーム
【　到達目標　】
(1)ゴールキーパーのテクニックと個人戦術を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第９回　競技精神（起源・競技規則）
(1)サッカーの競技精神について理解し、実践できるようにする。
(2)サッカーの競技規則や審判法について理解し、実践できる。

【授業時間外学修】
サッカーの歴史、競技規則を学習しておく。(1.0hr)
時間を見つけて自主トレーニングに励む。(1.0hr)

第10回　チーム戦術①
【　到達目標　】
(1)試合の運営方法（審判・試合形式・グループ分け）を理解し、実践する
(2)チームで目標設定・チーム戦術を話し合い、ウォーミングアップから試合までを実施する

【授業時間外学修】
サッカーの競技規則を理解しておく。次回試合に向けての作戦・目標を考えておく。(1.0hr)

第11回　ゲーム分析
【　到達目標　】
(1)ゲーム分析について理解し、実践できるようにする。
(2)試合で出た成果と課題を分析し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
サッカーのゲーム分析について学習しておく。(1.0hr)

第12回　チーム戦術②
【　到達目標　】
(1)試合の運営方法（審判・チームマネジメント・ゲームマネジメント）を理解し、実践する。
(2)前回の試合で出た成果と課題を話し合い、試合を実施する

【授業時間外学修】
サッカーのチーム戦術について学習しておく。(1.0hr)

第13回　フットサル①
【　到達目標　】
(1)フットサルのテクニックを理解し、実践できるようにする。
(2)フットサルの競技規則を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
フットサルの競技規則を確認しておく。(1.0hr)

第14回　フットサル②大会
【　到達目標　】
(1)フットサルの個人戦術を理解し、実践できるようにする。
(2)フットサル大会の試合運営方法、実践できるようにする。

【授業時間外学修】
フットサルの戦術と試合方法を学習する。(1.0hr)

第15回　振り返り・確認試験（サッカーの知識）
【　到達目標　】
(1)全体の授業を通しての総括し、振り返りを行う。
(2) サッカーの知識・理論について確認する

【授業時間外学修】
サッカーの知識や理論を学習する。(1.0hr)

【学修上の留意点】

　実習が中心となるため、互いに安全に気をつけて活動すること。服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとすること。
グループの活動の中での活動では、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。
　前回の技術的課題を意識し、授業を重ねるにつれて、サッカーの技能を向上させる。

【教科書・参考書など】

　特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。

【成績評価方法】

以下の割合にて評価し、点数化する。
　①授業への取り組み方・参加度６０%、②技術点（実技テスト）１０%、③知識点（理論テスト）１０%、④準備点（服装・ゼッケン等の準備）２０%。

科目名	スポーツマネジメント			担当者	上林　功	
英文名	Sport Management					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SEB215		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

近年、スポーツ界においてマネジメントへの関心が高まっている。スポーツが経済的に自立することが迫られているとともに、スポーツによる経済社会の活性化、振興という期待があるからである。そこで、本講義では経営学の系譜を踏まえ、スポーツマネジメントの意味、役割、機能を今日的な状況を踏まえながら学際的に学ぶ。具体的には①スポーツとマネジメントの生成と発展、②スポーツ事業のマネジメント、③スポーツ組織と人材マネジメント、④スポーツ施設のマネジメントの大きく4つの視点からスポーツマネジメントの基本的な考え方や理論を習得する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツマネジメントの基礎的事項（社会的要請や歴史的変遷）	基礎的事項について自らまとめて説明することができる	基礎的事項の要点について理解している	基礎的事項の要点について理解が不十分である
スポーツマネジメントの理論的知見に関する事項	理論的知見について自らまとめて説明することができる	理論的知見の要点について理解している	理論的知見の要点について理解が不十分である
スポーツマネジメントの理論的知見の活用・応用に関する事項	身近な具体的組織事例を挙げて、知見の活用・応用について論述することができる	知見の活用・応用について自身の考えを論述することができる	知見の活用・応用について自身の考えを論述できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス・スポーツマネジメントの概観
【　到達目標　】
(1)スポーツの様々な捉え方について理解する。
(2)スポーツマネジメントの考え方、活動領域について理解する。

【授業時間外学修】
経営、管理、マネジメントとはどのような活動であるか、自分なりに整理する。(4.0hr)

第２回　マネジメントの誕生とスポーツのビジネス化
【　到達目標　】
(1)マネジメントの誕生（科学的管理法～）ついて理解する。
(2)スポーツのビジネス化とその背景、要因について理解する。

【授業時間外学修】
スポーツのビジネス化の背景について身近な事例を調べる。(4.0hr)

第３回　スポーツビジネス（企業）の目的と責任
【　到達目標　】
(1)企業の目的について理解する。
(2)マネジメントの使命や役割、社会的責任について理解する。

【授業時間外学修】
スポーツ関連企業の経営理念や組織体制など、IR情報を調べる。(4.0hr)

第４回　スポーツマーケティングの意義と役割
【　到達目標　】
(1)マーケティングとセリングの違いを理解する。
(2)マーケティングにおける市場細分化とターゲッティングを理解する。

【授業時間外学修】
スポーツ企業がおこなっているマーケティング活動について具体的に調べる。(4.0hr)

第５回　マーケティング戦略とスポーツプロダクト
【　到達目標　】
(1)マーケティング戦略のプロセスとマーケティング・ミックスについて理解する。
(2)基本的な経営戦略（競争戦略）について理解する。

【授業時間外学修】
ヒット商品を具体的に浮かべ、なぜ売れるかをその要因について整理する。(4.0hr)

第６回　ミニテスト１
【　到達目標　】
(1)スポーツビジネスの成り立ちとマーケティング手法を理解する。
(2)スポーツビジネスの成り立ちとマーケティング手法について自分なりの言葉で説明できる。

【授業時間外学修】
スポーツ企業の経営戦略（競争戦略）について調べる。(4.0hr)

第７回　スポーツ組織のマネジメント
【　到達目標　】
(1)組織とは何かを理解する。
(2)組織成立の要件を理解する。

【授業時間外学修】
組織はどのようなものか、集団や群衆との違いについて整理する。(4.0hr)

第８回　スポーツ組織の人間的（情緒的）側面
【　到達目標　】
(1)経営管理における人間関係論を理解する。
(2)人材をマネジメントする際の情緒的側面の重要性を理解する。

【授業時間外学修】
組織における人間関係や規範（暗黙のルール）の影響について整理する。(4.0hr)

第９回　スポーツ組織のモチベーション・マネジメント
【　到達目標　】
(1)モチベーションとはなにかについて理解する。
(2)モチベーションの過程論（プロセス論）について理解する。

【授業時間外学修】
何が満たされるとやる気になるのか、についてこれまでの経験を基に考えてみる。(4.0hr)

第10回　ミニテスト２
【　到達目標　】
(1)スポーツ組織におけるマネジメントについて理解する。
(2)スポーツ組織におけるマネジメントについて自分の言葉で説明できる。

【授業時間外学修】
スポーツ組織のマネジメントについて、具体的な事例を出してまとめる。(4.0hr)

第11回　スポーツ組織におけるリーダーシップ
【　到達目標　】
(1)リーダーシップの役割、機能について理解する。
(2)リーダーシップの代表的理論（特性論・行動理論・状況適合理論）を理解する。

【授業時間外学修】
優れたリーダーはどのような資質や行動特性を有しているのかについて整理する。(4.0hr)

第12回　スポーツ施設の運営と管理
【　到達目標　】
(1)我が国のスポーツ施設の現状を理解する。
(2)スポーツ施設の管理・運営に関する制度や法令を理解する。

【授業時間外学修】
身近なスポーツ施設の運営者と管理者について調べる。(4.0hr)

第13回　スポーツマネジメントとガバナンス
【　到達目標　】
(1)マネジメントとガバナンスの違いについて理解する。
(2)スポーツ組織におけるガバナンス事例について理解する。

【授業時間外学修】
自律的な組織マネジメントについて自分の考えをまとめる。(4.0hr)

第14回　ミニテスト３
【　到達目標　】
(1)スポーツ組織におけるガバナンスについて理解する。
(2)スポーツ組織におけるガバナンスについて自分の言葉で説明できる。

【授業時間外学修】
スポーツ組織におけるガバナンスについて自分の考えをまとめる。(4.0hr)

第15回　スポーツマネジメントの展望
【　到達目標　】
(1)スポーツマネジメントについて改めて概観する。
(2)スポーツマネジメントの展望について自分の言葉で説明ができる。

【授業時間外学修】
スポーツマネジメントの将来的な方策について自分の言葉でまとめる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを使用して講義をおこなう。関連資料やVTR等の補助教材も活用し、具体的事例からマネジメントに関する理解を深めていく。受講生は専用のノートを準備し、適宜板書をおこなうこと（講義ノートを作成すること）。毎回の講義後には学生の理解度や疑問点を把握するためのミニッツペーパー（確認テスト/レスポンスカード）を実施し、次回の講義時にフィードバックをおこなう。時間外での主体的な学びを促すための課題（予習・復習課題やレポート等）も課す。さらに、講義形式を中心とした授業の中に、アクティブラーニングの手法を取り入れる。具体的には学生から質問、意見を求めたり、グループ討論の機会を設ける。

【教科書・参考書など】

教科書は特に定めない。
＜参考書＞「スポーツマネジメント（改訂版）」原田宗彦、小笠原悦子（編著）大修館書店、2015年。
※その他の参考文献や参考資料は講義時に紹介する（適宜、配布する）。

【成績評価方法】

各授業回の予習課題と復習課題を課す。各授業回の理解度や予習・復習の状況を把握するための確認テストや課題レポート（講義内での小レポートやミニッツペーパーを含む）を実施する。さらに、全授業終了後に定期試験を実施する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。各授業に係る課題やレポートの評価を20%、第6回、第10回、第14回に実施するミニテストを30%、定期試験を50%とし、あわせて100%として総合評価する。

科目名	救急処置法			担当者	水谷　有里	
英文名	First Aid					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE301		卒業認定方針との関連	⑤⑧⑨

【到達目標】

本講義は臨床スポーツ医学の後編（外科系）として位置づけられる。健康運動指導士・健康運動実践指導者・日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の共通科目Ⅰ・Ⅲに関する内容を扱う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
外傷総論	外傷の応急処置を説明できる	外傷の応急処置が理解できている	外傷の応急処置が理解できていない
外傷各論	頭部・顔面・体幹・四肢外傷・障害の応急処置を説明できる	頭部・顔面・体幹・四肢外傷・障害の応急処置が理解できている	頭部・顔面・体幹・四肢外傷・障害の応急処置が理解できていない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】	心肺蘇生法を実践できる	心肺蘇生法を説明できる	心肺蘇生法が理解できている

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション
【　到達目標　】
講義の目的、進め方、単位認定の方法について理解する。受講に際しての注意点を理解する。

【授業時間外学修】
シラバスを参考にして、授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第２回　外傷総論
【　到達目標　】
外傷とは何か、その受傷機転・症状・診断・治癒過程について理解する。
外傷とは何か、皮膚の構造、創と傷、創傷の治癒過程、骨折の定義、骨折の分類
骨折の修復過程とその異常、骨折の症状、捻挫・脱臼・靭帯損傷の定義と分類
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 29 - 36　を読む。(4.0hr)

第３回　応急処置総論
【　到達目標　】
RICE処置の内容・方法・効果について理解する。
RICE処置、外傷の応急処置、皮膚損傷の治療

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 42 - 47　を読む。(4.0hr)

第４回　頭部のスポーツ外傷
【　到達目標　】
意識障害の診かた、頭部外傷について理解する。
意識障害の診かた、脳振盪、急性硬膜外血種、急性硬膜下血種、脳内血種

【授業時間外学修】スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 36 - 39、 55 - 58、 157 - 160　を読む。(4.0hr)

第５回　顔面のスポーツ外傷
【　到達目標　】
顔面外傷、鼻出血、歯牙損傷について理解する。
顔面骨の構成、鼻骨骨折、頬骨骨折、下顎骨骨折、眼窩底吹き抜け骨折、鼻出血
歯牙損傷
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 233 - 241　を読む。(4.0hr)

第６回　上肢のスポーツ外傷・障害Ⅰ（鎖骨から肩関節）
【　到達目標　】
鎖骨から肩関節までのスポーツ外傷・障害について理解する。
鎖骨骨折、肩鎖関節脱臼、肩関節脱臼、反復性肩関節脱臼、動揺肩・不安定肩
インピンジメント症候群（上腕二頭筋長頭腱炎）、肩関節周囲炎
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 62 - 72　を読む。(4.0hr)

第７回　上肢のスポーツ外傷・障害Ⅱ（上腕から前腕）
【　到達目標　】
上腕から前腕までのスポーツ外傷・障害について理解する。
上腕骨近位骨端線離開、上腕骨顆部骨折、Volkmann拘縮、肘関節脱臼、小児肘内障
上腕骨外側上顆炎、上腕骨内側上顆炎、上腕骨小頭離団性骨軟骨炎、投球回数の目安
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 72 - 83　を読む。(4.0hr)

第８回　上肢のスポーツ外傷・障害Ⅲ（手関節から指）
【　到達目標　】
手関節から指までのスポーツ外傷・障害について理解する。
橈骨遠位端骨折、舟状骨骨折、有鉤骨鉤部骨折、三角繊維軟骨複合体損傷、突き指

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 83 - 89　を読む。(4.0hr)

第９回　体幹のスポーツ外傷・障害Ⅰ（頸部から胸部）
【　到達目標　】
頸部から胸部までのスポーツ外傷・障害について理解する。
頸椎捻挫、頸椎・頸髄損傷、頸部椎間板ヘルニア、Burner症候群、肩こり、肋骨骨折

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 58 - 61、 90　を読む。(4.0hr)

第10回　体幹のスポーツ外傷・障害Ⅱ（腰部から骨盤）
【　到達目標　】
腰部のスポーツ外傷・障害について理解する。
腰部椎間板ヘルニア、腰椎分離・辷り症、腰痛症、鼠径部通症候群、恥骨下枝疲労骨折

【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 89 - 100　を読む。(4.0hr)

第11回　下肢のスポーツ外傷・障害Ⅰ（膝の外傷）
【　到達目標　】
膝のスポーツ外傷について理解する。
膝の局所解剖、前十字靭帯損傷、後十字靭帯損傷、内側側副靭帯損傷
外側側副靭帯損傷、半月損傷
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 105 - 115　を読む。(4.0hr)

第12回　下肢のスポーツ外傷・障害Ⅱ（膝の障害、大腿部）
【　到達目標　】
膝のスポーツ障害と大腿部のスポーツ外傷について理解する。
膝の局所解剖、膝蓋大腿関節障害、反復性膝蓋骨脱臼、膝蓋軟骨軟化症、膝蓋腱炎
Osgood-Shlatter病、有痛性分裂膝蓋骨、腸脛靭帯炎、鵞足炎、棚障害、骨化筋炎
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 115 - 123　を読む。(4.0hr)

第13回　下肢のスポーツ外傷・障害Ⅲ（大腿・下腿・足部）
【　到達目標　】
大腿および下腿から足部までのスポーツ外傷・障害について理解する。
肉ばなれ、脛骨・腓骨疲労骨折、シンスプリント、アキレス腱断裂、足関節捻挫
有痛性外脛骨、足底腱膜炎
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 100 - 105、 123 - 139　を読む。(4.0hr)

第14回　心肺蘇生法の理論
【　到達目標　】
心肺蘇生法の理論について理解する。
心肺蘇生法の手順（安全確認、意識の確認、呼吸の確認、胸骨圧迫、気道確保、
回復体位）AEDの使用法、小児・乳児の心肺蘇生法、気道異物除去
【授業時間外学修】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 213 - 220　を読む。(4.0hr)

第15回　心肺蘇生法実習
【　到達目標　】
心肺蘇生法実習を通じて、BLS（Basic Life Support）ができるようになる。
心肺蘇生法デモンストレーション、心肺蘇生法実習、心肺蘇生法検定
気道異物除去実習
【授業時間外学修】
BLSヘルスケアプロバイダー　マニュアル　を読む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本科目は選択科目ではあるが、教員免許、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者共通科目資格取得のための必修科目である。１年次開講の「機能解剖学」、「スポーツ生理学」を履修済みであることを前提とする。２年次後期開講の「スポーツ医学」も併せて履修していることが望ましい。
第15回の心肺蘇生法実習は夏休みの補講・集中講義期間中に対面で実施する。
パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。講義の最後に小テストを行い、講義内容の理解度を確認する。

【実務経験のある教員による授業科目】

スポーツドクターとして、オリンピックやアジア大会等の救護や国際大会への帯同をした実務を踏まえ、競技スポーツおよび社会体育の現場におけるスポーツの実践・指導に関連する臨床スポーツ医学の外科系領域について講義を行う。

【教科書・参考書など】

参考書：「スポーツ指導者のためのスポーツ医学（第２版）」、小出清一他編、南江堂
「健康運動指導士養成講習会テキスト上・下」、公益財団法人　健康・体力づくり事業財団
「公認スポーツ指導者養成テキスト　共通科目Ⅰ・Ⅲ」、公益財団法人　日本スポーツ協会

【成績評価方法】

期末試験成績（100%）で成績を評価する。合格基準は60%以上である。なお、試験は試験期間中に別途実施。

科目名	スポーツ史			担当者	都筑　真	
英文名	Sport History					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SEB216		卒業認定方針との関連	⑧⑨

【到達目標】

社会の変化に伴うスポーツのこれまでの変化について理解し、説明できるようになる。そして、各時代毎ではなく、現代のスポーツを理解する上で重要と思われるテーマ毎に、これまでのスポーツの歴史を理解していくことを通じて、今後のスポーツのあり方について自らの考えを表明できるようになる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ史学の基礎的事項	基礎的事項を理解し自らまとめて説明できる。	基礎的事項を資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ史学の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツ史学の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
(1)講義の進め方、聴講上の留意点、評価の方法を確認する。

【授業時間外学修】
参考書の前文を熟読し、本講義で取り上げる学問分野やテーマについて理解する。(4.0hr)

第２回　スポーツ史を学ぶ意義
【　到達目標　】
(1)スポーツ史がどのような学問分野であるかを理解し、説明することができる。
(2)スポーツ史を学ぶ意義について理解し、説明することができる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第３回　スポーツのルーツへのまなざし
【　到達目標　】
(1)スポーツのルーツが人間のどのような活動にあるかを理解し、説明することができる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第４回　各時代の社会におけるスポーツ
【　到達目標　】
(1)スポーツの時代毎の変化を理解し、説明することができる。
(2)近代までのスポーツと現代のスポーツとの類似点や相違点について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第５回　スポーツ種目の誕生と変容
【　到達目標　】
(1)われわれの身近にあるスポーツ種目の誕生と変容を理解し、説明することができる。
(2)これまでのスポーツの変容を踏まえ、今後のスポーツのあり方について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第６回　欧米スポーツの日本への移入
【　到達目標　】
(1)欧米スポーツの日本への導入・普及過程について理解し、説明することができる。
(2)欧米スポーツが日本に普及した意義について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第７回　体操、身体教育、スポーツ教育
【　到達目標　】
(1)古代の体操､近代の身体教育に関する理論と歴史を理解し、説明することができる。
(2)古代の体操､近代の身体教育とスポーツ教育との類似点や相違点について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第８回　スポーツの技術、ルールの歴史的変容
【　到達目標　】
(1)スポーツの技術やルールの歴史的変容を理解し、説明することができる。
(2)スポーツの技術やルールが今後どのように変化していくのかについて自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第９回　近代の戦争と体育・スポーツ
【　到達目標　】
(1)近代における体育・スポーツと戦争との関係について理解し、説明することができる。
(2)体育・スポーツが戦争と関係する理由について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第10回　オリンピックムーブメントと世界平和
【　到達目標　】
(1)オリンピックムーブメントがどのような運動であるかを理解し、説明することができる。
(2)オリンピックが国際親善や世界平和につながる理由について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第11回　日本のスポーツ振興政策とスポーツ基本法
【　到達目標　】
(1)日本のスポーツ振興政策を概観しながら、スポーツ基本法制定へと至る過程や理由を理解し、説明することができる。
(2)これまでのスポーツ振興政策踏まえて、今後とるべき振興政策について自らの考えを表明できる。
【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第12回　スポーツ産業の歴史的発展とスポーツの経済効果
【　到達目標　】
(1)スポーツの発展に貢献した「モノ」「場」「サービス」の歴史を理解し、説明することができる。
(2)スポーツの経済効果について理解し、説明することができる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第13回　女性スポーツの展開と現在
【　到達目標　】
(1)女性にとってのスポーツの歴史を理解し、説明することができる。
(2)女性にとってスポーツが今後どのようななものとなっていくかについて自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第14回　スポーツとメディア
【　到達目標　】
(1)スポーツとメディアの歴史的関係を理解し、説明することができる。
(2)スポーツとメディアの今後の関係について自らの考えを表明できる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

第15回　スポーツと環境問題
【　到達目標　】
(1)スポーツと環境問題の関係を理解し、説明することができる。
(2)スポーツ界における環境保全の取り組みを理解し、説明することができる。

【授業時間外学修】
到達目標に関連したレポートを、指定した期日までに作成する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義では、パワーポイントで示した内容や、口頭で述べる補足事項を配布資料に書き込んでいくこと。講義毎に配布される資料はファイリングするなどして整理し、期末試験に備えること。講義では毎回、講義内容の理解を深めるために、小レポートを課す。「スポーツ原論」と併せて履修することが望ましい。

【教科書・参考書など】

特定の教科書は使用しない。適宜、資料を配布する。
『体育・スポーツ史概論』(木村吉次編著、市村出版)と『スポーツの歴史と文化』(新井博／榊原浩晃編著、道和書院)を講義の参考書として利用すること。

【成績評価方法】

講義毎に課す小レポート(10%)及び期末試験の結果(90%)で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。合格基準は60％である。

科 目 名	学校保健			担当者	横嶋　剛	
英 文 名	School Health					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE302		卒業認定方針との関連	④⑨

【到達目標】

教職を志す者にとって、学校における児童生徒の健康や安全をどのように守り、また健康や安全にかかわる資質・能力をどのように育てていくかについて考え、理解することは極めて重要である。本講義では、学校における子供たちの健康や安全を保障するためのシステムや活動等について解説し、グループワークやディスカッションを通して、学校保健の領域および内容について理解し、学校に通う子供たちの健康や安全を保持増進していくためにはどうすればよいかについて考えを深めることを目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
学校保健に関する基礎的な知識	学校保健に関するシステムや活動等について理解し、説明することができる。	学校保健のシステムや活動等について、資料等を参照しながら説明することができる。	理解が不十分で説明することができない。
児童生徒の健康の保持増進を目指した教員の役割	児童生徒の健康の保持増進のために、教員としての役割について理解し、説明することができる。	児童生徒の健康の保持増進のために、教員としての役割について資料等を参照しながら説明することができる。	教員の役割について理解が不十分で説明することができない。
学校保健に関する研究知見の活用	学校保健に関する知見について調べ、理解し、自分の意見を示すことができる。	学校保健に関する知見を調べることができ、それらを参考にしながら、自分の意見を述べることができる。	学校保健に関する知見を調べることができず、意見を述べることができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　学校保健の意義と目的
【　到達目標　】
学校保健の意義と目的について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第２回　学校保健の領域構成と関連法規
【　到達目標　】
学校保健の領域構成および学校保健安全法について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第３回　健康の概念と児童生徒の健康の現状
【　到達目標　】
健康の概念および児童生徒の健康の現状と課題について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第４回　小児保健と学校感染症
【　到達目標　】
小児期に起こりやすい疾病障害および学校感染症について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第５回　学校における健康観察および健康診断
【　到達目標　】
健康観察および健康診断の意義と方法、校内連携及び専門職や保護者との連携方法について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第６回　学校保健管理の領域と内容
【　到達目標　】
学校保健管理の領域と内容について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第７回　学校保健教育の領域と内容
【　到達目標　】
学校保健教育の領域と内容について理解し、考えを深める。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第８回　性に関する指導・エイズ教育
【　到達目標　】
性に関する指導およびエイズ教育について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第９回　学校給食と食物アレルギー対応
【　到達目標　】
学校給食の意義や食物アレルギーの対応について理解し、食育に対する考えを深める。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第10回　学校安全の意義と管理
【　到達目標　】
学校安全の意義、学校における安全管理・安全教育について、理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第11回 児童生徒のメンタルヘルス
【　到達目標　】
児童生徒のメンタルヘルスおよびそのケアについて理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第12回　学校環境衛生
【　到達目標　】
学校環境衛生基準の意義と概要について調べ、熱中症予防とプール管理を中心に学びを深める。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第13回　障害のある児童生徒とその指導
【　到達目標　】
特別に配慮が必要な障害のある児童生徒への指導について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第14回　学校保健の組織活動
【　到達目標　】
教職員の組織、保護者や地域、学校医、学校歯科医及び学校薬剤師との協力体制の確立について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

第15回　教職員の健康
【　到達目標　】
教職員の健康を守るために行われている方策について理解する。
【授業時間外学修】
授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）

【学修上の留意点】

パワーポイント等を用いて学校保健の内容について講義形式で解説し、必要に応じて映像資料も提示する。教師になったつもりで、児童生徒や教職員の健康や安全について学び、調べ学習やグループワークワークのなかで考えを深めていくこと大切である。そのため授業への出席は大前提であり、やむを得ない遅刻以外の遅刻や無断欠席はすることのないようにお願いしたい。ほぼ毎時間レスポンスカードの記入を求める。

【教科書・参考書など】

参考書は授業時に適宜紹介する。その他、資料を適宜配布する。

【成績評価方法】

各回のレスポンスカードの内容（30%）、試験（70%）で総合的に評価する。

科目名	精神保健	担当者	角田　和也
英文名	Mental Health of Adolescence		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE303		卒業認定方針との関連	⑦⑨

【到達目標】

昨今、「メンタルヘルス」「心の健康」という言葉を、日常生活の中でよく耳にするようになった。社会全体が個々の精神面の健康状態を以前よりも大切にしていこうとする風潮にあるとともに、不登校やうつによる自殺の増加といった現実的な問題に直面していることも背景にあると考えられる。こうした状況の中で、今日私たちが直面している自身および子どもたちの心の健康の問題について、その実態を学ぶとともに対処方法を検討していく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
学校における精神保健の基本的事項・特別な配慮を要するケースについて	基本的事項・特別な配慮を要するケースについて自らの意見を示すことができる	基本的事項・特別な配慮を要するケースについて理解し説明ができる	理解が不十分で説明できない
ライフサイクルと精神保健について	ライフサイクルと精神保健について日常的に活用できる	ライフサイクルと精神保健について理解し説明ができる	理解が不十分で説明できない
生活環境と精神保健について	生活環境と精神保健について工夫しながら日常的に活用できる	生活環境と精神保健について理解し説明ができる	理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション／「精神保健」とは
【　到達目標　】
(1)「精神保健」の意義を理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第２回　「精神的健康」と現代社会
【　到達目標　】
(1)社会問題にもなっている「心の健康」にかかわる事象について、その実態を理解するとともにその要因について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第３回　小テスト／ライフサイクルと精神保健①　出生前期に受ける影響
【　到達目標　】
(1)第1回～第2回授業の小テスト
(2)ライフサイクルの視点から、要因の１つである出生前期の心の健康について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直しと準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第４回　ライフサイクルと精神保健②　乳児期に受ける影響
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである乳児期の心の健康について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第５回　ライフサイクルと精神保健③　幼児期に受ける影響
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである幼児期の心の健康について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第６回　ライフサイクルと精神保健④　学童期に受ける影響
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである学童期の心の健康について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第７回　ライフサイクルと精神保健⑤　思春期に受ける影響
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである思春期の心の健康について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第８回　小テスト／生活環境と精神保健①　家族から受ける影響
【　到達目標　】
(1)第6回～第7回授業の小テスト
(2)生活環境の視点から、要因の１つである「家族」の質的変化について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直しと準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第９回　生活環境と精神保健②　食生活から受ける影響
【　到達目標　】
(1)生活環境の視点から、要因の１つである食生活の影響について理解するとともに、望ましい食生活についても理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第10回　小テスト／生活環境と精神保健③　住環境から受ける影響
【　到達目標　】
(1)第8回～第9回授業の小テスト
(2)生活環境の視点から、要因の１つである住居の影響について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直しと準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第11回　生活環境と精神保健④　空気環境から受ける影響
【　到達目標　】
(1)生活環境の視点から、要因の１つである空気環境について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第12回　生活環境と精神保健⑤　睡眠から受ける影響①
【　到達目標　】
(1)生活環境の視点から、要因の１つである睡眠の影響について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第13回　生活環境と精神保健⑥　睡眠から受ける影響②
【　到達目標　】
(1)引き続き、睡眠の影響について理解するとともに、望ましい睡眠のあり方についても理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第14回　小テスト／発達障がい①　発達障がいの基本的事項／主な発達障がいの特徴①
【　到達目標　】
(1)第10回～第13回授業の小テスト
(2)発達障がいの種類やその特徴を理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直し）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第15回　発達障がい②　主な発達障がいの特徴②／心の健康を保持するために必要な支援・援助の考え方
【　到達目標　】
(1)引き続き、発達障がいの特徴を理解する。
(2)発達障がい児（者）の心の健康を保持するために必要な支援・援助のあり方について理解する。

【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび定期試験の準備）。(4.0hr)

【学修上の留意点】

①基本的にPowerPoint画像や動画を使用し、プロジェクターもしくはモニターに投影して授業を進める。使用する穴埋め方式の本授業用のオリジナルテキストに即して説明するが、口頭で補足および詳細な説明も併せて行うので、集中してメモを取り、日常生活や教育現場での実践で活用できるオリジナルテキストの作成を目指す必要がある。
②授業内容が理解できていることを確認するための小テストを、単元毎に授業開始時に実施する。この小テストの結果は評価に反映させる（下欄「成績評価方法」の「小テストの総合計」に該当）。
③期末試験は、授業時に説明した基本的な事項や知識の定着の確認、および小テスト対策や授業時間外学習で取り組んだ復習で学習した実践的な力の定着の確認を目的として実施する。したがって、ルーブリックの「標準的な到達レベル」から「理想的な到達レベル」で出題されることになるので、授業時間外での日常的な自主学習・復習および実践的な研鑽を積み重ねることが単位取得のためには必要である。
④出席を確認するため、授業は座席指定で行う。前方での受講を希望する場合は、その旨を申告することで座席の配置を配慮する。

【教科書・参考書など】

教科書：本授業用に作成したテキストを使用する。テキストは１回目の授業開始時に販売するので、受講する学生は必ず購入すること。
参考書：テキスト内に授業回ごとの参考文献を示してあるので、そちらを参照のこと。

【成績評価方法】

・提出物の評価（10%）と小テストの総合計（40%）と期末試験の結果（50%）を合算して総合成績（100%）を算出する。合格基準は60%である。
・試験は試験期間中に別途実施する。

科 目 名	保健科教育法Ⅰ			担当者	助友　裕子	
英 文 名	Teaching Methods in Health Education Ⅰ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	STE306		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

保健科教育について、その特質を理解するとともに、保健体育科教員としての資質を身につけることが目的である。本科目では、学習指導要領の位置づけや内容、指導上の留意点、学習評価の考え方についての基礎的な知識を身につけることをねらいとする。

学習指導案の作成と授業研究を通じて、授業改善の視点を身に付け、授業設計の向上に取り組むことのできる技術の習得をめざす。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
保健科教育法の基礎的事項への理解（知識）	保健科教育法の基礎的事項を十分説明している。	保健科教育法の基礎的事項を説明している。	保健科教育法の基礎的事項を説明できない。
保健科教育法の知識の活用（思考力・判断力・表現力）	保健科教育法の知識を活用して思考・判断したことを良く表現している。	保健科教育法の知識を活用して思考・判断したことを表現している。	保健科教育法の知識を活用して思考・判断したことを表現できない。
保健科教育法を学ぶ主体性（態度）	保健科教育法の学修に積極的に取り組もうとしている。	保健科教育法の学修に取り組もうとしている。	保健科教育法の学修に取り組もうとしていない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　保健科教育とは（概論）
【　到達目標　】
保健科教育、健康教育の意義と方向性について理解を深める。
【授業時間外学修】
保健体育科（保健分野）ならびに科目保健を教える上で不安な点を整理しておく。(4.0hr)

第２回　現代社会における健康問題および他教科等との関連
【　到達目標　】
現代の健康問題の動向と保健科教育におけるそれらの位置について考察し、発展的な学習内容について探求する。
【授業時間外学修】
中央教育審議会答申を読んでおく。(4.0hr)

第３回　保健の目標と内容
【　到達目標　】
小学校、中学校、高等学校学習指導要領における保健の目標や内容の違いを理解し、全体構造を把握する。
【授業時間外学修】
中・高の学習指導要領解説の保健体育科（保健分野）と科目保健の項を読んでおく。(4.0hr)

第４回　保健の指導計画
【　到達目標　】
指導計画作成の意義、種類、作成上の基本および指導上の留意点について理解するとともに、学習指導案の構成を理解する。
【授業時間外学修】
学習指導案で取り上げる単元の選定、教材研究を行う。(4.0hr)

第５回　保健科教育の実際Ⅰ：習得型
【　到達目標　】
知識を活用する学習活動を通じて、生徒の認識・思考、学力等の実態を視野に入れた授業設計の重要性、保健科教育の特性に応じた情報機器及び教材の効果的な活用法を理解する。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

第６回　保健科教育の実際Ⅱ：活用型
【　到達目標　】
ブレインストーミングなど具体的な指導方法を習得し、生徒の認識・思考、学力等の実態を視野に入れた授業設計の重要性、保健科教育の特性に応じた情報機器及び教材の効果的な活用法を理解する。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

第７回　保健の授業評価
【　到達目標　】
評価の意義、局面、観点、規準などについて理解する。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

第８回　教材研究Ⅰ（ICTの活用を含む）：概論
【　到達目標　】
保健科教育と背景となる学問領域との関係性を踏まえた上で、教材研究の目的、過程、方法について理解する。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、副教材の作成を進める。(4.0hr)

第９回　教材研究Ⅱ（ICTの活用を含む）：ワークシートの作成
【　到達目標　】
保健科教育と背景となる学問領域との関係性を踏まえた上で、保健の指導計画に応じた教材研究の工夫について理解を深めた上で、ワークシートを作成する。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、副教材の作成を進める。(4.0hr)

第10回　保健科教育のための研究方法
【　到達目標　】
保健科教育における実践研究の動向や発展的な学習内容の事例を知り、現場ニーズに応じた保健科教育の工夫について理解を深める。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

第11回　保健の系統性と小学校の保健の授業
【　到達目標　】
中学校と高等学校の保健の基礎となる小学校の内容および指導上の留意点について理解する。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

第12回　中学校と高等学校の保健の授業
【　到達目標　】
個人生活と社会生活における健康・安全に関する内容および指導上の留意点について説明できる。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

第13回　学習指導案の作成Ⅰ：単元計画の整理
【　到達目標　】
単元計画の整理を通じて、１時間の学習指導案を作成できるようにする。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

第14回　学習指導案の作成Ⅱ：本時案の整理
【　到達目標　】
本時案の整理を通じて、１時間の学習指導案を作成できるようにする。
【授業時間外学修】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

第15回　保健の授業研究
【　到達目標　】
模擬授業の様子を観察し、授業技術のポイントを理解するとともに、発展的な学習内容を探求したり授業設計の向上に取り組むことができる。
【授業時間外学修】
授業で記入した「保健の授業研究」を復習し、模擬授業のイメージ形成を図る。(4.0hr)

【学修上の留意点】

おもにパワーポイントや配布資料で要点を示し、詳細は口頭にて説明する。高い意識を持ち、毎回の授業に積極的に参加することで、将来自らが授業づくりの担い手になることへの強い認識が求められる。このことから、授業への出席が大前提となる。遅刻や無断欠席、授業中の私語を慎むことは必須である。

【実務経験のある教員による授業科目】

行政や公的機関等における公衆衛生学・健康教育に関する講義・講演等の活動経験のある教員が、保健科教育の具体的な指導方法、授業づくり、評価などについて、学習指導要領に基づき基礎的な知識について講義を行う。

【教科書・参考書など】

「中学校・高等学校 保健科教育法（改訂第2版）」森良一編著（東洋館出版社）2024年、「高等学校学習指導要領解説 保健体育編」（最新版）文部科学省
「中学校学習指導要領解説 保健体育編」（最新版）文部科学省、中学校と高等学校で使用した保健の教科書を各自準備する。このほかに適宜資料を配布する。

【成績評価方法】

原則として、定期試験の結果に授業中の課題達成度（1.2～0.0）を乗じた結果を評価点とする。合格基準は60％である。

科 目 名	保健科教育法Ⅱ			担当者	横嶋　剛	
英 文 名	Teaching Methods in Health Education Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	STE307		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

小学校、中学校、高等学校での系統性のある保健科教育の内容について理解し、学習指導要領の内容に即した授業計画および指導案の作成、さらに児童生徒の実態に即した授業運営をすることが重要である。本科目は、保健科教育法Ⅰと既修の健康科学論、衛生学・公衆衛生学、学校保健などによる知識を応用し、ICTや教材研究への効果的な活用、生徒の認識・思考、学力等の実態を視野に入れ模擬授業をとおして、教材づくり、授業計画、教授行為の向上にかかわる資質・能力の修得を目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
保健科教育の内容構成や系統性について	内容を理解し、説明できる	資料等を参考にしながら説明できる	理解が不十分で説明できない
発達段階を踏まえた教授行為、教材づくりについて	要点を理解し、説明できる	資料等を参考にしながら説明できる	理解が不十分で説明できない
授業の構成、授業の遂行について	授業の構成について理解できており、授業ができる	授業構成について資料を参考にしながら説明でき、授業ができる	授業構成への理解が不十分で、授業運営ができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション（授業への心構え、グループ決め）
【　到達目標　】
保健科教育法Ⅱの目的を理解し、模擬授業準備への見通しを立てる。
よい保健授業とは何かについて考えを深める。
【授業時間外学修】
自分自身がこれまで受けてきた保健の授業について振り返り、まとめる。(4.0hr)

第２回　学習指導案の作成方法
【　到達目標　】
学習指導案の作成方法について確認し、作成に向けた準備をする。
【授業時間外学修】
保健体育科教育法Ⅰの復習をし、学習指導案を作成する。(4.0hr)

第３回　評価観点を踏まえた指導方法の工夫
【　到達目標　】
指導方法について理解し、授業づくりに活用する。
【授業時間外学修】
これまでの保健科教育の変遷についてまとめ、どのように保健で身に付ける資質・能力を高めていくかについて考える。(4.0hr)

第４回　学習指導要領解説（小学校保健領域と中学校保健分野）と授業づくり
【　到達目標　】
小学校の保健領域および中学校保健分野の編成について確認し、授業づくりの要点を理解する。
【授業時間外学修】
学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。(4.0hr)

第５回　中学校保健分野の模擬授業（マイクロティーチング）
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。
【授業時間外学修】
模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講者用レポートを提出する。(4.0hr)

第６回　中学校保健分野の模擬授業（マイクロティーチング）
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。
【授業時間外学修】
模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講者用レポートを提出する。(4.0hr)

第７回　中学校保健分野の模擬授業（マイクロティーチング）
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。
【授業時間外学修】
模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講者用レポートを提出する。(4.0hr)

第８回　中学校保健分野の模擬授業（マイクロティーチング）
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。
【授業時間外学修】
模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講者用レポートを提出する。(4.0hr)

第９回　学習指導要領解説（高等学校科目保健）と授業づくり
【　到達目標　】
高等学校科目保健の編成を確認し、授業・教材づくりの方法を理解する。
【授業時間外学修】
学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。(4.0hr)

第10回　高等学校科目保健の模擬授業（マイクロティーチング）
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。
【授業時間外学修】
模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講者用レポートを提出する。(4.0hr)

第11回　高等学校科目保健の模擬授業（マイクロティーチング）
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。
【授業時間外学修】
模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講者用レポートを提出する。(4.0hr)

第12回　高等学校科目保健の模擬授業（マイクロティーチング）
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。
【授業時間外学修】
模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講者用レポートを提出する。(4.0hr)

第13回　高等学校科目保健の模擬授業（マイクロティーチング）
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。
【授業時間外学修】
作成した学習指導案・副教材を見直し、修正を行う。(4.0hr)

第14回　模擬授業後の指導案の評価と再検討
【　到達目標　】
他者（仲間）が作成した学習指導案・副教材をもとに、授業改善の視点から分析・評価する。
【授業時間外学修】
作成した学習指導案・副教材を見直し、修正を行う。(4.0hr)

第15回　保健科教育の実践研究
【　到達目標　】
これまでの実践研究の動向を理解し、保健科教育の課題を見つける。
【授業時間外学修】
保健科教育に関する研究を行うと仮定し、どのような研究をするか考える。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイント等を用いて保健科教育の内容について講義形式で解説し、必要に応じて映像資料も提示する。実践的な資質・能力を養うために、学習指導案の作成や教材研究などの作業を取り入れ、模擬授業を実践する。模擬授業実施後には、振り返りのディスカッションを行う。したがって授業への出席は大前提であり、やむを得ない遅刻以外の遅刻や無断欠席はすることのないようにお願いしたい。ほぼ毎時間レスポンスカードの記入を求める。

【教科書・参考書など】

文部科学省『高等学校学習指導要領解説 保健体育編』（最新版）
文部科学省『中学校学習指導要領解説 保健体育編』（最新版）
＊H29・H30年告示の学習指導要領にもとづいた教科用図書を各自準備することが望ましい。その他、適宜資料を配布する。

【成績評価方法】

各回のレスポンスカード40%、学習指導案及び副教材を40%、レポート20%で総合的に評価する。

科目名	体育科教育法Ⅰ			担当者	高橋　修一	
英文名	Teaching Methods in Physical Education Ⅰ					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	STE308		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

本講義では、保健体育科における、中学校体育分野、高等学校科目体育に関する目標・内容・方法を総合的に学んでいく。具体的には、講義、体育授業のVTR視聴、模擬授業、指導案作成等を通して、学校体育が置かれている現状をはじめとして、生徒にとって意味のある「良い体育授業」を計画、実践するための基礎的知識と技術を習得することがねらいとなる。また、模擬授業の反省会等を通して、授業改善や教師としての実践的力量を高めるための体育授業の効果的な省察方法も習得していく。これらの学習を通して、「授業で勝負することのできる保健体育教師」、「学び続けることのできる保健体育教師」という教師観の確立を目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
体育科教育法の基礎的事項の理解とその活用（知識及び技能）	体育科教育法の基礎的事項を深く理解するとともに、習得した知識及び技能を模擬授業等で十分活用している。	体育科教育法の基礎的事項を理解するとともに、習得した知識及び技能を模擬授業等で活用している。	体育科教育法の基礎的事項の理解が乏しく、模擬授業等で活用できない。
体育科教育法で習得した知識や技能を活用して諸課題を解決する力（思考力、判断力、表現力）	習得した知識及び技能を活用して思考・判断し、場面に応じて汎用的に課題を解決している。	習得した知識及び技能を活用して思考・判断し、課題を解決している。	習得した知識及び技能を活用できず、場当たり的に行動している。
体育科教育法の学修に主体的に取り組む態度（学びに向かう力）	学修に主体的に取り組み、他者と十分にコミュニケーションを図りながら実践に生かそうとしている。	学修に積極的に取り組み、他者とコミュニケーションを図りながら取り組もうとしている。	学修に進んで取り組むことなく、他者とコミュニケーションを図りながら学ぼうとしていない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　本講義の目的、学校体育の現状、被教育体験期の体育授業イメージとの照合
【　到達目標　】
(1)本講義の目的を理解し、学習の見通しを立てることができる。
(2)被教育体験の体育授業イメージを想起することができる。
【授業時間外学修】
体育教育法Ⅰにおける1年間の授業時間外学習の計画を立てる。(4.0hr)

第２回　保健体育科の目標論
【　到達目標　】
(1)体育目標の歴史的変遷、目標構造を理解する。
【授業時間外学修】
体育目標の歴史的変遷、目標構造について予習・復習する。(4.0hr)

第３回　保健体育科の教育課程論(1)：中学校学習指導要領の内容
【　到達目標　】
(1)学習指導要領の性格を理解する。
(2)学習指導要領における運動部活動と体育授業の関連性や位置付けについて理解する。
(3)新学習指導要領の要点を理解する。
【授業時間外学修】
学習指導要領の性格について予習・復習する。(4.0hr)

第４回　保健体育科の教育課程論(2)：高等学校学習指導要領の内容
【　到達目標　】
(1)中学校学習指導要領の内容を理解する。
【授業時間外学修】
中学校学習指導要領の内容構成について予習・復習する。(4.0hr)

第５回　保健体育科の教育課程論(3)：学習指導要領の内容(3)
【　到達目標　】
(1)高等学校学習指導要領の内容を理解する。
【授業時間外学修】
高等学校学習指導要領の内容構成について予習・復習する。(4.0hr)

第６回　体育授業の教材・教具論の理解（ICTの活用を含む）
【　到達目標　】
(1)体育授業における教材・教具の果たす役割を理解できる。
(2)体育授業におけるICTの活用の役割について具体的に理解できる。
【授業時間外学修】
素材－目標－学習内容－教材―教具の関係性及び、ICTの役割について予習・復習する。(4.0hr)

第７回　体育授業の教材・教具論の活用（ICTの活用を含む）
【　到達目標　】
(1)体育授業における効果的な教材や教具について具体例を用いて説明できる。
(2)体育授業におけるICTの活用について、具体例を挙げながら説明できる。
【授業時間外学修】
効果的な教材・教具及び、ICT活用の具体例を考え、例示する。(4.0hr)

第８回　体育授業の学習指導方法論の理解（アクティブラーニングの視点を含む）
【　到達目標　】
(1)体育教師の4大教師行動について理解できる。
(2)アクティブラーニングの利点と学習指導方法への応用の仕方について理解できる。
(3)特別な支援を必要とする生徒に配慮した学習指導方法について理解できる。
【授業時間外学修】
体育教師の4大教師行動、アクティブラーニングについて予習・復習する。(4.0hr)

第９回　体育授業の学習指導方法論の活用（アクティブラーニングの視点を含む）
【　到達目標　】
(1)体育授業における学習指導のポイントを理解し、具体的に説明できる。
(2)アクティブラーニングを取り入れた体育授業の学習指導方法について具体的に説明できる。
(3)特別の支援を必要とする生徒に配慮した学習指導方法の具体例を挙げることができる。
【授業時間外学修】
学習指導のポイント及び、アクティブラーニングを理解し、具体例を挙げておく。(4.0hr)

第10回　体育授業の観察、分析、評価
【　到達目標　】
(1)机間記録、相互作用行動を記録する意義や方法を理解する。
(2)テスト映像で適切に記録することができる。
【授業時間外学修】
体育授業を観察・分析することの意義や視点について予習・復習する。(4.0hr)

第11回　マイクロティーチング（1）体つくり運動・器械運動
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握して活動することができる。
【授業時間外学修】
マイクロティーチングの計画、反省を行う。(4.0hr)

第12回　マイクロティーチング（2）陸上競技・球技
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握して活動することができる。
【授業時間外学修】
マイクロティーチングの計画、反省を行う。(4.0hr)

第13回　マイクロティーチング（3）球技・武道
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握して活動することができる。
【授業時間外学修】
マイクロティーチングの計画、反省を行う。(4.0hr)

第14回　マイクロティーチング（4）球技・ダンス
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握して活動することができる。
【授業時間外学修】
マイクロティーチングの計画、反省を行う。(4.0hr)

第15回　マイクロティーチングの省察
【　到達目標　】
(1)効果的な指導、教材・教具について効果的に反省できる。
(2)自己の指導と他者の指導を比較し、よりよい教授方法を省察できる。
【授業時間外学修】
マイクロティーチングの経験を踏まえ、改めて良い体育授業の特徴について考察する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業においては、パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。教育実習において、学校現場の生徒に影響を与えることを十分に自覚し、教職免許状を取得するにふさわしい態度で講義に臨むこと。毎回の講義は相互に関連していることから、講義内容について集中してノートをとり、予習・復習を行っていくことが必要となる。グループでの指導案作成、模擬授業、テスト、レポートにも主体的に取り組むことが大切である。

授業で活用する資料は、授業のスケジュールに従い同一曜日に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップするので、予習・復習に活用すること。

また、メールや研究室での質問を随時受け付けます。

【教科書・参考書など】

岡出美則他編著『体育科教育学入門 三訂版』（2021年）大修館書店
文部科学省『中学校学習指導要領解説－保健体育編－』（2018年）東山書房
文部科学省『高等学校学習指導要領解説－保健体育編／体育編－』（2019年）東山書房
国立教育政策研究所『「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料　中学校保健体育』（2020年）東洋館出版社
国立教育政策研究所『「指導と評価の一体化」のための学習評価に関する参考資料　高等学校保健体育』（2021年）東洋館出版社

【成績評価方法】

模擬授業の省察や指導案作成等の課題達成度と提出物35%、テスト65%として評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。
合格基準は60%である。

科目名	体育科教育法Ⅱ			担当者	須甲　理生	
英文名	Teaching Methods in Physical Education Ⅱ					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	STE309		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

本講義では、保健体育科における、中学校体育分野、高等学校科目体育に関する目標・内容・方法を総合的に学んでいく。具体的には、講義、体育授業のVTR視聴、模擬授業、指導案作成等を通して、学校体育が置かれている現状をはじめとして、生徒にとって意味のある「良い体育授業」を計画、実践するための基礎的知識と技術を習得することがねらいとなる。また、模擬授業の反省会等を通して、授業改善や教師としての実践的力量を高めるための体育授業の効果的な反省方法も習得していく。これらの学習を通して、「授業で勝負することのできる保健体育教師」、「学び続けることのできる保健体育教師」という教師観の確立を目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
学習指導要領に関する事項	学習指導要領に示された保健体育科の目標や内容について具体的に説明できる。	学習指導要領に示された保健体育科の目標や内容について説明できる。	学習指導要領に示された保健体育科の目標や内容について説明できない。
指導方法と授業設計に関する事項	基礎的な学習指導理論を理解し、具体的な授業場面を想定した授業設計と指導方法を身に付けることができる。	授業場面を想定した授業設計と指導方法を身に付けることができる。	授業場面を想定した授業設計と指導方法を身に付けることができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　体育の授業づくり論(1)：単元計画、指導案の作成手順(1)
【　到達目標　】
(1)単元計画及び指導案作成の原理、原則を理解する。
【授業時間外学修】
学習指導案作成の意義や方法について予習・復習する。(4.0hr)

第２回　体育の授業づくり論(2)：単元計画、指導案の作成手順(2)
【　到達目標　】
(1)単元計画及び指導案作成の手続きを理解し、説明できる。
【授業時間外学修】
学習指導案作成の意義や方法について予習・復習する。(4.0hr)

第３回　体育の授業づくり論(3)：教材づくりの視点
【　到達目標　】
(1)教材づくりの視点を理解し、具体的に説明できる。
【授業時間外学修】
学習指導案における授業の明確な目標を設定し、その目標達成のための教材を計画する。(4.0hr)

第４回　体育の授業づくり論(4)：指導と評価の一体化
【　到達目標　】
(1)指導計画への評価の組み込み方を理解する。
【授業時間外学修】
具体的な指導と評価の計画を立てる。(4.0hr)

第５回　体育の授業づくり論(5)：単元計画、指導案、教材・教具の作成(1)
【　到達目標　】
(1)適切な計画を立てるためにグループ内で積極的に討論できる。
【授業時間外学修】
グループ内で議論しながら学習指導案を作成する。(4.0hr)

第６回　体育の授業づくり論(6)：単元計画、指導案、教材・教具の作成(2)
【　到達目標　】
(1)グループ内で適切な計画を立てることができる。
【授業時間外学修】
グループ内で議論しながら学習指導案を作成する。(4.0hr)

第７回　模擬授業の反省会 (1)
【　到達目標　】
(1)模擬授業の観察データから授業の改善点を説明できる。
【授業時間外学修】
e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

第８回　模擬授業の反省会(2)
【　到達目標　】
(1)模擬授業の観察データから授業の改善点を説明できる。
【授業時間外学修】
e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

第９回　模擬授業の反省会(3)
【　到達目標　】
(1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。
(2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。
【授業時間外学修】
e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

第10回　模擬授業の反省会(4)
【　到達目標　】
(1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。
(2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。
【授業時間外学修】
e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

第11回　模擬授業の反省会(5)
【　到達目標　】
(1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。
(2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。
【授業時間外学修】
e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

第12回　優れた実践に学ぶ(1)：体育授業VTRの視聴と解説(1)
【　到達目標　】
(1)優れた体育授業のVTRから、効果的な指導のポイントをあげることができる。
【授業時間外学修】
模擬授業と優れた授業実践を比較し、自身の課題について考察する。(4.0hr)

第13回　優れた実践に学ぶ(2)：体育授業VTRの視聴と解説(2)
【　到達目標　】
(1)優れた体育授業のVTRから、効果的な教材・教具について説明できる。
【授業時間外学修】
模擬授業と優れた授業実践を比較し、自身の課題について考察する。(4.0hr)

第14回　体育授業の存在意義
【　到達目標　】
(1)体育授業の存在意義について説明できる。
【授業時間外学修】
体育授業の存在意義について考察する。(4.0hr)

第15回　スポーツ基本法、スポーツ基本計画、スポーツ立国戦略からみた体育授業
【　到達目標　】
(1)我が国のスポーツ政策における体育授業の位置付けを理解する。
【授業時間外学修】
我が国のスポーツ政策における体育授業の位置付けを理解する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

教育実習において、学校現場の生徒に少なからぬ影響を与えることを十分に自覚し、教職免許を取るのにふさわしい態度で講義に臨むこと。毎回の講義は相互に関連しているので、講義内容について集中してノートをとり、予習・復習を行っていくことが必要になる。指導案作成、模擬授業、テスト、レポートにも積極的に取り組むことが大切である。

【教科書・参考書など】

岡出美則 他 編著『体育科教育学入門 三訂版』大修館書店（2020年）
文部科学省『中学校学習指導要領解説－保健体育編－』（2018年）東山書房
文部科学省『高等学校学習指導要領解説－保健体育編／体育編－』（2019年）東山書房

【成績評価方法】

模擬授業や指導案作成等のグループによる活動の課題達成度と提出物40%、テスト60%として評価する。

科目名	ソフトボール			担当者	相馬　満利	
英文名	Softball					
単位数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE109		卒業認定方針との関連	⑥⑧⑨

【到達目標】

【授業科目の概要】
ベースボール型球技である「ソフトボール」は、投・打・走・捕の運動が含まれるスポーツ種目である。本授業では、「ソフトボール」の技術・戦術・体力に関する知識や構造を講義と実技を通して理解する。多くの受講者が「戦術」にかかわることにより生じる運動の楽しさを体験し、生涯スポーツへの導入を目指すとともに、授業のあり方を指導実践などを通して理解し、受講学生がお互いの交流を深める。また、生徒への指導を視野に入れ、指導方法や練習方法、安全上の留意点についても身につける。
【到達目標】
1．ソフトボールの特性を踏まえ、競技の基本的な要素（技術・戦術・体力）を身に付け、運動のスキルアップをはかり指導方法を獲得する。
2．種目の特性を理解しながら、基本的技術の習得とルールの理解を通じて、ゲームを実践できる能力と個人やチームの技能に応じて基本的な動作の学習や指導方法を学ぶ。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ソフトボールの基礎的な個人技能習得	基本技能を理解、習得し高いレベルで実施できる	基本技能を理解、習得し実施できる	基本技能の習得ができていない
ルールの理解並びに守備連携の理解	ゲーム運営を理解し、進行できる	多少理解不足はあるが、ゲームを一人で進行できる	ルール理解できず、ゲーム進行ができない
基本技能の指導方法の理解	基本技能の指導法を理解し、十分に指導できる	基本技能の指導法をおおよそ理解し指導できる	基本技能の指導法を理解できず、指導できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス：到達目標、授業の実施方法、受講にあたっての諸注意
【　到達目標　】
1．本授業の目的や評価の方法、具体的な内容、天候による実施内容の変更など授業に関わる留意点を理解する。
2．ソフトボール競技の現状、世界との違いを理解する。
【授業時間外学修】
1．ソフトボールや野球のルールについて、本や動画などで予習する。(1.0hr)

第２回　ソフトボールの特性を学ぶ：歴史、ルール、野球とソフトボールの違い
【　到達目標　】
1．ソフトボールの歴史、ルール、野球とソフトボールの違いについて理解する。
2．中学・高等学校における「ベースボール型」授業のあり方を理解する。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で取り扱うキャッチボールについて、本や動画などで予習する。(1.0hr)

第３回　ソフトボールの基本的動作を学ぶ＜1＞：守備①（身体の使い方やキャッチボール）
【　到達目標　】
1．ソフトボールの基本的な投げ方と安全な捕球の仕方を理解し、習得する。
2．ポジションによる投動作の違いも理解する。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で取り扱う守備の戦術について、本や動画などで予習する。(1.0hr)

第４回　ソフトボールの基本的動作を学ぶ＜２＞：守備②（ポジション別特性への理解）
【　到達目標　】
1．ゴロやフライの捕球の仕方について理解し、習得する。
2．キャッチボールを行いながら、ゴロやフライの状況を作り出し、グラブの使い方を習得する。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で実施するキャッチボールのスキルチェックに向けて予習する。(1.0hr)

第５回　守備の目標達成へのアプローチ＜１＞：キャッチボールスキルチェック
【　到達目標　】
1．ここまでの授業を通して理解、習得したキャッチボールについて表現することができる。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で実施する捕球動作・送球動作のスキルチェックに向けて予習する。(1.0hr)

第６回　守備の目標達成へのアプローチ＜２＞：ゴロ、フライ捕球・送球スキルチェック
【　到達目標　】
1．ここまでの授業を通して理解、習得したゴロ、フライ捕球・送球動作について表現することができる。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で取り扱うウィンドミル投法について、本や動画などで予習する。(1.0hr)

第７回　ソフトボールの基本的動作を学ぶ＜３＞：守備③（ウィンドミル投法基本編）
【　到達目標　】
1．ウィンドミル投法について理解し、習得する。
2．野球との違いを理解する。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で取り扱うウィンドミル投法について、本や動画などで予習する。(1.0hr)

第８回　ソフトボールの基本的動作を学ぶ＜４＞：守備④（ウィンドミル投法応用編）
【　到達目標　】
1．ゲームで投げられるようになるために、セットポジションからの動きを習得する。
2．ブラッシングの重要性を理解する。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で取り扱うバッティング動作について、本や動画などで予習する。(1.0hr)

第９回　ソフトボールの基本的動作を学ぶ＜５＞：攻撃①（バッティングフォーム、ペッパー、バント）
【　到達目標　】
1．バットの握り方、スイングの仕方について理解し、習得する。
2．ティーバッティングなどの基本的なドリルを行い、ボールをバットの芯に当てることを習得する。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で取り扱うバッティング動作について、本や動画などで予習する。(1.0hr)

第10回　ソフトボールの基本的動作を学ぶ＜６＞：攻撃②（ティー打撃、ロングテー打撃、ベースランニング）
【　到達目標　】
1．遠くに打球を飛ばすための体の使い方を覚える。
2．ベースを早く走るためのスキルを身に付ける。

【授業時間外学修】
1．次回の授業で実施するティーバッティングのスキルチェックに向けて予習する。(1.0hr)

第11回　攻撃の目標達成へのアプローチ＜１＞：ティーバッティングスキルチェック
【　到達目標　】
1．ここまでの授業を通して理解、習得したバッティング動作について表現することができる。

【授業時間外学修】
1．次回からゲームのため、チーム戦術を考え、ゲームを展開できるように目標を決めておく。(1.0hr)

第12回　ゲーム実践＜１＞：ミニゲーム①（初心者への導入方法の紹介）
【　到達目標　】
1．攻撃における打順の意味を理解し、場面に応じた打撃の狙いや走塁について実践を通して理解し、習得する。
2．ゲームを通して、攻守の作戦の立案やより良いゲームを行うための課題を理解する。
【授業時間外学修】
1．ゲームにおけるポジションごとの役割について事前に学修しておく。(1.0hr)

第13回　ゲーム実践＜２＞：ミニゲーム②（初心者への導入方法の紹介）
【　到達目標　】
1．前回の試合で出た課題について、個人やチームで練習を行い、試合に向けた準備ができるようにする。
2．ゲーム経験を踏まえて、個人やチームの課題を検討、抽出することができるようにする。
【授業時間外学修】
1．個人やチームの課題に対する練習方法について検討しておく。(1.0hr)

第14回　ゲーム実践＜３＞：オフィシャルゲーム（オフィシャルルールでの実施）
【　到達目標　】
1．カバーリングやベースカバーなど、守備におけるボールを持たない人の動きを理解し、実践できるようにする。
2．課題を克服する練習方法について考えることができる。
【授業時間外学修】
1．これまで学んできた技術や戦術、ルールを復習し、ノートにまとめる。(1.0hr)

第15回　まとめ
【　到達目標　】
1．授業全体を通して取り組んできた内容について振り返りを行う。

【授業時間外学修】
1．授業の内容を振り返り、新しく学んだことや気づいたことをノートにまとめる。(1.0hr)

【学修上の留意点】
1．体調不良等の理由でやむを得ない場合は見学となるが、その際も運動着に必ず着替えること。
2．天候等、場合によっては、教室を利用し理論や歴史、ルール、野球との違いなどを学修する。
装飾品（ピアスやネックレス等）は外し、長髪の場合は髪をまとめ、運動に適した服装で受講すること。運動の得意・不得意、技術レベルに関係なく、受講生全員が心から楽しめる授業にするため、積極的・主体的な発言や行動をおこなうこと、また、仲間とともに身体を動かすことを楽しめるマインドをもつことを期待する。授業中は、受講学生同士の積極的な交流を期待する。また、ベースボール型は、小学校高学年、中学等で必修科目となっており、各都道府県の採用試験等でもベースボール型に関する試験内容が出題されている。ベースボール型に携わる機会も増え、その競技特性をよく理解し、基本的な動作ができるように一緒に楽しみましょう。

【教科書・参考書など】
特になし。

【成績評価方法】
【評価方法】各技能の習熟度、実技テスト、積極性・協調性などの総合評価とする。
【割合】各技能の習熟度40%、実技テスト40%、レポート課題20%とし、総合的に評価する。
【基準】60%以上を合格とする。授業内で行うゲームの勝敗等については、マイナスの評価はしない。合格点に満たなかった場合は、追加課題を課す。実施日・場所・実施内容の詳細は、事前に周知する。

科 目 名	柔道			担当者	瀧本　誠	
英 文 名	Judo					
単 位 数	1	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門基礎・選択			
授業形態	実技	科目ナンバー	SBE110		卒業認定方針との関連	⑥⑨

【到達目標】

スポーツ種目の一つである柔道の基礎技能（受身の仕方、投げ技、固め技など）を習得する。併せて柔道の歴史的発展についての知識も学習する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
基礎知識に関する事項	柔道の成り立ちや性質を説明できる	柔道の成り立ちや性質を理解している	柔道の成り立ちや性質を理解していない
前回り受け身に関する事項	人の前回り受け身を見て不十分な点を指摘出来る	身を護るレベルの前回り受け身が取れる	危険な前回り受け身である
投げ技、固め技に関する事項	基礎技能を有機的に使用し、試合を楽しめる	基礎技能を身に着け、安全に試合が行える	試合を行う際に危険な状況が散見される

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション（授業展開について）
【　到達目標　】
授業の全体像を把握する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第２回　柔道の基本動作、受身（後受身）、固め技（袈裟固、乱取）
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第３回　受身（横受身・前回受身）、固め技（袈裟固の逃れ方、乱取）
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第４回　受身（前回受身）、固め技（崩れ袈裟固め、横四方固、乱取）
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第５回　投げ技の基本動作（姿勢、組み方、進退動作、崩しー作りー掛け）、投げ技（膝車）
【　到達目標　】
基本動作を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第６回　投げ技（膝車、小内刈）、固め技（上四方固、乱取）
【　到達目標　】
投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第７回　投げ技（大外刈り、背負投）、固め技（縦四方固、乱取）
【　到達目標　】
投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第８回　投げ技（釣込腰、払腰）、固め技（各種抑え技の逃れ方、乱取）
【　到達目標　】
投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第９回　受身試験
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第10回　投げ技（大腰）、固め技（関節技、乱取）
【　到達目標　】
投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第11回　投げ技（払い腰、約束練習）、固め技（絞め技、乱取）
【　到達目標　】
投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第12回　投げ技（体落とし、約束練習）、固め技（様々な姿勢での攻防、乱取）Ⅰ
【　到達目標　】
基本動作を用いて相手の動きに応じた攻防ができる。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第13回　投げ技（連絡技、乱取）、固め技（様々な姿勢での攻防、乱取）Ⅱ
【　到達目標　】
基本動作を用いて相手の動きに応じた攻防ができる。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第14回　試験（投げ技、固め技）
【　到達目標　】
正確な動作を身につけ、柔道に関して理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

第15回　簡易な試合
【　到達目標　】
柔道全般を理解する。

【授業時間外学修】
参考書と学習指導要領を用いて指導法の理解を深める。(1.0hr)

【学修上の留意点】

安全面に留意する。授業の際は、集中して取り組むこと。また、「何故？」という課題、疑問を持って授業に参加すること。
状況に応じて映像教材や資料を提示し、論理的な技術体系の解説を施しながら柔道に対する理解を深めていく。本講義を理解するためには、感覚的な技術の習得と併せて、論理的な技術体系の理解が重要である。レポートや理解度確認テストを通して明らかとなった課題を解説、フィードバックし、課題の解決に取り組むことが求められる。

【教科書・参考書など】

授業に必要な資料は、その都度配布することとする。

【成績評価方法】

平常授業での到達目標に対する到達度（60%）と試験（40%）で評価する。

科目名	障害者スポーツ論			担当者	梅崎　多美・江黒　直樹 髙橋　春一	
英文名	Theory of Adapted Sports					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE304		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

障害者スポーツはリハビリテーションを目的とした活動だけではなく、競技スポーツや生涯スポーツなど様々な場面で、様々な目的をもって実施されている。障害のある人に安全で効果的な運動を提供するためには、個人のニーズをはじめ障害特性や身体状況を分析することが重要であり、かつ、楽しさや取り組みやすさ、続けやすさを考慮した指導が必要である。本講義では、障害について正しく理解し、障害の特性に応じた体育・スポーツの意義や具体的な実践方法に関する知識を習得することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
障害者スポーツの沿革に関する基礎的事項・理論について	理論を理解し自らまとめて説明できる。	理論を資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
各障害の基本的特性と支援・指導方法に関する知識について	特性と支援・指導方法について理解し自ら説明できる。	特性と支援・指導方法について資料等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
障害者スポーツの知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参照しながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　障害者スポーツの理念、ICFの概念、障害理解
【　到達目標　】
WHOのICFの概念を学ぶ。また障害についての全般的な知識を習得し、障害者スポーツの必要性と活動・参加・環境因子の重要性を理解する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第２回　障害者スポーツの歴史（リハビリから競技スポーツへ）
【　到達目標　】
障害者スポーツの歴史について、リハビリテーションから競技スポーツへの発展拡大についての基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第３回　障害者スポーツの現状①（パラリンピックと他大会）
【　到達目標　】
障害者スポーツの現状として、パラリンピックと他の国際大会についての知識を習得し、課題となる事柄について考察する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第４回　障害者スポーツの現状②（全スポ）（クラス分け）
【　到達目標　】
障害者スポーツの現状として、全国障害者スポーツ大会と他の国内大会についての知識を習得し、課題となる事柄について考察する。また、クラス分けについても理解する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第５回　視覚障害の理解とスポーツの実際
【　到達目標　】
視覚障害の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第６回　肢体不自由の理解とスポーツの実際①（脊髄疾患）
【　到達目標　】
脊髄損傷や二分脊椎等の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第７回　肢体不自由の理解とスポーツの実際②（脳疾患）
【　到達目標　】
脳血管障害や脳性麻痺等の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第８回　知的発達障害の理解とスポーツの実際
【　到達目標　】
知的発達障害の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第９回　精神障害の理解とスポーツの実際
【　到達目標　】
精神障害の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第10回　リハビリテーションスポーツとは
【　到達目標　】
リハビリテーションスポーツの基本的な知識を学び、スポーツを手段としたリハビリテーションの流れについて理解する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第11回　障害の理解
【　到達目標　】
聴覚障害・音声言語障害と内部障害の特性を理解する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第12回　地域における障害者スポーツとは
【　到達目標　】
教室や大会など、地域における障害者スポーツ振興の実際を学ぶ。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第13回　車椅子・補装具について
【　到達目標　】
車椅子および義肢・装具の基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第14回　障害に応じたスポーツの工夫（種目の紹介）
【　到達目標　】
障害のある方が実際に行っているスポーツ種目の具体的な工夫を理解する。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

第15回　将来への展望と課題、学習の振り返り
【　到達目標　】
障害者スポーツの将来への展望と課題について考察すると共に、これまでの内容を振り返りながら習得した知識の確認を行う。
【授業時間外学修】
事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。適宜、資料を配布する。
参考書：イラスト アダプテッド・スポーツ概論　植木章三編著　東京教学社

【成績評価方法】

毎回の提出課題（各授業後に出されるミニレポートや理解度確認のための小テストなど）を100%として評価する。合格基準は60%である。

科 目 名	スポーツ社会学			担当者	溝口　紀子	
英 文 名	Introduction to Sociology of Sport					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE305		卒業認定方針との関連	⑧⑨

【到達目標】

スポーツの歴史や文化史を通して、スポーツの社会的役割、文化的意義について考察する。グローバル社会の多様な側面や文化的特徴についてスポーツという切り口から理解を深める。「人種・民族」「ジェンダー」「暴力」「マスメディア」「ドーピング」「政治」の視点からスポーツがどのように社会や人と関わりを持っているのかを社会学の視点から考察する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ社会学における基礎的知識	知識を理解し自らまとめて説明できる。	知識を教科書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ社会学の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツ社会学の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス（授業の進め方　スポーツ権）
【　到達目標　】
スポーツ社会学におけるスポーツのとらえ方、考え方及び社会学の学問的性格について理解する。

【授業時間外学修】
出してみる。(4.0hr)

第２回　遊びとスポーツ　ー「ホモ・ルーデンス」・「遊びと人間」を読み解くー
【　到達目標　】
スポーツの定義、遊び、eスポーツについて理解する。

【授業時間外学修】
eスポーツについて調べる。(4.0hr)

第３回　スポーツの近代化と武道の誕生
【　到達目標　】
スポーツの誕生から近代スポーツの誕生、そして現在のグローバル化社会におけるスポーツの急速な変容について理解する（小レポートを実施）。

【授業時間外学修】武士道、武道の違いについて、文献やインターネット等で調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

第４回　スポーツとナショナリズム
【　到達目標　】
スポーツと政治の親和性について考えていく。ナショナリズムや国家的なスポーツ政策について、メディアとの関係性も踏まえて理解する。

【授業時間外学修】スポーツと政治の関係性に関して文献で調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

第５回　プロパガンダとオリンピック（美の祭典・民族の祭典）
【　到達目標　】
プロパガンダの作用について学習する。
民族の祭典、美の祭典の映画鑑賞、スポーツ文化について取り上げる。

【授業時間外学修】
プロパガンダの意味を調べる。プロパガンダの具体的な例を調べる。(4.0hr)

第６回　五輪とボイコット（冷戦下のスポーツ）
【　到達目標　】
スポーツが政治とどのように結びつくのか、冷戦時代を例にボイコットについて取り上げる。

【授業時間外学修】
五輪ボイコットに関して文献で調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

第７回　子どもの健康・経済格差
【　到達目標　】
子どもの経済格差について、スポーツの環境視点から検証する。

【授業時間外学修】「子どもの経済格差」について調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

第８回　スポーツとジェンダー
【　到達目標　】
女性アスリートのメディア・イメージやパターナリズムの理解から、スポーツにおけるジェンダーの課題と展望について論じることができる（小レポート実施）。
人見絹枝が残したスポーツの功績を考える。
【授業時間外学修】スポーツに限定せず、自分が経験した、または社会に存在するジェンダーバイアスに関して整理する。(4.0hr)

第９回　女性と身体
【　到達目標　】
女性の身体を社会学の視点から考察する。
セクシュアリティ、ダイバーシティといった視点から身体を読み解く。

【授業時間外学修】
セクシュアリティ、DSDについて調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

第10回　武道の国際化ー文化変容とは何かー
【　到達目標　】
武道を例に、文化相対主義、文化変容について理解する。

【授業時間外学修】
海外のスポーツの流入、武道の流出に関して調べる。(4.0hr)

第11回　障がいスポーツ
【　到達目標　】
障がいスポーツの基礎知識、課題について理解する。

【授業時間外学修】
障がいスポーツ種目、パラアスリートについて調べる。(4.0hr)

第12回　スポーツと危機管理（安全配慮義務）
【　到達目標　】
スポーツと事故、安全配慮について、社会学的観点から議論できるようになる。スポーツと体育の関係性、課外活動における諸問題等も社会学的観点から理解する(小レポートを実施）。

【授業時間外学修】
自分のスポーツ経験・体験におけるスポーツ事故をまとめる。(4.0hr)

第13回　スポーツと倫理（ドーピングの問題性とスポーツの本質）
【　到達目標　】
ドーピング問題とは何かについて理解し、スポーツにおけるドーピング問題を社会秩序の観点から論じることができるようにする。

【授業時間外学修】
パラドーピング、日本選手のドーピング事件を調べる。(4.0hr)

第14回　スポーツと体罰
【　到達目標　】
スポーツを身体、規律、訓練の視点から考察する。
指導者と生徒の関係性、課外活動におけるハラスメント題等も社会学的観点から理解する。

【授業時間外学修】
自分のスポーツ経験・体験について、教師や指導者との関係性に関してまとめてみる。(4.0hr)

第15回　1964東京五輪と東京2020
【　到達目標　】
1964年東京五輪の当時の時代背景、スポーツ政策はいかに進められたかを理解する。
2020東京のレガシーについて考察する。

【授業時間外学修】
1964年,2020年のそれぞれの東京五輪の問題点について調べる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

1.テキストの難しい言葉については、あらかじめ読み方と意味を調べておく。
2.現代スポーツの動きや問題について関心を持つようにする。
3.感染予防、静かな授業環境を維持するためのルール、マナー、エチケットに各自が留意する。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しないが、必要に応じて、資料等を配布する。
参考図書：「現代スポーツのパースペクティブ」菊幸一他編著（大修館書店）2006 、「性と柔ー女子柔道史から問うー」溝口紀子著（河出書房新社）2013、「よくわかるスポーツ文化論」 井上俊・菊幸一編著（ミネルヴァ書房）2012、「日本の柔道　フランスのJUDO」溝口紀子著（高文研）2015

【成績評価方法】

試験：60%（試験は試験期間中に別途実施。持込不可）、授業中の小レポート（3回）及びリアクションペーパーへの記述内容：40%、良好な出席状況は当然の前提である。

科 目 名	スポーツ政策論			担当者	溝口　紀子	
英 文 名	Sport Social Policy and Administration					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE306		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

「スポーツ基本法」を中心にスポーツの普及や強化といったスポーツ政策について、スポーツに関わる法律や組織、財政等の制度を中心にスポーツが社会的・経済的・歴史的に影響を与える背景、環境について理解する。

スポーツ政策について、概念や仕組みから積み上げるだけではなく、スポーツに関わる最新の政策事例を取り上げ、意味と課題、解決方法について掘り下げる。スポーツが社会に与える影響、社会的価値についてとどう関わっているのか、またどう関わっていかなければならないかを考えるきっかけを提供したい。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ政策論における基礎的知識	知識を理解し自らまとめて説明できる。	知識を教科書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ政策論の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツ政策論の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
(1)授業ガイダンス、スポーツ政策関連用語を理解する。

【授業時間外学修】
政策とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

第２回　日本のスポーツ政策史１９９９年まで
【　到達目標　】
(1)スポーツをめぐる政策史を理解する。
(2)「政策」からみたスポーツの歴史観を理解する。

【授業時間外学修】
政策とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

第３回　２０００年以降のスポーツ政策
【　到達目標　】
(1)スポーツ基本計画の全体構想と意義を理解する。
(2)総合型スポーツクラブとは何か？

【授業時間外学修】
スポーツ基本計画についてインターネットで調べる。(4.0hr)

第４回　スポーツ政策と健康長寿
【　到達目標　】
(1)健康長寿、フレイルなど超高齢社会の課題を理解する。

【授業時間外学修】
健康長寿についてインターネットで調べる。(4.0hr)

第５回　スポーツイベントとスポーツツーリズム
【　到達目標　】
(1)スポーツイベント、スポーツツーリズムの課題を理解する。
(2)パンデミックにおけるスポーツイベントのあり方

【授業時間外学修】
スポーツツーリズム についてインターネットで調べる。(4.0hr)

第６回　ヘルスプロモーションモーションと格差問題
【　到達目標　】
(1)スポーツの公共性について理解する。
(2)スポーツによるコミュニティ形成について理解する。

【授業時間外学修】
ヘルスプロモーション活動についてインターネットで調べる。(4.0hr)

第７回　大学スポーツNCAA
【　到達目標　】
(1)大学スポーツ組織NCAAの創立と課題について理解する。

【授業時間外学修】
NCAAついてインターネットで調べる。(4.0hr)

第８回　大学スポーツ改革UNIVAS
【　到達目標　】
(1)UNIVASのスポーツ政策について理解する。

【授業時間外学修】
UNIVASについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第9回　新自由主義とスポーツ
【　到達目標　】
(1)海外のスポーツ政策について理解する。

【授業時間外学修】
スポーツフォートゥモローについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第10回　スポーツガバナンスとジェンダー平等
【　到達目標　】
(1)女性の取り巻くスポーツ環境について理解する。

【授業時間外学修】
スポーツのジェンダーバイアスについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第11回　スポーツガバナンスコード
【　到達目標　】
(1)スポーツガバナンスコードとは何か。

【授業時間外学修】
スポーツガバナンスコードの内容を調べる。(4.0hr)

第12回　スポーツ振興助成金
【　到達目標　】
(1)スポーツ振興助成金の財源と支出を理解する。

【授業時間外学修】
スポーツくじTOTOについて調べる。(4.0hr)

第13回　グループワークショップ
【　到達目標　】
(1)発表について評価する。課題を見つける。

【授業時間外学修】
発表の準備をする。(4.0hr)

第14回 スポーツ振興助成金申請方法
【　到達目標　】
(1)スポーツ振興助成金申請方法について理解する。

【授業時間外学修】
スポーツ振興助成金申請概要を調べる。(4.0hr)

第15回　スポーツ振興助成金申請事業計画書
【　到達目標　】
(1)スポーツ振興助成金申請事業計画書の事業計画を具体的に企画立案することができる。

【授業時間外学修】
第1回目から第14回目までの授業内容を参考に、スポーツ振興のための事業計画を企画する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・授業中の私語、携帯電話使用、飲食を禁じる。
・感染予防に留意し、マスクの着用、私語は厳禁。

【教科書・参考書など】

特に指定しない。
適宜、印刷物を配布する。

【成績評価方法】

授業における課題達成度(50%)、中間課題、最終試験(50%)で評価する。

科目名	スポーツ指導者論			担当者	柴田　雅貴	
英文名	Theory of Sport Coach					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE307		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

現代におけるスポーツ指導者のあり方を論理的に学び、実践で役立てられるようにすることをねらいとする。指導者に必要な資質･能力となる思考･判断〔理念･哲学〕、態度･行動〔対自分･対他者〕、一般的･専門的な知識･技能について議論を深めながら自分なりの指導者像を形成していく。そして、理想的な女性の指導者像を導き出し、現代におけるスポーツ指導者のあるべき姿を探っていく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ指導者の思考･判断〔理念･哲学〕を理解する	深く理解し十分な説明ができる	よく理解し説明できる	理解が不十分で説明できない
スポーツ指導者の態度･行動〔対自分･他者〕を理解する	深く理解し十分な説明ができる	よく理解し説明できる	理解が不十分で説明できない
スポーツ指導者の一般的･専門的な知識・技能を理解する	深く理解し十分な説明ができる	よく理解し説明できる	理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　コーチおよびコーチングとは
【　到達目標　】
語源からみる「指導者（コーチ）」および「指導（コーチング）」の本来の意味を理解し、
スポーツ指導者のあるべき姿を探る。

【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第２回　スポーツの意義と価値
【　到達目標　】
語源からみる「スポーツ」の本来の意味を理解し､スポーツ指導者のあるべき姿を
スポーツマンシップにも触れながら探る。また､日本におけるスポーツ指導者の資格について
理解する。
【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第３回　指導者の役割と使命
【　到達目標　】
選手およびチームが有するビジョンと戦略、それに応じたコーチング環境の整備について、
目的と目標の違いについて明らかにしながら理解する。
その上で指導する際の優先順位を明確にする必要性を感じとり、スポーツ指導者のあるべき姿を探る。
【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第４回　指導者に求められる資質能力
【　到達目標　】
複雑で動的なコーチング現場で、より適切な意思決定と行動を可能にする「グッドコーチ」
について理解し、指導者に求められる資質能力を探る。

【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第５回　指導現場の特徴〔実際の指導者〕
【　到達目標　】
日本を代表する実際の指導者のコーチングや指導理念などについて映像で触れ、スポーツ指導者の
あるべき姿を探る。対象は成人選手の日本代表チームを指導する指導者とする。

【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第６回　選手のキャリア・デザイン
【　到達目標　】
選手である前に一人の人間（社会人）として選手は成長や成熟が必要であり、指導の中で
「挑戦（失敗）」「主体性（自主性）」を選手に身に付けさせ中長期的な視野での選手育成に
ついて理解する。
【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第７回　指導者に必要な多様な思考法
【　到達目標　】
指導現場における課題発見･解決に向けての思考法〔論理的･分析的･創造的･批判的思考〕
について理解し、スポーツ指導者のあるべき姿を探る。

【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第８回　学び続ける指導者
【　到達目標　】
指導者として学び続ける姿勢を理解し、選手一人ひとりの特性・特徴に応じた指導ができるよう選手
とともに学ぶ態度を身に付け指導者のあるべき姿を探る。

【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第９回　指導現場の特徴〔実際の指導者〕
【　到達目標　】
海外を代表する実際の指導者のコーチングや指導理念などについて映像で触れ、
スポーツ指導者のあるべき姿を探る。対象は子ども達の選手を指導する指導者とする。

【授業時間外学修】
自分なりのスポ-

第10回　指導者の倫理観・規範意識
【　到達目標　】
これまでに実際に起こった指導者の暴言・暴力による指導、モラルに反した行動について理解し、
選手の人権をを尊重したハラスメントのないインテグリティを身に付けた
スポーツ指導者のあるべき姿を探る。
【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第11回　指導におけるリスクマネジメントと指導者のセルフコントロール
【　到達目標　】
スポーツに内在する危険、そのリスクマネジメント、法律上の責任について理解するとともに、
選手の基本的人権を脅かすことのないよう指導者の心理的・行動的な特徴を知り、
指導者自身のセルフコントールの重要性について理解する。
【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第12回　選手と双方向のコミュニケーション
【　到達目標　】
選手と指導者による双方向の効果的な言語・非言語のコミュニケーションについて理解し、
スポーツ指導者のあるべき姿を探る。

【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第13回　チームの運営･事業と関係者との信頼関係の構築
【　到達目標　】
社会においてチームが価値ある存在になるよう組織論について理解するとともに、チームを
取り巻く関係者（アントラージュ）と連係協力する必要性についても理解する。

【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第14回　指導現場の特徴〔実際の指導者〕
【　到達目標　】
日本を代表する実際の指導者のコーチングや指導理念などについて映像で触れ、スポーツ指導者の
あるべき姿を探る。対象は女子高校生選手を指導する指導者とする。

【授業時間外学修】
自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

第15回 指導者のキャリアデザイン
【　到達目標　】
指導者のワークライフバランス、成長過程や中長期目標の重要性について理解し、これまでの14回の
講義を振り返り、各自が理想とするスポーツ指導者を導き出し、スポーツ指導者のあるべき姿を探る。

【授業時間外学修】
総合的な自分なりのスポーツ指導者のあるべき姿を整理する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義全般にわたってパワーポイントを用いて行う。ただしパワーポイントの資料は一切配布しない。そのため、パワーポイントの内容を写すことはもちろん、それだけにとどまらず講義も聴きながらメモをとり、毎授業終了時に授業内容から理解した事柄をまとめ、自分の意見や考えを整理するための小レポートを作成する。結果は、次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。スポーツ指導者という体育学部にとって非常に重要な授業であるため積極的な参加が望まれる。

【教科書・参考書など】

必要に応じてプリント教材を配布する。

【成績評価方法】

毎授業時の小レポートの達成度70%、最終レポートの達成度30%で評価する。

科 目 名	指導サービス論			担当者	上林　功	
英 文 名	Sport Service					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SBE308		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

経済社会の成熟化とサービス化に伴い、現代ではモノを消費するよりも体験することを重視した「コト消費」が増えている。そこで本講義ではサービス・マネジメントやサービス・マーケティングの諸理論を中心に、健康・スポーツといったサービス財を効果的に提供していくための基本的な理論や技法、考え方について学ぶ。具体的には、フィットネスクラブやスポーツ教室など、スポーツ指導に関わる身近なスポーツサービスについて、対象者（消費者）のニーズを満たすスポーツ・プロダクトを効果的に提供するための基本的な理論や考え方を習得するとともに、具体的な改善案、企画案を立案できるようになることを目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
指導サービス論の基礎的事項（社会的要請や歴史的変遷）	基礎的事項について自らまとめて説明することができる	基礎的事項の要点について理解している	基礎的事項の要点について理解が不十分である
サービス・マーケティングの理論的知見に関する事項	理論的知見について自らまとめて説明することができる	理論的知見の要点について理解している	理論的知見の要点について理解が不十分である
サービス・マーケティングの理論的知見の活用・応用に関する事項	身近な具体的組織事例を挙げて、知見の活用・応用について論述することができる	知見の活用・応用について自身の考えを論述することができる	知見の活用・応用について自身の考えを論述できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　経済社会の成熟とサービス化
【　到達目標　】
(1)経済社会の成熟とサービス化・ソフト化について理解する。
(2)サービス化社会を促進する環境的要因について理解する。

【授業時間外学修】
サービスとは何か、どのようなことかについて考えてみる。(4.0hr)

第２回　消費者意識の変化とサービスの特質
【　到達目標　】
(1)消費者意識の変化について理解する。
(2)製品の分類とサービス財の特質を理解する。

【授業時間外学修】
取引の対象としての身近なスポーツプロダクトの特質について整理する。(4.0hr)

第３回　サービス・エンカウンター
【　到達目標　】
(1)サービス・エンカウンターとは何かについて理解する。
(2)顧客と従業員の接点、サービス・エンカウンターの管理について理解する。

【授業時間外学修】
日頃の生活の中で、サービスと接する場面について調べる。(4.0hr)

第４回　サービス・マネジメントの基本的な考え方
【　到達目標　】
(1)マーケティングの役割と機能を理解する。
(2)マーケティング・マネジメントの体系を理解する。

【授業時間外学修】
効果的にサービスを提供するために必要な要素を整理する。(4.0hr)

第５回　市場機会の発見に向けた環境分析・STPマーケティング
【　到達目標　】
(1)3C分析、SWOT分析を理解する。
(2)セグメンテーション、ターゲッティング、ポジショニングを理解する。

【授業時間外学修】
代表的な手法（3C・SWOT分析）を用いて身近な組織の環境分析を実施する。(4.0hr)

第６回　まとめテスト１
【　到達目標　】
(1)スポーツビジネスにおける基礎的なリサーチ手法について理解度の確認をおこなう。
(2)スポーツビジネスにおける基礎的なリサーチ手法について自分の言葉で説明できる。

【授業時間外学修】
身近な企業のターゲッティングについて調べる。(4.0hr)

第７回　マーケティングにおける経営戦略
【　到達目標　】
(1)代表的な経営戦略を理解する。
(2)代表的な事業戦略を理解する。

【授業時間外学修】
身近な企業の経営戦略（競争戦略・事業戦略）について整理する。(4.0hr)

第８回　マーケティング・ミックス
【　到達目標　】
(1)マーケティング・ミックスを理解する。
(2)製品（有形財・無形財）に応じたマーケティング・ミックスを理解する。

【授業時間外学修】
マーケティング・ミックスの視点から身近な企業（製品）の事例を整理する。(4.0hr)

第９回　サービスの捉え方とサービス品質
【　到達目標　】
(1)サービスのとらえ方（拡大製品概念）を理解する。
(2)サービスの品質・評価および、ブランドの影響力について理解する。

【授業時間外学修】
消費者の視点から、製品の購入や質を判断する際の要素を整理してみる。(4.0hr)

第10回　ミニテスト２
【　到達目標　】
(1)サービスクオリティとサービスバリューについて理解度の確認をおこなう。
(2)サービスクオリティとサービスバリューについて自分の言葉で説明できる。

【授業時間外学修】
身近なサービス提供の質と価値についてそれぞれ分析する。(4.0hr)

第11回　プロモーション戦略
【　到達目標　】
(1)プロモーションの役割と消費者行動（購買行動モデル）を理解する。
(2)プロモーション手法とメディア選択を理解する。

【授業時間外学修】
プロモーションの目的（役割）および、使用メディアの長所・短所を整理する。(4.0hr)

第12回　経験価値のマーケティング
【　到達目標　】
(1)経験価値という考え方を理解する。
(2)経験価値の5つの要素について具体的な事例に基づき理解する。

【授業時間外学修】今日の企業活動において経験価値という概念が重要な意義を持つ理由について整理する。(4.0hr)

第13回　サービス・プロフィット・チェーン
【　到達目標　】
(1)サービス・プロフィット・チェーン（SPC）の考え方を理解する。
(2)顧客満足度と顧客ロイヤリティの関係について理解する。

【授業時間外学修】
顧客満足やロイヤリティを高めるために大切なことを整理する。(4.0hr)

第14回　ミニテスト３
【　到達目標　】
(1)経験価値や体験価値に基づくマーケティングについて理解度の確認をおこなう。
(2)経験価値や体験価値に基づくマーケティングについて自分の言葉で説明できる。

【授業時間外学修】
従業員の満足度や、やる気がどのように顧客満足に影響するか整理する。(4.0hr)

第15回　ソーシャル・マーケティング
【　到達目標　】
(1)企業の社会的責任について理解する。
(2)企業の社会貢献活動について理解する。

【授業時間外学修】
身近な企業の社会貢献活動について調べ、その意義と役割について考察する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

基礎科目である「スポーツマネジメント」を踏まえ、より実践的・専門的な視点からスポーツサービスを効果的に提供していくための諸理論や考え方を中心に解説する。履修学生は消費者（利用者）と提供者（企業）の双方の視点からスポーツサービスや企業活動について考えてほしい。

パワーポイントを使用して講義をおこなう。関連資料やVTR等の補助教材も活用し、具体的事例からサービス・マネジメントやマーケティングに関する理解を深めていく。受講生は専用のノートを準備し、適宜板書をおこなうこと（講義ノートを作成すること）。毎回の講義後には学生の理解度や疑問点を把握するためのミニッツペーパー（確認テスト/レスポンスカード）を実施し、次回の講義時にフィードバックをおこなう。時間外での主体的な学びを促すための課題（予習・復習課題やレポート等）も課す。さらに、講義形式を中心とした授業の中に、アクティブラーニングの手法を取り入れる。具体的には学生から質問、意見を求めたり、グループ討論の機会を設ける。

【教科書・参考書など】

教科書は特に定めない。
＜参考書＞「サービス・マーケティング 第2版」生産性出版、2010年。「サービス・マーケティング入門」法政大学出版局、2009年。等
※その他の参考文献や参考資料は講義時に紹介する（適宜、配布する）。

【成績評価方法】

各授業回の予習課題と復習課題を課す。各授業回の理解度や予習・復習の状況を把握するための確認テストや課題レポート（講義内での小レポートやミニッツペーパーを含む）を実施する。さらに、全授業終了後に定期試験を実施する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。各授業に係る課題やレポートの評価を20%、第6回、第10回、第14回に実施するミニテストを30%、定期試験を50%とし、あわせて100%として総合評価する。

科 目 名	スポーツ法学			担当者	中村　安菜	
英 文 名	Sports Law					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門基礎・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SEB217		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

スポーツ事故をはじめ、スポーツと法律の接する領域は少なくない。特に、学校体育における事故をめぐる法律問題は、その典型的な領域である。この講義では、こうした問題領域についての理解を深めることを中心としつつ、スポーツに関わるその他の法的論点をも取り上げることによって法的思考力も養う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ法学の基礎的事項・理論について	理論を理解し自らまとめて説明できる。	理論を教科書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ法学の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツ法学の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について自ら意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら自分で説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で自らの意見を述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　スポーツと法律が関わる領域
【　到達目標　】
(1)スポーツと法律が関わるのはどのような場合かについて理解する。
その中で、この講義で取り上げる問題領域について理解する。

【授業時間外学修】
スポーツと法律が関連する具体例を考える。(4.0hr)

第２回　法的責任とは何か
【　到達目標　】
(1)民事責任、刑事責任、行政責任の違いについて理解する。
(2)それぞれの責任を問う仕組みの違いについて理解する。

【授業時間外学修】
民事事件と刑事事件とは何かを調べる。(4.0hr)

第３回　刑事責任概説
【　到達目標　】
(1)刑事責任が成立するための要件について理解する。

【授業時間外学修】
スポーツにおいて刑事責任を負うことになった事例を調べる。(4.0hr)

第４回　民事責任概説
【　到達目標　】
(1)民事責任について理解する。

【授業時間外学修】
不法行為と債務不履行との違いを調べる。(4.0hr)

第５回　不法行為の要件
【　到達目標　】
(1)不法行為について理解する。
(2)不法行為責任が成立するための要件について理解する。

【授業時間外学修】
スポーツにおいて不法行為責任の成立が認められた事例について調べる。(4.0hr)

第６回　不法行為の効果
【　到達目標　】
(1)不法行為責任の法的効果について理解する。
(2)損害賠償の具体的な内容について理解する。

【授業時間外学修】
不法行為責任を負った事例での、具体的な損害賠償の金額を調べる。(4.0hr)

第７回　損害賠償責任を負うのは誰か
【　到達目標　】
(1)特殊不法行為や国・地方公共団体等の責任について理解する。
(2)スポーツにおいて不法行為責任が問われた判例を読み、注意義務について理解する。

【授業時間外学修】
授業前に判例を熟読する。(4.0hr)

第８回　施設等が原因となって発生した事故と法律
【　到達目標　】
(1)土地の工作物責任について、具体的な事例を通して理解する。
(2)スポーツにおいて土地の工作物責任が問われた判例を読み、理解を深める。

【授業時間外学修】
授業前に判例を熟読する。(4.0hr)

第９回　教育現場で発生したスポーツ事故とその法的責任
【　到達目標　】
(1)スポーツに関する事故に関する裁判における争点を理解する。
(2) 判例を通し、ここまでの授業内容全体に関する理解を深める。

【授業時間外学修】
授業前に判例を熟読する。(4.0hr)

第10回　スポーツと体罰
【　到達目標　】
(1)スポーツに関連して発生する体罰の特殊性と求められる対策について理解する。

【授業時間外学修】
体罰を防止するために効果的な手段を考える。(4.0hr)

第11回　スポーツとセクシュアルハラスメント
【　到達目標　】
(1)スポーツに関連して発生するセクシュアル・ハラスメントの特殊性と求められる対策について理解する。

【授業時間外学修】
セクシュアル・ハラスメントを防止するために効果的な手段を考える。(4.0hr)

第12回　スポーツをめぐる紛争解決の工夫
【　到達目標　】
(1)スポーツに関して発生する紛争を解決するために設けられている紛争解決機関の現状と課題について理解する。

【授業時間外学修】
日本仲裁スポーツ機構のホームページを授業前に確認し、その活動を理解する。(4.0hr)

第13回　スポーツとドーピング①
【　到達目標　】
(1)ドーピング、反ドーピング活動の歴史について理解する。
(2)反ドーピング活動を担う機関の存在と､その機関によって定められた反ドーピングのルールについて理解する。
【授業時間外学修】
世界アンチドーピング機構（WADA）の具体的な活動内容を調べる。(4.0hr)

第14回　スポーツとドーピング②
【　到達目標　】
(1)ドーピング違反者に対する処分の決定までの手続きを理解する。
(2)処分に不服がある場合の手続き（仲裁）について理解する。
(3)日本における反ドーピング活動や関連法律について理解する。
【授業時間外学修】
ドーピング違反による処分をめぐる仲裁について実際の事例を調べる(4.0hr)

第15回　スポーツ現場における事故と損害賠償
【　到達目標　】
(1)この講義が目指した到達目標の達成度を確認する。
(2)スポーツ事故における損害賠償責任のあり方について総合的に理解する。

【授業時間外学修】
スポーツ事故で損害賠償責任が認められた事例について考察する。(4.0hr)

各回の授業の内容は変更される場合がある。

【学修上の留意点】

授業ではパワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者には適宜、穴埋め式のプリント（Googleクラスルームを通して配布）と補足資料を配布する。受講者には、ただプリントの穴埋めをするだけではなく、講義をよく聴き、自分で重要だと思う点などを積極的にメモすることが求められる。授業中は、特定のテーマについてディスカッションやグループ学習を導入する。なお、配布したプリントや補足資料を予習・復習として熟読し、内容を十分に理解することに加え、講義中に興味を持った事柄について、自らすすんで調べ、理解を深めることが肝要である。

【教科書・参考書など】

この授業では、教科書等の指定はない。

【成績評価方法】

期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。なお、シラバスに記載されている成績評価方法に変更がある場合は、適宜授業内で連絡する。

科 目 名	スポーツコーチング論			担当者	吉田　孝久	
英 文 名	Coaching Theory in Sports					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		専門・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SMR101		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

スポーツコーチング論は、スポーツにおける運動技能や競技力の向上を目的とし、何を、いつから、どのように実施するのかを体系的に研究する学問分野である。本講義では、指導者が選手のパフォーマンス向上だけでなく、人間育成にも貢献するという社会的責任を理解し、目標達成に向けた科学的かつ計画的なトレーニングの設計と実施、そして指導現場で発生する様々な問題への対応について学ぶ。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツコーチングに求められる基礎的事項・理論について	理論を理解し、自ら行っている運動を例にして説明できる。	理論を教本や資料を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツコーチングの研究知見に関する事項	研究知見の観点から、自ら行っている運動を例にして説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	研究知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツコーチングの研究知見の活用に関する事項	知見の活用について、自ら行っている運動についての指導に活かすことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら指導に活かすことができる。	知見の活用に関する理解が不十分で指導に活かすことができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　コーチング論の対象領域：競技力とは
【　到達目標　】
スポーツコーチングの対象は、競技力向上だけにとどまらず、選手の成長やチームビルディングなど多岐にわたる。ここでは競技力向上に焦点を当て、選手の技術、戦術、そしてメンタル面といった競技力の多様な側面を深く理解することを目指す。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第２回　トレーニング目標論
【　到達目標　】
トレーニングの効果を最大化するためには、個人のスキルレベルを把握し、目標を設定することが重要になる。そのため、ニーズ分析と現状把握に基づいた目標設定の重要性と具体的な方法について学ぶ。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第３回　コーチングのタイプ
【　到達目標　】
コーチングには様々な種類があり、選手のパフォーマンス向上のため、技術指導やメンタルサポートなど多岐にわたる役割が求められる。望ましい指導者像は専門知識と人間性を兼ね備えた人物であり、最終的にスポーツの主役は選手であることを理解する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第４回　スポーツのインテグリティとハラスメント
【　到達目標　】
ドーピングや八百長といった不正行為からスポーツを守り、フェアプレーや誠実さを重んじることで、スポーツが本来持つ価値を保つスポーツのインテグリティを理解する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第５回　トレーニングの原理・原則
【　到達目標　】
より効果的かつ安全なトレーニングを行うために、運動生理学的な視点から「トレーニングの原理・原則」を学び、自身のトレーニング計画に活かす。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第６回　トレーニングと休養のバランス
【　到達目標　】
超回復モデルとフィットネス疲労モデルを比較検討し、トレーニングにおける疲労と回復のメカニズムを総合的に理解する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第７回　運動の習熟過程
【　到達目標　】
動作の習得には段階があることを理解し、それぞれの段階における特徴を学ぶ。同時に、自身の運動経験を振り返り、それぞれの段階を自分の動きに当てはめて考察する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第８回　運動共感・分析能力
【　到達目標　】
コーチングに必要とされる運動共感を理解するとともに、指導上の問題点を分析して指導に活用することを学ぶ。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第９回　動きの学習
【　到達目標　】
初心者指導におけるコーチングの例に関して、映像を活用して理解を深める。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第10回　スキルトレーニング
【　到達目標　】
パフォーマンス向上を目指したスキルトレーニングの種類を知るとともにスキルトレーニングの効果を高めるポイントを理解する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第11回　トレーニング計画（年間計画）
【　到達目標　】
目標達成を目指すための様々なトレーニング計画が存在する。ここでは、年間トレーニング計画に焦点を当て、トレーニングの量と強度との関係、目標大会で最高のパフォーマンスを発揮するための「ピーキング」の概念について理解を深める。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第12回　トレーニングの週間計画とトレーニング配列
【　到達目標　】
効果的なトレーニングを行うために、各エクササイズの順番を考慮した「トレーニング配列」を学び、週間計画を立案する。それぞれの計画における注意点や、怪我防止策などを理解することで、より安全かつ効率的な計画の立案方法を理解する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第13回　トレーニング環境の整備
【　到達目標　】
スポーツ活動における安全確保のため、トレーニング環境を整える上での注意点について深く理解する。運動施設の安全性、用具の適切な管理、そして運動中のケガ防止策などを学び、安全で快適なトレーニング環境を構築するための知識を習得する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第14回　ジュニア期のトレーニング
【　到達目標　】
子供の発育発達段階に合わせた、効果的なコーチング方法や指導法を学ぶ。特に、運動能力の向上だけでなく、心身ともに健やかな成長を促す指導法について深く探求する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

第15回　コーチングにおける問題点
【　到達目標　】
コーチングの実践において発生する可能性のある様々な問題点について、多角的な視点から分析し、それらの問題を解決するための具体的な方策を検討する。
【授業時間外学修】授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読して理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・毎回提示する課題に回答する。次の授業で課題への回答例を示すことによって、授業内容の理解の度合いを自分自身でチェックする。
・過去のスポーツ経験をもとに、自分自身のトレーニング実践について分析・評価することによって、また関連内容に関する映像資料の活用によってコーチングについての理解を深める。

【教科書・参考書など】

『教師のための運動学』金子明友・監修　吉田茂、三木四郎・編（大修館書店）、『スポーツ・トレーニング理論』村木征人著（ブックハウスHD）、『リファレンスブック』公益財団法人日本スポーツ協会

【成績評価方法】

理解度を評価するために試験を実施する。その試験の結果100%で評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

科目名	スポーツ技術論（スポーツ技術トレーニングを含む）	担当者	森井　大樹
英文名	Technique in Sports		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SMR201		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

本講義では、まず運動技能を構成する中核的因子である技術を、戦術・体力と関連させながら概観する。そして、運動が「できる」ことは、技術（コツ）を身につけることであり、コツの発生にはいくつかの階層（形成位相）があることや動きを「覚える人」と「教える人」にはそれぞれ「身体知」が必要であることを理解する。さらに、トレーニング過程全体の中で、「技術」に目を向けることや技術トレーニングの必要性を確認していく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ技術の概念について	スポーツにおける技術・戦術・体力の関係について、具体的な動きかたから詳細に説明できる。	スポーツにおける技術・戦術・体力の関係について、スポーツ運動学的な視点から理解し、説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ技術・コツの習得について	動感形成位相におけるさまざまな習得様相を説明でき、その知識を実践においても活用できる。	スポーツ技術・コツの習得について、動感形成位相の考え方から理解し、説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ技術トレーニングの方法について	スポーツ技術トレーニングの一般的考え方を理解し、専門種目における数多くの新たな指導法を考案して説明できる。	スポーツ技術トレーニングの一般的考え方を理解し、専門種目における具体的方法について説明できる。	理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　スポーツ技術とは
【　到達目標　】
(1)技術の概念について理解する。
(2)スポーツ技術の概念について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第２回　スポーツ技術の変遷
【　到達目標　】
(1)スポーツ技術の歴史的変遷を理解する。
(2)スポーツ技術の必要性を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第３回　競技力の構造
【　到達目標　】
(1)競技力の構造について理解する。
(2)技術・戦術・体力の関連について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第４回　スポーツ技術と動感身体知
【　到達目標　】
(1)スポーツ技術と動感身体知の関連を理解する。
(2)動感身体知の具体的例証について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第５回　動感身体知の形成位相１
【　到達目標　】
(1)動感身体知の形成位相の概要を理解する。
(2)原志向位相、探索位相、偶発位相について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第６回　動感身体知の形成位相２
【　到達目標　】
(1)形態化位相、自在位相について理解する。
(2)形成位相と動きの獲得について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第７回　技術とコツ
【　到達目標　】
(1)技術とコツの関連について理解する。
(2)コツ身体知の概要について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第８回　技術の習得と創発身体知
【　到達目標　】
(1)技術の習得と創発身体知の関連を理解する。
(2)創発身体知の概要を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第９回　技術の伝承と促発身体知
【　到達目標　】
(1)技術の伝承と促発身体知の関連を理解する。
(2)促発身体知の概要を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第10回　技術トレーニングの前提
【　到達目標　】
(1)技術トレーニングの前提を理解する。
(2)トレーニングの原則を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第11回　初級者の技術トレーニング１
【　到達目標　】
(1)初級者の技術トレーニングの概要を理解する。
(2)初級者の技術トレーニングの内容・方法を理解する①。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第12回　初級者の技術トレーニング２
【　到達目標　】
(1)初級者の技術トレーニングの内容・方法を理解する②。
(2)初級者の技術トレーニングと課題を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第13回　中級者の技術トレーニング
【　到達目標　】
(1)中級者の技術トレーニングの概要を理解する。
(2)中級者の技術トレーニングの内容・方法を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第14回　上級者の技術トレーニング
【　到達目標　】
(1)上級者の技術トレーニングの概要を理解する。
(2)上級者の技術トレーニングの内容・方法を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第15回　トレーニングにおけるスポーツ技術
【　到達目標　】
(1)トレーニング内容の中核がスポーツ技術であることを理解する。
(2)各自の今後の技術トレーニングの展望と課題を明確にする。

【授業時間外学修】
授業から得た知見を実際のトレーニング場面に活かせるよう準備する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。本講義を理解するためには、講義内容を常に各自の運動経験や専門スポーツ種目に置き換え、具体例を思い浮かべながら受講することが大切である。ほぼ毎時間、講義内容に関する小レポートを作成する。

【教科書・参考書など】

適宜、資料を配布する。教科書の指定については授業内でアナウンスする場合がある。
＜参考文献＞　「選手とコーチのためのスポーツ技術のトレーニング」M.ｸﾞﾛｯｻｰ/A.ﾉｲﾏｲﾔｰ（大修館書店）
「運動学講義」金子、朝岡編（大修館書店）「身体知の形成　上・下」金子明友（明和出版）　等

【成績評価方法】

各回の小レポートまたは小テスト70%、最終レポートまたは試験30%により評価する。具体的な評価方法は授業内で別途提示する。

科 目 名	スポーツ戦術論（スポーツ戦術トレーニングを含む）	担当者	柴田　雅貴
英 文 名	Tactics in Sports		

単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SMR202		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

「戦術」そのもの、および「スポーツ戦術」について概念、構造、歴史について概説しながら理解を深める。また、具体的にはスポーツ戦術について利益とリスク、戦術行動の段階、ある競技種目の具体例、情報の活用、倫理的側面について解説する。そして、スポーツ戦術を具体的な競技場面で実現でき、選手もしくは指導者として競技力向上が図れるようにすることがねらいである。さらには、スポーツ戦術トレーニングについても理解し、計画の立案ができるようになることもねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ戦術の概念･構造･歴史について	深く理解し十分な説明ができる	よく理解し説明できる	理解が不十分で説明できない
スポーツ戦術行動の段階について	深く理解した上で実践の場で活用できる	よく理解し説明できる	理解が不十分で説明できない
スポーツ戦術トレーニングについて	深く理解した上で実践の場で活用できる	よく理解し説明できる	理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス（授業の進め方など）
【　到達目標　】
1　講義の進め方、聴講上で留意する点、評価の方法を確認する。
2　「戦術」とは何かの概説について理解する。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第２回　戦術に関する用語とその意味
【　到達目標　】
1　戦術の語源、スポーツ戦術に関連する用語を理解する。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第３回　選手の競技力におけるスポーツ戦術の位置づけ
【　到達目標　】
1　選手の競技力の要素を理解する。
2　その中でのスポーツ戦術の位置づけを理解する。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第４回　スポーツ戦術の利益とリスク
【　到達目標　】
1　スポーツ戦術の利益とリスクの関係性を理解する。
2　自身が専門とする競技に置き換えて考える。もしくは授業内での事例を具体的にイメージできる。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第５回　スポーツ戦術の戦術行動の段階
【　到達目標　】
1　戦術行動の段階（３つの段階）について理解する。
2　自身が専門とする競技に置き換えて考える。もしくは授業内での事例を具体的にイメージできる。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第６回　スポーツにおける戦略と戦術
【　到達目標　】
1　「戦術」と「戦略」の言葉の使い分けについて理解する。
2　戦略的戦術の具体的な事例から意味を理解する。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第７回　スポーツ戦術と技術および体力との関係性
【　到達目標　】
1　スポーツ戦術と技術との関係性について理解する。
2　スポーツ戦術と体力との関係性について理解する。
3　自身が専門とする競技に置き換えて考える。もしくは授業内での事例を具体的にイメージできる。
【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第８回　採点系・測定系競技におけるスポーツ戦術
【　到達目標　】
1　採点系競技におけるスポーツ戦術について理解する。
2　測定系競技におけるスポーツ戦術について理解する。
3　自身が専門とする競技に置き換えて考える。もしくは授業内での事例を具体的にイメージできる。
【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第９回　スポーツ戦術への情報（ゲームデータ分析）の活用
【　到達目標　】
1　具体的な情報としてのゲーム分析データについて理解する。
2　スポーツ戦術への活用について理解する。
3　自身が専門とする競技に置き換えて考える。もしくは授業内での事例を具体的にイメージできる。
【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第10回　スポーツ戦術への「孫子の兵法」の活用
【　到達目標　】
1　「孫子の兵法」について理解する。
2　その上で実際の競技場面に置き換えて活用できるよう考える。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第11回　「孫子の兵法」と「クラウゼヴィッツの戦争論」
【　到達目標　】
1　「孫子の兵法」と「クラウゼヴィッツの戦争論」をそれぞれ理解する。
2　その上で違いを見いだし実際の競技場面に置き換えて考える。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第12回　スポーツ戦術における倫理的側面
【　到達目標　】
1　倫理的側面からみたスポーツ戦術について理解する。
2　倫理的側面からみてそのスポーツ戦術を用いるかどうか考える。

【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第13回　スポーツ戦術トレーニングの原則と内容
【　到達目標　】
1　スポーツ戦術トレーニングの原則を理解する。
2　スポーツ戦術トレーニングの内容を理解する。
3　自身が専門とする競技に当てはめて考える。
【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第14回　スポーツ戦術トレーニングの段階と順序
【　到達目標　】
1　スポーツ戦術トレーニングの段階を理解する。
2　スポーツ戦術トレーニングの順序を理解する。
3　自身が専門とする競技に当てはめて考える。
【授業時間外学修】
授業で作成したノートおよび配布した資料を見直し､次回の授業の準備をする。(4.0hr)

第15回　スポーツ戦術トレーニングの計画・立案
【　到達目標　】
1　スポーツ戦術トレーニングを実際に計画・立案する。

【授業時間外学修】
本講義で獲得した知見をもとに競技力向上をねらった実際の戦術トレーニングに活かせるようにする。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義全般にわたりパワーポイントを用いて行う。これまでの、板書された事柄をノートに記録する高校時代の授業状態を一歩進化させ、パワーポイントの内容はもちろん、講義内容を聞いて記録できることを重視して授業を進めていく。換言すれば「見て書ける」から「聞いて書ける」ようになることである。毎授業時に、講義内容に関する小レポートを作成し､理解度の確認を行う。結果は、次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。他の受講者に迷惑を及ぼす行動については厳しく対処する。

【教科書・参考書など】

特定の教科書は使用しない、参考資料を配布する。
参考書「スポーツの戦術入門」ヤーン・ケルン著（大修館書店）

【成績評価方法】

毎授業時の小レポート達成度60%と中間および最終のまとめレポート達成度40%で評価する。

科 目 名	スポーツコンディショニング論			担当者	星川　佳広	
英 文 名	Sport Conditioning					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2	／選択の区別	専門・必修			
授業形態	講義	科目ナンバー	SMR203		卒業認定方針との関連	⑦

【到達目標】

コンディショニングとは、試合、競技においてより良くパフォーマンスするために行うすべての活動を指す。より良いコンディショニングには、生理・心理について理解を深め、その仕組みにそって行うことがポイントになる。本講義では、コンディショニングの基礎となる生理学（疲労のメカニズム、自律神経系、内分泌系など）について学修した後、トレーニング計画法、暑熱対策、ウォーミングアップ、ウエイトコントロール、リカバリー（休養・睡眠）等、コンディションに影響する各事項について理解を深める。各事項は女性アスリート、女子スポーツ指導者としての視点を重視し、実際のコンディショニングに活かすことができることを目標とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツコンディショニングの知識	知識を理解し、正しく説明できる	知識を理解し、資料等を見ながら説明できる	理解が不十分で説明できない
女性特有のスポーツコンディショニング上の課題	課題を理解し、正しく説明できる。	課題を理解し、資料等を見ながら説明できる	理解が不十分で説明できない
スポーツコンディショニングの知識の応用	アスリート、指導者として競技力向上に活かすことができる	アスリート、指導者として応用事例がわかる	理解が不十分で応用することできない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　スポーツにおけるコンディショニング
【　到達目標　】
スポーツにおけるコンディショニングと本講義における学習到達目標について理解する。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。参考書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

第２回　コンディショニングの生理①　疲労とストレスの背景
【　到達目標　】
ホメオスタシス、ストレス、疲労の生理、心理について概要を理解する。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。参考書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

第３回　コンディショニングの生理②　自律神経系と内分泌系
【　到達目標　】
身体機能の調節を担う自律神経系、内分泌系について理解する。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。参考書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

第４回　コンディショニングの生理③　血液と免疫系およびオーバートレーニング
【　到達目標　】
血液・体液と免疫系の作用について理解する。スポーツ選手の内科的問題を理解する。
オーバートレーニングとそのチェック法（POMS）について理解し、コンディショニングに
活かすことができる。
【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。参考書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

第５回　ピリオダイゼーションと試合前のコンディショニング
【　到達目標　】
パフォーマンスを最適化するシーズン計画の組み立て方、トレーニング量の管理（セッションRPE）、
試合前のテーパリング、栄養戦略について理解し、コンディショニングに活かすことができる。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第６回　暑熱環境と体温調整、水分補給①
【　到達目標　】
体温調節と熱中症について理解を深める。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第７回　暑熱環境と体温調整、水分補給②
【　到達目標　】
暑熱環境への順化について理解し、コンディショニングに活かすことができる。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第８回　ウォーミングアップとクーリングダウン
【　到達目標　】
ウォーミングアップ、クーリングダウンの生理を理解し、コンディショニングに
活かすことができる。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第９回　リカバリー（休養・睡眠）
【　到達目標　】
休養・睡眠、生体リズムの生理を理解し、コンディショニングに活かすことができる。
時差対策について理解する。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第10回　身体組成とウエイトコントロール
【　到達目標　】
身体組成（体脂肪率、除脂肪量）とその生理、栄養対策を理解する。
体重管理法について理解し、コンディショニングに活かすことができる。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第11回　女性特有の事項①
【　到達目標　】
月経周期の生理変化と、トレーニング効果について理解を深め、コンディショニングに
活かすことができる。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第12回　女性特有の事項②
【　到達目標　】
女性で起きやすい障害、コンディショニング上の問題（貧血、女性アスリートの3主徴など）
を理解する。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第13回　成長段階とトレーニング
【　到達目標　】
からだの成熟過程とその個人差、性差を理解し、各成長段階に則したトレーニング、
コンディショニングに活かすことができる

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第14回　ディトレーニング
【　到達目標　】
トレーニングを中止した際におけるからだの変化および回復法について理解し、
コンディショニングに活かすことができる。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。(4.0hr)

第15回　効果的なコンディショニング・実践例
【　到達目標　】
コンディショニングの知識を定着する。具体的なコンディショニングの活用例を知り、指導、
実践できる。

【授業時間外学修】
講義内容を資料、ノートを元に復習する。自身の競技と結び付けて具体的に実践例を考える(4.0hr)

【学修上の留意点】

図表スライドを用いて講義内容の要点を示し、口頭および板書にて詳細を説明する。ほぼ毎時間、講義内容に関する予習と理解度確認テストがある。
情報量が多いため、講義での説明に加えて各自の予習、復習が必要となる。小テストを複数回行い、授業内でフィードバックを行うことで、知識の定着を図る。
また、授業内で応用事例をたくさん扱うので、部活動や自身のスポーツとの関連性を考え、積極的に意見表明してほしい。その議論を通してより深い理解が得られる。

【教科書・参考書など】

配布資料を使用する。以下の参考書を授業に持参したり、授業時間外学習に利用すると理解が深まる。
「スポーツ生理学」冨樫健二編（化学同人）

【成績評価方法】

毎回の授業への取り組み（予習・復習含む）、意見表明を重視する。毎回の課題提出50%、小テスト20%、定期試験30%で評価する。

科目名	体力トレーニング演習			担当者	相馬　満利・吉兼　練	
英文名	Seminar in Fitness Training					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR301		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

体力は、運動に使うエネルギーを出す能力と、効果的に出したり使ったりする能力に分けられる。本授業では、おもに、最大エネルギーを出す能力（筋力・パワー・持久力）の評価法とトレーニング方法について体得し、目的・目標に応じた体力トレーニングに関するプログラム作成能力および実行能力を養成することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
体力トレーニングに求められる基礎的事項・理論について	理論を理解し、それぞれのトレーニング実施方法についても説明できる。	理論や実施方法について、教本や資料を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
体力トレーニングの研究知見に関する事項	研究知見の観点から、自ら行っている運動を例にして説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
体力トレーニングの研究知見の活用に関する事項	知見の活用について、自ら行っている運動の指導に活かすことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら指導に活かすことができる。	知見の活用に関する理解が不十分で指導に活かすことができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のねらいと進め方
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方について理解する。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直し、理解を深める。(4.0hr)

第２回　体力トレーニングの基礎知識と基本手段
【　到達目標　】
(1)体力トレーニングの基礎知識と基本手段について理解する。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直し、理解を深める。(4.0hr)

第３回　マシントレーニング
【　到達目標　】
(1)トレーニングマシンの基本的な使い方を理解する。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直し、理解を深める。(4.0hr)

第４回　フリーウエイトトレーニング
【　到達目標　】
(1)フリーウエイトトレーニングの基本的な行い方を理解する。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直し、理解を深める。(4.0hr)

第５回　最大筋力の評価法
【　到達目標　】
(1)最大筋力の測定評価法を理解し、実践する。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直し、理解を深める。(4.0hr)

第６回　最大パワーの評価法
【　到達目標　】
(1)最大パワーの測定評価法を理解し、実践する。
【授業時間外学修】
実践した自身の測定結果をまとめてレポートを作成する。(4.0hr)

第７回　持久力の評価法
【　到達目標　】
(1)持久力の測定評価法を理解し、実践する。
【授業時間外学修】
実践した自身の測定結果をまとめてレポートを作成する。(4.0hr)

第８回　最大筋力のトレーニング法
【　到達目標　】
(1)最大筋力トレーニングについて理解し、実践する。
【授業時間外学修】
実践したトレーニングに関する内容と課題等に関するレポートを作成する。(4.0hr)

第９回　最大パワーのトレーニング法
【　到達目標　】
(1)最大パワートレーニングについて理解し、実践する。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直し、理解を深める。(4.0hr)

第10回　持久力のトレーニング法
【　到達目標　】
(1)持久力トレーニングについて理解し、実践する。
【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直し、理解を深める。(4.0hr)

第11回　いろいろなトレーニング法①「スタビライゼーション」
【　到達目標　】
(1)スタビライゼーションなどについて理解し、実践する。
【授業時間外学修】
実践したトレーニングに関する内容と課題等に関するレポートを作成する。(4.0hr)

第12回　いろいろなトレーニング法②「プライオメトリックス」
【　到達目標　】
(1)プライオメトリックスなどについて理解し、実践する。
【授業時間外学修】
実践したトレーニングに関する内容と課題等に関するレポートを作成する。(4.0hr)

第13回　プログラムの作成・実行①「プログラムの作成」
【　到達目標　】
(1)自己の目的・現状に応じたプログラムを作成・実践する。
【授業時間外学修】
トレーニングメニューを作成し、実施後の課題等をまとめる。(4.0hr)

第14回　プログラムの作成・実行②「プログラムの振替入り」
【　到達目標　】
(1)自己の目的・現状に応じたプログラムを作成・実践する。
【授業時間外学修】
トレーニングメニューを作成し、実施後の課題等をまとめる。(4.0hr)

第15回　プログラムの作成・実行③「プログラムの実践」
【　到達目標　】
(1)自己の目的・現状に応じたプログラムを作成・実践する。
【授業時間外学修】
実施後の課題等をまとめ、レポートを提出する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

トレーニングに適した服装、室内シューズを用意し、過剰なアクセサリー等は控えること。
安全・効果的にトレーニングできるように体調管理に努めること。
グループおよび個人ごとの学習活動において、記録をつけながらの実技となる。
配布される資料を理解する。また、授業の後半には自分に適したトレーニングプログラムを作成―実行し、その結果をレポートする。

【教科書・参考書など】

配布資料による。

【成績評価方法】

毎回の授業での課題と全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の課題を40%、まとめのレポート評価を60%とし、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	榎本　遼香	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3	／選択の区別	専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑧

【到達目標】

スポーツ技術論で扱った内容を詳細に検討することにより、動きの習得と定着に必要な事柄を整理し、発生論的視点からの検討を試みる。そこから、動きを身につけるための具体的方法論についての理解を深める。さらに、その過程で最も重要となる観察力のトレーニングについても理解していく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
発生運動学の知見について	発生運動学の考え方を実際の指導場面に照らし合わせて説明できる。	発生運動学の基本的考え方の有益性を理解し、説明できる。	発生運動学の考え方が理解できない。
コツとカンについて	コツとカンの表裏一体の関係について、具体的事例をもとに説明できる。	コツとカンの概念について理解し、説明できる。	コツとカンの違いが理解できない。
動感観察について	動きかたの観察実践から、その動感様相について説明できる。	動感観察の方法について理解し、説明できる。	動感観察の概念や方法が理解できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　スポーツ技術の構造
【　到達目標　】
(1)スポーツ技術の構造について再確認する。
(2)スポーツ技術に関する具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第２回　スポーツ技術の習得
【　到達目標　】
(1)スポーツ技術の習得に関するさまざまな課題を理解する。
(2)スポーツ技術の習得に関する具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第３回　発生運動学に基づく動きの指導
【　到達目標　】
(1)発生運動学について再確認する。
(2)動きの指導に関する具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第４回　コツとは？
【　到達目標　】
(1)動きのコツについて再確認する。
(2)コツの具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第５回　コツの習得
【　到達目標　】
(1)コツの習得に関するさまざまな課題を理解する。
(2)コツの習得に関する具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第６回　カンとは？
【　到達目標　】
(1)動きのカンについて再確認する。
(2)カンの具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第７回　カンの習得
【　到達目標　】
(1)動きのカンについて再確認する。
(2)カンの具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第８回　コツとカンの反転
【　到達目標　】
(1)コツとカンの反転化現象について理解する。
(2)コツとカンの反転化現象の具体的例証を分析する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第９回　観察とは？
【　到達目標　】
(1)観察の概念について再確認する。
(2)発生運動学的な観察とその具体的例証について再確認する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第10回　観察の実際１
【　到達目標　】
(1)実際の動きの観察から、観察方法を検討する。
(2)日常生活での動きの観察とその具体的例証について理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第11回　観察の実際２
【　到達目標　】
(1)実際の動きの観察から、観察方法を検討する。
(2)スポーツでの動きの観察とその具体的例証について理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第12回　選手と観察能力
【　到達目標　】
(1)選手にとっての観察能力の必要性を理解する。
(2)選手の観察能力の具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第13回　指導者と観察能力
【　到達目標　】
(1)指導者にとっての観察能力の必要性を理解する。
(2)指導者の観察能力の具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第14回　指導者の促発能力
【　到達目標　】
(1)指導者の促発能力の必要性を理解する。
(2)観察、交信、代行の具体的例証を検討し、理解する。

【授業時間外学修】
(2)についてのレポートをまとめる。(4.0hr)

第15回　促発能力の養成方法
【　到達目標　】
(1)促発能力の必要性を理解する。
(2)促発能力の具体的養成方法について理解する。

【授業時間外学修】
授業で得た発生運動学的な知見を動きかたの習得や指導に活かせるよう準備する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

スポーツ技術・身体知・コツ・カン・観察能力などに関して、実際の動きの場面に照らし合わせながら検討していく授業である。授業はパワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示しながら理解を深めていく。多くの例証から、発生運動学的知見が指導現場に有用であることを確認するため、常に「動きの発生」に関する問題意識を持って授業に参加してほしい。毎時間、小レポートを作成する。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。適宜、資料を配布する。
＜参考文献＞　「マイネル　スポーツ運動学」K.マイネル（大修館書店）
「わざの伝承」金子明友（明和出版）　「身体知の形成　上・下」金子明友（明和出版）　等

【成績評価方法】

毎回の小レポートの達成度　70%　・　最終レポートの達成度　30%

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	大槻　茂久	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

本講義は、各種競技の社会学的、身体的、精神的な側面からの考察、戦術・ゲーム分析・トレーニング方法などについて考察し、様々な視点からスポーツを理解し、それぞれの専門種目、指導現場にに活かすことを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
各種球技の歴史と普及についての理解	各種競技の歴史やその普及について理解し、説明できる	各種競技の歴史やその普及について資料を見ながら説明できる	各種競技の歴史やその普及についてについての理解が十分でなく説明できない。
各種球技の戦術・ゲーム分析についての理解	球技の戦術・ゲーム分析について理解し、説明できる	球技の戦術・ゲーム分析について資料みながら説明できる	球技の戦術・ゲーム分析について理解が不十分で説明できない
各種球技の指導方法について	球技の指導方法について理解し、説明できる	球技の指導方法について資料みながら説明できる	球技の指導方法の理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
ガイダンスにおいてこの授業の内容や目的、進め方に関して理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べ、レポートを作成する。(4.0hr)

第２回　専門種目の歴史について
【　到達目標　】
専門種目の歴史（ルーツを含む）を調べて発表し、その中で自分の専門種目の発生や位置づけ、
価値などを理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第３回　専門種目の普及面について
【　到達目標　】
各種スポーツの成果や課題を分析し、特にそれぞれの競技での普及や発展について理解し実践できる。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第４回　専門種目のウォーミングアップについて
【　到達目標　】
専門種目の特性を理解し、それぞれの競技でのウォーミングアップの目的・方法について理解し、実践

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第５回　専門種目のフィジカル強化について
【　到達目標　】
専門種目の特性を理解し、それぞれの競技でのフィジカル強化について理解し、実践する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第６回　専門種目のメンタル面強化について
【　到達目標　】
専門種目の特性を理解し、それぞれの競技でのメンタル面の強化について理解し、実践する。
目の共通点や相違点を理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第７回　専門種目のチームビルディングについて
【　到達目標　】
専門種目の特性を理解し、それぞれの競技でのチームビルディングについて理解し、実践する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第８回　専門種目の栄養面について
【　到達目標　】
専門種目の特性を理解し、それぞれの競技での栄養について理解し、実践する。
する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第９回　専門種目の戦術について
【　到達目標　】
専門種目の特性を理解し、それぞれの競技の戦術について理解し、実践する。
する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第10回　専門種目のゲーム評価と分析ついて
【　到達目標　】
専門種目の特性を理解し、それぞれの競技でのゲーム分析について理解し、実践する。
する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第11回　トレーニング計画について
【　到達目標　】
専門種目の特性を理解し、それぞれの競技でトレーニング計画ついて理解し、実践する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第12回　専門種目のゲーム評価と分析
【　到達目標　】
前回の授業をもとに、各種目で行われているゲーム分析の事例を挙げ、どのような意図で行わ
れ、どのような問題があるかを理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第13回　トレーニング計画について
【　到達目標　】
スポーツの戦略に含まれる「年間計画」について、その基本的な考え方を理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第14回　様々なトレーニング方法の紹介
【　到達目標　】
スポーツ全般に活かせる様々なトレーニング方法を紹介し、自分の専門競技に活かす。

【授業時間外学修】
これまでの各自のレポート、講義から自分の専門種目のレポートをまとめる。(4.0hr)

第15回　球技全般の学習から専門種目の位置づけ等の理解
【　到達目標　】
それぞれの専門種目の位置づけや、発生の背景など、自分の種目に関する見
方を、運動学的ないろいろな見方で捉えることを理解する。

【授業時間外学修】
今回の講義全体をまとめた上、自分のレポートを含め小論文の作成をする。(4.0hr)

【学修上の留意点】
　この授業では、、それぞれの種目に関する毎回の課題を自分で文献から調べ、発表し専門種目の特性を深く理解すること理解することを目的としている。自分の専門種目も重要だが、他の種目、特に自分の種目と似たものや、逆に極端に異なったものを理解することにより、今後の自分の研究の方向を見いだすことができるように受講すること。

【教科書・参考書など】
特になし。

【成績評価方法】
　毎回のレポートの調査内容と発表の仕方60%、他種目への理解度20%、本演習全体の理解度と取り組み方20%として評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	大橋　祐二	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

陸上競技のパフォーマンス向上には、科学的なデータをコーチングの現場に応用することが不可欠である。また、競技者育成には、タレント発掘から年齢に応じた適切な指導法までを理解する必要がある。本演習では、測定機器を用いてデータを収集し、そのデータを正しく理解し、コーチングの現場に応用する能力を身に付ける。さらに、陸上競技の競技者育成について、日本陸上競技連盟が発行している『競技者育成指針』や『競技者育成プログラム』から学ぶ。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
測定方法について	測定方法を正しく理解し、測定することができる。	資料を参照しながら、測定することができる。	測定することができない。
分析方法について	測定によって得られたデータを分析し、評価することができる。	資料を参照しながら、データを分析・評価することができる。	分析・評価を行うことができない。
陸上競技の競技者育成について	陸上競技の競技者育成について正しく理解し、コーチング実践に活かすことができる。	陸上競技の競技者育成について正しく理解し、説明できる。	陸上競技の競技者育成について理解が不十分で、説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション
【　到達目標　】
授業の目的と進め方を理解する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第２回　スプリント走の測定
【　到達目標　】
光電管を用いて、スプリント走のフィニッシュタイムと区間タイムを測定することができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第３回　スプリント走の撮影
【　到達目標　】
ハイスピードカメラを用いて、平均疾走速度、平均ストライド、平均ピッチを算出するための動画を撮影することができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第４回　スプリント走の分析
【　到達目標　】
ハイスピードカメラで撮影した動画を用いて、平均疾走速度、平均ストライド、平均ピッチを算出することができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第５回　走動作の撮影
【　到達目標　】
ハイスピードカメラを用いて、動作分析用の動画を撮影することができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第６回　走動作の分析①
【　到達目標　】
ハイスピードカメラで撮影した動画と動作分析ソフトを用いて、デジタイズすることができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第７回　走動作の分析②
【　到達目標　】
ハイスピードカメラで撮影した動画と動作分析ソフトを用いて、デジタイズすることができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第８回　走動作の分析③
【　到達目標　】
デジタイズしたデータから算出したキネマティクスデータを理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第９回　ジャンプの測定
【　到達目標　】
マットスイッチを用いて、垂直跳び、リバウンドジャンプを測定することができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第10回　ジャンプの撮影・分析
【　到達目標　】
ハイスピードカメラを用いて、垂直跳び、リバウンドジャンプの各種パラメータを算出するための動画を撮影することができる。撮影した動画から、垂直跳び、リバウンドジャンプの各種パラメータを算出することができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第11回　筋力・パワーの測定
【　到達目標　】
VBT（Velocity Based Training）デバイスを用いて、筋力・パワーを測定することができる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第12回　競技者育成①
【　到達目標　】
日本陸上競技連盟が発行している『競技者育成指針』から、陸上競技の競技者育成について理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。(4.0hr)

第13回　競技者育成②
【　到達目標　】
日本陸上競技連盟が発行している『競技者育成プログラム』から、陸上競技の競技者育成について理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料を元に復習する。(4.0hr)

第14回　プレゼンテーションとディスカッション①
【　到達目標　】
プレゼンテーションとディスカッションを通して，陸上競技のパフォーマンス向上について理解を深める。
【授業時間外学修】
プレゼンテーションの準備をする。(4.0hr)

第15回　プレゼンテーションとディスカッション②
【　到達目標　】
プレゼンテーションとディスカッションを通して，陸上競技のパフォーマンス向上について理解を深める。
【授業時間外学修】
プレゼンテーションの準備をする。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本演習では、受講生自らが運動し測定することになる。そのため、測定機器の準備から後片付けを含め、授業への積極的な参加が求められる。授業中に得られたデータを用いてプレゼンテーションを行い、ディスカッションを通して理解を深める。また、毎時間、授業内容に即したレポートを課す。レポートは次回授業でコメントをつけて返却する。授業には、適切な服装とシューズで参加すること。データ分析やプレゼンテーション資料作成のために、パソコンを準備すること。

【教科書・参考書など】

『競技者育成指針』公益財団法人日本陸上競技連盟
『競技者育成プログラム』公益財団法人日本陸上競技連盟

【成績評価方法】

授業ごとの提出課題50%、プレゼンテーション50%として評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	古泉　佳代	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

「食べる」ことは、身体をつくることである。食べることに関わる「感覚」を再確認する多くの体験から、「食べる」ことを科学的に理解する。同時に、スポーツ場面における食に関わる様々な文献をまとめ、これまで行われてきた食教育と、今後必要になる食教育を試行錯誤しながら構築することが本演習のねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
食事の満足感を表現する基礎事項	食事の満足感の表現方法を理解し、自らの言葉で説明することができる	食事の満足感の表現方法を理解できる	食事の満足感を表現方法を理解できない
食べることに関わる五感に関する基礎事項	食べることに関わる五感を理解し、アスリートの食生活で応用することができる	食べることに関する五感を理解し、説明できる	食べることに関する五感を理解できない
アスリートの食教育に関連する研究的知見	アスリートに必要な食教育を考え、計画、実行し、その評価を思考できる	アスリートに必要な食教育を考え、計画し、実行することができる	アスリートに必要な食教育を考えることができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
(1)自分が考える「食べる」を他者と共有できる。
(2)スポーツと食べることの関係に気付くことができる。

【授業時間外学修】
「食べる」ことを考える。(4.0hr)

第２回　五感①視覚1
【　到達目標　】
(1)人は目で食べる事に気付き、その仕組みについて理解する。

【授業時間外学修】
日常生活において、運動と「視覚」の関係を意識して食べる。(4.0hr)

第３回　五感①視覚2
【　到達目標　】
(1)視覚の仕組みと食欲の関連を考えることができる。

【授業時間外学修】
日常生活において、運動と「視覚」の関係を意識して食べる。(4.0hr)

第４回　五感②触覚
【　到達目標　】
(1)触覚の役割に気付くことができる。
(2)唇や口腔内の粘膜で感じる触覚について理解する。

【授業時間外学修】
日常生活において、運動と「触覚」の関係を意識して食べる。(4.0hr)

第５回　五感③嗅覚
【　到達目標　】
(1)嗅覚の重要性に気付くことができる。
(2)嗅覚刺激について理解する。

【授業時間外学修】
日常生活において、運動と「臭覚」の関係を意識して食べる。(4.0hr)

第６回　五感④聴覚⑤味覚１
【　到達目標　】
(1)聴覚と食事の関係に気付くことができる。
(2)5つの味覚を理解することができる。

【授業時間外学修】
日常生活において、運動と「聴覚」及び「味覚」の関係を意識して食べる。(4.0hr)

第７回　五感⑥味覚２
【　到達目標　】
(1)5つの基本味の判別ができる。
(2)食品を5つの味覚で表現することができる。

【授業時間外学修】
日常生活において、運動と「味覚」の関係を意識して食べる。(4.0hr)

第８回　五感⑦テイスティング
【　到達目標　】
(1)味覚の変化に気付くことができる。
(2)テイスティング方法を理解し、食品を表現することができる。

【授業時間外学修】
日常生活において、運動と「味わう」ことの関係を意識して食べる。(4.0hr)

第９回　五感を生かした食を実践するための方法を探索する①
【　到達目標　】
(1)アスリートにとって食事の際に必要な五感を考えることができる。

【授業時間外学修】
食育に関する実践報告を検索し、まとめる。(4.0hr)

第１０回　五感を生かした食を実践するための方法を探索する②
【　到達目標　】
(1)アスリートにとって食事の際に必要な五感を確認する測定や調査方法を考えることができる。

【授業時間外学修】
これまでの授業を振り返りながら、次回の授業準備を進める。(4.0hr)

第１１回　五感を生かした食を実践するための方法を探索する③
【　到達目標　】
(1)アスリートにとって食事の際に必要な五感を確認する測定や調査を実施し、データをまとめることができる。

【授業時間外学修】
「食べる」事に関する運動場面での疑問をまとめることができる。(4.0hr)

第１２回　五感を生かした食を実践するための方法を探索する④
【　到達目標　】
(1)アスリートにとって食事の際に必要な五感を確認する測定や調査を実施し、データをまとめることができる。

【授業時間外学修】
これまでの授業を振り返りながら、次回の授業準備を進める。(4.0hr)

第１３回　五感を生かした食を実践するための方法を探索する⑤
【　到達目標　】
(1)測定結果を発表できる。
(2)他者の発表を聞き、意見や感想を述べることができる。

【授業時間外学修】
これまでの授業を振り返りながら、次回の授業準備を進める。(4.0hr)

第１４回　五感を意識した昼食①
【　到達目標　】
(1)五感を意識した昼食の献立や、盛り付け方を考えることができる。

【授業時間外学修】
これまでの授業を振り返りながら、次回の授業準備を進める。(4.0hr)

第１５回　五感を意識した昼食②　まとめ
【　到達目標　】
(1)五感を意識した昼食を調理することができる。
(2)実食し、アスリートが食事場面において五感を意識することを考える。

【授業時間外学修】
「食べる」ことを再認識しながら日常生活を送ることができる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

演習の前半では、五感を利用した味覚教育を体験しながら「食べる」ことを再確認し、その体験で学んだ事をレポートにまとめる。演習の後半では、アスリートの食事場面の際に必要な五感を考え、各自で、実験や調査をし仮説を検証する。そして、得られた情報を他者へわかりやすく説明できる方法を学ぶ。調理実習や味覚体験を用いて、体験的な学びを他者と共有できることを重視する。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。適宜、参考資料を配布する。
参考書としては、プラトー味覚教育センター/中野美季共著「味覚の学校」、金子佳代子/松島悦子編著者「食生活を考える」などを用いる。

【成績評価方法】

原則として、食品のテイスティングに関するレポートの達成度（５０％）、事例研究に関する発表の達成度(５０％）をもとに評価を行う。合格基準は60%である。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	佐々木　直基	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑧

【到達目標】

スポーツ、とりわけバスケットボールのコーチに必要となる能力についてのプレゼンテーションとそのディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築することがねらいとなる。プレゼンテーションのテーマについては、John Wooden氏が提唱する「成功のピラミッド」を参考にする。
また、個々のプレゼンテーション能力を高め、ディスカッションの中で論理的な思考力を高める。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
知識と技能について	コーチングフィロフィーについてしっかりと理解し、その内容について十分なプレゼンテーションをすることができる	コーチングフィロフィーについて理解し、その内容についてプレゼンテーションをすることができる	コーチングフィロフィーについて理解できず、その内容についてプレゼンテーションをすることができない
思考力・判断力・表現力について	グループ活動の中で自らの意見を理解してもらえるよう仲間に伝えることができる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に話すことはできる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に十分に伝えることができない
学びに向かう力について	授業に対して主体的・積極的に非常によく取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のねらいと進め方
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方について理解する。
【授業時間外学修】
良いプレゼンテーションについて調べる。(4.0hr)

第２回　「成功のピラミッド」についての理解
【　到達目標　】
(1)「成功のピラミッド」について理解する。
【授業時間外学修】
「成功のピラミッド」について理解したことを整理する。(4.0hr)

第３回　プレゼンテーションとディスカッション①：成功のピラミッドの1段目
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第４回　プレゼンテーションとディスカッション②：成功のピラミッドの2段目
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第５回　プレゼンテーションとディスカッション③：成功のピラミッドの3段目
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第６回　プレゼンテーションとディスカッション④：成功のピラミッドの4段目
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第７回　プレゼンテーションとディスカッション⑤：成功のピラミッドの5段目
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第８回　プレゼンテーションの検証
【　到達目標　】
(1)実際に行ったプレゼンテーションについて分析し、2度目のプレゼンテーションに活かすよう検証する。
【授業時間外学修】
2度目のプレゼンテーションについてシミュレーションしておく。(4.0hr)

第９回　プレゼンテーションとディスカッション⑥：オリジナルピラミッドの作成とディスカッション
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第10回　プレゼンテーションとディスカッション⑦：オリジナルピラミッドの発表準備とディスカッション
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第11回　プレゼンテーションとディスカッション⑧：オリジナルピラミッドの発表とディスカッション
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第12回　プレゼンテーションとディスカッション⑨：オリジナルピラミッドの発表とディスカッション
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第13回　プレゼンテーションとディスカッション⑩：オリジナルピラミッドの発表とディスカッション
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションとディスカッションを通して、コーチングフィロソフィーを構築する。
【授業時間外学修】
行ったプレゼンテーションとディスカッションについて振り返る。(4.0hr)

第14回　プレゼンテーションとディスカッションの検証
【　到達目標　】
(1)実際に行ったプレゼンテーションについて分析・検証する。
(2)受講生相互のディスカッションについて分析・検証する。
【授業時間外学修】
分析・検証したプレゼンテーション・ディスカッションについて整理する。(4.0hr)

第15回　コーチングフィロソフィーの構築
【　到達目標　】
(1)構築したコーチングフィロソフィー全体をレポートとしてまとめる。
【授業時間外学修】
構築したコーチングフィロソフィーを実践する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

演習形式の授業であり、受講者との双方向でのコミュニケーションを重要視すると同時に、受講生による多くのプレゼンテーションと受講生同士で多くのディスカッションをするので、授業内で積極的に発言し、論理的な思考ができるよう努めることが求められる。また、授業中は集中して授業内容を理解するように努める。

【教科書・参考書など】

特に教科書は指定しない。
参考書「Practical Modern Basketball」John R. Wooden (Viacom Company)

【成績評価方法】

平常授業での到達目標に対する到達度を80%、レポート課題を20%として評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	佐藤 麻衣子	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3	／選択の区別	専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

器械運動を対象に、「指導教材づくり」の観点から指導方法について、分析・考察型の学習を行う。まず受講者が「指導する側」と「指導される側」とに別れ、器械運動の指導を体験し、「指導する側」の反省や「指導される側」の期待などを基に、中学校や高等学校の保健体育科指導を想定した「指導用ビデオ教材」を作成する。もちろん、この分析・考察過程を他のスポーツ種目指導に援用することを期待している。履修者は、解説された事項を理解し、説明できると共に、スポーツ活動における目的を達成するために、それらの事項を具体的に役立てることができる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
器械運動の基礎的指導法について	指導法を理解し、自らまとめて説明できる。	指導方法の資料を参照しながら説明できる。	指導方法の説明できない。
デジタル教材の作成について	教科書に記載されていない独自の指導方法を提示することができる。	教科書等を参考に指導法を提示することができる	指導法が提示できない。
作成した教材の利用について	教材の内容を理解し要点を繰り返すなどの工夫ができる。	教材を利用することができる。	教材を利用することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業内容の確認及び器械運動の特性の理解
【　到達目標　】
授業内容及び15回分の授業の流れを理解する。また、器械運動の種目及び技を資料を基に、その特性を理解し、それを説明することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第２回　各グループで対象とする種目・技を検討する
【　到達目標　】
グループ編成をおこない、対象とする教材、種目及び技を選択する課程において、その特性を理解する。さらににその種目及び技の指導法の必要性を説明することができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(4.0hr)

第３回　技の習得の為の手順を討議、検討する
【　到達目標　】
決定した技の習得に必要な手順を討議、検討する過程で多くのアドバイスを提示することができる。更に、分析する中で特に重視することを検討し明確にすることができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(4.0hr)

第４回　10段階の指導法を検討する
【　到達目標　】
前回提示した多くのアドバイスの中から、より必要とされるものを抽出し、初歩から完成までの10段階の指導法を検討する。更にそれらが適切であるかを実施し、確認することができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(4.0hr)

第５回　課題をビデオカメラに収録する
【　到達目標　】
前回提示した多くのアドバイスの中から、より必要とされるものを抽出し、初歩から完成までの10段階の指導法を検討する。さらに、それらが適切であるかを実施し、確認することができる。

【授業時間外学修】
画像をノートに図式化する。(4.0hr)

第６回　課題をiPadに収録する（1段階から3段階）
【　到達目標　】
第1段階から第3段階の課題を作成する過程において、それをビデオカメラに収録し適切であるかを討議、検討する。更に修正が必要であれば再度内容を検討することができる。

【授業時間外学修】
画像をノートに図式化する。(4.0hr)

第７回　課題をiPadに収録する（4段階から7段階）
【　到達目標　】
第4段階から第7段階の課題を作成する過程において、それをビデオカメラに収録し適切であるかを討議、検討する。更に修正が必要であれば再度内容を検討することが出来る。

【授業時間外学修】
画像をノートに図式化する。(4.0hr)

第８回　収録した映像をPCへ保存（8段階から10段階）
【　到達目標　】
第8段階から第10段階の課題を作成する課程において、それらをビデオカメラに収録し修正箇所があれば内容を検討することができる。

【授業時間外学修】
画像をノートに図式化する。(4.0hr)

第９回　収録した映像の確認
【　到達目標　】
収録した映像を観察し、討議、検討する過程において修正個所を見出すことができる。更に、どのような修正が必要であるかを検討することができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(4.0hr)

第10回　修正個所の収録
【　到達目標　】
前週の課題を明確なものとし、修正することが出来る。更にそれをiPadに収録し再度修正個所を見出すことができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(4.0hr)

第11回　9～10回の見直し
【　到達目標　】
9～10回を繰り返すことにより、より質の高い内容の教材が完成することを理解できる。更にその内容をiPadに保存し再度修正個所を確認することができる。

【授業時間外学修】
5回～10回までの内容をノートに整理する。(4.0hr)

第12回　グループごとの確認
【　到達目標　】
11回の課題が修正できた場合、他のグループと互いに教材を確認し、討議を行う過程で、更に修正個所を見出すことができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(4.0hr)

第13回　各自による教材の説明
【　到達目標　】
グループごとに互いの教材を確認し、器械運動の特性を再確認することができる。

【授業時間外学修】
授業内容をノートに記録する。(4.0hr)

第14回　完成した教材の特徴の評価
【　到達目標　】
制作した教材の中で特に重要な個所を理解できる。さらにその理由について説明することができる。

【授業時間外学修】
これまでのノートの内容を整理する。(4.0hr)

第15回　完成した教材の説明
【　到達目標　】
各自が制作した教材について指導段階の手順及び必要事項を理解し、またそれを説明できる。

【授業時間外学修】
提出用のノートを完成させる。(4.0hr)

【学修上の留意点】
本授業では器械運動を対象に、「指導教材づくり」の観点から指導方法について分析・考察を行う。その実践として、中・高等学校の保健体育科指導を想定した「指導用ビデオ教材」を作成する。

【教科書・参考書など】
必要に応じて資料（画像を含む）を配付する。

【成績評価方法】
作成したビデオ教材の内容（60%）、ノート（40%）で評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	澁倉　崇行	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

プレーヤーズセンタードの理念を基盤とし、選手の主体性を尊重する「グッドコーチ」に求められる思考・判断力と実践的態度の修得を目指す。コーチの資質やスポーツの価値を多角的に考察し、選手の自立を促すコーチングスキルを修得するとともに、不適切な指導の背景を構造的に理解することで、セーフスポーツを具現化する倫理観を醸成する。また、自らの学びを省察し、絶えず成長し続ける指導者としての行動指針を確立できる能力を養う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
グッドコーチの求められる資質能力に関わる理解	グッドコーチに備わる資質能力とそれを備えるために必要な学習課題を具体的に説明することができる。	資料を参照して、コーチに備わる資質能力とそれを備えるために必要な学習課題を説明することができる。	グッドコーチに備わる資質能力とそれを備えるために必要な学習課題を説明することができない。
主体的行動を導くコミュニケーションスキルの獲得	主体的行動を導くコミュニケーションスキルとそれに必要な学習課題を具体的に説明することができる。	資料を参照して、主体的行動を導くコミュニケーションスキルとそれに必要な学習課題を説明することができる。	主体的行動を導くコミュニケーションスキルとそれに必要な学習課題を説明することができない。
セーフスポーツの実践に関わる態度行動	セーフスポーツの実現に向けた態度行動や環境的要因を具体的に説明することができる。	資料を参照して、セーフスポーツの実現に向けた態度行動や環境的要因を説明することができる。	セーフスポーツの実現に向けた態度行動や環境的要因を説明することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】

第１回　コーチングの理解（1）：プレーヤーズセンタードの考え方
【　到達目標　】
(1)プレーヤーズセンタードの本質を理解し、その理念と重要性を説明することができる。
(2)選手のニーズを優先した指導の在り方を、具体的な指導場面を想定して提案できる。

【授業時間外学習】
研究の枠組みについて復習課題に取り組むと共に次回内容の予習に取り組む。(4.0hr)

第２回　コーチングの理解（2）：スポーツの意義や価値
【　到達目標　】
(1)スポーツが持つ多角的な価値を理解し、文化としてのスポーツの意義を説明できる。
(2)スポーツを通じて選手が獲得すべき非認知能力や社会的価値について具体的に提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第３回　コーチに求められる役割（1）：グッドコーチ像の検討
【　到達目標　】
(1)現代社会において求められる「グッドコーチ」の定義と役割を正しく説明できる。
(2)対象者や環境に応じた理想的な指導者像を、自身の価値観と照らして提案できる。

【授業時間外学習】
関心のあるスポーツの心理的課題を整理し、それらの先行研究をレビューする。(4.0hr)

第４回　コーチに求められる役割（2）：グッドコーチが備える資質能力
【　到達目標　】
(1)指導者に必要な専門的知識、対人スキル、倫理観の三要素について説明できる。
(2)自身の現在の資質を分析し、指導者として不足している能力の向上策を提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第５回　コーチに求められる役割（3）：バッドコーチ像の検討
【　到達目標　】
(1)不適切な指導（バッドコーチング）が選手に与える心身の影響を説明できる。
(2)具体的な事例から、指導における権利侵害やハラスメントの境界線を明確に示せる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第６回　コーチに求められる役割（4）：バッドコーチの背景要因
【　到達目標　】
(1)勝利至上主義や過去の経験など、不適切指導を誘発する構造的要因を説明できる。
(2)指導者が陥りやすい認知的バイアスを理解し、その抑制に向けた対策を提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第７回　コミュニケーションスキル（1）：選手の自立を促す質問力
【　到達目標　】
(1)オープンクエスチョンの技法を理解し、選手の思考を促す質問の意義を説明できる。
(2)選手の気づきを引き出し、主体的な判断を促すための効果的な問いかけを提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第８回　コミュニケーションスキル（2）：一方向と双方向のコミュニケーション
【　到達目標　】
(1)一方向伝達と双方向対話の違いを理解し、それぞれのメリットと限界を説明できる。
(2)信頼関係を構築するために必要な、傾聴を基盤とした双方向の対話術を提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第９回　コミュニケーションスキル（3）：コーチングの4アプローチ（Tell・Sell・Ask・Delegate）
【　到達目標　】
(1)4つの指導アプローチの定義を理解し、状況に応じた使い分けの基準を説明できる。
(2)選手の熟達度や心理状態に合わせ、最適と思われるアプローチを具体的に提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第10回　セーフスポーツの実現に向けて（1）：コーチの怒りが表れる場面状況とそれへの対応
【　到達目標　】
(1)指導現場で怒りが生じるメカニズムと、その裏にある感情や期待を客観的に説明できる。
(2)感情に任せた指導を避け、冷静に状況を改善するための衝動抑制策を提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第11回　セーフスポーツの実現に向けて（2）：不正のトライアングル①背景要因の検討
【　到達目標　】
(1)不正のトライアングル（動機・機会・正当化）の理論を理解し、その構造を説明できる。
(2)スポーツ現場で不正や暴力が「正当化」される心理的プロセスを具体的に分析できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第12回　セーフスポーツの実現に向けて（3）：不正のトライアングル②対応策の検討
【　到達目標　】
(1)不正を未然に防ぐための、組織的・環境的なリスクマネジメントの手法を説明できる。
(2)不正の要因となる「機会」や「動機」を排除するための具体的な仕組みを提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第13回　セーフスポーツの実現に向けて（4）：暴力根絶に向けた生態学的アプローチ
【　到達目標　】
(1)個人、関係性、共同体、社会の各層から成る生態学的モデルの概念を説明できる。
(2)多角的な視点から、スポーツ現場から暴力を根絶するための重層的な対策を提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第14回　コーチの成長と学び（1）：コーチングに活かす失敗学
【　到達目標　】
(1)失敗を個人の責任に留めず、成長の糧とする「失敗学」の考え方を正しく説明できる。
(2)自身の失敗経験を省察し、それを次なる指導の改善に繋げる具体的方策を提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第15回　コーチの成長と学び（2）：成長計画の立案と行動計画
【　到達目標　】
(1)本演習を通じた自己の変容を整理し、目指すべき将来の指導者像を言語化できる。
(2)理想のコーチに近づくための具体的な学習課題を設定し、中長期的な行動計画を提案できる。

【授業時間外学習】
復習課題（本時のまとめ）と計画の実践に取り組む。(4.0hr)

【学習上の留意点】
コーチングの理論や考え方に関する講義、およびそれらの知識と将来のスポーツ生活とつなぐ個人ワークやグループワークで授業は構成される。さらに、事前学習として授業で扱う理論に関連するワーク、質問紙への回答、プレゼンテーションも行う。他者と積極的に交流することが求められる他、自身のグループへの貢献こそが自身を含めたグループの学習成果につながることを実感してほしい。参加者主体のアクティブラーニングと学習を支援するファシリテーションに大きな関心と可能性を感じてほしい。

【教科書・参考書など】
テキストは特に指定しない。適宜、参考資料を配付する。

【成績評価方法】
以下の到達目標の観点から試験60%、レポート40%により総合的に評価する。１）コーチの資質やスポーツの価値を多角的に考察し、選手の自立を促すコーチングスキルを修得する。２）不適切な指導の背景を構造的に理解することで、セーフスポーツを具現化する倫理観を醸成する。３）自らの学びを省察し、絶えず成長し続ける指導者としての行動指針を確立できる能力を養う。なお、欠席１回につき５点、遅刻・早退１回につき２点をそれぞれ減点する。また、受講態度に問題があると判断される行為（各種ワークへの不参加、積極性に欠ける姿勢、居眠り、私語、スマートホンの使用等）については、２点から10点までの範囲で減点を行う。

科目名	スポーツ科学論演習			担当者	相馬　満利	
英文名	Seminar in Sport Sciences					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

【授業科目の概要】
スポーツに関する科学的アプローチは、研究手法によって細分化され多岐にわたる。本授業では、「ソフトボール競技」を取り上げ、投げる，打つ，走る，捕るなどの動作をはじめ、基本的な戦術や戦略、トレーニング方法やフィットネスデータの活用法、それに基づいた科学的な支援などについて学修する。また、これらの理解のベースとして、自身の専門種目を考え、スポーツの多様な価値、スポーツのパフォーマンス向上のために必要な科学知識について学修する。
【到達目標】
1．スポーツパフォーマンス発揮のために様々な身体機能や種々の要因が関与しており、それぞれの関わりをエビデンスに基づき学修するとともに、実際のスポーツ場面に活用していくための基礎的知識を理解する。
2．スポーツを多様な視点から捉え、スポーツに対する考え方やイメージをバージョンアップする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
各種球技の歴史と普及についての理解	各種球技の発生やその普及について理解し、説明できる	各種球技の発生やその普及について資料を見ながら説明できる	各種球技の発生やその普及についての理解が十分でなく説明できない
各種球技の戦術についての理解	球技の戦術構造について理解し、説明できる	戦術構造について資料みながら説明できる	戦術構造について理解が不十分で説明できない
各種球技の科学的アプローチについて	専門種目の科学的アプローチができる。	様々なスポーツ動作について資料を使って説明できる	スポーツ動作の成り立ちの理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス：到達目標、授業の実施方法、受講にあたっての諸注意
【　到達目標　】
1．本授業の目的や評価の方法、具体的な内容など授業に関わる留意点を理解する。
2．ソフトボール競技の現状、世界との違いを理解する。

【授業時間外学修】
ソフトボールや野球をはじめ様々な種目の「歴史や起源」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第２回　専門種目の歴史・発生・起源
【　到達目標　】
1．色々な種目の発生とその背景を調べて発表し、その中で自分の専門種目の発生や位置づけ、価値などを理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「専門種目の普及や発展」について予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第３回　専門種目の普及・発展
【　到達目標　】
1．各種スポーツの普及や発展状況を理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「人体の仕組み」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第４回　人体の動く仕組み：”運動神経”ってなに？
【　到達目標　】
1．人体の動く仕組みについて理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「技術やスキル」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第５回　スキル：巧みさは才能か遺伝か？
【　到達目標　】
1．人体の動く仕組みを理解する

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「走る動作」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第６回 スポーツ動作を学ぶ＜１＞：走る
【　到達目標　】
1．「走る」スポーツ動作のメカニズムを理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「投げる動作と捕る動作」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第７回　スポーツ動作を学ぶ＜２＞：”投げる”と”捕る”
【　到達目標　】
1．「投げると捕る」スポーツ動作のメカニズムを理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「打つ動作」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第８回 スポーツ動作を学ぶ＜３＞：打つ
【　到達目標　】
1．「打つ」スポーツ動作のメカニズムを理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「戦術や戦略」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第９回　戦術・戦略の基本的な考え方を学ぶ
【　到達目標　】
1．専門種目の中で戦術構造を作って発表し、それぞれの種目の共通点や相違点を理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「トレーニング」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第10回　トータルコンディショニングの重要性を学ぶ：トレーニングプログラム
【　到達目標　】
1．トレーニングプログラムの作り方を理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「フィットネスデータの活用」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第11回　フィットネスデータの活用法を学ぶ
【　到達目標　】
1．　フィットネスデータの活用法を理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「データ分析」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第12回　プロ野球で活用されるデータ分析を知る
【　到達目標　】
1．データ分析方法を理解する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「データ分析」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第13回　専門種目のデータ分析＜１＞
【　到達目標　】
1．専門種目についてデータをまとめ分析する。

【授業時間外学修】
次回の授業で学ぶ「データ分析」について、予習をし、ノートにまとめる。(4.0hr)

第14回　専門種目のデータ分析＜２＞
【　到達目標　】
1．専門種目についてデータをまとめ分析する。

【授業時間外学修】
自分の専門種目についてレポートをまとめ、プレゼンテーション資料を作成する。(4.0hr)

第15回　まとめ
【　到達目標　】
1．授業全体を通して取り組んできた内容について振り返りを行う。

【授業時間外学修】
授業の内容を振り返り、新しく学んだことや気づいたことをノートにまとめる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

自身がスポーツを行ったり、観たりした経験と照らし合わせながら受講し、積極的に専門種目が異なる学生同士と意見交換をすること。
自身の専門種目の特性を理解し、競技力向上のための引き出しをたくさん増やすこと。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

【評価方法】リアクションペーパー、レポート、プレゼンテーション、講義各回での発言などの総合評価とする。
【割合】リアクションペーパー・レポート・プレゼンテーション・講義各回での発言など60%、他種目への理解度40%とし、総合的に評価する。
【基準】60%以上を合格とする。合格点に満たなかった場合は、追加課題を課す。実施日・場所・実施内容の詳細は、事前に周知する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	兵頭　洋樹	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

運動の達成度を測定し、その結果を評価するスポーツ種目のうち、主に競泳競技を取り上げ、特に体力的要素に関する国内外の文献を輪読しながら、パフォーマンス向上のためのトレーニング法について基本的な考え方を学習する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
競泳トレーニングに関する科学的知見	科学的知見を理解し、説明・実践できる。	競泳トレーニングを理解できる。	競泳トレーニングについて理解が不十分で説明できない。
競泳トレーニングに関する情報の収集と整理	情報の収集とデータのもつ意味を理解し、整理することができる。	競泳トレーニングに関する情報を正しく理解できる。	データ・情報を適切に整理することができない。
パフォーマンス分析、プレゼンテーション	パフォーマンス分析や科学的根拠に基づいたトレーニング法を理解し、プレゼンテーションができる。	科学的根拠に基づいたトレーニング法を分析・プレゼンテーションができる。	分析・プレゼンテーションが十分にできない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション
【　到達目標　】
①授業のねらいと進め方について理解する。
②競泳競技の現状を理解する。

【授業時間外学修】
競泳の体力トレーニングに関する書籍を調べる。(4.0hr)

第２回　競泳における生理応答
【　到達目標　】
競泳における水中環境下での生理応答について学習し、理解する。

【授業時間外学修】
競泳の生理応答に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第３回　競泳におけるトレーニング
【　到達目標　】
競泳におけるトレーニング等について学習し、理解する。

【授業時間外学修】
競泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第４回　競泳におけるトレーニングに関する文献　輪読
【　到達目標　】
競泳におけるトレーニングに関する文献を通して体力トレーニング等について学習し、理解する。

【授業時間外学修】
競泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第５回　競泳におけるトレーニングに関する文献　輪読
【　到達目標　】
競泳におけるトレーニングに関する文献を通して体力トレーニング等について学習し、理解する。

【授業時間外学修】
競泳の体力トレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第６回　競泳トレーニングにおけるパフォーマンス分析①
【　到達目標　】
競泳におけるトレーニングに関するパフォーマンス分析について学習し、理解する。

【授業時間外学修】
競泳のパフォーマンス分析に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第７回　競泳トレーニングにおけるパフォーマンス分析②
【　到達目標　】
実際の競泳レースを対象にパフォーマンス分析・評価を行い、ディスカッションを行う。

【授業時間外学修】
パフォーマンス分析の計算方法について、理解を深める。(4.0hr)

第８回　水中運動と心拍数①
【　到達目標　】
水中での運動と心拍数の関係について、理解する。

【授業時間外学修】
水中での心拍数に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第９回　水中運動と心拍数②
【　到達目標　】
各自の水中運動と心拍数の関係性を調べる。

【授業時間外学修】
水中での心拍数に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第10回　水中運動と血中乳酸①
【　到達目標　】
水中での運動と乳酸値の関係について、理解する。

【授業時間外学修】
水中での乳酸値に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第11回　水中運動と血中乳酸②
【　到達目標　】
水中運動と乳酸の関係性を調べる。

【授業時間外学修】
水中での乳酸に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第12回　トレーニング法の開発①
【　到達目標　】
パフォーマンス分析・生理応答を用いて、新たなトレーニング法の開発をすることができる。

【授業時間外学修】
競泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第13回　トレーニング法の開発②
【　到達目標　】
開発したトレーニング法を共有し、ディスカッションと修正を行う。

【授業時間外学修】
競泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第14回　分析データの整理
【　到達目標　】
パフォーマンス分析・心拍数・乳酸値のデータの整理と、発表用資料の作成。

【授業時間外学修】
データ分析・統計処理に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第15回　プレゼンテーション
【　到達目標　】
発表と質疑応答を行い、データ分析・トレーニング法について修正と実行のポイントを確認する。

【授業時間外学修】
競泳のトレーニングに関してディスカッションを行い、理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業では実際のレースや、各自のデータを収集し、分析・評価を行いながら測定評価の方法を理解していく。本授業を理解するためには、講義で扱うトレーニング内容を常に各自のトレーニング経験に置き換え、具体例を思い浮かべながら受講することが重要である。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。

【成績評価方法】

各測定実施での提出課題50%、プレゼンテーション50%として評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	星川　佳広	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3	／選択の区別	専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	①②⑦

【到達目標】

スポーツや運動、トレーニングを科学的に捉える力を高めるために、本演習では、スポーツ生理学やコンディショニングに関する基本的な測定を行い、運動に対する身体の応答を実際に数字として確認し、理解する。最近のスポーツ指導においては、データ・情報を適切に収集・整理し分析する力量、分かりやすい資料を作成し説明する技量が求められるようになっている。実際にデータを整理・分析し、発表することができるとともに、他者の発表に意見を述べる経験を通し理解を深める。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
トレーニング、コンディショニングに関する科学的知見	科学的知見を理解し、正しく説明することができる	科学的知見を理解し、資料等を見ながら説明することができる	理解が不十分で説明できない
トレーニング、コンディショニングに関するデータ・情報の収集と整理	データ、情報がもつ意味を深く理解し、適切に収集、整理することができる	データ、情報のもつ意味を理解し、その収集と整理ができる	データ・情報を適切に収集、整理することができない
分析、プレゼンテーション・質疑	科学的根拠に基づき説得力ある分析、プレゼンテーションができる。他者の発表に対して意見を述べることができる	科学的根拠に基づいて分析、プレゼンテーションができる	分析、プレゼンテーションが十分にできない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　現在のスポーツ、トレーニングと科学
【　到達目標　】
現在のスポーツやトレーニングに役立てられている科学的知識について理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第２回　運動に対する心拍応答
【　到達目標　】
最高心拍数や、%HRmax法およびトレーニングインパルス、セッションRPEの概念について理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第３回　運動強度－心拍数関係①
【　到達目標　】
各自の運動強度と心拍数の関係性を調べる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第４回　運動強度－心拍数関係②
【　到達目標　】
各自の運動強度と心拍数の関係性を調べる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第５回　定常負荷運動時の心拍応答
【　到達目標　】
定常負荷運動時の心拍数の変化を調べる。運動の強度・時間と心拍数の関係性を理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第６回　Excelデータ整理・分析①
【　到達目標　】
Excelによるデータ整理法、グラフ作成法を理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第７回　プレゼンテーション・ディスカッション①
【　到達目標　】
各自の測定結果をもとにディスカッションする。
【授業時間外学修】
ディスカッションをふまえプレゼンテーションを作成する。(4.0hr)

第８回　レポート作成①
【　到達目標　】
科学的なレポートの書き方を理解する。
【授業時間外学修】
各自の測定結果をもとにレポートを作成する。(4.0hr)

第９回　運動と体温調節
【　到達目標　】
運動中の体温調節の仕組み、熱中症対策、クーリング法について理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第10回　暑熱環境下の運動とクーリング①
【　到達目標　】
暑熱環境下での運動時の心拍数、体温変化を調べる。
暑熱環境の身体に及ぼす影響について理解する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第11回 暑熱環境下の運動とクーリング②
【　到達目標　】
暑熱環境下での運動時の心拍数、体温変化を調べる。
各クーリング手法の効果を確認する。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第12回 Excelによるデータ整理・分析②
【　到達目標　】
Excelによるデータのまとめ方、平均、標準偏差など基本統計量と関数の使い方を理解する。
ピボットテーブルが適切に使用できる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第13回　分かりやすい資料作成、フィードバック法
【　到達目標　】
わかりやすい図表の作成ができるようになる。
結果の適切な説明、フィードバックができる。
【授業時間外学修】
図表作成を工夫する。プレゼンテーションを試作する。(4.0hr)

第14回　プレゼンテーション・ディスカッション②
【　到達目標　】
パワーポイントの発表資料をより分かりやすくする。
分かりやすい発表ができる。他者の発表に意見を述べる。
【授業時間外学修】
他の人の発表のよい点をまとめ、自分の発表を改善する。(4.0hr)

第15回　レポート作成②
【　到達目標　】
ディスカッションをふまえ、プレゼンテーション、レポートを改善する。
【授業時間外学修】
質の高いレポートを作る。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本演習では、受講生自身が実際に運動し、測定してみて、データ取得する。データについては仲間と議論することで理解が深まるので、授業への積極的な参加・発言が求められる。測定を安全かつ効率よく実施するには、手法をよく理解するとともに被検者をよく観察し事故防止に努めなければならず、その注意徹底も本演習の学修範囲となる。測定やトレーニングでは強度の高い運動もある。適切な服装、シューズで参加すること。測定データの整理や資料、プレゼンテーションの作成にはパソコンが必要になる。

【教科書・参考書など】

資料を配布する。

【成績評価方法】

提出物（レポート、予習復習課題など）50%、発表・プレゼンテーション20%、測定、トレーニングへの取り組み、他への協力や質疑への参加・発言など30%で評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	溝口　紀子	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

本授業の前半では、日本のスポーツ政策、地域総合スポーツクラブ、公共スポーツ団体の組織や運営の概要を学ぶ。
中盤以降は、各自、現代スポーツにおける諸問題、新型コロナウイルスのスポーツ界への影響や、オリンピックの課題について調査し、プロポーザルを行う。
とりわけ卒業研究に向けてテーマ設定、問題提議、発表方法を学ぶ。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ政策における基礎的知識	知識を理解し自らまとめて説明できる。	知識を教科書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツ政策の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツ政策の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
(1)授業の進め方を理解する。グループ分けを行う。

【授業時間外学修】
地域社会でのスポーツ活動の具体例をインターネットで調べる。(4.0hr)

第２回　スポーツによるまちづくりの理論的説明 (1)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。

【授業時間外学修】
地域社会でのスポーツ活動の具体例をインターネットで調べる。(4.0hr)

第３回 スポーツツーリズム　(溝口)
【　到達目標　】
(1)スポーツツーリズム を理解する。

【授業時間外学修】
スポーツツーリズム ついてインターネットで調べる。(4.0hr)

第4回　スポーツによるまちづくりの事例研究 (1)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。
(2)住民ニーズに応える事業を考える。

【授業時間外学修】
スポーツとまちづくりについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第５回　スポーツとまちづくりの理論的説明 (2)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。

【授業時間外学修】
地域のスポーツ政策の取り組みについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第６回　スポーツによるまちづくりの事例研究 (3)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。

【授業時間外学修】
地域のスポーツ政策の取り組みについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第７回　スポーツによるまちづくりの事例研究 (4)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。

【授業時間外学修】
地域のスポーツ政策の取り組みについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第８回　スポーツによるまちづくりの中間発表(5)
【　到達目標　】
中間報告を行う。

【授業時間外学修】
地域のスポーツ政策の取り組みについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第９回　スポーツによるまちづくりの事例研究 (6)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。

【授業時間外学修】
大学スポーツの地域貢献についてインターネットで調べる。(4.0hr)

第10回　スポーツによるまちづくりの事例研究 (7)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。

【授業時間外学修】
スポーツとまちづくりについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第11回　スポーツによるまちづくりの事例研究 (8)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。
(2)住民ニーズに応える事業を考える。

【授業時間外学修】
スポーツとまちづくりについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第12回　スポーツによるまちづくりの事例研究 (9)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。
(2)住民ニーズに応える事業を考える。

【授業時間外学修】
スポーツとまちづくりについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第13回　スポーツによるまちづくりの事例研究 (10)
【　到達目標　】
(1)地域社会の生活課題、公共問題、住民ニーズを調べる。
(2)住民ニーズに応える事業を考える。

【授業時間外学修】
スポーツとまちづくりについてインターネットで調べる。(4.0hr)

第14回　スポーツによるまちづくりの事例研究発表会（１１）
【　到達目標　】
(1)地域の課題、企画立案を発表する。
(2)評価する。

【授業時間外学修】
発表会の準備をする。(4.0hr)

第15回　スポーツによるまちづくりの事例研究発表会 (12)
【　到達目標　】
(1)地域の課題、企画立案を発表する。
(2)評価する。

【授業時間外学修】
発表会の準備をする。(4.0hr)

【学修上の留意点】
感染予防のため私語は厳禁。第3回～第15回の授業内に各自発表及びディスカッションを行う。

【教科書・参考書など】
特に指定しない。

【成績評価方法】
授業における課題達成度(50%)、提出プレゼンテーション(50%)で評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	湯澤　芳貴	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

バレーボールを題材として、国内外のトップレベルの選手やチームがどのような戦術を採用しているのか、またどのような戦術・戦略でゲームに勝利しようとしているのかについて、VTR等を用いてスカウティングの技法を身につけ、実際に分析することで明らかにしていく。また、新しい戦術やそのトレーニング方法の開発をおこない、それらを実践することにより戦術の成り立ちについて理解を深める。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
バレーボールの戦術・戦略について	戦術・戦略を十分理解し自ら説明できる	戦術・戦略を確認しながら説明できる	戦術・戦略の理解が不十分で説明できない
バレーボールのスカウティング技法について	スカウティング技法を十分理解し実践できる	スカウティング技法を資料等で確認しながら実践できる	スカウティング技法の理解が不十分で実践できない
バレーボールの戦術の組み立て方について	戦術の組み立て方を十分理解し自ら説明できる	戦術の組み立て方を資料等で確認しながら説明できる	戦術の組み立て方の理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　バレーボールにおける技術・戦術・戦略の考え方
【　到達目標　】
(1)技術、戦術、戦略がどのように関連しているか理解する。

【授業時間外学修】
技術・戦術が適切に選択できるようそれぞれを関連づけられるようにする。(4.0hr)

第２回　スカウティングの方法について
【　到達目標　】
(1)バレーボールにおけるスカウティング技法について理解する。
(2)それぞれのスカウティングで明らかにすることを理解する。

【授業時間外学修】
スカウティングで用いる技法について理解を深める。(4.0hr)

第３回　個人技術評価
【　到達目標　】
(1)スパイク・サーブ・サーブレシーブ・ブロックの評価方法を理解する。
(2)JVIMSで用いられる評価基準を理解する。

【授業時間外学修】
個人技術評価の計算方法について適切におこなえるようにする。(4.0hr)

第４回　スカウティング実践演習Ⅰ(個人技術評価)
【　到達目標　】
(1)VTRを見ながら個人技術評価をおこなうことができる。

【授業時間外学修】
リアルタイムでの評価ができるように処理能力を高める。(4.0hr)

第５回　チーム戦術分析Ⅰ(フォーメーション分析)
【　到達目標　】
(1)フォーメーション分析の方法について理解する。

【授業時間外学修】
事前にバレーボールで用いられるフォーメーションを理解しておく。(4.0hr)

第６回　チーム戦術分析Ⅱ(攻撃パターン分析)
【　到達目標　】
(1)様々な局面での攻撃パターン分析の方法を理解する。

【授業時間外学修】
事前に各ポジションの攻撃の種類について理解しておく。(4.0hr)

第７回　スカウティング実践演習Ⅱ(フォーメーション分析)
【　到達目標　】
(1)VTRを見ながらフォーメーション分析をおこなうことができる。

【授業時間外学修】
分析したフォーメーションの特徴を述べられるようにする。(4.0hr)

第８回　スカウティング実践演習Ⅲ(攻撃パターン分析)
【　到達目標　】
(1)VTRを見ながら攻撃パターン分析をおこなうことができる。

【授業時間外学修】
分析した攻撃パターンの特徴を述べられるようにする。(4.0hr)

第９回　スカウティング結果の検討、および戦略の立て方
【　到達目標　】
(1)スカウティング結果からチームの特徴を知ることができる。
(2)スカウティング結果からの効果的な戦略の立て方を理解する。

【授業時間外学修】
事前にバレーボールの戦略について理解を深めておく。(4.0hr)

第10回　新たな戦術、およびそのトレーニング法の開発
【　到達目標　】
(1)バレーボール技術を用いての新たな戦術を開発することができる。
(2)その戦術の効果的なトレーニング方法を検討することができる。

【授業時間外学修】
事前にバレーボールの戦術の特徴について理解を深めておく。(4.0hr)

第11回　戦術トレーニング実践演習Ⅰ（オフェンス）
【　到達目標　】
(1)開発した新しい戦術（オフェンス）についてトレーニング指導を実践できる。

【授業時間外学修】
実践したトレーニング指導を改善、再検討する。(4.0hr)

第12回　戦術トレーニング実践演習Ⅱ（ディフェンス）
【　到達目標　】
(1)開発した新しい戦術（ディフェンス）についてトレーニング指導を実践できる。

【授業時間外学修】
実践したトレーニング指導を改善、再検討する。(4.0hr)

第13回　戦術トレーニング実践演習Ⅲ（チームシステム）
【　到達目標　】
(1)開発した新しい戦術（チームシステム）についてトレーニング指導を実践できる。

【授業時間外学修】
実践したトレーニング指導を改善、再検討する。(4.0hr)

第14回　戦術トレーニング実践演習Ⅳ（ゲーム遂行）
【　到達目標　】
(1)開発した新しい戦術（ゲーム遂行）についてトレーニング指導を実践できる。

【授業時間外学修】
実践したトレーニング指導を改善、再検討する。(4.0hr)

第15回　戦術トレーニング実践演習の評価と反省
【　到達目標　】
(1)戦術トレーニング実践に関してより良い方法を検討できる。
(2)スポーツを科学的にとらえるということを理解できる。

【授業時間外学修】
事前に戦術トレーニングの評価方法について理解を深めておく。(4.0hr)

【学修上の留意点】

バレーボールを通して、スポーツを実際に「おこなう」ということから、スポーツを客観的に「理解する」ということに主眼を置き、授業を進めていく。そのため、バレーボールに関する技術・戦術に関する基礎知識が必要となってくる。バレーボールⅠやバレーボールⅡの授業で身に付けた基礎知識を、しっかりと復習しておくようにすること。毎回の授業の最後に振り返りをおこない、授業内容について理解を深める。また、授業でおこなう演習は、基本的に小グループでディスカッションしながら進めていく。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

授業内での課題達成状況を50%、戦術トレーニング実践を50%として評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	湯田　淳	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

バイオメカニクス的研究について、各種実験を通してデータの収集から分析までの一連の流れを体験し、科学的データの取り扱いついての基礎を学ぶ。また、動作分析におけるデータを活用できる力を養い、自身の専門種目における動作改善法について議論する。本演習は2年次に履修したスポーツバイオメカニクスの応用として位置づけられているため、スポーツバイオメカニクスにおける基本的知識の習得が不可欠である。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツバイオメカニクス（特に動作分析）の基礎的事項・理論について	理論を理解し自らまとめて説明できる。	理論を参考書等を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
スポーツバイオメカニクス（特に動作分析）の研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
スポーツバイオメカニクス（特に動作分析）の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション
【　到達目標　】
(1)バイオメカニクス的データ分析の流れを把握する。
(2)本授業における実験や分析、発表等の概要を把握する。

【授業時間外学修】
読み進める。(4.0hr)

第２回　バイオメカニクス的研究の方法
【　到達目標　】
(1)科学論文の特徴を理解する。
(2)バイオメカニクスにおける研究方法を理解する。

【授業時間外学修】　いくつかのバイオメカニクス的研究についての科学論文を検索し、読み進める。(4.0hr)

第３回　動作分析の実際
【　到達目標　】
(1)分析データを活用した動作改善法について把握する。

【授業時間外学修】　いくつかのバイオメカニクス的研究についての科学論文を検索し、読み進める。(4.0hr)

第４回　ビデオカメラを用いた映像撮影
【　到達目標　】
(1)動作分析における作業の流れを把握する。
(2)ビデオカメラを用いた撮影法を把握する。

【授業時間外学修】
ビデオカメラの操作方法について、留意点を含めて把握する。(4.0hr)

第５回　映像加工の実際
【　到達目標　】
(1)コンピューター上での動画の加工法を把握する。

【授業時間外学修】
動画の仕組みを把握する。(4.0hr)

第６回　フォースプラットフォーム計測法
【　到達目標　】
(1)フォースプラットフォームにおける計測の理論的背景を把握する。
(2)フォースプラットフォームの計測方法を把握する。

【授業時間外学修】　フォースプラットフォームを用いたバイオメカニクス的研究を検索し、読み進める。(4.0hr)

第７回 フォースプラットフォームによる跳躍力測定1　～垂直跳び～
【　到達目標　】
(1)フォースプラットフォームを用いて垂直跳びを計測し、分析する。

【授業時間外学修】
フォースプラットフォームでの計測データを整理し、まとめる。(4.0hr)

第８回　フォースプラットフォームによる跳躍力測定2　～リバウンドジャンプ～
【　到達目標　】
(1)フォースプラットフォームを用いてリバウンドジャンプを計測し、分析する。

【授業時間外学修】
フォースプラットフォームでの計測データを整理し、まとめる。(4.0hr)

第９回　バイオメカニクス的データの解釈
【　到達目標　】
(1)フォースプラットフォームでの計測データを基に、跳躍動作の特徴を議論できる。

【授業時間外学修】
フォースプラットフォームでの計測データを整理し、まとめる。(4.0hr)

第10回　動作改善法の検討1　～受講者プレゼンテーション～
【　到達目標　】
(1)自身の専門種目の動作を客観的に捉えることができる。

【授業時間外学修】
自身の専門種目の動作を撮影する。(4.0hr)

第11回　動作改善法の検討2　～受講者プレゼンテーション～
【　到達目標　】
(1)自身の専門種目の動作における課題を分析することができる。

【授業時間外学修】
自身の専門種目の競技力向上のための課題を検討する。(4.0hr)

第12回　動作改善法の検討3　～受講者プレゼンテーション～
【　到達目標　】
(1)自身の専門種目の動作における課題をまとめ、説明することができる。

【授業時間外学修】
自身の専門種目の競技力向上のための課題をまとめる。(4.0hr)

第13回　動作改善法の検討4　～受講者プレゼンテーション～
【　到達目標　】
(1)様々なスポーツ動作の特徴を客観的に捉えることができる。

【授業時間外学修】　競技力向上のためのスポーツバイオメカニクスの活用事例を検索し、把握する。(4.0hr)

第14回　動作改善法の検討5　～受講者プレゼンテーション～
【　到達目標　】
(1)様々なスポーツ動作の改善法を説明し、議論することができる。

【授業時間外学修】　競技力向上のためのスポーツバイオメカニクスの活用事例を検索し、把握する。(4.0hr)

第15回　スポーツバイオメカニクス研究法（研究計画の立案）
【　到達目標　】
(1)スポーツ現場における課題と研究とを結びつけ、スポーツ現場で自身が抱える様々な問題を科学的に捉える視点を養う。

【授業時間外学修】自身の専門種目において算出可能なスポーツバイオメカニクス的データについて検討する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

スポーツバイオメカニクスにおける動作分析の流れを実験を通して学び、これを基に自身の専門種目の動作改善法についてまとめ、発表する。各実験では、測定データの整理やまとめについての小課題を実施する。いずれも受講生には各種作業に積極的に取り組む姿勢が求められ、より良い理解のためには自分で調べ、学ぶ努力が重要となる。発表の結果は、授業内において解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。適宜、参考資料を配付する。

【成績評価方法】

小課題を30%、動作改善法の発表課題の達成度を40%、期末の本演習全般を総括するレポート課題の達成度を30%の割合として評価する。

科目名	スポーツ科学論演習			担当者	吉兼　練	
英文名	Seminar in Sport Sciences					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

チームスポーツでは、指導者はチームの目標達成のために、チーム構想をたて、それに基づきトレーニング計画を設定し、実際にトレーニングを行い大会に臨む。その指導者に必要な基本的な戦術の理解から始まり、ゲームの構想、そしてゲームの構造（局面構造）を理解し、それに応じたトレーニング方法、最後にゲームや技能評価そして体力評価なども理解する。これらの理解のベースとしてハンドボール競技を取り上げ、そこから各自の専門種目を考える。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
各種球技の歴史と普及についての理解	各種球技の発生やその普及について理解し、説明できる	各種球技の発生やその普及について資料を見ながら説明できる	各種球技の発生やその普及についての理解が十分でなく説明できない。
各種球技の戦術についての理解	球技の戦術構造について理解し、説明できる	戦術構造について資料みながら説明できる	戦術構造について理解が不十分で説明できない
各種球技の指導方法について	球技の発生、構造を理解した上で指導方法の説明できる	球技の発生、構造を資料を使って説明できる	球技の発生、構造の理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
ガイダンスにおいてこの授業の内容や目的、進め方に関して理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べ、レポートを作成する。(4.0hr)

第２回　専門種目の歴史・発生
【　到達目標　】
色々な種目の発生とその背景を調べて発表し、その中で自分の専門種目の発生や位置づけ、価値などを理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第３回　専門種目の普及・発展
【　到達目標　】
各種スポーツの普及や発展状況を理解し、特にヨーロッパ型のスポーツ、アメリカ型のスポーツの特性や普及の仕方を理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第４回　いろいろな観点での球技種目の分類
【　到達目標　】
いろいろな球技をそれぞれの観点で分類し、それらの共通点や相違点を理解する。それによって、自分の種目に関して参考とすべき種目を見つけ、共通点を理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第５回　戦術の基本的な考え方
【　到達目標　】
球技に必要な「ゲーム構想」を理解し、そこから戦略、戦術、技術、体力の一般的な位置づけや考え方を理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第６回　専門種目の戦術の考え方
【　到達目標　】
前回の一般論をふまえて、それぞれの専門種目の中で戦術構造を作って発表し、それぞれの種目の共通点や相違点を理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第７回　ゲームの局面の捉え方
【　到達目標　】
球技の指導においてもう一つ必要な「ゲーム局面」について、ハンドボールを題材に、一般的な捉え方を理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第８回　専門種目のゲームの局面の捉え方
【　到達目標　】
それぞれの専門種目の「ゲームの局面」の捉え方を発表し、種目による局面の違いなどを理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第９回　専門種目の体力的分析
【　到達目標　】
各種スポーツにおける体力的要因を理解し、それぞれのスポーツでどのような体力を養成すべきかを理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第10回　専門種目の体力的選手評価基準
【　到達目標　】
前回の体力の理解と併せて、体力や技術の評価としての体力テストやスキルテストを具体的に調べ、検討し、共通理解をする。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第11回　ゲームの評価と分析
【　到達目標　】
球技種目にとって大切なゲーム分析について、意味やその結果の現場へのフィードバックの仕方について理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第12回　専門種目のゲーム評価と分析
【　到達目標　】
前回の授業をもとに、各種目で行われているゲーム分析の事例を挙げ、どのような意図で行われ、どのような問題があるかを理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第13回　トレーニング計画について
【　到達目標　】
スポーツの戦略に含まれる「年間計画」について、その基本的な考え方を理解する。

【授業時間外学修】
次回までに、与えられた各自の課題を調べレポートを作成する。(4.0hr)

第14回　専門種目のトレーニング計画と観点
【　到達目標　】
自分の現在取り組んでいる種目に関する年間計画を作成し、それぞれの時期のあるべきトレーニングに関して理解する。

【授業時間外学修】
これまでの各自のレポート、講義から自分の専門種目のレポートをまとめる。(4.0hr)

第15回　球技全般の学習から専門種目の位置づけ等の理解
【　到達目標　】
球技全般の中で、それぞれの専門種目の位置づけや、発生の背景など、自分の種目に関する見方を、運動学的ないろいろな見方で捉えることを理解する。

【授業時間外学修】
今回の講義全体をまとめた上、自分のレポートを含め小論文の作成をする。(4.0hr)

【学修上の留意点】

この授業では、球技の指導者になるための全般的な知識を習得するために、それぞれの種目に関する毎回の課題を自分で文献から調べ、発表し理解することを目的としている。自分の専門種目も重要だが、他の種目、特に自分の種目と似たものや、逆に極端に異なったものを理解することにより、今後の自分の研究の方向を見いだすことができるように受講すること。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

毎回のレポートの調査内容と発表の仕方60%、他種目への理解度20%、本演習全体の理解度と取り組み方20%として評価する。

科 目 名	スポーツ科学論演習			担当者	吉田　孝久	
英 文 名	Seminar in Sport Sciences					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・必修			
授業形態	演習	科目ナンバー	SMR401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【到達目標】

トレーニングを合目的でかつ効果的にするには、「現状把握」→「目的の設定」→「方法の選択」というプロセスで計画し、「実施」→「結果の検証」を行なっていくことが必要である。こうしたトレーニングサイクルを行う中で、コントロールテストは「現状把握」と「結果の検証」を確認するのに有効なツールとなっている。この授業では、コントロールテストで用いられるさまざまな体力要素を測定し、それぞれを分析・評価する方法を習得することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
測定方法に関する基礎的事項について	測定方法を理解し、自ら測定することができる。	教本や資料を参照したり、質問しながらなら、測定することができる。	測定を行うことができない。
分析方法に関する基礎的事項について	得られたデータを自ら分析し、評価することができる。	教本や資料を参照したり、質問しながらなら、データを分析・評価することができる。	分析・評価を行うことができない。
データの活用および発表に関する事項	得られたデータから、自己の考察を加えて資料を作成し、発表することができる。	得られたデータをまとめて発表することができる。	プレゼンテーション資料を作成できないため発表できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション
【　到達目標　】
授業の目的と進め方を理解する。プレゼンテーションの発表方法を確認する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第２回　各種測定方法の説明
【　到達目標　】
コントロールテストで用いられているもののうち、授業で扱うスプリント、ジャンプ力、持久力、柔軟性、巧緻性を理解する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第３回　スプリント走の測定
【　到達目標　】
スプリント走の実験を行い、タイム測定と映像を撮影する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第４回　スプリント走の分析１
【　到達目標　】
パソコンと映像を用いて、疾走タイムと各区間の平均疾走速度を算出する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第５回　スプリント走の分析２
【　到達目標　】
パソコンと映像を用いて、区間ごとの平均ピッチと平均ストライド等を算出する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第６回　ジャンプ力の測定
【　到達目標　】
マットスイッチ上での各種のジャンプ運動の実験を行う。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第７回　ジャンプ力の分析
【　到達目標　】
マットスイッチ上の接地時間と滞空時間から各種ジャンプでの推定跳躍高を算出する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第８回　持久力の測定
【　到達目標　】
映像とハートレートモニターを用いた持久走のタイム測定を行う。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第９回　持久力の分析
【　到達目標　】
映像とハートレートモニターから区間ごとの速度変化、HRMの変化をまとめる。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第10回　柔軟性・巧緻性の測定
【　到達目標　】
映像と測定機器を用いて、柔軟性と巧緻性の測定を行い、分析方法を習得する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第11回　プレゼンテーション用の資料作成１
【　到達目標　】
パワーポイントを使ったプレゼンテーション用の資料を作成し、その方法を習得する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第12回　プレゼンテーション用の資料作成２
【　到達目標　】
パワーポイントを使ったプレゼンテーション用の資料を作成し、その方法を習得する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第13回　プレゼンテーション１
【　到達目標　】
１人15分の発表、質疑応答５分でプレゼンテーションを行い、修正と実行のポイントを確認する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第14回　プレゼンテーション２
【　到達目標　】
１人15分の発表、質疑応答５分でプレゼンテーションを行い、修正と実行のポイントを確認する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第15回　プレゼンテーション３
【　到達目標　】
１人15分の発表、質疑応答５分でプレゼンテーションを行い、修正と実行のポイントを確認する。

【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業では、各自の体力測定を行い、そこでの体力要素を分析しながら測定評価の方法を理解していく。したがって、受講者は被験者としても測定に参加できるように、継続してトレーニングを行っていることが望ましい。また、授業ではパーソナル・コンピューターを使って分析を行うため、情報機器の習熟度を高めていく必要がある。

【教科書・参考書など】

『教師のための運動学』金子明友・監修　吉田茂、三木四郎・編（大修館書店）
『スポーツトレーニング理論』村木征人著

【成績評価方法】

各測定実施での提出課題50%、プレゼンテーション50%として評価する。

科 目 名	トレーニング計画論			担当者	吉田　孝久	
英 文 名	Theory of Training Planning					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SME201		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

運動技能の習得から、そのレベルをより高みへと引き上げるためには、長期的なトレーニングが不可欠である。本講義では、運動技能の向上を目的とした長期にわたるトレーニング計画について、ジュニアからシニアまでを対象に検討する。確かな理論に基づいたトレーニング計画についての理解を深めるとともに、受講者が自身のトレーニング計画を立てる上での実践的な知識の習得を目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
トレーニング計画作成に求められる基礎的事項・理論について	理論を理解し、自ら行っている運動を例にして説明できる。	理論を教本や資料を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
トレーニング計画の知見に関する事項	研究知見の観点から、自ら行っている運動を例にして説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	研究知見の理解が不十分で説明できない。
トレーニング計画の研究知見の活用に関する事項	知見の活用について、自ら行っている運動についての指導に活かすことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら指導に活かすことができる。	知見の活用に関する理解が不十分で指導に活かすことができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　トレーニング計画の意義
【　到達目標　】
スポーツにおけるパフォーマンス向上を目指す上で、科学的な根拠に基づいたトレーニング計画の立案は不可欠となる。ここではトレーニング計画論の対象領域を概観し、計画立案に必要な現状把握と目標設定について理解する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第２回　トレーニングサイクル
【　到達目標　】
目標達成のために、トレーニングの強度や量を計画的に変えていくことで、体の適応力を高め、新しい刺激に繋がることを理解する。トレーニングサイクルには、マクロサイクル（長期）、メゾサイクル（中期）、ミクロサイクル（短期）があり、目的に合わせて適切なトレーニングサイクルを立てることを学ぶ。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第３回　スポーツパフォーマンスの構造（個人スポーツ：陸上競技）
【　到達目標　】
陸上競技（100mと跳躍種目）におけるスポーツパフォーマンス構造を分析し、競技力向上に必要な技術面と体力面の要素を深く理解する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第４回　スポーツパフォーマンスの構造（チームスポーツ）
【　到達目標　】
バレーボールのパフォーマンス構造を詳細に分析し、競技力向上に必要な技術、体力、戦術、メンタルの各要素を特定する。これに基づき、効果的なトレーニング計画を立案するための基礎知識を習得する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第５回　試合分析と課題の抽出
【　到達目標　】
これまでの試合結果を振り返り、試合で勝てた要因または負けた要因を競技力の構成要素を用いて分析する。こうして得られた体力面、技術面、戦術面のトレーニングの課題を特定し、トレーニング計画立案に役立てる。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第６回　トレーニングの手段と方法
【　到達目標　】
トレーニングは、その目的によって多岐にわたる。技術、体力、戦術、心理の各要素を向上させるための具体的なトレーニング方法をいくつか例に挙げ、それぞれの目的と内容を詳細に分析することで、効果的なトレーニング計画を立案するための基礎知識を習得する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第７回　スピードとスタミナ
【　到達目標　】
スポーツにおけるスピードとスタミナを必要とする場面を分析し、それぞれの場面で求められるエネルギー系と動作特性を比較する。これらの理解に基づき、スピードとスタミナを効率的に向上させるためのトレーニング方法を検討する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第８回　筋力とパワー
【　到達目標　】
スポーツにおいて、大きな力が必要とされる局面や、激しい身体接触に耐えうる強固な体幹を要求される場面を分析し、パワーを高めるためのトレーニング方法を検討する。特に、筋力、パワー、体幹の強化に焦点を当て、具体的なトレーニングメニューを提示する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第９回　パワーとスピード
【　到達目標　】
スポーツにおけるスピードとパワーの発揮を最大限に引き出すためのトレーニング方法を学ぶ。特に、短距離走、跳躍、投擲といった種目における、スピードとパワーのメカニズムを解明し、効率的なトレーニング方法を検討する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第10回　技術・戦術のトレーニング
【　到達目標　】
スポーツにおける技術・戦術習得のための効果的なトレーニング方法を多角的に分析する。反復練習、模倣学習、集中力トレーニングなど、様々なトレーニング手法の原理と効果を科学的に考察し、それぞれのスポーツ種目における最適なトレーニングプログラムを設計するための基礎知識を習得する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第11回　マクロサイクル
【　到達目標　】
目標達成のためのトレーニングでは、期分けの理論を用いて、半年または1年といったサイクルでのトレーニング計画の大枠が示される。ここでは準備期、試合期、移行期といった期分けの理解とともにリニアー・モデル、ノンリニアー・モデルなどさまざまな期分けモデルを学ぶ。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第12回　メゾサイクル
【　到達目標　】
メゾサイクルは、年間トレーニング計画であるマクロサイクルをさらに細分化した期間であり、通常、4～8週間で構成される。ここでは、準備期、試合期、移行期といったマクロサイクルの各期に求められるトレーニング内容から、それぞれの機能と主な目的を理解する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第13回　ミクロサイクル
【　到達目標　】
競技力向上を目的としたトレーニング計画において、トレーニング配列の重要性を理解する。神経系、筋力、エネルギー系などの生理学的側面と、運動学習の観点から、効果的なトレーニング配列を学ぶ。その結果から、個々のスポーツ種目や選手の特性に合わせた最適なトレーニングメニューを立案する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第14回　トレーニング経過の確認
【　到達目標　】
競技力向上を目的としたトレーニングにおいて、PDCAサイクルに基づいた科学的なアプローチの重要性を理解する。コントロールテストを導入することで、トレーニングの効果を定量的に評価し、個々の選手に合わせた最適なトレーニングプログラムを設計するための理論的な基盤を築く。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第15回　高度化したスポーツにおけるトレーニングの問題点
【　到達目標　】
様々なスポーツ種目において、過密日程による影響は共通して見られる問題である。サッカー、バスケットボール、野球など、主要な球技種目を中心に、過密日程における選手のコンディション、パフォーマンス維持、怪我予防のための具体的な戦略を検討する。
【授業時間外学修】
授業での該当部分の情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・授業中に毎回提示する課題に回答する。次の授業で課題への回答例を示す。このことによって、授業内容の理解の度合いを自分自身でチェックする。
・過去のスポーツ経験をもとに、自分自身のトレーニング実践について分析・評価する。これを踏まえ、トレーニング計画の有用性についての理解を深める。

【教科書・参考書など】

『教師のための運動学』金子明友・監修　吉田茂、三木四郎・編（大修館書店）、『スポーツ・トレーニング理論』村木征人著（ブックハウスHD）、『トレーニング論』D.ハレ著　G.シュナーベル著　J.クルーク著 綿引勝美翻訳（ふくろう出版）、『野球における体力トレーニングの基礎理論』中垣征一郎著（ベースボール・マガジン社）

【成績評価方法】

理解度を評価するために試験を実施する。その試験の結果100%で評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅰ（採点競技系・新体操）			担当者	橋爪 みすず・熨斗谷 さくら	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅰ (Marking Sports・Rhythmic Gymnastics)					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME301		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

採点競技の競技特性を理解するとともに、新体操における身体と手具の基礎技術を習得する。また、適切な段階的指導と効果的指導について、実践を通して学習すると同時に、動きの理解と観察する力を養う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
新体操の身体技術向上の具体的コーチングについて	身体技術を高めるためのトレーニングとコーチングを十分理解し説明できる。	身体技術向上のためのトレーニング内容を習得し実践できる。	身体技術の内容を理解できず、トレーニングとの関連がわからない。
新体操の手具技術向上の具体的コーチングについて	手具技術を高めるためのトレーニングとコーチングを十分理解し説明できる。	手具技術向上のためのトレーニング内容を習得し実践できる。	手具技術の内容を理解できず、トレーニングとの関連がわからない。
身体と手具のコーチング理論の活用について	身体と手具の技術向上を理論的に説明し、対象者に理解させ、向上を促すことががができる。	身体と手具の技術向上を説明し、対象者に理解させることができる。	身体と手具の技術向上とトレーニングとの関連が理解できず説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
授業展開とねらい、評価方法、学習上の留意点について理解する。
新体操のルールの変遷について理解する。

【授業時間外学修】
新体操のルールの変遷を調べておく。(4.0hr)

第２回　ストレッチ・柔軟・筋力トレーニングの実践および考案
【　到達目標　】
年齢と段階に合わせたストレッチ・柔軟・筋力トレーニングを理解し、指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
新体操競技におけるトレーニングの基礎に関する資料を準備する。(4.0hr)

第３回　基礎運動①　徒手要素の習得の仕方と指導方法
【　到達目標　】
望ましい姿勢や正しい基本動作をバーを用いて実践し、徒手要素の習得の仕方と指導方法について考案する。

【授業時間外学修】
指導の場面をシミュレーションし、意見を発表出来るように準備する。(4.0hr)

第４回　基礎運動②　運動観察による改善・指導方法（二人組）
【　到達目標　】
基本動作を二人組で行い、動きの補助や矯正を実践する。運動観察による改善・指導方法を身につける。

【授業時間外学修】
意見を提案できるように準備する。(4.0hr)

第５回　基礎運動③　運動観察による改善・指導方法（二人組）
【　到達目標　】
課題の基本運動について、運動観察から見える改善点をもとにした指導法を身に付ける。

【授業時間外学修】
意見を提案できるように準備する。(4.0hr)

第６回　基礎運動④　身体の基礎運動を習得するための段階的指導（二人組）
【　到達目標　】
基礎運動を習得するための具体的な段階的指導を身に付ける。

【授業時間外学修】
技術レベルに合わせた段階的指導のポイントを提案できるよう準備する (4.0hr)

第７回　基礎運動⑤　身体の基礎運動を習得するための段階的指導の実践（二人組）
【　到達目標　】
基礎運動を習得するための具体的な段階的指導の伝達方法を身に付ける。

【授業時間外学修】
意見を提案できるように準備する。 (4.0hr)

第８回　基礎運動⑥　手具の基礎運動を習得するための段階的指導の実践（二人組）
【　到達目標　】
手具の基礎運動を習得するための具体的な段階的指導を身に付ける。

【授業時間外学修】
段階的指導のポイントを提案できるよう準備する (4.0hr)

第９回　基礎運動⑦　手具の基礎運動を習得するための段階的指導の実践（二人組）
【　到達目標　】
手具の基礎運動を習得するための具体的な段階的指導を身に付ける。

【授業時間外学修】
新体操の各手具の特徴について調べておく。(4.0hr)

第10回　身体と手具の基礎運動を習得するための段階的指導の考案①（二人組）
【　到達目標　】
課題の身体と手具の動きについて、どのように技術を習得させることができるか具体的な段階的指導方法について理解し考案する。

【授業時間外学修】
具体的な段階的指導について提案できるよう準備する。(4.0hr)

第11回　身体と手具の基礎運動を習得するための段階的指導の考案②（二人組）
【　到達目標　】
課題の身体と手具の動きについて、効率的に習得できるような段階的指導について考案する。

【授業時間外学修】
具体的な段階的指導について提案できるよう準備する。(4.0hr)

第12回　身体と手具の基礎運動を習得するための段階的指導の考案③（二人組）
【　到達目標　】
課題の身体と手具の動きについて、効率的な段階的指導をわかりやすく提案する方法について考案する。

【授業時間外学修】
段階的指導の問題点を明らかにし、改善方法を提案できるよう準備する。(4.0hr)

第13回　身体と手具の基礎運動を習得するための段階的指導の提案①（二人組）
【　到達目標　】
考案した段階的指導について、わかりやすい提案の作成を行う。PPTにまとめ、提案方法を検討する。

【授業時間外学修】
提案方法の問題点を抽出する。(4.0hr)

第14回　段階的指導の提案②
【　到達目標　】
二人組で身体の動きの段階的習得について発表し、観察により技能の習得の仕方と、指導方法について再度検討する。

【授業時間外学修】
意見を提案できるように準備する。(4.0hr)

第15回　段階的指導の提案③
【　到達目標　】
二人組で手具の動きの段階的習得について発表し、観察により技能の習得の仕方と、指導方法について再度検討する。

【授業時間外学修】
意見を集約できるよう準備する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

服装・身だしなみは実習にふさわしいものとし、身体のフォームの見えにくい服装は避けるようにする。（パーカー・スウェットは着用しない）
各授業回のねらいを理解できるようパワーポイントや映像を用いて具体的説明を加える。身体の技術、手具の技術につて、段階的指導について、口頭説明と実技を用いての発表を実技試験とし、新体操における基礎技術の理解とコーチング技術について評価する。発表の評価だけではなく、毎時間の授業の取り組む姿勢が重要であるため、授業を欠席しないように努力する。

【教科書・参考書など】

教科書の指定はなし。
必要に応じて、プリント教材を配布する。

【成績評価方法】

実技試験70%、授業への取り組み30%とし、あわせて100%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅰ（採点競技系・器械運動）			担当者	森井　大樹・髙橋　洋子	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅰ (Marking Sports・Apparatus Exercise)					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME302		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

器械運動の指導法を学習するために、学校体育で扱われる器械運動の基礎的な技を取り上げ、それらの粗形態獲得（初めてできる、何とかできる段階）のための指導方法論を学ぶ。そのために、それぞれの技の望ましい指導段階の組み方（練習場面の設定、幇助法、安全性の確保等）や技の観察ポイント（評価ポイント）を学修記録として構造化できる能力を身につける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
種目特性および技の構造について	種目特性と技の構造を関連づけて理解し、指導に必要な知識として体系的に説明できる。	種目特性および技の構造を理解し、基本的な説明ができる。	種目特性や技の構造の理解が不十分で、適切な説明ができない。
技の指導段階の組み方について	種目特性や技の構造に応じて指導段階を構成し、段階的な課題設定を自立して設計できる。	指導段階の考え方を理解し、提示された枠組みに基づいて課題設定ができる。	指導段階構成の理解が不十分で、適切な課題設定ができない。
技の観察・評価ポイントについて	技の構造や動きの質に着目し、指導に活かす観察・評価ができる。	主要な観察ポイントを理解し、基本的な評価ができる。	観察・評価ポイントの理解が不十分で、適切な評価ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　動きの指導に必要な知識
【　到達目標　】
(1)指導のマネジメント能力の必要性を理解する。
(2)コツの指導の必要性を理解する。

【授業時間外学修】
第1回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第２回　器械運動の練習場面の設定と幇助法
【　到達目標　】
(1)技の指導に必要な場の設定の基本的考え方を理解する。
(2)技の指導に必要な基本的な幇助法について理解する。

【授業時間外学修】
第2回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第３回　学生による技の指導（マット運動）と指導内容の検討①
【　到達目標　】
(1)「倒立」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「倒立」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第3回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第４回　学生による技の指導（マット運動）と指導内容の検討②
【　到達目標　】
(1)「前転」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「前転」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第4回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第５回　学生による技の指導（マット運動）と指導内容の検討③
【　到達目標　】
(1)「後転」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「後転」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第5回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第６回　学生による技の指導（マット運動）と指導内容の検討④
【　到達目標　】
(1)「側方倒立回転」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「側方倒立回転」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第6回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第７回　学生による技の指導（マット運動）と指導内容の検討⑤
【　到達目標　】
(1)「ハンドスプリング」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「ハンドスプリング」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第7回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第８回　マット運動の指導
【　到達目標　】
(1)マット運動の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)マット運動の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第8回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第９回　学生による技の指導（とび箱運動）と指導内容の検討①
【　到達目標　】
(1)「開脚とび」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「開脚とび」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第9回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第10回　学生による技の指導（とび箱運動）と指導内容の検討②
【　到達目標　】
(1)「閉脚とび」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「閉脚とび」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第10回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第11回　学生による技の指導（とび箱運動）と指導内容の検討③
【　到達目標　】
(1)「はねとび」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「はねとび」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第11回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第12回　学生による技の指導（平均台運動）と指導内容の検討
【　到達目標　】
(1)「平均台の基礎技能」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「平均台の基礎技能」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第12回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第13回　学生による技の指導（鉄棒運動）と指導内容の検討
【　到達目標　】
(1)「鉄棒の基礎技能」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「鉄棒の基礎技能」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第13回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第14回　とび箱、平均台、鉄棒運動の指導のまとめ
【　到達目標　】
(1)とび箱、平均台、鉄棒運動の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)とび箱、平均台、鉄棒運動の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学修】
第14回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

第15回　器械運動の指導
【　到達目標　】
(1)器械運動で行われる技の動感について理解する。
(2)できない人の動感について理解する。
(3)創発分析の必要性とその方法について理解する。
【授業時間外学修】
授業全体を通して得た知見を実際の指導に活かせるよう準備する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

「できる」動きを「どう教えるか」を検討する授業である。「指導者役」となる指導担当については、技の習得に必要な「コツ」に関する知識や教えるための「道しるべ」の設定が必要となるため、十分な準備が要求される。教える動きの中身が「わかって」教えられるようになるために、「学習者役」でも、それぞれの技のコツについて想起しながら授業を受ける必要がある。毎回の授業内容をノートにまとめながら、指導に活かせる自分なりの「指導ノート」を作成する。

【教科書・参考書など】

＜参考書＞
「教師のための器械運動指導法シリーズ：マット運動、鉄棒運動、平均台・とび箱運動」金子明友・著（大修館書店）

【成績評価方法】

学修ポートフォリオ評価（技の構造理解・指導段階構成・観察評価視点に基づく総合評価）（70%）
実習指導への参与および授業内活動（30%）

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅰ（測定競技系・陸上競技）			担当者	大橋　祐二・中野　美沙 吉田　孝久	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅰ (Measuring Sports・Track and Field)					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME303		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

個人競技としての陸上競技を取り上げ、陸上競技の基礎的な走・跳・投の技術を習得する。そして、初心者の段階から中鍛錬者に至る競技者に対しての技術的な指導、効果的なコーチング法、総合的な陸上競技に必要な体力補強トレーニングの方法を学ぶ。コーチングの面では、初心者から経験の浅い競技者のトレーニング計画の立て方、トレーニング内容・練習内容の組み合わせ構成などについて、実践を通じ、その方法を学習する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
陸上競技の技能について	基本的な技能だけでなく 発展的な技能まで実践できる。	基本的な技能を実践できる。	基本的な技能を実践できない。
陸上競技の理論について	理論を理解し自分の動きに応用できる。	理論を理解し説明できる。	理論の理解が不十分で説明できない。
陸上競技のコーチングについて	自分が習得した技能、理論をもとに、仲間の 動きの修正の仕方を見つけ助言できる。	自分が習得した技能、理論をもとに、仲間の 動きの課題を見つけることができる。	仲間の動きの課題を見つけることができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ハードル種目、跳躍種目、投てき種目の技能構造
【　到達目標　】
この授業で取り上げる種目で核となる一連の動きについて理解を深める。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第２回　初心者が身につけるべき基本技能のコーチング
【　到達目標　】
この授業で取り上げる種目の基本技能のコーチングについて理解を深める。同時に初心者対象のコーチングの仕方について理解を深める。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第３回　基本技能の発展の方法について
【　到達目標　】
基本技能として身につける過程とそのコーチングについて理解を深める。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第４回　基本技能（ハードル走）の習得の仕方と指導パターン１
【　到達目標　】
ハードル走のドリルを実習すると同時に、自分の動きを自己観察することでハードル走の動きの特性を把握する。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第５回　基本技能（ハードル走）の習得の仕方と指導パターン２
【　到達目標　】
3歩のリズムでハードル走を行うために、初心者指導では何に留意すべきかをパートナーとの相互コーチングを通して把握する。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第６回　基本技能（ハードル走）の習得の仕方と指導パターン３
【　到達目標　】
ハードル走の相互コーチングによって、選手と共振しながらのコーチングを実践する。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第７回　観察による改善点の抽出方法と改善方法の伝達１
【　到達目標　】
相互コーチングの際に記録した表や映像を用いて、観察による改善点の抽出および改善方法の伝達について分析評価を試みる。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第８回　観察による改善点の抽出方法と改善方法の伝達２
【　到達目標　】
相互コーチングの際に記録した表や映像を用いて、観察による改善点の抽出および改善方法の伝達について分析評価を試みる。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第９回　基本技能（走り幅跳び）の習得の仕方と指導パターン１
【　到達目標　】
走り幅跳びの導入に用いる「踏み切り」ドリルを実習すると同時に、自分の動きを自己観察することで走り幅跳びの動きの特性を把握する。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第10回　基本技能（走り幅跳び）の習得の仕方と指導パターン２
【　到達目標　】
助走スピードをコントロールした中での踏み切りの習熟レベルをパートナーと確認する（相互コーチング）。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第11回　基本技能（走り幅跳び）の習得の仕方と指導パターン３
【　到達目標　】
走り幅跳びにおける最大達成を目指した「記録会」を実施し、その時に現れる問題点を抽出し、その改善の仕方についてコーチングを実践する。そこで伝達方法の問題点を確認する。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第12回　基本技能（砲丸投げ）の習得の仕方と指導パターン１
【　到達目標　】
砲丸投げの導入に用いるメディシンボールによるつき出し動作のドリルを実習すると同時に、自分の動きを自己観察することで砲丸投げの動きの特性を把握する。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第13回　基本技能（砲丸投げ）の習得の仕方と指導パターン２
【　到達目標　】
その場つき出し、ステップをつけてのつき出しの習熟レベルをパートナーと確認する（相互コーチング）。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第14回　基本技能（砲丸投げ）の習得の仕方と指導パターン３
【　到達目標　】
砲丸投げにおける最大達成を目指した「記録会」を実施し、その時に現れる問題点を抽出し、その改善の仕方についてコーチングを実践する。そこで伝達方法の問題点を確認する。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第15回　陸上競技初心者のコーチングにおける問題点
【　到達目標　】
この授業で取り上げた3種目の相互コーチング実習から得られたフィードバック情報をもとに、陸上競技の初心者対象のコーチングについての問題点について検討する。

【授業時間外学修】
授業での該当部分について情報収集を行い、教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

コーチング実習時に作成する記録表や実習記録として収録した映像をもとに、自分自身のコーチングについて分析・評価、さらにグループディスカッションを行う。また、関連する資料を収集し、それぞれの運動についての理解を深める。

【教科書・参考書など】

「陸上競技コーチングブック」公益財団法人日本陸上競技連盟 編（大修館書店）
「陸上競技のコーチング学」日本陸上競技学会 編（大修館書店）

【成績評価方法】

コーチング実習時に提出した記録表、および実習後に行うコーチング内容・方法についての自己分析記録表を60%、また指導実践におけるできばえを40%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅰ（測定競技系・水泳）			担当者	兵頭　洋樹	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅰ (Measuring Sports・Swimming)					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME304		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

運動の達成度を測定し、その結果を評価する種目のうち、水泳について取り上げ、運動技能向上のための指導法について、科学的な理論背景を理解し、指導実践の場で検証することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
水泳の初心者指導法についての修得	4泳法の段階的な指導方法について理解し、理論背景を踏まえた指導実践ができる	4泳法の段階的な指導方法について理解し、指導実践ができる	4泳法の段階的な指導方法について理解していない、または指導を実践できない
水泳の歴史および科学的理論についての理解	水泳の歴史および科学的理論の理解について十分に理解し、説明できる	水泳の歴史および科学的理論について理解している	水泳の歴史および科学的理論について理解していない
水泳の指導者に必要な基礎知識の理解	水泳の指導者に必要な基礎知識について十分に理解し、説明できる	水泳の指導者に必要な基礎知識について理解している	水泳の指導者に必要な基礎知識について理解していない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション：授業の進め方、水泳・水中運動の特性
【　到達目標　】
水の特性－4つの特性（水圧、浮力、抵抗、水温）を理解する。
水泳競技の成り立ちと歴史概論を理解する。

【授業時間外学修】
水の特性や歴史に関する文献を読み、理解を深める。(4.0hr)

第２回　水の特性と水泳指導
【　到達目標　】
水の特性を実際の指導へつなげた指導、特に初心者を対象とした指導法を理解する。

【授業時間外学修】
水泳の初心者指導法に関する文献を読み、理解を深める。(4.0hr)

第３回　水泳の歴史と水泳競技
【　到達目標　】
水泳の歴史と水泳競技に含まれる各種目の概要を理解する。

【授業時間外学修】
競泳や水球など水泳競技に関する文献を読み、理解を深める。(4.0hr)

第４回　初心者指導の心得
【　到達目標　】
初心者を対象とした水泳指導を実施する上での原則や留意点を理解する。

【授業時間外学修】
水泳初心者の指導方法に関する文献を読み、理解を深める。(4.0hr)

第５回　水慣れ・水遊び
【　到達目標　】
水泳授業の導入としての水慣れ、水遊びの内容を取り上げ、その方法を理解し、実践できるようになる。

【授業時間外学修】
書籍やメディアを活用して小学生対象の水慣れ、水遊びに関する理解を深める。(4.0hr)

第６回　泳法の習得に向けた指導体験(クロール)
【　到達目標　】
クロールの泳法習得に向けた指導を取り上げ、体験する中で理解を深め、実践できるようになる。

【授業時間外学修】
書籍やメディアを活用してクロールの指導実践に関する理解を深める。(4.0hr)

第７回　泳法の習得に向けた指導体験(平泳ぎ)
【　到達目標　】
平泳ぎの泳法習得に向けた指導を取り上げ、体験する中で理解を深め、実践できるようになる。

【授業時間外学修】
書籍やメディアを活用して平泳ぎの指導実践に関する理解を深める。(4.0hr)

第８回　安全水泳と段階的な飛び込み指導
【　到達目標　】
背浮きを含めた自己保全能力の獲得に向けた指導を取り上げ、体験する中で理解を深め、実践できるようになる。
飛び込みの段階的な指導を取り上げ、体験する中で理解を深め、実践できるようになる。
【授業時間外学修】
書籍やメディアを活用して安全水泳と飛び込みの指導実践に関する理解を深める。(4.0hr)

第９回　指導実習に向けた指導案作り
【　到達目標　】
初心者を対象とした指導に関する振り返りを行い、指導案作成にむけた留意点を理解する。
初心者を対象とした指導内容を作成する。

【授業時間外学修】
コーチング内容の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)

第10回　受講生による初心者を対象とした内容のコーチング①
【　到達目標　】
事前に準備した計画に基づいた指導（コーチング）を実践する。
初心者を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング内容の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)

第11回　受講生による初心者を対象とした内容のコーチング②
【　到達目標　】
事前に準備した計画に基づいた指導（コーチング）を実践する。
初心者を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング内容の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)

第12回　受講生による初心者を対象とした内容のコーチング③
【　到達目標　】
事前に準備した計画に基づいた指導（コーチング）を実践する。
初心者を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング内容の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)

第13回　受講生による初心者を対象とした内容のコーチング④
【　到達目標　】
事前に準備した計画に基づいた指導（コーチング）を実践する。
初心者を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング内容の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)

第14回　受講生による初心者を対象とした内容のコーチング⑤
【　到達目標　】
事前に準備した計画に基づいた指導（コーチング）を実践する。
初心者を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング内容の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)

第15回　水泳の歴史と初心者指導に関する基礎知識のテスト
【　到達目標　】
これまでの授業で扱った水泳の歴史と初心者指導に関する基礎知識を有している。

【授業時間外学修】
講義資料や書籍を活用し、授業で扱った水泳の歴史と初心者指導に関する知識をまとめる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本演習は、科学的理論背景に基づいた水泳初心者コーチングに関する講義と指導実践を行い、指導者としての心構えも含めた内容を修得する。そのため、「指導者とはどうあるべきか」を考えた受講態度が求められる。プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー類の着用は不可とする。ほぼ毎時間、水泳指導に関する理解をより深めるために、学習者同士によるグループ学習の時間を設ける。各回の学習活動および指導実践の内容は、その授業終了時にフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

「水泳指導教本」　財団法人日本水泳連盟編、大修館書店
「基礎からの水泳」　柴田義晴著、ナツメ社

【成績評価方法】

1.コーチング実習の計画書（30%）、2.コーチング実習の実践（40%）、3.水泳指導に関する筆記試験(30%)。

科目名	スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ）			担当者	佐々木　直基・橋本　早予	
英文名	Seminar in Sport Coaching Ⅰ (Judging Sports・Basketball)					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME305		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

バスケットボールにおける基礎的な個人技術、基礎的なグループ・チーム戦術の習得を目指すコーチングの理論的背景について理解し、指導実践を通してコーチング法を学習することが目的である。３年次履修のスポーツコーチング演習ⅡおよびⅢでは、本演習で習得したことを応用するため、その基礎作りがねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
知識と技能について	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）をしっかりと説明でき、指導場面において十分に指導することができる	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）を説明でき、指導場面において指導することができる	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）をしっかりと説明できず、指導場面において指導することができない
思考力・判断力・表現力について	グループ活動の中で自らの意見を理解してもらえるよう仲間に伝えることができる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に話すことはできる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に十分に伝えることができない
学びに向かう力について	授業に対して主体的・積極的に非常によく取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のねらい・進め方と技術・戦術を習得するためのコーチング
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方について理解する。
(2)指導実践の内容を理解し、指導実践の計画を立てる。

【授業時間外学修】
実際に指導する指導計画を立案する。(4.0hr)

第２回　指導実践①　遊びを使った導入法
【　到達目標　】
(1)コーディネーションドリルの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)ボールハンドリングの指導実践を通してコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第３回　指導実践②　シュートの指導：オーバーハンドレイアップの指導
【　到達目標　】
(1)オーバーハンドレイアップの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)ワンハンドシュートの指導実践を通してコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第４回　指導実践③　シュートの指導：エリアごとのシュートの指導
【　到達目標　】
(1)インサイドでのシュートの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)アウトサイドからのシュートの指導実践を通してコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第５回　指導実践④　ボールコントロールの指導
【　到達目標　】
(1)ドリブルの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)パスとキャッチの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(3)リバウンドの指導実践を通してコーチング法を習得する。
【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第６回　指導実践⑤　アウトサイドからの１対１の指導
【　到達目標　】
(1)パスを受けるための動きの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)パスを受けてからの動きの指導を通してコーチング法を習得する。
(3)ドリブルとフィニッシュの指導実践を通してコーチング法を習得する。
【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第７回　指導実践⑥　インサイドでの１対１の指導
【　到達目標　】
(1)パスを受けるための動きの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)パスを受けてからの動きの指導を通してコーチング法を習得する。
(3)ハイポストでのプレイの指導実践を通してコーチング法を習得する。
【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第８回　検証：前回までの指導の振り返り
【　到達目標　】
(1)指導実践①～⑥を通して行ったコーチング法について分析し、今後のコーチングに活かせるよう検証する。

【授業時間外学修】
分析・検証したコーチング法について整理する。(4.0hr)

第９回　指導実践⑦　２人によるオフェンスプレイの指導：パスとドリブルを使った攻撃の指導
【　到達目標　】
(1)パスによるプレイの展開の指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)ドリブルによるプレイの展開の指導実践を通してコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第10回　指導実践⑧　２人によるオフェンスプレイの指導：スクリーンやポストを使った攻撃の指導
【　到達目標　】
(1)オンボールスクリーンの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)ポストにパスを入れてからのプレイの指導実践を通してコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第11回　指導実践⑨　３人以上でのオフェンスプレイの指導：エリアを限定した攻撃の指導
【　到達目標　】
(1)ボールサイドでのプレイの指導実践を通してコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第12回　指導実践⑩　３人以上でのオフェンスプレイの指導：アウトサイドの選手の攻撃の指導
【　到達目標　】
(1)アウトサイドプレイヤー３人によるプレイの指導実践を通してコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第13回　指導実践⑪　マンツーマンディフェンスの指導
【　到達目標　】
(1)チームディフェンスの原則の指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)ドライブへの対応の指導実践を通してコーチング法を習得する。
(3)カッティングへの対応の指導実践を通してコーチング法を習得する。
【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第14回　指導実践⑫　ミニゲームを使った指導
【　到達目標　】
(1)基本の動きを身につけるミニゲームの指導実践を通してコーチング法を習得する。
(2)戦術や連携を身につけるミニゲームの指導実践を通してコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
指導実践で行ったコーチング法について振り返る。(4.0hr)

第15回　総合的検証
【　到達目標　】
(1)指導実践⑦～⑫を通して行ったコーチング法について分析・検証する。
(2)これまでの指導実践を通して行ったコーチング法について総合的に分析し、今後のコーチングに活かせるよう総合的に検証する。
【授業時間外学修】
総合的な検証を踏まえて、本授業で理解・習得したことを整理する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

実習の授業が中心となるため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。アクセサリー類は決して身につけない。また、ナンバリング（ゼッケン）を一人ずつ購入し、授業時には必ず着用する。本演習はすべてグループ毎に活動するので、ただ参加するのではなく、積極的にグループの中で活動し、さらにはリーダーシップを取って授業を受ける。また、実際の指導実践では、事前の準備が非常に重要であるため、授業時間外学習での努力が必要である。指導実践後には受講者同士による振り返り（ディスカッション）を行うため、積極的な発言が求められる。

【教科書・参考書など】

参考書
「バスケットボール指導教本改訂版　上・下巻」（公財）日本バスケットボール協会編（大修館書店）

【成績評価方法】

平常授業での到達目標に対する到達度を70%、指導実践での指導案を30%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊﾝﾄﾞﾎﾞｰﾙ）			担当者	吉兼　練	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅰ (Judging Sports・Handball)					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME306		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

ハンドボールの各ゲーム局面に応じた指導方法を、ゲーム構想に基づいて考え、グループ毎に提示しトレーニングを実践・評価する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
コーチング（ハンドボール）への関心に関する項目	コーチングの際、積極的に取り組むことができる。	コーチングに取り組むことできる。	コーチングの際、積極的に取り組むことができない。
コーチング（ハンドボール）についての思考に関する事項	競技特性に応じた適切なコーチングを考えることができる。	競技特性に応じたコーチングを考えることができる。	競技特性に応じたコーチングを考えることができない。
コーチング（ハンドボール）の技能に関する事項	様々な状況に対応して、適切なコーチングを実践できる。	限定的な状況下において、適切なコーチングを実践できる。	状況に対応できず、コーチングが実践できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンスと班分け
【　到達目標　】
(1)ハンドボールのゲーム構造を理解する。
(2)技術・戦術トレーニングの原則を理解する。

【授業時間外学修】
ハンドボールのゲーム構造について調べる。(4.0hr)

第２回　個人技能の指導方法について（ジャンプシュートの指導法）
【　到達目標　】
(1)ゲームに必要不可欠な個人技能であるジャンプシュートの指導方法を理解する。

【授業時間外学修】
ゲームに必要不可欠な個人技能であるジャンプシュートの指導方法について調べる。(4.0hr)

第３回　個人技能の指導方法について（位置取り能力の開発）
【　到達目標　】
(1)ハンドボールを行う上で必要不可欠となる位置取り能力の開発方法を理解する。

【授業時間外学修】
ハンドボールを行う上で必要不可欠となる位置取り能力の開発方法について調べる。(4.0hr)

第４回　ゲーム局面に応じた指導方法について（防御局面の指導法①「マンツーマン」）
【　到達目標　】
(1)防御局面におけるマンツーマン防御の指導方法を理解する。

【授業時間外学修】
防御局面におけるマンツーマン防御の指導方法について調べる。(4.0hr)

第５回　ゲーム局面に応じた指導方法について（防御局面の指導法②「ゾーン」）
【　到達目標　】
(1)防御局面におけるゾーン防御の指導方法を理解する。

【授業時間外学修】
防御局面におけるゾーン防御の指導方法について調べる。(4.0hr)

第６回　ゲーム局面に応じた指導方法について（速攻局面の指導法①「1次速攻」）
【　到達目標　】
(1)速攻局面における1次速攻の指導方法を理解する。

【授業時間外学修】
速攻局面における1次速攻の指導方法について調べる。(4.0hr)

第７回　ゲーム局面に応じた指導方法について（速攻局面の指導法②「2次速攻」）
【　到達目標　】
(1)速攻局面における2次速攻の指導方法を理解する。

【授業時間外学修】
速攻局面における2次速攻の指導方法について調べる。(4.0hr)

第８回　ゲーム局面に応じた指導方法について（攻撃局面の指導法①「ポジション攻撃」）
【　到達目標　】
(1)攻撃局面におけるポジション攻撃の指導法を理解する。

【授業時間外学修】
攻撃局面におけるポジション攻撃の指導法について調べる。(4.0hr)

第９回　ゲーム局面に応じた指導方法について（攻撃局面の指導法②「移動攻撃」）
【　到達目標　】
(1)攻撃局面における移動攻撃の指導法を理解する。

【授業時間外学修】
攻撃局面における移動攻撃の指導法について調べる。(4.0hr)

第10回　ゲーム局面に応じた指導方法について（戻りの局面の指導法①「1次速攻に対して」）
【　到達目標　】
(1)戻りの局面における1次速攻に対する防御方法の指導法を理解する。

【授業時間外学修】
戻りの局面における1次速攻に対する防御方法の指導法について調べる。(4.0hr)

第11回　ゲーム局面に応じた指導方法について（戻りの局面の指導法②「2次速攻に対して」）
【　到達目標　】
(1)戻りの局面における2次速攻に対する防御方法の指導法を理解する。

【授業時間外学修】
戻りの局面における2次速攻に対する防御方法の指導法について調べる。(4.0hr)

第12回　指導実習①「攻撃における指導方法の考案」
【　到達目標　】
(1)提示された指導課題に対する指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で説明された指導課題に対する指導方法を指導案の様式にまとめる。(4.0hr)

第13回　指導実習②「防御における指導方法の考案」
【　到達目標　】
(1)提示された指導課題に対する指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で指摘を受けた改善点を考慮し指導案を作成する。(4.0hr)

第14回　指導実習③「攻撃における指導実践」
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

第15回　指導実習④「防御における指導実践」
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

実習が中心となる上に、身体接触を伴う競技であるため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。特に、ピアス、ネックレス、指輪等のアクセサリー類は決して身につけない。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

授業ごとの課題の達成度を50%、指導実習の際に考案された指導方法の内容とトレーニング実践の状況を50%とし、合わせて100%として評価する。

科目名	スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ｻｯｶｰ）			担当者	大槻　茂久	
英文名	Seminar in Sport Coaching Ⅰ (Judging Sports・Soccer)					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME307		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

スポーツコーチング演習Ⅰは、サッカーのてテクニックを中心としたについての指導実践を行う。その中でテクニックの構成要素、プレーの原則、戦術（個人・グループ・チーム）、指導計画（プランニング）、指導法（コーチング）を理解する。また、試合運営に必要な競技精神（サッカーの起源・ルール）チーム運営（マネジメント）についても学習する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
テクニックに関するコーチングについて	テクニックの構成要素を十分に理解し練習や試合の中で的確にコーチングできる	テクニックの構成要素を確認しながら説明できる	テクニックの構成要素について理解が不十分で説明できない
個人・グループ戦術に関するコーチングについて	個人・グループ戦術を十分に理解し、練習や試合の中で的確にコーチングできる	個人・グループ戦術を理解しているが練習や試合の中で的確にコーチングできない	個人・グループ戦術理解が不十分で実践できない
チーム戦術に関するコーチングについて	個人・グループ戦術を十分に理解し、試合の中で的確に分析しコーチングできる	チーム戦術を理解しているが試合の中で的確に分析・コーチングできない	チーム戦術理解が不十分で実践できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　サッカーのウォーミングアップ・コミュニケーション・プレー分析
【　到達目標　】
(1)サッカーのウォーミングアップ（身体的・技術的・心理的）について理解し、実践する
(2)サッカーに必要なコミュニケーション（言語・非言語）方法を理解し、実践する
(3)ゲームを観て様々な視点から分析（良い点・改善点等）ができる
【授業時間外学修】
ウォーミングアップの理論とその目的について理解しておく(4.0hr)

第２回　プレーの目的・原理原則、テクニックの構成要素
【　到達目標　】
(1)サッカーの4局面（攻撃・守備・攻撃→守備、守備→攻撃）の目的ついて理解し、分析する
(2)プレー（攻撃・守備）の原則を理解し、分析する
(3) テクニックの構成要素を理解し、実践する
【授業時間外学修】
サッカーの目的、原則、テクニックについて理解しておく(4.0hr)

第３回　個人・グループ戦術（攻撃）
【　到達目標　】
(1)攻撃の個人戦術を理解し、実践できる
(2)攻撃のグループ戦術を理解し、実践できる

【授業時間外学修】
攻撃の個人・グループ戦術について理解しておく(4.0hr)

第４回　個人・グループ戦術（守備）
【　到達目標　】
(1)守備の個人戦術を理解し、実践できる
(2)守備のグループ戦術を理解し、実践できる

【授業時間外学修】
守備の個人・グループ戦術について理解しておく(4.0hr)

第５回　ゴール～キーパー
【　到達目標　】
(1)ゴールキーパーのテクニックのを理解し、実践できる
(2)ゴールキーパーの個人戦術を理解し、実践できる

【授業時間外学修】
GKのテクニックや個人戦術について理解しておく。(4.0hr)

第６回　指導計画①（プランニング）理論
【　到達目標　】
(1)トレーニング計画（プランニング）の理論を理解し、実践ができる。
(2)様々なオーガナイズやルールでのトレーニングやゲームを体験し、考察できる

【授業時間外学修】
サッカーのプランニング理論について理解しておく。(4.0hr)

第７回　指導計画②（プランニング）実践
【　到達目標　】
(1)トレーニング計画（プランニング）の理論を理解し、指導案の作成ができる

【授業時間外学修】
グループで話し合いサッカーの指導計画を作成する(4.0hr)

第８回　指導法（コーチング）理論・実践
【　到達目標　】
(1)コーチングの目的や留意点を理解する
(2)コーチングの方法や手順を理解し、実践できる

【授業時間外学修】
サッカーの競技特性から効果的なコーチングについて理解しておく(4.0hr)

第９回　コーチング実践① テクニック（攻撃：シュート・ドリブル・パス＆コントロール）
【　到達目標　】
(1)攻撃のテクニックについて理解し、指導実践できる
(2)トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
(3)指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
攻撃のテクニックについて理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第10回　コーチング実践②テクニック（守備：オンザボール・オフザボール）
【　到達目標　】
(1)守備のテクニックについて理解し、指導実践できる
(2)トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
(3)指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
守備のテクニックについて理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第11回　指導上の問題点の研究①
【　到達目標　】
(1)コーチング実践で明らかになった問題点の解決法を理解する
(2)適切な指導計画、的確なコーチング方法について理解する

【授業時間外学修】
プランニング・コーチング理論について復習し指導計画を作成する(4.0hr)

第12回　コーチング実践③　個人戦術（攻撃）
【　到達目標　】
攻撃の個人戦術を理解し、指導実践できる
トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
攻撃の個人戦術について理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第13回　コーチング実践④　個人戦術（守備）
【　到達目標　】
守備の個人戦術を理解し、指導実践できる
トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
守備の個人戦術について理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第14回　チーム戦術（ゲーム）
【　到達目標　】
(1)試合の運営方法（審判・試合形式・グループ分け）を理解し、実践する
(2)チームで目標設定・チーム戦術を話し合い、ウォーミングアップから試合までを実施する

【授業時間外学修】
サッカーの競技規則を理解しておく。(4.0hr)

第15回　振り返り・確認試験（サッカーの知識・指導理論など）
【　到達目標　】
(1)全体の授業を通しての総括し、振り返りを行う。
(2) サッカーの原理原則・戦術、コーチングやプランニング等の理論について確認する

【授業時間外学修】
サッカーの知識や指導に関わるコーチング等の理論を学習する(4.0hr)

【学修上の留意点】

服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとすること。
グループ毎に活動するので、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。
サッカーのコーチングについての理論を学び、自ら指導計画・指導実践を実施する中で、指導する方法や技能を獲得する。

【教科書・参考書など】

特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。

【成績評価方法】

以下の割合にて評価し、点数化する。
サッカー知識（戦術・原理原則等）指導理論（プランニング・コーチング等）の理解20%、指導計画の作成30%、コーチング実践50%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ）			担当者	湯浅　暁子・湯澤　芳貴	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅰ (Judging Sports・Volleyball)					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME308		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

バレーボールの競技特性を理解し、初心者レベルの競技者への基礎技能の指導・ゲームをスムーズに遂行するための指導に関する基礎的なコーチング理論を明らかにする。また、そのコーチング理論を実際に計画を立て、実践することにより、よりよいコーチングの方法を明らかにしていく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
バレーボールの基礎技能のコーチング理論について	コーチング理論を十分理解し自ら説明できる	コーチング理論を確認しながら説明できる	コーチング理論の理解が不十分で説明できない
バレーボールのコーチング実践について	コーチング理論を十分理解し実践できる	コーチング理論を理解しているが十分に実践できない	コーチング理論の理解が不十分で実践できない
バレーボールのコーチング計画について	コーチング計画について十分理解し計画作成できる	コーチング計画について理解し、確認しながら計画作成ができる	コーチング計画の理解が不十分で計画作成できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　基礎技能のコーチング理論Ⅰ(パス技能)
【　到達目標　】
(1)パス技能に関する効果的な指導体系を理解する。

【授業時間外学修】
事前にパス技能の構造を理解しておく。(4.0hr)

第２回　基礎技能のコーチング理論Ⅱ(サーブ・スパイク)
【　到達目標　】
(1)サーブはフローターサーブ・アンダーハンドサーブの指導について理解する。
(2)スパイクは助走・スイングの指導方法について理解する。

【授業時間外学修】
事前にサーブ・スパイク技能の構造を理解しておく。(4.0hr)

第３回　基礎技能のコーチング理論Ⅲ(集団技能・指導上の安全管理)
【　到達目標　】
(1)個人の基礎技能を集団技能へと発展させる指導法を理解する。
(2)バレーボール指導における安全管理について理解する。

【授業時間外学修】
事前にバレーボールで起こりやすい怪我とその予防対策について理解しておく。(4.0hr)

第４回　コーチング実践Ⅰ(オーバーハンドパス)
【　到達目標　】
(1)オーバーハンドパスに関する基礎技能の指導を実践できる。

【授業時間外学修】
オーバーハンドパスの指導方法とその効果を判断できるようにする。(4.0hr)

第５回　コーチング実践Ⅱ(アンダーハンドパス)
【　到達目標　】
(1)アンダーハンドパスに関する基礎技能の指導を実践できる。

【授業時間外学修】
アンダーハンドパスの指導方法とその効果を判断できるようにする。(4.0hr)

第６回　コーチング実践Ⅲ(パス技術の応用)
【　到達目標　】
(1)パス技術の応用に関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
パス技術の応用の指導方法とその効果を判断できるようにする。(4.0hr)

第７回　コーチング実践Ⅳ(サーブ)
【　到達目標　】
(1)サーブに関する基礎技能の指導を実践できる。

【授業時間外学修】
各種サーブの指導方法とその効果を判断できるようにする。(4.0hr)

第８回　コーチング実践Ⅴ(スパイク)
【　到達目標　】
(1)スパイクに関する基礎技能の指導を実践できる。

【授業時間外学修】
スパイク技能の指導方法とその効果を判断できるようにする。(4.0hr)

第９回　コーチング実践Ⅵ(3段攻撃)
【　到達目標　】
(1)集団技能としての3段攻撃に関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
3段攻撃の指導方法とその効果を判断できるようにする。(4.0hr)

第10回　バレーボールゲーム遂行のためのコーチング理論
【　到達目標　】
(1)初心者がゲームをスムーズにおこなうための理論を理解する。
(2)技能レベルに応じたルールの工夫について理解する。

【授業時間外学修】
事前にローテーションの方法等のゲームに必要な決まりを理解しておく。(4.0hr)

第11回　コーチング実践Ⅶ(ゲーム運営・審判法)
【　到達目標　】
(1)ゲームをおこなうための基礎知識に関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
事前に基本的なルールと審判法について理解しておく。(4.0hr)

第12回　コーチング実践Ⅷ(技能レベルに応じたゲーム)
【　到達目標　】
(1)技能レベルに応じたゲームに関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
技能レベルに応じた様々なルールの工夫について適切に判断できるようにする。(4.0hr)

第13回　コーチング実践Ⅸ(正規ルールによるゲーム)
【　到達目標　】
(1)正規ルールによるゲームに関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
ゲーム中におこなうコーチングについて理解を深める。(4.0hr)

第14回　バレーボールの技能評価
【　到達目標　】
(1)初心者対象の技能評価について理解する。

【授業時間外学修】
事前に基本的な技能評価方法について理解しておく。(4.0hr)

第15回　指導上の問題点の研究
【　到達目標　】
(1)コーチング実践で明らかになった問題点の解決法を理解する。
(2)初心者指導におけるポイントを明らかにすることができる。

【授業時間外学修】
初心者指導における適切なコーチングのタイミングを見極める方法を理解しておく。(4.0hr)

【学修上の留意点】

バレーボールの初心者を対象にしたコーチングをおこなうために、基礎知識としてバレーボールⅠやバレーボールⅡの授業で身につけた基礎知識をしっかりと理解しておく必要がある。不安なものはしっかりと復習しておくようにすること。また、基本的にグループ単位で演習形式でディスカッションしながら活動するので、自分勝手な行動はせずに、グループの活動が効率良くできるように努めること。毎回の授業の最後に振り返りをおこない、授業内容について理解を深める。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

コーチング理論の理解を20%、指導計画の作成を30%、コーチング実践を50%として評価する。

科 目 名	運動技能評価法			担当者	森井　大樹	
英 文 名	Theory of Evaluation in Motor Skill					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SME309		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

運動技能は「ある動きができる能力」と解され、スポーツ競技に置き換えると「競技力」となる。競技力を構成する因子は多岐に渡り、その評価にはさまざまな方法がとられている。本講義では、運動技能（競技力）の構造をまず明らかにし、運動技能を発生運動学の知見を用いて評価することがトレーニング過程全体で重要な位置を占めるものであることを理解していく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
運動の評価法の違いについて	数値的評価と動感評価について、その違いを具体的な事例をもとに詳細に説明できる。	数値的評価と動感評価の方法の違いを理解し、説明できる。	理解が不十分で説明できない。
発生運動学的な評価内容について	多岐にわたる発生運動学的な評価内容について、具体的な事例をもとに詳細に説明できる。	主な評価対象となる動感形成位相と動感創発身体知の概要について理解し、説明できる。	理解が不十分で説明できない。
運動指導者に必要な評価方法について	身体知テストの方法と有益性を十分に理解し、実践できる。	観察と交信による動きかたの評価について理解し、説明できる。	理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　運動技能の構造
【　到達目標　】
(1)運動技能の構造を理解する。
(2)運動技能とその評価の必要性を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第２回　競技力検査の方法
【　到達目標　】
(1)一般的な競技力検査の方法を理解する。
(2)競技力検査によって得られる結果の有効性と限界を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第３回　数値化するテスト法１
【　到達目標　】
(1)体力テストの内容と方法を理解する。
(2)体力テストの有効性と課題を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第４回　数値化するテスト法２
【　到達目標　】
(1)技能を数値化するテストの内容と方法を理解する。
(2)技能を数値化するテストの有効性と課題を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第５回　発生運動学的な評価とは
【　到達目標　】
(1)発生運動学の概要を理解する。
(2)動感身体知とその評価について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第６回　動きの形成位相と評価
【　到達目標　】
(1)動感身体知の形成位相について確認・理解する。
(2)それぞれの形成位相における技能評価について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第７回　動感創発身体知の構造
【　到達目標　】
(1)動感創発身体知の構造について理解する。
(2)動感創発身体知の具体的例証について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第８回　始原身体知とその評価
【　到達目標　】
(1)始原身体知の概要について理解する。
(2)始原身体知の具体的例証について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第９回　形態化身体知（コツとカン）とその評価
【　到達目標　】
(1)形態化身体知の概要について理解する。
(2)形態化身体知の具体的例証について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第10回　動感促発身体知の構造
【　到達目標　】
(1)動感促発身体知の構造について理解する。
(2)動感促発身体知の具体的例証について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第11回　指導者の観察能力と動きの評価
【　到達目標　】
(1)指導者の観察能力の必要性について理解する。
(2)動感身体知の観察方法と評価について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第12回　指導者の交信能力と動きの評価
【　到達目標　】
(1)指導者の交信能力の必要性について理解する。
(2)動感身体知の交信方法と評価について理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第13回　創発分析と身体知テスト
【　到達目標　】
(1)創発分析の方法と必要性について理解する。
(2)創発分析能力と身体知テストの関係を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第14回　身体知テストと運動技能評価
【　到達目標　】
(1)身体知テストの方法を理解する。
(2)身体知テストと運動技能評価の関係を理解する。

【授業時間外学修】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第15回　指導者と運動技能評価力
【　到達目標　】
(1)運動技能を評価できる指導者の必要性を理解する。
(2)トレーニング現場における運動技能評価の必要性を理解する。

【授業時間外学修】
授業から得た知見を実際のトレーニング場面に活かせるよう準備する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。本講義を理解するためには、講義内容を常に各自の運動経験や専門スポーツ種目に置き換え、具体例を思い浮かべながら受講することが大切である。ほぼ毎時間、講義内容に関する小レポートを作成する。

【教科書・参考書など】

適宜、資料を配布する。教科書の指定については授業内でアナウンスする場合がある。
＜参考文献＞　「マイネル　スポーツ運動学」K.マイネル（大修館書店）
「わざの伝承」金子明友（明和出版）　「身体知の形成　上・下」金子明友（明和出版）　等

【成績評価方法】

各回の小レポートまたは小テスト70%、最終レポートまたは試験30%により評価する。具体的な評価方法は授業内で別途提示する。

科 目 名	専門体力トレーニング論			担当者	大橋　祐二・佐々木　直基 橋爪　みすず	
英 文 名	Theory of Special Physical Conditioning					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SME310		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

運動技能・競技力を構成する体力の中で、最も達成力に反映する体力因子を見出し、その因子を強化する効果的な方法について、各スポーツの特性を考慮し、スポーツ種目に要求される各項目測定値から実際のパフォーマンスとの関連について検討し、その要因を探る。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
測定競技系種目に関わる体力因子とそのトレーニング法について	測定系種目に関する学習内容を理解し、自らまとめて説明できる	測定系種目に関する学習内容を資料等を参照しながら理解できる。	理解が不十分で説明できない。
採点競技系種目に関わる体力因子とそのトレーニング法について	採点系種目に関する学習内容を理解し、自らまとめて説明できる	採点系種目に関する学習内容を資料等を参照しながら理解できる。	理解が不十分で説明できない。
判定競技系種目に関わる体力因子とそのトレーニング法について	判定系種目に関する学習内容を理解し、自らまとめて説明できる	判定系種目に関する学習内容を資料等を参照しながら理解できる。	理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　測定競技系の専門体力トレーニング①
【　到達目標　】
陸上競技短距離種目における専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
陸上競技短距離種目のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第２回　測定競技系の専門体力トレーニング②
【　到達目標　】
陸上競技短距離種目における専門体力トレーニング法および陸上競技長距離種目における専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
陸上競技短距離種目・長距離種目のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第３回　測定競技系の専門体力トレーニング③
【　到達目標　】
陸上競技長距離種目における専門体力トレーニング法について理解する。
【授業時間外学修】
陸上競技長距離種目のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第４回　測定競技系の専門体力トレーニング④
【　到達目標　】
競泳競技における専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
競泳競技のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第５回　測定競技系の専門体力トレーニング⑤
【　到達目標　】
競泳競技における専門体力トレーニング法について理解する。
【授業時間外学修】
競泳競技のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第６回　採点競技系の専門体力トレーニング①
【　到達目標　】
体操競技における専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
体操競技のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第７回　採点競技系の専門体力トレーニング②
【　到達目標　】
体操競技における専門体力トレーニング法およびアーティスティックスイミングの専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
体操競技・アーティスティックスイミングのトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第８回　採点競技系の専門体力トレーニング③
【　到達目標　】
アーティスティックスイミングの専門体力トレーニング法および新体操の専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
アーティスティックスイミング・新体操のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第９回　採点競技系の専門体力トレーニング④
【　到達目標　】
新体操の専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
新体操のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第10回　採点競技系の専門体力トレーニング⑤
【　到達目標　】
新体操の専門体力トレーニング法について理解する。
【授業時間外学修】
新体操のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第11回　判定競技系の専門体力トレーニング①
【　到達目標　】
バレーボールにおける専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
バレーボールのトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第12回　判定競技系の専門体力トレーニング②
【　到達目標　】
バレーボールにおける専門体力トレーニング法について理解する。
【授業時間外学修】
バレーボールのトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第13回　判定競技系の専門体力トレーニング③
【　到達目標　】
バスケットボールにおける専門体力について理解する。
【授業時間外学修】
バスケットボールのトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第14回　判定競技系の専門体力トレーニング④
【　到達目標　】
バスケットボールにおける専門体力トレーニング法について理解する。
【授業時間外学修】
バスケットボールのトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第15回　判定競技系の専門体力トレーニング⑤
【　到達目標　】
柔道の専門体力および専門体力トレーニング法について理解する。
【授業時間外学修】
柔道のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

3人の教員によるオムニバス形式の授業である。各教員が5回の授業を担当し、その中でレポートを課す。測定競技を大橋、採点競技を橋爪、判定競技を佐々木が担当する。授業の順番は入れ替わる可能性がある。講義はパワーポイントによって進めるが、必要に応じて映像の視聴等などによって具体例を確認しながら理解を深めていく。予習・復習を継続し、日常的に自分の専門種目以外の体力トレーニングについて、関心を持ちながら受講することが大切である。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。

【成績評価方法】

各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、授業期間中に3回のレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価40%、レポート課題（3回分）評価を60%とし、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。

科目名	スポーツリハビリテーション論	担当者	永野　康治
英文名	Sport Rehabilitation		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SME311		卒業認定方針との関連	⑦

【到達目標】

本講義の目的は、スポーツ外傷・障害の概念や発症要因について理解し、それぞれの病態についての特徴や基本的対応策を学ぶことである。さらにスポーツ外傷・障害からスポーツ復帰に向けてのリハビリテーション(アスレティックリハビリテーション)に関する基礎的な知識と進め方について学習する。本講義を通して、スポーツ現場においてスポーツ外傷・障害の予防や発症した際の処置を行えること、さらに自身や対象者のスポーツ復帰に向けたリハビリテーションを計画できることが本講義のねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ外傷・障害の病態および評価	病態および評価方法について，正しく選択，記述することができる。	病態および評価方法について，資料を参考にして，正しく選択，記述することができる。	病態および評価方法について，正しく選択，記述できない。
アスレティックリハビリテーション	リハビリテーションの内容について正しく選択，記述することができる。	リハビリテーションの内容について資料を参考にして，正しく選択，記述することができる。	リハビリテーションの内容について正しく選択，記述できない。
スポーツ活動での外傷・障害の予防	自らのスポーツ活動・指導における外傷・障害の予防方法を立案することができる。	自らのスポーツ活動・指導における外傷・障害の予防方法を資料を基に立案することができる。	自らのスポーツ活動・指導における外傷・障害の予防方法を立案できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　アスレティックリハビリテーションに必要な機能解剖学
【　到達目標　】
(1)本講義の学修に必要な機能解剖学知識を同定する。
(2)自身の外傷・障害を振り返り、リハビリテーションの必要性を考える。

【授業時間外学修】
機能解剖学の苦手分野について復習する。(4.0hr)

第２回　アスレティックリハビリテーション概論
【　到達目標　】
(1)アスレティックリハビリテーションの特徴、段階を説明できる。
(2)アスレティックリハビリテーションに関わる職種を挙げられる。
(3)アスレティックリハビリテーションで用いる手法とその内容を挙げられる。
【授業時間外学修】
アスレティックリハビリテーションの考え方を整理する。(4.0hr)

第３回　スポーツ外傷とスポーツ障害
【　到達目標　】
(1)スポーツ外傷とスポーツ障害の違いを説明できる。
(2)スポーツ外傷とスポーツ障害の疾患を列挙できる。
(3)外傷・障害の環境要因と外傷・障害の発生との関連を述べられる。
【授業時間外学修】
スポーツ外傷とスポーツ障害の違いについて整理する。(4.0hr)

第４回　前十字靭帯損傷の病態および評価
【　到達目標　】
(1)前十字靭帯の役割を挙げられる。
(2)前十字靭帯損傷の特徴を説明できる。
(3)前十字靭帯損傷の危険因子を挙げられる。
【授業時間外学修】
膝関節の機能解剖について復習しておく。(4.0hr)

第５回　前十字靭帯損傷に対するアスレティックリハビリテーション1
【　到達目標　】(1)前十字靭帯損傷の訓練前期における関節可動域エクササイズを挙げることができる。
(2)各エクササイズの注意点を説明できる。
(3)前十字靭帯損傷の訓練前期における協調性トレーニングを挙げることができる。
【授業時間外学修】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

第６回　前十字靭帯損傷に対するアスレティックリハビリテーション2
【　到達目標　】
(1)前十字靭帯損傷の訓練後期～復帰期のリハビリ内容について、具体的なエクササイズを挙げることができる。
(2)各エクササイズの注意点を説明できる。
【授業時間外学修】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

第７回　膝関節障害の病態および評価
【　到達目標　】
(1)各膝関節障害の原因を説明できる。
(2)膝関節障害に対するアライメント評価を説明できる。
(3)各タイトネステストの目的筋を挙げることができる。
【授業時間外学修】
膝関節障害に含まれる疾患について整理する。(4.0hr)

第８回　膝関節障害に対するアスレティックリハビリテーション
【　到達目標　】
(1)膝障害のリハビリトレーニングの目的を説明できる。
(2)膝障害の代表的なトレーニングを挙げられる。
(3)膝障害のリハビリトレーニングの注意点を説明できる。
【授業時間外学修】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

第９回　投球障害の病態および評価
【　到達目標　】
(1)肘関節障害・肩関節障害のメカニズムを説明できる。
(2)野球肘に特徴的なフォームを挙げられる。
(3)肩関節障害の評価法を挙げられる。
【授業時間外学修】
肩関節の機能解剖について復習しておく。(4.0hr)

第10回　投球障害に対するアスレティックリハビリテーション
【　到達目標　】
(1)投球障害の状態にあわせたストレッチを挙げることができる。
(2)投球障害に対する筋力トレーニングメニューを挙げることができる。
(3)投球障害に対するフォームの修正方法を説明できる。
【授業時間外学修】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

第11回　足関節捻挫の病態および評価
【　到達目標　】
(1)足関節捻挫の病態を説明できる。
(2)足関節不安定性テストを挙げることができる。

【授業時間外学修】
足関節の機能解剖について復習する。(4.0hr)

第12回　足関節捻挫に対するアスレティックリハビリテーション
【　到達目標　】
(1)足関節捻挫に対するリハビリテーション内容を説明できる。
(2)各リハビリテーションメニューの目的を挙げることができる。

【授業時間外学修】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

第13回　腰痛の病態および評価
【　到達目標　】
(1)腰部疾患の病態を説明できる。
(2)腰痛を4つのパターンに分類できる。
(3)腰痛に対する評価法を挙げられる。
【授業時間外学修】
腰部・体幹の機能解剖について復習しておく。(4.0hr)

第14回　腰痛に対するアスレティックリハビリテーション
【　到達目標　】
(1)体幹深層筋の代表例とトレーニング法を挙げることができる。
(2)各種目毎の腰痛に対するリハビリテーションの方法を説明できる。

【授業時間外学修】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

第15回　最新のアスレティックリハビリテーション
【　到達目標　】
(1)最新のアスレティックリハビリテーションに関する知識を得る。
(2)最新のアスレティックリハビリテーションで用いられる器具を挙げることができる。

【授業時間外学修】
自らのトレーニング等を見直し、改善する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業開始時にその日の内容に関するクイズにWeb上で回答し、集計結果と自身の回答を確認する。授業は配布される講義ノートへの記述を中心に授業を進める。その際に使用したプレゼンテーション資料はWeb上に公開するので、復習に用いること。授業の中盤、および終了時に理解度確認テストを行い内容を整理する。また、復習用の課題を7、13回目にし、課題に取り組むことで知識の定着を図る。その際の回答、質問はWeb上から入力し、授業中にフィードバックを行う。

【実務経験のある教員による授業科目】

理学療法士としての実務経験を生かし、スポーツ外傷・障害の概念や発症要因、またそれぞれの病態についての特徴や基本的対応策について講義を行う。

【教科書・参考書など】

参考書：スポーツリハビリテーションの臨床(MEDSi)、スポーツ外傷・障害の理学診断・理学療法ガイド(文光堂)、ランニング障害のリハビリテーションとリコンディショニング(文光堂)、ファンクショナルトレーニング(文光堂)、野球 肩・ひじ・腰の鍛え方・治し方(日本文芸社)、ビジュアル実践リハ 整形外科リハビリテーション(羊土社)、腰痛のリハビリテーションとリコンディショニング(文光堂)、運動器の徒手検査法(文光堂)

【成績評価方法】

理解度確認テストおよび課題40%，期末試験（試験は試験期間中に別途実施）60%

科目名	スポーツコンディショニング演習Ａ （体力トレーニングの生理学）	担当者	星川　佳広
英文名	Seminar in Sport Conditioning A (Physiology of Fitness Training)		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME312		卒業認定方針との関連	①②⑦

【到達目標】

エビデンスに基づいてトレーニング、コンディショニングを考える力を養う。講義とともに実際に体力テスト、トレーニングを行い、自分、仲間のデータを収集し、分析・レポートする。より良いトレーニングには、対象者の体力レベルを把握したうえでの個別化が重要であり、その諸条件を実際に体験することで理解を深める。また、選手や生徒に指導する立場で、体力テスト、トレーニングを安全に実施するとともに、得られたデータを適切に整理、分析し、まとめる力も高める。具体的には身体組成、有酸素性、無酸素性の体力テストや運動中の心拍数やエネルギー消費量の測定を行う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
コンディショニング、トレーニングの生理学的根拠に関する知見	知見を正しく理解し、説明することができる	知見を理解し、資料等を見ながら説明することができる	理解が不十分で説明できない
体力、コンディションの測定・評価法	測定・評価法の理論背景を理解し実際にできる。実践に活用できる。	測定・評価法の理論背景を理解し、部分的にできる。しかし、実践で活用できるレベルでない。	理解が不十分で説明できない。実際にできない。
データ・情報の分析とそれに基づく活用、レポート作成	データ、情報を適切に整理、加工し、根拠ある分析、説明ができる。説得力あるレポート作成ができる	データ、情報を整理、加工し、分析、説明ができる。	データ・情報を整理、加工できない。適切に分析できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　エビデンスに基づくトレーニングとトレーニングの原則
【　到達目標　】
エビデンスとは？　体力・コンディションを測定・評価する方法や影響する要因について
理解する。トレーニング効果を得るための原則(個別性、特異性など）と条件について理解する。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第２回　身体組成、体形分類とトレーニング、女性アスリートの3主徴
【　到達目標　】
身体組成、ソマトタイピング（体形分類）の概念を理解し、自身の特徴を把握する。
利用可能エネルギー、女性アスリートの3主徴について解説する

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第３回　形態・身体組成測定①
【　到達目標　】
各自の形態、身体組成を測定する。
測定原理の違いとデータの解釈時の注意事項を理解する。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第４回　形態・身体組成測定②
【　到達目標　】
各自の形態、身体組成を測定する。体形分類を行う。自身の特性を理解する。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第5回　測定データの整理と分析①
【　到達目標　】
測定データをExcelにて整理する。わかりやすいグラフを作成する。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理、分析する。(4.0hr)

第６回 データの解釈とレポート作成
【　到達目標　】
先行研究を参考し、各自のデータを分析する。
科学的なレポート作成法を理解する。

【授業時間外学修】
質の高いレポートを作成する。(4.0hr)

第７回　トレーニングの種類（有酸素性、無酸素性、レジスタンス）と変数
【　到達目標　】
トレーニングの種類、変数（強度、時間、頻度）について理解する

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第８回　体力測定①　20mシャトルランテスト
【　到達目標　】
有酸素性体力測定法について学修する。
20mシャトルランテストを安全かつ、適切に実施する。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第９回　体力測定②　心拍数の測定
【　到達目標　】
有酸素性運動中の心拍数を測定する。
測定データをもとに有酸素性トレーニングに適切な心拍数を理解する。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第10回　エネルギー消費量、適切なトレーニング量と計画
【　到達目標　】
メッツ・時を使った簡易なエネルギー消費量の計算ができる。
測定データをもとに適切なトレーニング量を理解する。エネルギー消費量を目安に
トレーニング計画を立てる。
【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。(4.0hr)

第11回　測定データの整理と分析②
【　到達目標　】
測定データをExcelにて整理する。Excelで平均、標準偏差など基本統計量と関数の
使い方を理解する。ピボットテーブルが適切に使用できる。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理、分析する。(4.0hr)

第12回 有酸素性トレーニングの実施
【　到達目標　】
各自の測定データに基づき、適切な強度、時間を設定し有酸素性トレーニングを実施する

【授業時間外学修】
実施したトレーニングについて記録し、レポートにまとめる（4.0hr）

第13回　女性とレジスタンストレーニング、高強度インターバルトレーニング
【　到達目標　】
高強度インターバルトレーニングの生理、レジスタンストレーニングの効果について
特に女性の立場からその効果について説明できる。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理、分析する。(4.0hr)

第14回　体力測定③　１RM
【　到達目標　】
無酸素性能力、筋力測定あるいは高強度インターバルトレーニングの方法について学修する。
１RMの直接法、RM法を安全かつ、適切に実施する。

【授業時間外学修】
授業内容を配布資料およびノートを元に復習する。測定データを整理する。(4.0hr)

第15回　　レジスタンストレーニング、高強度インターバルトレーニングの実施
【　到達目標　】
各自の測定データに基づき、適切な強度、繰り返し数、休息時間数を設定し
レジスタンストレーニングあるいは高強度インターバルトレーニングを実施する

【授業時間外学修】
実施したトレーニングについて記録し、レポートにまとめる（4.0hr）

【学修上の留意点】

講義と実際の体力テスト・トレーニングの実施、そのデータ整理・レポート作成を組み合わせて授業を展開する。受講生は体力テスト・トレーニングにおいて負荷の高い全力での運動が伴うことに留意のこと。グループにて検者，被検者を役割分担しながら実施する際は、互いに協力し合うとともに、被検者をよく観察し、注意徹底・事故防止に努める。体力テストやトレーニングに際しては適切な服装、シューズで参加すること（それ以外は参加を認めない）。また、測定データの整理やレポート作成にはパソコンが必要になる。

【教科書・参考書など】

資料を配布する。

【成績評価方法】

毎回の提出物（体力テスト・トレーニング記録等の課題）(50%)、課題レポート(50%)で評価する。

科目名	スポーツコンディショニング演習Ｂ （スポーツ選手の栄養学）	担当者	古泉　佳代
英文名	Seminar in Sport Conditioning B (Nutrition for Athlete)		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME313		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

これまで学んだ知識を実践を通して身につけることが目的である。栄養状態の評価のために、身体組成を測定するとともに生活活動及び運動中の身体活動量を測定し、栄養素摂取状況を把握する。また、競技特性、目的に適した食事を計画し調理実習を実施することで、競技者及び指導者として、具体的な食事調整法及び実践的な食生活改善法を身につける。選手として日常生活での実践を目指すだけでなく、指導者としてもコンディションを維持するための栄養面からのアプローチ法を理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
アスリートとしてコンディショニングを整えるための、身体測定に関する基礎事項	身体測定に関する基礎事項を理解し、様々な競技に応用して考え、自らの言葉で説明できる	身体測定に関する基礎事項を理解し、自らのスポーツと関連させ説明できる	身体測定に関する基礎事項を理解できない
アスリートとしてコンディショニングを整えるための、栄養素摂取法に関する基礎事項	栄養素摂取に関する基礎事項を理解し、様々な競技特性に応用して考え、説明できる	栄養素摂取に関する基礎事項を理解し、自らのスポーツと関連させ説明できる	栄養素摂取に関する基礎事項を理解できない
アスリートとしてコンディショニングを整えるための、身体活動量に関する基礎事項	身体活動量に関する基礎事項を理解し、様々な競技に応用して考え、自らの言葉で説明できる	身体活動量関する基礎事項を理解し、自らのスポーツと関連させ説明できる	身体活動量に関する基礎事項を理解できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
(1)食事と運動、身体組成の関係を理解することができる。

【授業時間外学修】
五大栄養素について復習する。(4.0hr)

第２回　身体計測①
【　到達目標　】
(1)様々な身体組成の測定方法を知り、実測できる。
(2)各種測定方法の特徴に気付く。

【授業時間外学修】
測定方法の資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第３回　身体計測②
【　到達目標　】
(1)様々な身体組成の測定方法を知り、実測できる。
(2)各種測定方法の特徴に気付く。

【授業時間外学修】
測定方法の資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第４回　体力測定
【　到達目標　】
(1)身体組成に関連する体力測定を実施することができる。

【授業時間外学修】
体力測定の資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第５回　身体組成と体力の関連①
【　到達目標　】
(1)平均値等を利用して身体組成データを分析することができる。

【授業時間外学修】
身体組成の資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第６回　身体組成と体力の関連②
【　到達目標　】
(1)相関係数等を利用して、身体組成と体力との関連を分析することができる。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

第７回　栄養素等摂取状況の評価①
【　到達目標　】
(1)市販のお弁当の栄養素を評価できる。
(2)市販のお弁当の特徴に気付き、アスリートの食生活を考察する。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、アスリートにとって最適な昼食を考える。(4.0hr)

第８回　栄養素等摂取状況の評価②
【　到達目標　】
(1)一食で不足している食品、栄養素に気付き補う方法を考えることができる。
(2)不足しがちな食品、栄養素を補える献立を考えることができる。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、アスリートにとって最適な昼食を考える。(4.0hr)

第９回　栄養素等摂取状況の評価③
【　到達目標　】
(1)一食で不足している栄養を補える献立を調理できる。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、アスリートにとって最適な食事を考える。(4.0hr)

第10回　栄養素等摂取状況の評価④
【　到達目標　】
(1)市販の昼食を利用するときの注意点を理解することができる。
(2)市販の昼食の欠点を補い、バランスの良い食事を考え、提案することができる。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、アスリートにとって最適な食事を考える。(4.0hr)

第11回　栄養素等摂取状況の評価⑤
【　到達目標　】
(1)自分自身でお弁当を調理する場合の注意点を理解することができる。
(2)様々な年代、期分けに合わせたお弁当を調理することができる。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、お弁当の栄養バランスを考える。(4.0hr)

第12回　身体活動量の評価①
【　到達目標　】
(1)安静時の活動量の測定方法を知り、実測及び算出できる。
(2)推定値と比較し、誤差の要因を考察できる。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、身体活動強度及び活動量について復習する。(4.0hr)

第13回　身体活動量の評価②
【　到達目標　】
(1)運動時の活動量を測定し、身体活動強度との関連を考察できる。
(2)各種測定方法の特徴を理解し、測定できる。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、身体活動量を意識して生活することができる。(4.0hr)

第14回　身体活動量の評価③
【　到達目標　】
(1)身体活動強度とエネルギー代謝との関連を理解できる。

【授業時間外学修】
資料を見直しながら、身体活動量を意識して生活することができる。(4.0hr)

第15回　身体活動量の評価④
【　到達目標　】
(1)安静時及び運動時の身体活動量について考察できる。
(2)食事、身体組成、体力、身体活動との関連を理解できる。

【授業時間外学修】
食事、身体組成、身体活動、体力のバランスのとれた生活を実践する方法を考える。(4.0hr)

【学修上の留意点】

測定や調理実習といった体験を重視し、その前後は配布資料を用いて講義を実施する。測定や実習では、エクセルを用いて計算をするため、エクセルを利用できるデバイスを準備することが必要である。ほぼ毎時間、授業中に質疑応答、ディスカッションを行い、受講生の理解度や受講態度の確認を行う。提出されたレポートは、次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。

この演習を理解するためには、日常生活から食事や身体活動、身体組成といった自分自身の生活を振り返ることが重要である。

【教科書・参考書など】

教科書　文部科学省科学技術・学術審議会　資源調査分科会　報告「ビジュアルワイド食品成分表　五訂増補日本食品標準成分表」（東京書籍）

【成績評価方法】

体重・体組成に関するレポートの達成度（30%）、お弁当（昼食）の栄養分析に関する発表の達成度（30%）、自分自身の食事と運動に関するレポートの達成度（40%）をもとに、併せて100%で評価する。合格基準は60%である。

科目名	スポーツコンディショニング演習C （スポーツ選手の心理学）			担当者	澁倉　崇行	
英文名	Seminar in Sport Conditioning C (Psychology for Athletes)					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME314		卒業認定方針との関連	⑦⑧

【到達目標】

競技場面で最適なパフォーマンスを発揮するための心理的コンディショニングの理論的背景と方法に関する基礎的知識を理解し、体験や実習によって実践能力を身に付ける。また、心理的コンディショニングのために利用される各種の心理検査に取り組むことで、結果の見方、利用の仕方を理解し、自らのスポーツ活動や指導場面において活用できるようにする。競技者を取り巻く心理的課題を具体的に解決するための理論や方法を実地に学び、活用することができる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
競技スポーツにおいてメンタルスキルを活用することの有効性および各種スキルの内容	競技者の心理的課題に応じたメンタルスキルの内容と活用法を適正に説明できる。	メンタルスキルの内容と活用法を授業ノートや資料を参考にしながら説明できる。	メンタルスキルの内容と活用法についての理解が不十分で適正な説明ができない。
アスリートを対象に行われる心理検査の内容とその実施方法	検査目的・方法を理解し、結果から適正に課題を見出し、独自の対応策を提案できる。	検査目的・方法を理解し、結果からは一般的な内容の対応策であれば提案することができる。	検査目的・方法の理解が不十分で、結果の解釈や対応策の提案などができない。
各種メンタルスキルの理論的背景とその実践方法	各種メンタルスキルを理解し、正しい方法で主体的かつ継続的に実践することができる。	各種メンタルスキルを理解しており、実施法について指導を受けながら実践することができる。	各種メンタルスキルの理論的背景に関する理解が不十分で適正かつ継続的な実践ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　メンタルトレーニングの理解：パフォーマンスにおける心理の位置づけ
【　到達目標　】
(1)競技力向上における心理面の重要性と、技法の体系的な枠組みを説明できる。
(2)心・技・体の相互関係を理解し、自身の課題に合わせた強化の方向性を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第２回　メンタルトレーニングのプロセス：自己調整学習の展開
【　到達目標　】
(1)自己調整学習のサイクルを理解し、メンタルトレーニングへの適用方法を説明できる。
(2)自らの練習や生活において、主体的にPDCAサイクルを回す具体的な方法を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第３回　心理的競技スキルの測定と評価（1）：心理的競技能力診断検査の実施
【　到達目標　】
(1)DIPCA.3等の心理検査の測定意図を理解し、自身の心理的スキルの現状を客観的に把握できる。
(2)自身の強みと弱みを分析し、今後のトレーニングの優先順位について説明できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第４回　心理的競技スキルの測定と評価（2）：心理的競技能力診断検査の振り返り
【　到達目標　】
(1)検査結果の経時的変化や他者との比較を通じ、自身の心理的特性を深く理解できる。
(2)客観的なデータに基づき、弱点を克服するための具体的な取り組みを提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第５回　心理的競技スキルの測定と評価（3）：心理状態検査の実施と振り返り
【　到達目標　】
(1) DIPS-D.2等の検査を通じ、一時的な感情（気分）の変化を客観的に評価できる。
(2)自身のコンディションと気分の関係を分析し、最適な心理状態の維持法を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第６回　心理的競技スキルの測定と評価（4）：JISS競技心理検査の実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)トップアスリート向けの心理検査の特徴を理解し、多角的な視点で自己分析できる。
(2)競技場面特有の心理的課題を抽出し、解決に向けたアプローチを具体的に提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第７回　心理的競技スキルの測定と評価（5）：エゴグラムの実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)交流分析の理論に基づく性格特性を理解し、自身の対人行動の傾向を説明できる。
(2)自己の性格特性を踏まえた上で、チーム力を高めるコミュニケーション法を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第８回　心理技法の理解（1）：目標設定技法の実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)結果目標、パフォーマンス目標、プロセス目標の三層構造を理解し、説明できる。
(2)日々の練習の質を高めるための具体的なプロセス目標を構築し、実践を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第９回　心理技法の理解（2）：目標設定技法の実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)目標達成を阻む要因と対処法を理解し、進捗管理と修正の方法について説明できる。
(2)長期的な目標から逆算した、実現可能性の高い段階的なアクションプランを提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第10回　心理技法の理解（3）：イメージの実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)イメージトレーニングの効果的な実施条件を説明できる。
(2)五感を活用した鮮明なイメージを構築し、技術習得や試合前の準備に活用できる。

【授業時間外学修】
用具のイメージ練習、呼吸法、及びATを練習しその結果をまとめる。(4.0hr)

第11回　心理技法の理解（4）：積極的思考の実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)セルフ・トークの機能と、思考の再構成（リフレーミング）の理論を説明できる。
(2)ネガティブな思考を前向きな行動へ変換するための、具体的な発話・思考法を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第12回　心理技法の理解（5）：アンガーマネジメントの実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)怒りの感情が生じるメカニズムと、そのコントロールの意義を理論的に説明できる。
(2)競技中や日常生活で生じる怒りを鎮め、冷静な判断を下すための対処術を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第13回　心理技法の理解（6）：ストレスマネジメントの実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)ストレス要因と反応の因果関係を理解し、心理的・身体的対処法を説明できる。
(2)自分に適したリラクセーション法を選択し、プレッシャー場面での活用を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第14回　心理技法の理解（7）：マインドフルネスの実施と振り返り
【　到達目標　】
(1)「今、ここ」に意識を向ける概念を理解し、集中力向上への効果を説明できる。
(2)雑念を受け流し、本番で高いパフォーマンスを発揮するための瞑想的習慣を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

第15回　メンタルトレーニングの展開：プログラムの立案と行動計画
【　到達目標　】
(1)これまでの実習で得た知見を統合し、自分専用の心理強化プログラムを作成できる。
(2)指導者として、対象者の課題に即したメンタルトレーニングの導入案を提案できる。

【授業時間外学修】
復習課題（本時のまとめ）と予習課題（次週の情報収集）に取り組む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

心理的コンディショニングに用いるスキルの効果は、それぞれの正しい知識と実施方法を身につけることで得られる。しかし、その効果は容易に得られるものではないため、継続的な練習と実践が必要となる。したがって、各回で取り上げたメンタルスキルの実習を自習課題とし、その記録を継続することを求めたい。受講者は練習状況、効果の有無、実践に関わる疑問点等をまとめ、翌週の授業で報告する。以上のことから、本演習を受講する場合は、メンタルスキルの練習に積極的に取り組むことが求められる。加えて、省察（振り返り）の作業に丁寧に取り組むことにより、現在のパフォーマンス向上（競技者，学生あるいは指導者として）につなげていってほしい。

【教科書・参考書など】

テキストは特に指定しない。適宜、参考資料を配付する。
参考書としては日本スポーツ心理学会・編「スポーツメンタルトレーニング教本」（大修館書店）などを使用する。

【成績評価方法】

以下の到達目標の観点から試験60%，レポート40%により総合的に評価する。１）心理的コンディショニングのために利用される各種の心理検査に取り組むことで、結果の見方、利用の仕方を理解し、自らのスポーツ活動や指導場面において活用できるようにする。２）競技者を取り巻く心理的課題を具体的に解決するための理論や方法を実地に学び、活用することができる。なお、欠席１回につき５点、遅刻・早退１回につき２点をそれぞれ減点する。また、受講態度に問題があると判断される行為（居眠り、私語、スマートホンの使用等）については、２点から10点までの範囲で減点を行う。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅱ		担当者	大槻　茂久		
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

スポーツコーチング演習Ⅱは、サッカーの個人戦術・グループ戦術を中心とした指導実践を実施する。その中でサッカーの指導法（コーチング）指導計画（プランニング）について学習する。また、試合運営に必要な競技精神（サッカーの起源・ルール）チーム運営（マネジメント）についても学習する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
個人戦術に関するコーチングについて	個人戦術を理解し練習や試合の中で的確にコーチングできる	個人戦術を確認しながら説明できる	個人戦術について理解が不十分で説明できない
グループ戦術に関するコーチングについて	グループ戦術を十分に理解し、練習や試合の中で的確にコーチングできる	グループ戦術を理解しているが練習や試合の中で的確にコーチングできない	グループ戦術理解が不十分で実践できない
サッカーの指導計画（プランニング）について	指導計画の理論・テーマを十分に理解した指導計画（プランニング）を作成できる。	指導計画の理論・テーマを理解しているが、指導計画（プランニング）が不十分である。	指導計画の理論・テーマを理解出来ず、指導計画（プランニング）も不十分である。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　サッカーのウォーミングアップ・コミュニケーション・ゲーム分析
【　到達目標　】
(1)サッカーのウォーミングアップ（身体的・技術的・心理的）について理解し、実践する
(2)サッカーに必要なコミュニケーション（言語・非言語）方法を理解し、実践する
(3)ゲームを観て様々な視点から分析（良い点・改善点等）ができる
【授業時間外学修】
ウォーミングアップの理論とその目的について理解しておく(4.0hr)

第２回　テクニック（攻撃）の分析観点
【　到達目標　】
(1)テクニック（攻撃）の分析観点を理解し、指導実践できる
(2)テクニック（攻撃）の構成要素を理解し、指導実践できる

【授業時間外学修】
攻撃のテクニックの分析、構成要素を学習しておく。(4.0hr)

第３回　テクニック（守備）の分析観点
【　到達目標　】
(1)テクニック（守備）の分析観点を理解し、指導実践できる
(2)テクニック（守備）の構成要素を理解し、指導実践できる

【授業時間外学修】
守備のテクニックの分析、構成要素を学習しておく。(4.0hr)

第４回　個人戦術（攻撃）
【　到達目標　】
攻撃の個人戦術を理解し、指導実践できる
トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
攻撃の個人戦術について理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第５回　個人戦術（守備）
【　到達目標　】
守備の個人戦術を理解し、指導実践できる
トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
守備の個人戦術について理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第６回　指導計画①（プランニング）理論
【　到達目標　】
(1)トレーニング計画（プランニング）の理論を理解し、実践ができる。
(2)様々なオーガナイズやルールでのトレーニングやゲームを体験し、考察できる

【授業時間外学修】
サッカーのプランニング理論について理解しておく。(4.0hr)

第７回　指導計画②（プランニング）実践
【　到達目標　】
(1)トレーニング計画（プランニング）の理論を理解し、指導案の作成ができる

【授業時間外学修】
グループで話し合いサッカーの指導計画を作成する(4.0hr)

第８回　指導法（コーチング）理論・実践
【　到達目標　】
(1)コーチングの目的や留意点を理解する
(2)コーチングの方法や手順を理解し、実践できる

【授業時間外学修】
サッカーの競技特性から効果的なコーチングについて理解しておく(4.0hr)

第９回　コーチング実践① 攻撃（ゴールを目指す）
【　到達目標　】
(1)攻撃の個人・グループ戦術について理解し、指導実践できる
(2)トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
(3)指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
攻撃の個人・グループ戦術を理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第10回　コーチング実践② 守備（ボールを奪う）
【　到達目標　】
(1)守備の個人・グループ戦術について理解し、指導実践できる
(2)トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
(3)指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
守備の個人・グループ戦術を理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第11回　指導上の問題点の研究①
【　到達目標　】
(1)コーチング実践で明らかになった問題点の解決法を理解する
(2)適切な指導計画、的確なコーチング方法について理解する

【授業時間外学修】
プランニング・コーチング理論について復習し指導計画を作成する(4.0hr)

第12回　コーチング実践① 攻撃（ゴールを奪う）
【　到達目標　】
(1)攻撃の個人・グループ戦術について理解し、指導実践できる
(2)トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
(3)指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
攻撃の個人・グループ戦術を理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第13回　コーチング実践② 守備（ゴールを守る）
【　到達目標　】
(1)守備の個人・グループ戦術について理解し、指導実践できる
(2)トレーニングや試合の中で的確にコーチングできる
(3)指導の良かった点や改善点について積極的に議論できる
【授業時間外学修】
守備の個人・グループ戦術を理解し、指導実践の準備をしておく(4.0hr)

第14回　チーム戦術（ゲーム）
【　到達目標　】
(1)試合の運営方法（審判・試合形式・グループ分け）を理解し、実践する
(2)チームで目標設定・チーム戦術を話し合い、ウォーミングアップから試合までを実施する

【授業時間外学修】
サッカーの競技規則・チーム戦術を理解しておく。(4.0hr)

第15回　振り返り・確認試験（サッカーの知識・指導理論など）
【　到達目標　】
(1)全体の授業を通しての総括し、振り返りを行う。
(2) サッカーの原理原則・戦術、コーチングやプランニング等の理論について確認する

【授業時間外学修】
サッカーの知識や指導に関わるコーチング等の理論を学習する(4.0hr)

【学修上の留意点】

服装、身だしなみは体育実技に相応しいものとすること。
グループ毎に活動するので、自主的・積極的に活動すること。またグループ構成員同士はよく協力すること。
サッカーのコーチングについての理論を学び、自ら指導計画・指導実践を実施する中で、指導する方法や技能を獲得する。

【教科書・参考書など】

特になし。必要な教材は担当教員が印刷し配布する。

【成績評価方法】

以下の割合にて評価し、点数化する。
サッカー知識（戦術・原理原則等）指導理論（プランニング・コーチング等）の理解20%、指導計画の作成30%、コーチング実践50%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅱ			担当者	佐々木 直基	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

バスケットボールにおけるコーチングの実際や問題点、さらにはコーチング全般にわたるコーチングの本質について理解することが目的である。教室での活動が中心となるが、本演習で実際のコーチング場面と関連させながら理解し、習得したコーチングに関する事柄を実践に活かすようにすることがねらいである。２年次履修のスポーツコーチング演習Ⅰで習得したコーチング法をさらに専門的に深めることもねらいとなる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
知識と技能について	バスケットボールのコーチングついてしっかりと説明でき、指導場面に十分に生かすことができる	バスケットボールのコーチングついて説明でき、指導場面に生かすことができる	バスケットボールのコーチングついて説明することができず、指導場面に生かすことができない
思考力・判断力・表現力について	グループ活動の中で自らの意見を理解してもらえるよう仲間に伝えることができる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に話すことはできる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に十分に伝えることができない
学びに向かう力について	授業に対して主体的・積極的に非常によく取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のねらいと進め方
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方を理解する。
(2)バスケットボールの歴史を理解し、説明できる。

【授業時間外学修】
バスケットボール競技の歴史、特性について調べる。(4.0hr)

第２回　バスケットボール競技の構造とコーチングに必要な知識
【　到達目標　】
(1)バスケットボール競技を構成する要素を理解する。
(2)バスケットボールをコーチングする際に必要な知識を得る。

【授業時間外学修】自らの経験を振り返り、構成要素のうち、何を中心に学び、プレイしてきたのかを考える。(4.0hr)

第３回　指導の実際
【　到達目標　】
(1)何を指導するべきかを理解する。
(2)どのような順序で指導するべきかを理解する。

【授業時間外学修】講義の内容とこれまで受けてきた指導を合わせ、自らが指導する際のイメージをつくる。(4.0hr)

第４回　バスケットボールの技術戦術① リバウンド
【　到達目標　】
(1)リバウンドの重要性を理解、再認識する。
(2)リバウンドのコーチング法を探る。

【授業時間外学修】
リバウンドの位置づけについて考え、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第５回　バスケットボールの技術戦術② ディフェンス
【　到達目標　】
(1)ディフェンスにおける基礎知識の理解とコーチング法の習得。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第６回　バスケットボールの技術戦術③ オフェンス
【　到達目標　】
(1)個人オフェンスにおける基礎知識の理解とコーチング法の習得。
(2)最新の技術について学び、実践できるようになる。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第７回　バスケットボールのチーム戦術① オフェンス
【　到達目標　】
(1)NBAや世界選手権といったトップレベルを参考にしながら戦術を知る。
(2)オフェンスのチーム戦術についてのコーチング法を検討する。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第８回　バスケットボールのチーム戦術② ディフェンス
【　到達目標　】
(1)NBAや世界選手権といったトップレベルを参考にしながら戦術を知る。
(2)ディフェンスのチーム戦術についてのコーチング法を検討する。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第９回　スカウティング、戦術決定と試合への準備
【　到達目標　】
(1)相手チームに対する情報収集の仕方を習得する。
(2)スカウティングした内容をもとに戦術を決定する方法を習得する。
(3)試合への準備期間のコーチング法を習得する。
【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第10回　ゲーム中のコーチング
【　到達目標　】
(1)選手起用についての基本的な考え方を理解する。
(2)タイムアウトの活用方法について理解する。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第11回　特別な選手の育成①大型選手
【　到達目標　】
(1)大型選手をコーチングする際の留意点を知る。
(2)大型選手の育成方法を習得する。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第12回　特別な選手の育成②ゲームメーカー
【　到達目標　】
(1)バスケットボールにおけるゲームメーカーの役割を知る。
(2)ゲームメーカーの育成方法を習得する。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第13回　アンダーカテゴリーの指導
【　到達目標　】
(1)アンダーカテゴリーの選手育成の基本的知識を得る。
(2)世界の選手育成について知識を得る。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第14回　ゲームプラン
【　到達目標　】
(1)バスケットボールの試合におけるペース配分についての基本的知識を得る。
(2)チームの特徴や相手チームに応じたゲームプランを計画することができる。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第15回　総合的検証
【　到達目標　】
(1)これまでの講義、指導実践を通して得たコーチング法について総合的に分析し、今後のコーチング法について総合的に検証する。

【授業時間外学修】
総合的に検証したことを踏まえて、本演習で理解・習得したことを整理する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

演習形式が中心の授業でありグループ学習の場面も多いため、ただ参加するのではなく、積極的にグループの中で活動し、さらにはリーダーシップを取って授業を受けること。また、バスケットボールコートにおける実習を含む実際の指導実践では、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。事前の準備が非常に重要であるため、授業時以外での努力が必要である。なお、毎回の授業で振り返り小レポートを作成し、その内容は次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

特に教科書は指定しない。
「バスケットボールの指導教本」日本バスケットボール協会編（大修館書店）

【成績評価方法】

平常授業での到達目標に対する到達度を30%、課題レポートを70%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅱ			担当者	佐藤　麻衣子	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

器械運動のコーチング法について、分析・考察型の学習を行う。まず、自身の技能について、ビデオ画像からその特徴（長所と短所）を認識する。次に、短所に着目し、改善のための練習方法やアドバイス（助言、言語教示など）の仕方を考察する。さらに、受講生同士で、その分析・考察の結果を報告して意見交換などを行うことで、器械運動のコーチング法のバリエーションを増やしていく。履修者は、解説された事項を理解し、説明できると共に、スポーツ活動における目的を達成するために、それらの事項を具体的に役立てることができる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
体操競技の基礎となる運動の技術	技術を理解し、良い見本、不十分な見本が実施できる。	技術を理解し、手本として良い見本が実施ができる。	技術を理解することができない。
体操競技の基礎となる運動の仕組み	運動の仕組みについて要点を自ら説明できる。	運動の仕組みについて資料を見ながら説明できる。	運動の仕組みを理解することができない。
体操競技の基礎となる運動の指導について	対象の能力を上げることができる。	対象へ指導内容を伝えることができる。	指導内容が理解できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業内容の確認
【　到達目標　】
授業内容の確認及び15回分の授業の流れを理解する。また、体操競技における技術習得の為の基礎となる運動内容を理解することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第２回　注意点及び個人差の理解
【　到達目標　】
体操競技の技術習得に必要な基礎となる運動を実施し、効果・注意点を理解することができる。
また、このとき生じる個人差を把握することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に沿って授業内容を復習する。(4.0hr)

第３回　マット運動の倒立姿勢の理解
【　到達目標　】
体操競技（ゆか）の倒立、ブリッジ、前転とび、後転跳びを題材に、立位と逆位の感覚について、自身の感覚と他者の感覚との違いを明確にすることができる。
また、それぞれの修正個所を指摘することが出来る。
【授業時間外学修】
配付された資料に沿って授業内容を復習する。(4.0hr)

第４回　倒立の実施をビデオカメラの映像を用いて考察する
【　到達目標　】
3回の課題をビデオカメラで撮影し、自身でその修正個所を見出すことが出来る。
更に前週の課題である修正の有無を確認することができる。

【授業時間外学修】
撮影した画像をノートに図式化する。(4.0hr)

第５回　得られた動作の特徴の改善策を見出す
【　到達目標　】
前週で得られた動作の特徴を基に、助言、言語教示などによる改善策を見出すことができる。
更に、得手不得手な対象に対する助言を講じることができる。

【授業時間外学修】
授業時間内に作成したノートを整理する。(4.0hr)

第６回　5回から得られた改善策を実際の動作に反映させる
【　到達目標　】
これまでの課題修正を、実際のパフォーマンスに繋げることができる。

【授業時間外学修】
授業時間内に作成したノートを整理する。(4.0hr)

第７回　6回に同じ
【　到達目標　】
これまでの課題修正を、実際のパフォーマンスに繋げることができる。
さらに新たな改善策を見いだすことができる。

【授業時間外学修】
授業時間内に作成したノートを整理する。(4.0hr)

第８回　他者への説明・補助について
【　到達目標　】
これまでの過程を理解し、他者に説明することができる。
また、個人差に応じた的確なアドバイスが出来る。さらに、この課題の補助技術を習得することができる。
【授業時間外学修】
授業時間内に作成したノートを整理する。(4.0hr)

第９回　馬跳び、跳び箱、跳馬に関する技術の理解
【　到達目標　】
体操競技の跳馬の基礎として、馬跳びを題材に跳び箱と馬跳び、跳馬と跳び箱の技術の違いを明確に説明することができる。
また跳び箱の段階を上げることでより跳馬の技術に近づくことを理解することができる。
【授業時間外学修】
配付された資料に沿って授業内容を復習する。(4.0hr)

第10回　跳び箱ならび跳馬に対する恐怖心に関する理解
【　到達目標　】
跳び箱ならび跳馬を題材とした場合に生じる、恐怖心の個人差と具体的な内容を理解することが出来る。また、改善策を講じることが出来る。

【授業時間外学修】
配付された資料に沿って授業内容を復習する。(4.0hr)

第11回　ビデオカメラの映像から改善点を探る
【　到達目標　】
前週の課題をビデオカメラで撮影し自身でその修正個所を見出すことができる。
また、自身と他者との技術の違いを考察し、理解することができる。

【授業時間外学修】
撮影した画像をノートに図式化する。(4.0hr)

第12回　助言、言語教示での改善点の伝達
【　到達目標　】
前週得られた動作の特徴を基に助言、言語教示などによる改善策を見出すことができる。

【授業時間外学修】
授業時間内に作成したノートを整理する。(4.0hr)

第13回　器械運動に対する苦手意識の対策
【　到達目標　】
これまでに得られた考察及び結果を基に、器械運動の苦手意識のある対象に対してもう一度見直し、更なる改善策を見出すことができる。

【授業時間外学修】
授業時間内に作成したノートを整理する。(4.0hr)

第14回　実在した怪我の症例に対する理解
【　到達目標　】
器械運動の授業でこれまでに実在した怪我の症例について、提示された事例の原因および防止策を討議し見出すことができる。

【授業時間外学修】
授業時間内に作成したノートを整理する。(4.0hr)

第15回　指導者の立場としての必要な判断
【　到達目標　】
スポーツ指導者という立場になったことを想定し、生徒または選手に怪我が生じた場合の指導について、討議し適切な指導について理解することができる。

【授業時間外学修】
提出するためのノートを完成させる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本授業では、体操競技の技能について映像を用いて分析し、その特徴（長所と課題）を把握する。次に、課題に着目し、改善のための練習方法や指導法（助言や言語教示など）について考察する。これらを通して、実践的なコーチング法を習得する。

【教科書・参考書など】

必要に応じて資料を配付する。

【成績評価方法】

レポート（ノート）内容100%で評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅱ			担当者	瀧本　誠	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

初心者から初級者レベルを想定して、柔道の基本的な技能である投げ技、固め技、技の連絡変化を身につける方法について、トレーニング実践と指導実践を通して検証する。
技能の習熟度を理解し、その習熟課程を学習者および指導者の両方の立場で体験・実践することによってコーチング方法を身につける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
基礎知識に関する事項	柔道の性質や技術を説明できる	柔道の性質や技術を理解している	柔道の性質や技術を理解していない
基礎技能に関する事項	有機的な技術の活用により安全に試合を楽しめる	有機的な技術の活用により安全に試合を行える	試合を行う際に危険な状況が散見される
専門技能に関する事項	得意技を中心とした展開を論理的に説明できる	得意技を中心として試合を展開できる	得意な技がない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション
【　到達目標　】
授業の全体像を把握する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第２回　柔道の特性と歴史的背景の理解
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第３回　技術の習熟レベルの確認
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第４回　受け身の指導法Ⅰ（後ろ受け身、横受け身）、固め技の指導法Ⅰ（袈裟固）
【　到達目標　】
基本動作と受け身の運動構造を理解し、正確な動作を習得する。また、安全確保について理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第５回　受け身の指導法Ⅱ（前回り受け身）、固め技の指導法Ⅱ（横四方固、上四方固、乱取）
【　到達目標　】
基本動作と受け身の運動構造を理解し、正確な動作を習得する。また、安全確保について理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第６回　受け身の指導法Ⅲ(前回り受け身)、固め技の指導法Ⅲ(抑え技の返し方、乱取)
【　到達目標　】
投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第７回　投げ技の基本動作（姿勢、組み方、進退動作、崩し－作り－掛け）、投げ技の指導法Ⅰ（膝車）、固め技（乱取）
【　到達目標　】
投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第８回　投げ技の指導法Ⅱ（小内刈、大内刈、大外刈）、固め技（乱取）
【　到達目標　】
投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第９回　投げ技の指導法Ⅲ（背負投、一本背負投、体落）、固め技の指導法Ⅳ（縦四方固、乱取）
【　到達目標　】
投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第10回　投げ技の指導法Ⅳ（釣込腰、払腰、大腰）、固め技の指導法Ⅴ（連絡技、乱取）
【　到達目標　】
投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第11回　受身試験
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。
相対的動作からの安全な受身の実施ができる。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第12回　投げ技の指導法Ⅴ（連絡技）、固め技の指導法Ⅵ（関節技、乱取）
【　到達目標　】
基本動作を用いて相手の動きに応じた攻防ができる。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第13回　審判法、簡易試合
【　到達目標　】
柔道のルールに関する知識を理解する。
相手の動きに応じた攻防ができる。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第14回　試験（投げ技、固め技）
【　到達目標　】
正確な動作を身につけ、柔道に関して理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

第15回　簡易な試合
【　到達目標　】
柔道全般を理解する。

【授業時間外学修】
参考書を用いて技術の理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

安全面に留意する。授業の際は、集中して取り組むこと。また、「何故？」という課題、疑問を持って授業に参加すること。
状況に応じて映像教材や資料を提示し、論理的な技術体系の解説を施しながら柔道に対する理解を深めていく。本講義を理解するためには、感覚的な技術の習得と併せて、論理的な技術体系の理解が重要である。レポートや理解度確認テストを通して明らかとなった課題を解説、フィードバックし、課題の解決に取り組むことが求められる。

【教科書・参考書など】

授業に必要な資料は、その都度配布することとする。

【成績評価方法】

平常授業での到達目標に対する到達度（60%）と試験（40%）で評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅱ	担当者	橋爪 みすず
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ		

単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

新体操の歴史的背景を理解し、オリンピックごとに改正されてきた競技規則を把握し、実際の採点規則を学習するとともに、ルール以外の動きに関する表現力についても問題意識をもちながら、競技特性を知る。ルールに基づき演技を構成する力をつける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
新体操採点規則における個人競技の理解	採点競技規則の個人競技を理解し採点を行い説明できる。	採点競技規則の個人競技を理解し採点できる。	採点競技規則の個人競技を理解できず採点できない。
新体操採点規則における団体競技の理解	採点競技規則の団体競技を理解し採点を行い説明できる。	採点競技規則の団体競技を理解し採点できる。	採点競技規則の団体競技を理解できず採点できない。
新体操採点規則の理解に基づいた採点技術の習得	審判資格１種に合格できる。	審判資格２、３種に合格できる。	審判資格を取得できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のオリエンテーション
【　到達目標　】
採点競技として重要な採点規則を理解し、実践力の基礎を学ぶ事を理解する。
【授業時間外学修】
新体操の歴史について参考文献を読み、理解を深める。(4.0hr)

第２回　採点規則の総則１
【　到達目標　】
競技会と運営と公式大会のあり方について理解する。
【授業時間外学修】
国内で行われる競技会について調べておく。(4.0hr)

第３回　採点規則の総則２
【　到達目標　】
審判団の構成と国際競技会の審判構成について知る。
【授業時間外学修】
国内競技会と国際大会の違いを調べておく。(4.0hr)

第４回　採点規則　難度要素について（個人競技）１
【　到達目標　】
個人競技の難度の配分と減点について理解する。
【授業時間外学修】
競技規則を事前に読んでおく。(4.0hr)

第５回　採点規則　難度要素について（個人競技）２
【　到達目標　】
手具の技術グループについて理解する。
【授業時間外学修】
競技規則を各自の様式で図式化しておく。(4.0hr)

第６回　採点規則　Rと手具の難度（DA）について（個人競技）３
【　到達目標　】
手具操作の危険性を伴った動きの評価について理解する。
【授業時間外学修】
映像を入手し、Rと手具の難度（DA）の例を用意する。(4.0hr)

第７回　採点規則　難度要素について（団体競技）１
【　到達目標　】
団体競技の難度の配分と構成、交換難度について知る。
【授業時間外学修】
競技規則を事前に読んでおく。(4.0hr)

第８回　採点規則　連係について（団体競技）２
【　到達目標　】
選手間の連係による価値と評価について理解する。
【授業時間外学修】
映像を入手し、連係の例を用意する。(4.0hr)

第９回　実施の評価について、動きと表現の関係（個人競技）
【　到達目標　】
表現力の評価とは何かを一流選手の映像から学ぶ。
【授業時間外学修】
一流選手の映像を入手し表現力について各自の考えをまとめておく。(4.0hr)

第10回　実施の評価について、動きと表現の関係（団体競技）
【　到達目標　】
ミスによる減点とその評価、選手の動きのミスと手具の落下によるミスの減点を理解する。
【授業時間外学修】
ミスのある演技の映像を入手し、見た感想をまとめておく。(4.0hr)

第11回　ジュニア個人競技について
【　到達目標　】
ジュニアの個人競技の難度の配分と減点について理解する。
【授業時間外学修】
ジュニアルールの意味を考え、各自の考えをまとめておく。(4.0hr)

第12回　ジュニア団体競技について
【　到達目標　】
ジュニアの団体競技の難度の配分と構成、交換難度について知る。
【授業時間外学修】
ジュニア団体難度について競技規則を読んでおく。(4.0hr)

第13回　競技規則と採点方法について１
【　到達目標　】
個人BDは高い価値を難度から評価、R,DAは時系列で評価。団体は、全ての難度を時系列で評価することについて学ぶ。また、競技規則の知識を客観的評価に繋げられるようにする。
【授業時間外学修】
競技規則全体を覚えてくる。(4.0hr)

第14回　審判実務の方法について２（DVDを観察しての実践練習）
【　到達目標　】
競技会においてDVDを見て採点の学習を行う。
【授業時間外学修】
各自で映像を入手し演技を書き起こしてくる。(4.0hr)

第15回　審判実務の方法について３（映像を観察し採点する）
【　到達目標　】
学んだ採点規則を生かし実際に採点を実践する。
【授業時間外学修】
映像で採点練習をした申告書を持ち寄る。(4.0hr)

【学修上の留意点】

採点規則を学び、審判資格を取得できる（3種・2種）知識と実践力を身に着けられるようにする。毎回の授業で採点規則（日本体操協会提供資料）を必要とするので準備しておくこと。パワーポイントを用いて毎時間、競技規則をわかりやすく解説する。また、日本体操協会で行われているルール講習会の資料を用い、映像を見て審判実務を学ぶ。国内共通のルールをできるだけ具体的に覚え、習得できるようにする。各授業は一回一回が深く関連しているとともに、毎回新たな競技規則の説明となるため、継続的な授業へ取り組めるよう努力する。

【教科書・参考書など】

「2025-2028新体操採点規則集」（日本体操協会作成）

【成績評価方法】

授業における課題達成度50%、授業内試験50%、あわせて100%で評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅱ			担当者	兵頭　洋樹	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

競泳競技において、各種泳法およびスタート・ターン・ゴールタッチ等における主要な動きを、経済的かつ確実に行えるレベルまで高めるための方法について、トレーニング実践と指導実践を通して検証することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
水泳（水の特性・4泳法）の力学について	水泳における力学(推進力、抵抗等)について自らまとめて説明できる	水泳における力学を資料等を参照に説明できる。	理解が不十分で説明できない。
4種目泳法の技術について	4種目泳法の技術について自らまとめて説明できる	4種目泳法の技術について資料等を参照に説明できる。	理解が不十分で説明できない。
中級者に対するコーチング	中級者を対象にしたコーチングを幅広く実践できる	中級者に対するコーチングを実践できる。	中級者に対するコーチングが不十分である。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　水泳の力学（水泳の推進理論について）
【　到達目標　】
抗力推進、揚力推進、水の抵抗等について理解する。

【授業時間外学修】
水泳の力学に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第２回　クロールのコーチング（各種目の力学）
【　到達目標　】
クロールにおける腕の動作、脚の動作、腕と脚のタイミング等についてのコーチング法を理解する。

【授業時間外学修】
クロールの技術に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

第３回　背泳ぎのコーチング（各種目の力学）
【　到達目標　】
背泳ぎにおける腕の動作、脚の動作、腕と脚のタイミング等についてのコーチング法を理解する。

【授業時間外学修】
背泳ぎの技術に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

第４回　平泳ぎのコーチング（各種目の力学）
【　到達目標　】
平泳ぎにおける腕の動作、脚の動作、腕と脚のタイミング等についてのコーチング法を理解する。

【授業時間外学修】
平泳ぎの技術に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

第５回　バタフライのコーチング（各種目の力学）
【　到達目標　】
バタフライにおける腕の動作、脚の動作、腕と脚のタイミング等についてのコーチング法を理解する。

【授業時間外学修】
バタフライの技術に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

第６回　スタートのコーチング
【　到達目標　】
スタート動作についてのコーチング法を理解する。

【授業時間外学修】
スタートの技術に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

第７回　ターン・ゴールタッチのコーチング
【　到達目標　】
ターン・タッチに関するレース中の映像を通してターン・タッチのコーチング法について理解する。

【授業時間外学修】
ターン・ゴールタッチの技術に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

第８回　コーチング・指導法の作成（クラスマネジメント）
【　到達目標　】
各種目の力学特性および水の特性に基づいたコーチング方法を構築するとともに、クラス全体のマネジメントについても理解を深める。

【授業時間外学修】
コーチング・指導法の考案・修正を行う。(4.0hr)

第９回　コーチング法の実践②
【　到達目標　】
事前に準備した指導内容に基づいてコーチングを行う。
選手を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

第10回　コーチング法の実践③
【　到達目標　】
事前に準備した指導内容に基づいてコーチングを行う。
選手を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

第11回　コーチング法の実践④
【　到達目標　】
事前に準備した指導内容に基づいてコーチングを行う。
選手を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

第12回　コーチング法の実践⑤
【　到達目標　】
事前に準備した指導内容に基づいてコーチングを行う。
選手を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

第13回　コーチング法の実践⑥
【　到達目標　】
事前に準備した指導内容に基づいてコーチングを行う。
選手を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

第14回　コーチング法の実践⑦
【　到達目標　】
事前に準備した指導内容に基づいてコーチングを行う。
選手を対象とした指導内容を作成し、運動指導を実践する。

【授業時間外学修】
コーチング実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

第15回　競泳コーチング実習の反省と検討
【　到達目標　】
これまで行ってきたコーチング実践についてディスカッションをし、各々が改善すべき点を明確に理解する。

【授業時間外学修】コーチング実践に関する自己評価および他者評価により、問題点を抽出してその対策と共に整理する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

予習・復習を継続し、日常的に競泳種目の泳法について関心を持つこと。また、コーチングにおける示範や言葉がけ等に関する効果的な方法について理解しておくこと。プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー類の着用は不可とする。

【教科書・参考書など】

「水泳コーチ教本（第4版）」　（公財）日本水泳連盟編、大修館書店／「競泳競技規則」　財団法人日本水泳連盟編

【成績評価方法】

1.コーチング実習の計画書（30%）、2.コーチング実習の実践（40%）、3.水泳指導に関する筆記試験（30%）。

科目名	スポーツコーチング演習Ⅱ			担当者	湯澤　芳貴	
英文名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

バレーボールにおけるコーチングについて、初心者レベルの競技者を中級者レベルへ引き上げるための指導体系を明らかにし、その理論を理解しながら指導の場で実践する。特に、個人の基礎技能を応用させたものの指導と集団でおこなう技術・戦術を中心にして、質の高いバレーボールゲームをおこなうためのコーチングについて学習する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
バレーボールの指導体系について	指導体系を十分理解し自ら説明できる	指導体系を確認しながら説明できる	指導体系の理解が不十分で説明できない
バレーボールの応用技能のコーチング理論について	応用技能のコーチング理論を十分理解し実践できる	応用技能のコーチング理論を理解しているが十分に実践できない	応用技能のコーチング理論の理解が不十分で実践できない
バレーボールの集団技能のコーチング理論について	集団技能のコーチング理論を十分理解し実践できる	集団技能のコーチング理論を理解しているが十分に実践できない	集団技能のコーチング理論の理解が不十分で実践できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　中級者に対するコーチング理論
【　到達目標　】
(1)バレーボール技能の初心者と中級者の違いを理解する。
(2)中級者に求められる技能について理解する。

【授業時間外学修】
バレーボールの初心者、中級者の技能レベルを具体的に判断できるようにする。(4.0hr)

第２回　基礎技能の応用についてのコーチング理論Ⅰ(各種レシーブ技術)
【　到達目標　】
(1)場面に応じたレシーブ技術の指導について理解する。
(2)ボールの質を意識したレシーブ技術の指導について理解する。

【授業時間外学修】
事前にレシーブ技術の種類とその局面について理解しておく。(4.0hr)

第３回　基礎技能の応用についてのコーチング理論Ⅱ(トス・スパイク技術)
【　到達目標　】
(1)様々な攻撃に関するトス・スパイクの指導について理解する。

【授業時間外学修】
事前に応用的なスパイク技能について理解しておく。(4.0hr)

第４回　基礎技能の応用についてのコーチング理論Ⅲ(サーブ・ブロック)
【　到達目標　】
(1)ジャンプ系サーブの指導について理解する。
(2)ブロック技術の指導について理解する。

【授業時間外学修】
事前にジャンプ系サーブとブロック技能について、その構造を理解しておく。(4.0hr)

第５回　集団技能・戦術に関するコーチング理論Ⅰ(サーブレシーブフォーメーション)
【　到達目標　】
(1)各フォーメーションの特長の指導について理解する。

【授業時間外学修】
事前に各種サーブレシーブフォーメーションの特徴を理解しておく。(4.0hr)

第６回　集団技能・戦術に関するコーチング理論Ⅱ(アタックレシーブフォーメーション)
【　到達目標　】
(1)各フォーメーションの特長の指導について理解する。

【授業時間外学修】
事前に各種アタックレシーブフォーメーションの特徴を理解しておく。(4.0hr)

第７回　集団技能・戦術に関するコーチング理論Ⅲ(オフェンスシステム)
【　到達目標　】
(1)チームとしてのオフェンスシステムの指導について理解する。

【授業時間外学修】
事前にオフェンスシステムについて理解しておく。(4.0hr)

第８回　集団技能・戦術に関するコーチング理論Ⅳ(ディフェンスシステム)
【　到達目標　】
(1)チームとしてのディフェンスシステムの指導について理解する。

【授業時間外学修】
事前にブロックを含めたディフェンスシステムについて理解しておく。(4.0hr)

第９回　コーチング実践Ⅰ(レシーブ技術)
【　到達目標　】
(1)レシーブ技術に関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
レシーブ技術の指導に関して中級者レベルに応じた指導内容を理解しておく。(4.0hr)

第10回　コーチング実践Ⅱ(トス・スパイク技術)
【　到達目標　】
(1)様々なトスに関する指導を実践できる。
(2)応用的なスパイク技術に関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
トス・スパイク技術の指導に関して中級者レベルに応じた指導内容を理解しておく。(4.0hr)

第11回　コーチング実践Ⅲ(サーブ・ブロック)
【　到達目標　】
(1)応用的なサーブに関する指導を実践できる。
(2)ブロックに関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】サーブ・ブロック技術の指導に関して中級者レベルに応じた指導内容を理解しておく。(4.0hr)

第12回　コーチング実践Ⅳ(フォーメーション)
【　到達目標　】
(1)サーブレシーブフォーメーションに関する指導を実践できる。
(2)アタックレシーブフォーメーションに関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
レベルを高めるための各種フォーメーションについての指導内容を理解しておく。(4.0hr)

第13回　コーチング実践Ⅴ(オフェンスシステム)
【　到達目標　】
(1)オフェンスシステムに関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
レベルを高めるためのオフェンスシステムについての指導内容を理解しておく。(4.0hr)

第14回　コーチング実践Ⅵ(ディフェンスシステム)
【　到達目標　】
(1)ディフェンスシステムに関する指導を実践できる。

【授業時間外学修】
レベルを高めるためのディフェンスシステムについての指導内容を理解しておく。(4.0hr)

第15回　指導上の問題点の研究
【　到達目標　】
(1)コーチング実践で明らかになった問題点の解決法を理解する。
(2)中級者指導におけるポイントを明らかにすることができる。

【授業時間外学修】
中級者指導における適切なコーチングのタイミングと課題を理解しておく。(4.0hr)

【学修上の留意点】

バレーボールの中級者を対象にしたコーチングが授業の焦点であるので、そのための基礎知識と基礎技能が求められる。受講に際しては、不安な知識や技術についてはしっかりと復習して身につけておくこと。また、基本的にグループ単位で演習形式でディスカッションしながら活動するので、自分勝手な行動はせずに、グループの活動が効率良くできるように努めること。毎回の授業の最後に振り返りをおこない、授業内容について理解を深める。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

コーチング理論の理解を20%、指導計画の作成を30%、コーチング実践を50%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅱ			担当者	吉兼　練	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

スポーツコーチング演習Ⅰで習得した、ハンドボールの局面構造にもとづく指導方法をもとに、対象に応じた指導方法の違いを理解し、指導することができる能力を身につける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
コーチング（ハンドボール）への関心に関する項目	コーチングの際、積極的に取り組むことができる。	コーチングに取り組むことできる。	コーチングの際、積極的に取り組むことができない。
コーチング（ハンドボール）についての思考に関する事項	競技特性に応じた適切なコーチングを考えることができる。	競技特性に応じたコーチングを考えることができる。	競技特性に応じたコーチングを考えることができない。
コーチング（ハンドボール）の技能に関する事項	様々な状況に対応して、適切なコーチングを実践できる。	限定的な状況下において、適切なコーチングを実践できる。	状況に対応できず、コーチングが実践できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンスと班分け
【　到達目標　】
(1)ゲーム構想の共通理解をはかり、一貫指導の在り方を理解する。

【授業時間外学修】
ゲーム構想の共通理解をはかり、一貫指導の在り方の理解を深める。(4.0hr)

第２回　子供のハンドボール指導方法の考案(個人技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に小学生に必要な個人技能の指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で説明された指導課題に対する指導方法を指導案の様式にまとめる。(4.0hr)

第３回　子供のハンドボール指導方法の実践と評価(個人技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

第４回　子供のハンドボール指導方法の考案(集団技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に小学生に必要な集団技能の指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で説明された指導課題に対する指導方法を指導案の様式にまとめる。(4.0hr)

第５回　子供のハンドボール指導方法の実践と評価(集団技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

第６回　中学生のハンドボール指導方法の考案(個人技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に中学生に必要な個人技能の指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で説明された指導課題に対する指導方法を指導案の様式にまとめる。(4.0hr)

第７回　中学生のハンドボール指導方法の実践と評価(個人技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

第８回　中学生のハンドボール指導方法の考案(集団技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に中学生に必要な集団技能の指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で説明された指導課題に対する指導方法を指導案の様式にまとめる。(4.0hr)

第９回　中学生のハンドボール指導方法の実践と評価(集団技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

第10回　高校生のハンドボール指導方法の考案(個人技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に高校生に必要な個人技能の指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で説明された指導課題に対する指導方法を指導案の様式にまとめる。(4.0hr)

第11回　高校生のハンドボール指導方法の実践と評価(個人技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

第12回　高校生のハンドボール指導方法の考案(集団技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に高校生に必要な集団技能の指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で説明された指導課題に対する指導方法を指導案の様式にまとめる。(4.0hr)

第13回　高校生のハンドボール指導方法の実践と評価(集団技能に関して)
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

第14回　ゲーム構想に応じた攻撃もしくは防御戦術獲得のための指導方法の考案
【　到達目標　】
(1)グループ毎にゲーム構想を明確にし、攻撃・防御いずれかの戦術獲得のための指導方法を考案する。

【授業時間外学修】
授業内で説明された指導課題に対する指導方法を指導案の様式にまとめる。(4.0hr)

第15回　ゲーム構想に応じた攻撃もしくは防御戦術獲得のための指導方法の実践と評価
【　到達目標　】
(1)グループ毎に考案したトレーニングを実践し相互に評価を行う。

【授業時間外学修】
グループ毎に考案したトレーニングの理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

実習が中心となる上に、身体接触を伴う競技であるため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。特に、ピアス、ネックレス、指輪等のアクセサリー類は決して身につけない。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

授業ごとの課題の達成度を50%、考案された指導方法の内容とトレーニング実践の状況を50%の割合として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅱ			担当者	吉田　孝久	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅱ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME315		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

陸上競技の指導現場では、目標像の動きと現在の達成レベルとの違いを明らかにし、それをもとに目標像へ近づけるための修正過程が求められる。これは技術種目と呼ばれるフィールド種目に特に求められるが、それにはこれまで行ったことがない種目（円盤投、やり投、棒高跳等）に取り組むことが有効である。この授業では、こうした種目への取り組みを通じて、陸上競技のさまざまな運動を理解するとともに、コーチングに必要とされる自己観察と他者観察の能力を習得することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
陸上競技のコーチングに求められる基礎的事項・理論について	コーチングに必要な基礎的理論を理解し、自らまとめて説明できる。	コーチングに必要な基礎的理論を教本や資料を参照しながら説明できる。	コーチングに必要な基礎的理解が不十分で説明できない。
陸上競技のコーチングの研究知見に関する事項	研究知見の要点を自らまとめて説明できる。	研究知見を資料等を参照しながら説明できる。	知見の理解が不十分で説明できない。
陸上競技のコーチングの研究知見の活用に関する事項	知見の活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。	知見の活用に関する理解が不十分で意見を述べられない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　陸上競技（フィールド）種目の競技力の構造
【　到達目標　】
この授業で取り上げる陸上競技種目の特性および各種目の競技力の構造を理解する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第２回　基本技能（円盤投）の習得の仕方と指導パターン１
【　到達目標　】
円盤の基本的な持ち方、投げ方とともに安全な実施方法を理解する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第３回　基本技能（円盤投）の習得の仕方と指導パターン２
【　到達目標　】
スタンディングからの投てきを実習すると同時に、自分の動きを自己観察することで円盤投の動きの特性を把握する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第４回　基本技能（円盤投）の習得の仕方と指導パターン３
【　到達目標　】
ターンを伴う投てきを実習すると同時に、パートナーとの相互コーチングによって動きの良し悪しについて把握する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第５回　観察による改善点の抽出方法と改善方法の伝達
【　到達目標　】
相互コーチングの際に記録した表やVTRを用いて、観察による改善点の抽出および改善方法の伝達について分析評価を試みる。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第６回　基本技能（棒高跳）の習得の仕方と指導パターン１
【　到達目標　】
ポールの持ち方、ポール歩行から踏切りまでのポールワークを実習する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第７回　基本技能（棒高跳）の習得の仕方と指導パターン２
【　到達目標　】
ポール歩行からポール持ったランニング（助走）を実習する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第８回　基本技能（棒高跳）の習得の仕方と指導パターン３
【　到達目標　】
マットへの着地方法、ボックスへの踏切りを実習すると同時に、パートナーとの相互コーチングによって動きの良し悪しについて把握する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第９回　基本技能（棒高跳）の習得の仕方と指導パターン４
【　到達目標　】
ボックス走路を使った跳躍を実習すると同時に、自分の動きを自己観察することで棒高跳の動きの特性を理解する。また、パートナーとの相互コーチングによって動きの良し悪しについて把握する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第10回　観察による改善点の抽出方法と改善方法の伝達
【　到達目標　】
相互コーチングの際に記録した表やVTRを用いて、観察による改善点の抽出および改善方法の伝達について分析評価を試みる。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第11回　基本技能（やり投）の習得の仕方と指導パターン１
【　到達目標　】
安全面の配慮、やりの握り方、投げ方を理解する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第12回　基本技能（やり投）の習得の仕方と指導パターン２
【　到達目標　】
やり投の導入で用いるドリルやジャベリック、やりを使った投てきを実習すると同時に、自分の動きを自己観察することでやり投の動きの特性を把握する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第13回　基本技能（やり投）の習得の仕方と指導パターン３
【　到達目標　】
クロスステップとそれを行いながらの投てきを実習すると同時に、パートナーとの相互コーチングによって動きの良し悪しについて把握する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第14回　観察による改善点の抽出方法と改善方法の伝達
【　到達目標　】
相互コーチングの際に記録した表やVTRを用いて、観察による改善点の抽出および改善方法の伝達について分析評価を試みる。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第15回　陸上競技のコーチングにおける問題点
【　到達目標　】
この授業で取り上げた3種目の相互コーチング実習から得られたフィードバック情報をもとに、陸上競技の初級・中級者を対象としたコーチングについての問題点について検討する。
【授業時間外学修】
授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・自分の動きについての自己観察、他者の動きについての他者観察によって動きを分析・評価することを心がける。
・コーチング実習時に提出させる記録表や実習記録として収録したVTRをもとに、自分自身のコーチングについて分析・評価する。
・また、関連する資料を収集し、それぞれの運動についての理解を深める。

【教科書・参考書など】

『教師のための運動学』金子明友・監修　吉田茂、三木四郎・編（大修館書店）、（競技力向上のためのトレーニング戦略）、（コーチングマニュアル）、（陸上競技指導教本アンダー16・19 基礎から身につく陸上競技 初級編）、（陸上競技指導教本アンダー16・19 レベルアップの陸上競技 上級編）

【成績評価方法】

コーチング実習時に提出した記録表、および実習後に行うコーチング内容・方法についての自己分析記録表を60%、また指導実践におけるできばえを40%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅲ			担当者	大槻　茂久	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅲ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

スポーツコーチング演習Ⅲは、サッカーを社会学的、身体的、精神的な側面からの考察、サッカーの戦術やゲーム分析等を学習し、様々な視点からサッカーやスポーツを理解し、コーチングや指導現場にに活かすことを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
サッカーの社会学的側面の理解	サッカーの社会学的な観点理解し、説明できる	サッカーの社会学的な観点理解し、資料があれば説明できる	サッカーの社会学的な観点の理解が十分でない
サッカーの身体的・心理的側面の理解	サッカーの身体的・心理的側面な観点理解し、説明できる	サッカーの身体的・心理的側面な観点理解し、資料があれば説明できる	競技レベルの発展に伴う指導方法を理解が不十分で説明できない
指導者の戦術を考案する発想の理解	サッカーの社会学的な観点理解し、説明できる	サッカーの社会学的な観点理解し、資料があれば説明できる	サッカーの社会学的な観点の理解が十分でなく説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　サッカーの競技特性について
【　到達目標　】
(1)サッカーとは何か。サッカーの競技特性を理解する。
(2)他のスポーツとの比較をする中で、競技特性を理解する。
(3)競技特性を理解し、コーチングに活かすことができる。
【授業時間外学修】
サッカの試合を分析・学習しておく。（4.0hr）

第２回　サッカーの競技精神（ルーツ）
【　到達目標　】
(1)サッカーのルーツを理解することができる。
(2)サッカーの競技精神（ルーツ）を理解し、コーチングに活かすことができる。

【授業時間外学修】
サッカーのルーツを学習しておく。（4.0hr）

第3回　サッカーの競技精神（競技規則・審判法）
【　到達目標　】
(1)サッカーの競技規則を理解することができる。
(2)サッカーの審判法を理解することができる。
(3)サッカーの競技精神(競技規則）を理解し、コーチングに活かすことができる。
【授業時間外学修】
サッカー競技規則を学習しておく。（4.0hr）

第4回　サッカーのコーチング
【　到達目標　】
(1)サッカーのコーチングにおける目的を理解することができる。
(2)サッカーのコーチング理論・方法を理解することができる。
(3)サッカーのコーチングの目的、理論・方法を理解し、コーチングに活かすことができる。。
【授業時間外学修】
サッカーのコーチングについて学習しておく。（4.0hr）

第５回　セーフガーデニング
【　到達目標　】
(1)セーフガーデニングの目的を理解することができる。
(2)指導現場における諸問題について理解することができる。
(3)セーフガーデニングについて理解し、現場に役立てる。
【授業時間外学修】
スポーツ場面における諸問題を学習しておく。(4.0hr)

第６回　発育発達論について
【　到達目標　】
(1)発育発達の理論を理解することができる。
(2)発育発達について理解し、実践することができる。

【授業時間外学修】
発育発達についてを考察する。(4.0hr)

第７回　サッカーのメンタルトレーニングについて
【　到達目標　】
(1)メンタルトレーニングの目的を理解することができる。
(2)メンタルトレーニングの理論を理解し、実践することができる。

【授業時間外学修】
メンタルトレーニングについて学習する。(4.0hr)

第８回　女子サッカーについて
【　到達目標　】
(1)女子サッカーの歴史について理解することができる。
(2)女子サッカーの成果や課題にについて理解することができる。
(3)女子サッカーの普及活動を理解し、実践することができる。
【授業時間外学修】
女子サッカーについて各自テーマを決めて学習しておく。(4.0hr)

第９回　戦術の変遷について
【　到達目標　】
(1)サッカーの戦術変遷を理解することができる。
(2)サッカーの戦術変遷を理解し、説明することができる。
セプトを理解する。
【授業時間外学修】
戦術変遷の考察をする。(4.0hr)

第10回　戦術・ゲーム分析（攻撃）
【　到達目標　】
(1)サッカーの戦術（攻撃）を理解することができる。
(2)サッカーの戦術（攻撃）を分析することができる。

【授業時間外学修】
サッカーの攻撃の戦術について考察する。(4.0hr)

第11回　戦術・ゲーム分析（守備）
【　到達目標　】
(1)サッカーの戦術（守備）を理解することができる。
(2)サッカーの戦術（守備）を分析することができる。

【授業時間外学修】
サッカーの守備の戦術について考察する。(4.0hr)

第12回　戦術・ゲーム分析（攻守の切り替え）
【　到達目標　】
(1)サッカーの戦術（攻守の切り替え）を理解することができる。
(2)サッカーの戦術（攻守の切り替え）を分析することができる。

【授業時間外学修】
サッカーの攻守の切り替えの戦術について考察する。(4.0hr)

第13回　戦術・ゲーム分析（GK）
【　到達目標　】
(1)サッカーの戦術（GK）を理解することができる。
(2)サッカーの戦術（GK）を分析することができる。

【授業時間外学修】
サッカーのGKのについて考察する。(4.0hr)

第14回　様々なサッカーについて（フットサル・ビーチサッカーなど）
【　到達目標　】
(1)フットサルの特性理解することができる。
(2)ビーチサッカーの特性を理解することができる。
(3)フットサル・ビーチサッカーの特性を理解し、サッカーのコーチングに役立たせる。
【授業時間外学修】
フットサル・ビーチサッカーのルール理解や特性を考察する。

第15回　振り返り・確認試験（サッカーの知識・指導理論など）
【　到達目標　】
(1)全体の授業を通しての総括し、振り返りを行う。
(2)それぞれのテーマを理解・学習し現場に活かす。

【授業時間外学修】
サッカーの知識や指導に関わるコーチング等の理論を学習する(4.0hr)

【学修上の留意点】

ハンドボール経験者が受講者に多くいるが、現在のハンドボールから遡るのでなく、ハンドボール発生からこれまでを時間の経過と同時進行で捉えることが重要となる。そのなかでコーチング演習としての仕上げとして、指導者の考え方がいかに試合に反映し結果を生み出すかを理解する。また、ハンドボール経験者でない受講者は、他種目の戦術の変遷から自分の種目に置き換えて考えることが大切である。また、指導者の考え方はどの種目も同様であるため、コーチング演習の仕上げとして捉えることが重要である。
【オンライン授業の場合】リアルタイム方式の授業を実施する。授業内容は変更しない。オンライン上でのプレゼンテーションとそれに伴うグループディスカッションを中心に進めるため、静かに一人で落ち着いて実施できる場所を確保する必要がある。また、必要に応じて資料を使用する。授業は、時間割通りの曜日・時刻に実施する。出席の確認は、各授業回の冒頭に画面を通じて行う。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

毎回の授業の中での映像視聴及び分析報告が30%、全員に渡している記録用紙の記載の仕方やまとめ方30%、最終的なまとめのレポート評価40%として評価する。

科目名	スポーツコーチング演習Ⅲ			担当者	佐々木 直基	
英文名	Seminar in Sport Coaching Ⅲ					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

バスケットボール競技について、本質的特性を学習した上で指導の理論的背景について理解し、コート上での実習や指導実践を通してチーム作りに必要なコーチング法を学習することが目的である。２年次履修のスポーツコーチング演習Ⅰおよび３年次履修のスポーツコーチング演習Ⅱで習得したコーチング法を、さらに専門的に深めることもねらいとなる。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
知識と技能について	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）をしっかりと説明でき、指導場面において十分に指導することができる	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）を説明でき、指導場面において指導することができる	バスケットボールの知識（技術・戦術やルール）をしっかりと説明できず、指導場面において指導することができない
思考力・判断力・表現力について	グループ活動の中で自らの意見を理解してもらえるよう仲間に伝えることができる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に話すことはできる	グループ活動の中で自らの意見を仲間に十分に伝えることができない
学びに向かう力について	授業に対して主体的・積極的に非常によく取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができる	授業に対して主体的・積極的に取り組むことができない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のねらいと進め方
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方を理解する。

【授業時間外学修】
バスケットボール競技の特性について調べる。(4.0hr)

第２回　バスケットボール競技のゲーム
【　到達目標　】
(1)実際のゲームを通してバスケットボールを構成する要素を理解する。
(2)バスケットボールをコーチングする際に必要な知識を得る。

【授業時間外学修】自らの経験を振り返り、構成要素のうち、何を中心に学び、プレイしてきたのかを考える。(4.0hr)

第３回　指導の実際とチーム作りの計画
【　到達目標　】
(1)何を指導するべきかを理解する。
(2)どのような順序で指導するべきかを理解し、計画する。

【授業時間外学修】講義の内容とこれまで受けてきた指導を合わせ、自らが指導する際のイメージをつくる。(4.0hr)

第４回　チーム作り① 計画された内容の練習とミニゲーム
【　到達目標　】
(1)計画された練習を実施することができる。
(2)実施した練習やミニゲームからコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
実施する練習内容を考案し、実施後は今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第５回　チーム作り② 計画された内容の練習とミニゲーム
【　到達目標　】
(1)計画された練習を実施することができる。
(2)実施した練習やミニゲームからコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
実施する練習内容を考案し、実施後は今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第６回　チーム作り③ 計画された内容の練習とミニゲーム
【　到達目標　】
(1)計画された練習を実施することができる。
(2)実施した練習やミニゲームからコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
実施する練習内容を考案し、実施後は今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第７回　チーム作り④ 計画された内容の練習とミニゲーム
【　到達目標　】
(1)計画された練習を実施することができる。
(2)実施した練習やミニゲームからコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
実施する練習内容を考案し、実施後は今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第８回　ゲーム実践①：練習で取り組んだ内容を活用したゲーム
【　到達目標　】
(1)ゲームを通して、実施してきた内容の問題点や今後の課題、コーチング法を検討する。
(2)ゲーム運営に必要な知識を得る。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第９回　チーム作り⑤ 計画の見直し
【　到達目標　】
(1)相手チームに対する情報収集の仕方を習得する。
(2)スカウティングした内容をもとに戦術を決定する方法を習得する。
(3)試合への準備期間のコーチング法を習得する。
【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第10回　チーム作り⑥ 計画された内容の練習とミニゲーム
【　到達目標　】
(1)計画された練習を実施することができる。
(2)実施した練習やミニゲームからコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
実施する練習内容を考案し、実施後は今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第11回　チーム作り⑦ 計画された内容の練習とミニゲーム
【　到達目標　】
(1)計画された練習を実施することができる。
(2)実施した練習やミニゲームからコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
実施する練習内容を考案し、実施後は今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第12回　チーム作り⑧ 計画された内容の練習とミニゲーム
【　到達目標　】
(1)計画された練習を実施することができる。
(2)実施した練習やミニゲームからコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
実施する練習内容を考案し、実施後は今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第13回　チーム作り⑨ 計画された内容の練習とミニゲーム
【　到達目標　】
(1)計画された練習を実施することができる。
(2)実施した練習やミニゲームからコーチング法を習得する。

【授業時間外学修】
実施する練習内容を考案し、実施後は今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第14回　ゲーム実践②：練習で取り組んだ内容を活用したゲーム
【　到達目標　】
(1)ゲームを通して、実施してきた内容の問題点や今後の課題、コーチング法を検討する。
(2)ゲーム運営に必要な知識を得る。

【授業時間外学修】
授業の内容を踏まえ、今後の活動を具体的に検討する。(4.0hr)

第15回　総合的検証
【　到達目標　】
(1)これまでの講義、指導実践を通して得たコーチング法について総合的に分析し、今後のコーチング法について総合的に検証する。

【授業時間外学修】
総合的に検証したことを踏まえて、本演習で理解・習得したことを整理する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

バスケットボールコートにおける実習を含むため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。アクセサリー類は決して身につけない。また、ナンバリング（ゼッケン）を一人ずつ購入し、授業時には必ず着用する。グループ学習の場面も多いため、ただ参加するのではなく、積極的にグループの中で活動し、さらにはリーダーシップを取って授業を受けること。また、実際の指導実践では、事前の準備が非常に重要であるため、授業時以外での努力が必要である。なお、毎回の授業で振り返り小レポートを作成し、必要に応じてその内容は次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

特に教科書は指定しない。
「バスケットボールの指導教本」日本バスケットボール協会編（大修館書店）

【成績評価方法】

平常授業での到達目標に対する到達度を70%、指導実践での指導案を30%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅲ			担当者	佐藤　麻衣子	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅲ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

体操競技の特性とルールを正しく理解し、コーチング法について学習する。 具体的には、各選手の特性に合わせたトレーニング計画の作成能力を養うとともに、言語教示などの実践的なコーチング法について、論理的に説明・考察できる力を身につける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
体操競技のルールについて	ルールおよび採点基準を理解し、自ら説明できる。	ルールおよび採点基準を理解し、資料を見ながら説明できる。	ルールおよび採点基準を理解することが出来ない。
体操競技の指導能力について	各選手に合わせたトレーニング計画を作成し、これを踏まえた実践的なコーチング法を説明することができる。	トレーニング計画を作成し、これを踏まえた実践的なコーチング法を資料を見ながら説明することができる。	トレーニング計画の作成および実践的技術法が理解できない。
体操競技のメンタルトレーニングについて	各選手のプレッシャーに対する思考、また技の習得過程で生じる恐怖心が深く理解できる。	各選手のプレッシャーに対する思考、また技の習得過程で生じる恐怖心が理解できる。	各選手のプレッシャーに対する思考、技術の習得過程で生じる恐怖心が理解できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業内容の確認
【　到達目標　】
本授業の目的と15回分の授業の流れを理解する。
体操競技におけるコーチングの特性を理解することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第２回　体操競技のルール
【　到達目標　】
体操競技のルール・採点基準を理解することができる。
体操競技のルール・採点基準を説明することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第３回　跳馬のトレーニング
【　到達目標　】
跳馬の運動特性を理解することが出来る。
跳馬の技術習得のための段階的なトレーニング方法を体系的に理解し、説明できる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第４回　段違い平行棒のトレーニングの理解
【　到達目標　】
段違い平行棒の運動特性を理解することができる。
段違い平行棒の技術習得のための段階的なトレーニング方法を体系的に理解し、説明できる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第５回　平均台のトレーニング
【　到達目標　】
平均台の運動特性を理解することができる。
平均台技術習得のための段階的なトレーニング方法を体系的に理解し、説明できる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第６回　ゆかのトレーニング
【　到達目標　】
ゆかの運動特性を理解することが出来る。
ゆか技術習得のための段階的なトレーニング方法を体系的に理解し、説明できる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第７回　体操競技のトレーニング計画
【　到達目標　】
各選手に合わせたトレーニング計画を作成することができる。
これを踏まえた実践的なコーチング法を説明することができる

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第８回　体操競技のコンディショニング
【　到達目標　】
コンディショニングの定義を理解することができる。
アスリートが求めるコンディショニングについて理解することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第９回　体操競技のメンタルトレーニング
【　到達目標　】
各選手のプレッシャーに対する思考が理解できる。
技の習得過程で生じる恐怖心を深く理解できる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第10回　体操競技の補助
【　到達目標　】
選手の動きを可視化することができる。
選手に必要な補助法を習得することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認することができる。(4.0hr)

第11回　体操競技の安全管理
【　到達目標　】
器具の配置や破損の有無を確認することが怪我防止につながることを理解することができる。
選手の体調に合わせたトレーニング内容を提示することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第12回　体操競技の試合に向けたトレーニングの再現性
【　到達目標　】
本番での再現性を高めるトレーニング法を習得できる。
個人差に応じた、本番での再現性を高めるトレーニング法を習得できる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第13回　体操競技の競術
【　到達目標　】
団体総合選手権において、高得点を獲得するための演技順の重要性を理解できる。
個々の能力に合わせた演技構成を立案できる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第14回　体操競技のマナー
【　到達目標　】
体操競技の採点規則に基づく競技マナーを熟知している。
体操競技の採点規則に基づく競技マナーについて指導することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づき今後の授業の流れを確認する。(4.0hr)

第15回　体操競技の成功体験および失敗体験
【　到達目標　】
成功体験得られる再現性について理解することができる。
失敗体験から得られる修正課題について理解することができる。

【授業時間外学修】
配付された資料に基づきレポートを作成する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

体操競技の特性に即したコーチング論を学び、指導実践能力を高める。

【教科書・参考書など】

参考書：コーチング学への招待（大修館書店）　その他必要に応じた資料を配布する。

【成績評価方法】

レポート内容を100%として評価する

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅲ			担当者	橋爪 みすず	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅲ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

新体操の競技規則の概要を理解すると共に、競技会レベルの作品の構成法や、実際の演技の審判法を大会のVTRによって学習する。具体的に班別に団体演技の創作を行いルールの理解度を確認し、選手のレベルや目標を考慮した演技を完成させる。さらに演技の完成度を高め実施するための練習及びトレーニング方法を学び、創作した演技を発表できるようにする。また演技を正しく評価することで演技の完成度を高める指導につながることを理解し審判の実践力を身に付けるために、創作し発表された演技を採点する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
ルールに基づき個人演技を創作できる知識の習得	競技会に参加できるだけの構成上ミスのない個人演技を独創性を伴って創作できる	ルールに基づいた個人演技を創作できる	個人演技の創作を部分的にできるが演技全体を創作することができない。
ルールに基づき団体演技を創作できる知識の習得	競技会に参加できるだけの構成上ミスのない団体演技を独創性を伴って創作できる	ルールに基づいた団体演技を創作できる	団体演技の創作を部分的にできるが演技全体を創作することができない。
個人、団体演技を、ルールに則って評価できる知識と採点技術の習得	創作した演技を客観的に評価し、競技会で採点できる技術を身につけている	演技を客観的に評価でき採点技術を身に付けている。	演技を客観的に見ることはできるが採点技術は身に付いていない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業のオリエンテーション
【　到達目標　】
指導者になることを前提に、自己の意識と指導法、創作法を学習する事を理解する。
特に団体演技についての採点規則を再度詳しく理解する。
【授業時間外学修】
団体の競技規則を確認し理解を深めておく。(4.0hr)

第２回　採点法についてスポーツコーチング演習Ⅱで学習したものを復習する
【　到達目標　】
新体操についての採点規則を再度詳しく理解する。
【授業時間外学修】
構成と実施の採点規則を復習しておく。(4.0hr)

第３回　個人競技の難度の構成と独創的な作品創りについて①
【　到達目標　】
個人演技の難度の数と構成上必要な内容について確認し、独創的な作品つくりについての知識を具体的に得る。
【授業時間外学修】
様々な個人の演技を映像で見ておく。(4.0hr)

第４回　個人競技の難度の構成と独創的な作品つくりについて②
【　到達目標　】
個人演技の難度の数と構成上必要な内容について確認し、独創的な作品つくりについての知識を具体的に得る。
【授業時間外学修】
複数の演技を比較し、独創性の違いについて考えておく。(4.0hr)

第５回　団体演技の難度の構成と連係の創り方、手具交換の方法と難度の数え方
【　到達目標　】
5人での組合せの中で人と人、手具と人等の連係をその組合せから独創性を見出す。
団体演技の特徴である交換の方法について理解する。
【授業時間外学修】
複数の演技を比較し、独創性の違いについて考え、いくつかの交換の方法を考えておく。(4.0hr)

第６回　団体演技の難度の評価について
【　到達目標　】
交換難度と身体難度のカウントについて詳しく理解する。
【授業時間外学修】
競技規則を読み理解を深めておく。(4.0hr)

第７回　DVDによる個人と団体競技の演技の分析①
【　到達目標　】
映像から個人競技は身体難度、団体は交換難度と身体難度を分析し点数化できる。
【授業時間外学修】
個人、団体競技の映像を見て、身体難度、交換難度を書き出して確認しておく。(4.0hr)

第８回　DVDによる個人と団体競技の演技の分析②
【　到達目標　】
映像から個人競技は手具の難度、団体は連係を分析し点数化できる。
【授業時間外学修】
個人、団体競技の映像を見て、手具の難度、連係を書き出し確認しておく。(4.0hr)

第９回　具体的演技の創作（班学習）１
【　到達目標　】
前半で学習した内容を体育館で創作の実践を行う。各班で創作の対象者、目的、目標、テーマと使用する手具を決める。対象者の年齢と技術レベルに考慮し必要な技術を向上させるためのトレーニングと練習を考え、実践する。
【授業時間外学修】
手具の特性を調べるとともに音楽のテーマを重視し音楽の候補を準備する。トレーニング計画を作成する。(4.0hr)

第10回　具体的演技の創作（班学習）２
【　到達目標　】
トレーニング計画に従って、身体レベルを向上させるためのトレーニングを実践する。
年齢と技術レベルに合わせ、特にコーディネーショントレーニングを重視した内容を実践する。具体的に振付を開始する。
【授業時間外学修】
演技構成の見直しを図るため、競技規則を確認する。(4.0hr)

第11回　個人競技の具体的演技の創作（班学習）３
【　到達目標　】
身体難度の種類、手具難度の数を整理する。トレーニング計画に従って演技構成の完成度を高めるための身体トレーニングを実践する。持久的トレーニングを重視して実践する。
【授業時間外学修】
映像を見て、独創的な作品つくりを学んでおく。(4.0hr)

第12回　団体競技の具体的演技の創作（班学習）４
【　到達目標　】
身体難度の種類、交換の数、連係の数を整理する。トレーニング計画に従って演技構成の完成度を高めるための身体トレーニングを実践する。持久的トレーニングを重視して実践する。
【授業時間外学修】
ミスをなくすための練習内容、トレーニングを考えておく。(4.0hr)

第13回　団体競技の具体的演技の創作（班学習）５
【　到達目標　】
演技を最後まで振り付け、ミスのない演技になる様、実践を重ねる。筋力を向上させるための体幹トレーニングを実践する。
【授業時間外学修】
競技会の規則に則って行うよう発表できるよう規則を確認しておく。(4.0hr)

第14回　創作演技の発表
【　到達目標　】
班ごとに個人競技と団体競技の創作した演技を発表する。
演技のコンセプトを明確に説明する。
【授業時間外学修】
演技の内容と点数（作品の価値）を予めわかるよう準備しておく。(4.0hr)

第15回　発表演技の評価
【　到達目標　】
個人演技、団体演技の発表を受け、構成内容と独創性について検証する。
採点結果について検証する。
【授業時間外学修】
客観的評価に必要な知識を確認し、採点できる知識を確認しておく。(4.0hr)

【学修上の留意点】

採点規則を熟知し、個人、団体両方の演技創作の実践の両方を学習し、中学校・高校・スポーツクラブでしっかり指導出来る所まで学習する。指導については、対象者に考慮した演技を創作し、ミスのない実施を導くためのトレーニングと実践方法も重要となるため、実際に各班で計画に基づいたトレーニングを実践することに重点を置く。各授業は深く関連しており、一回一回が積み重ねとなるため授業欠席は著しく進歩を妨げるので休まない事。授業はパワーポイントを用い、競技規則の理解と演技構成の手法を学ぶために、国内のルール講習会で使用した映像研修資料を具体的に解説する。

【教科書・参考書など】

「新体操教本」「2025-2028採点規則集」（日本体操協会作成）

【成績評価方法】

授業における課題達成度50%、授業内試験50%、あわせて100%で評価する。

科目名	スポーツコーチング演習Ⅲ			担当者	兵頭　洋樹	
英文名	Seminar in Sport Coaching Ⅲ					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

競泳競技における各種泳法およびスタート・ターン・ゴールタッチ等の主要な動きを、最高精協調のレベルまで高めるための方法について検証することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
水泳のトレーニング法について	水泳のトレーニング法について自らまとめて説明できる。	水泳のトレーニング法について資料等を参照にしながら説明できる。	水泳のトレーニング法について理解が不十分で説明できない。
水泳のトレーニング計画について	水泳のトレーニング計画について自らまとめて説明できる。	水泳のトレーニング計画について資料等を参照にしながら説明できる。	水泳のトレーニング計画について理解が不十分で説明できない。
水泳のコンディショニングについて	水泳のコンディショニングについて自らまとめて説明できる。	水泳のコンディショニングについて資料等を参照にしながら説明できる。	水泳のコンディショニングについて理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　トレーニングの原則
【　到達目標　】
適応の原則、漸増負荷の原則等について理解する。
【授業時間外学修】
トレーニングの原則に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第２回　水泳のトレーニング（生理学）（有酸素性トレーニング①）
【　到達目標　】
水泳パフォーマンスと持久力（生理応答）の関係について理解する。
【授業時間外学修】
水泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第３回　水泳のトレーニング（生理学）（有酸素性トレーニング②）
【　到達目標　】
水泳における持久力を高めるためのトレーニング内容について理解する。
【授業時間外学修】
水泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第４回　水泳のトレーニング（無酸素性トレーニング①）
【　到達目標　】
水泳パフォーマンスとスピードやスピード持久力の関係について理解する。
【授業時間外学修】
水泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第５回　水泳のトレーニング（無酸素性トレーニング②）
【　到達目標　】
水泳におけるスピードやスピード持久力を高めるためのトレーニング内容について理解する。
【授業時間外学修】
水泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第６回　水泳のトレーニング（一般的トレーニング）
【　到達目標　】
水泳で行われる一般的トレーニング内容について理解する。
【授業時間外学修】
水泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第７回　水泳のトレーニング（陸上トレーニング）
【　到達目標　】
競泳競技のための陸上トレーニング内容について理解する。
【授業時間外学修】
水泳のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第８回　水泳におけるコンディショニング（医学・女性スポーツ医学）
【　到達目標　】
水中運動における医学に基づくコンディショニングについて理解し、女性特有のスポーツ医学について理解する。
【授業時間外学修】
水中での医学に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第９回　水泳におけるコンディショニング（医学・障害予防）
【　到達目標　】
水中運動における障害予防・応急手当について理解する。
【授業時間外学修】
水中での医学（障害予防・応急手当）に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第10回　水泳のトレーニング計画①
【　到達目標　】
週間トレーニング計画の立て方を理解する。
【授業時間外学修】
水泳のトレーニング計画に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第11回　水泳のトレーニング計画②
【　到達目標　】
調整期間におけるトレーニング計画の立て方を理解する。
【授業時間外学修】
水泳のトレーニング計画に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第12回　水泳における心理学
【　到達目標　】
目標設定の仕方やメンタルトレーニング等について理解する。
【授業時間外学修】
心理学に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第13回　水泳における栄養学
【　到達目標　】
水泳選手に必要な栄養摂取の方法について理解する。
【授業時間外学修】
栄養学に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第14回　水泳における戦術
【　到達目標　】
水泳レースにおけるペース配分等について理解する。
【授業時間外学修】
スポーツ戦術に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第15回　水泳の競技規則
【　到達目標　】
競泳競技規則や競技の運営方法について理解する。
【授業時間外学修】
競泳競技規則に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

この授業を通し、競泳選手に対する水中トレーニングや陸上トレーニングを合わせたトレーニング内容の作成、トレーニング計画の立て方等が出来るように、日頃から復習を行うこと。

【教科書・参考書など】

「水泳コーチ教本（第4版）」　（公財）日本水泳連盟編、大修館書店／「競泳競技規則」　財団法人日本水泳連盟編

【成績評価方法】

1.トレーニングの計画書（30%）、2.レポート課題（30%）、3.水泳指導に関する筆記試験(40%)。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅲ			担当者	湯澤　芳貴	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅲ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

バレーボールにおけるコーチングについて、中級者レベル以上に必要となってくるゲーム中の主要な戦術、各ポジションの専門的な役割、ボールの動きに関して自由自在に対応できるようにする能力、ゲームの様々な場面での状況判断能力を高めるための指導体系を明らかにし、その理論を理解しながら指導の場で実践する。また、バレーボールに効果的なウォーミングアップ方法や行動体力を含めた実践的なトレーニング方法についても学ぶ。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
バレーボールの中上級者へのコーチング理論について	コーチング理論を十分理解し自ら説明できる	コーチング理論を確認しながら説明できる	コーチング理論の理解が不十分で説明できない
バレーボールのチーム戦術のコーチングについて	チーム戦術のコーチングを十分理解し実践できる	チーム戦術のコーチングを理解しているが十分に実践できない	チーム戦術のコーチングの理解が不十分で実践できない
バレーボールの実践的なトレーニング方法について	実践的なトレーニング方法を十分理解し実践できる	実践的なトレーニング方法を理解しているが十分に実践できない	実践的なトレーニング方法の理解が不十分で実践できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　トップレベルに対するコーチング理論
【　到達目標　】
(1)トップレベルに必要な戦術・戦略の発展について理解する。
(2)様々な場面での状況判断能力を高める方法を理解する。
(3)トップレベルの選手に必要な体力要素について理解する。
【授業時間外学修】
トップレベルで用いられる戦術・戦略について理解しておく。(4.0hr)

第２回　各ポジションの専門的な役割
【　到達目標　】
(1)ポジションの専門的な役割・プレーの分業について理解する。
【授業時間外学修】
事前にバレーボールの各ポジションの役割について理解しておく。(4.0hr)

第３回　各レシーブ局面・ゲームの様々な場面での状況判断
【　到達目標　】
(1)レシーブにおける状況判断について理解・実践できる。
(2)ゲーム中のチームとしての動きを理解・実践できる。
【授業時間外学修】
ゲーム中の様々な状況判断のポイントについて理解しておく。(4.0hr)

第４回　バレーボールに効果的なウォーミングアップ・トレーニング
【　到達目標　】
(1)動きに即し、障害予防を考慮したウォーミングアップ法を理解する。
(2)スピード・パワーを意識したトレーニング法を理解する。
(3)各種スキルアップのために必要な体力要素についてのトレーニングについて理解する。
【授業時間外学修】
事前にバレーボール特有の動きや体の使い方等について理解しておく。(4.0hr)

第５回　コーチング実践Ⅰ(バレーボールに効果的なウォーミングアップ)
【　到達目標　】
(1)効果的なウォーミングアップ法に関する指導を実践できる。
【授業時間外学修】
ウォーミングアップの理論とその目的について理解しておく。(4.0hr)

第６回　コーチング実践Ⅱ(サイドアタッカー・リベロに対するコーチング)
【　到達目標　】
(1)サイドアタッカーの役割を考慮した指導を実践できる。
(2)レシーブの中心となるリベロの役割を考慮した指導を実践できる。
(3)サイドアタッカー・リベロに必要な体力要素に対するトレーニングを実践できる。
【授業時間外学修】
事前にサイドアタッカー・リベロのポジション特性について理解しておく。(4.0hr)

第７回　コーチング実践Ⅲ(ｾﾝﾀｰﾌﾞﾚｲﾔｰ・ｾｯﾀｰに対するｺｰﾁﾝｸﾞ)
【　到達目標　】
(1)速攻・ブロックの中心となるセンタープレイヤーの指導を実践できる。
(2)チームのつなぎの中心となるセッターの指導を実践できる。
(3)センタープレイヤー・セッターに必要な体力要素に対するトレーニングを実践できる。
【授業時間外学修】
事前にセンタープレイヤー・セッターのポジション特性について理解しておく。(4.0hr)

第８回　コーチング実践Ⅳ（各レシーブ局面での状況判断）
【　到達目標　】
(1)各レシーブ局面の状況判断を意識した指導を実践できる。
【授業時間外学修】
フォーメーションや相手攻撃に応じた状況判断を理解しておく。(4.0hr)

第９回　コーチング演習Ⅴ(ゲームの様々な場面での状況判断)
【　到達目標　】
(1)ゲーム中の状況判断に関する指導を実践できる。
【授業時間外学修】
チームとして味方選手と協調し、それぞれに対応する動きを理解しておく。(4.0hr)

第10回　コーチング理論Ⅵ(バレーボールに効果的なトレーニング)
【　到達目標　】
(1)効果的なトレーニングに関する指導を実践できる。
(2)各種スキルアップのために必要な体力要素についてのトレーニングを実践できる。
【授業時間外学修】
バレーボールの競技特性から効果的なトレーニング理論について理解しておく。(4.0hr)

第11回　指導上の問題点の研究
【　到達目標　】
(1)コーチング実践で明らかになった問題点の解決法を理解する。
(2)トップレベルの指導でのポイントを明らかにすることができる。
【授業時間外学修】
トップレベルの指導での適切なコーチングのタイミングと課題を理解しておく。(4.0hr)

第12回　ゲーム中のコーチング(タイムアウト・メンバーチェンジ)
【　到達目標　】
(1)ゲーム中のベンチワーク(タイムアウト・メンバーチェンジ)について理解する。
【授業時間外学修】
ベンチワークの適切なタイミングと目的について理解しておく。(4.0hr)

第13回　勝利のためのコーチング理論Ⅰ(連続ポイント)
【　到達目標　】
(1)連続ポイントに必要な技術・戦術を理解する。
(2)データを取りながらそれらを検証することができる。
【授業時間外学修】
勝利を獲得するために必要な連続ポイントについて理解しておく。(4.0hr)

第14回　勝利のためのコーチング理論Ⅱ(攻撃組み立て)
【　到達目標　】
(1)勝利に必要な攻撃組み立て能力と攻撃決定能力について理解する。
(2)データを取りながらそれらを検証することができる。
【授業時間外学修】
勝利を獲得するために必要な攻撃組み立てについて理解しておく。(4.0hr)

第15回　勝利のためのコーチング理論Ⅲ(相手への対応)
【　到達目標　】
(1)相手を考慮した戦略の組み立てができる。
(2)相手の戦術・戦略を分析し、それに対応することができる。
【授業時間外学修】
勝利を獲得するために必要な相手への対応について理解しておく。(4.0hr)

【学修上の留意点】

バレーボールのトップレベルを対象にしたコーチングが授業の焦点であるので、そのための基礎知識と基礎技能が求められる。受講に際しては、不安な知識や技術についてはしっかりと復習して身につけておくこと。また、基本的にグループ単位で演習形式でディスカッションしながら活動するので、自分勝手な行動はせずに、グループの活動が効率良くできるように努めること。毎回の授業の最後に振り返りをおこない、授業内容について理解を深める。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

コーチング理論の理解を20%、指導計画の作成を30%、コーチング実践を50%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅲ			担当者	吉兼　練	
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅲ					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

ハンドボール競技を中心として、競技力を決定する大きな要素である戦術について、具体的に1980年代から現在に至るまでの世界選手権大会の中で、トップレベルの指導者がどのようなゲーム観を持ってチームを作り、戦術を考案し戦っているかを、映像を見て分析し、そこから戦術の変遷とその重要性を理解する。そこで指導者としての基礎を身につける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
世界のハンドボールの戦術変遷の理解	攻撃防御の戦術の変化と対応を理解し、説明できる	攻撃防御の戦術の変化と対応を理解し、資料があれば説明できる	攻撃防御の戦術の変化と対応を理解が十分でない
競技レベルに合わせた指導方法の理解	競技レベルの発展に伴う指導方法を説明できる	競技レベルの発展に伴う指導方法を完全ではないが資料を見ながら説明できる	競技レベルの発展に伴う指導方法を理解が不十分で説明できない
指導者の戦術を考案する発想の理解	戦術発想の基礎を理解し、説明できる	戦術発想の基礎を理解し、資料があれば説明できる	戦術発想の基礎の理解が十分でなく説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
球技のコーチに必要な「ゲーム構想」とそれに基づく戦術､そして技術の変遷を､世界のハンドボールの発展を題材に、世界の指導者がどのように戦術を先取りし実践しているかを理解する。
【授業時間外学修】
1970年代のハンドボールを取り巻く環境やルールについてレポート作成する。(4.0hr)

第２回　1980年代序盤の戦術
【　到達目標　】
1980年代序盤の11人制ハンドボールに影響を与えた1970年代のハンドボールから、ポジションプレイが発生した過程の攻撃戦術の変化と防御戦術の変化を理解する。

【授業時間外学修】
1980年代のハンドボールを取り巻く環境やルールについてレポート作成する。(4.0hr)

第３回　1980年代中盤の戦術
【　到達目標　】
1980年代序盤から中盤にかけての防御戦術の変化とそれに伴う攻撃戦術の変化を理解する。また、世界を先取りする指導者の構想と具体的戦術についても理解する。

【授業時間外学修】1970年代から80年代への戦術変化の学習を基に、80年代後半のハンドボールの戦術変化を考察する。(4.0hr)

第４回　1980年代終盤の戦術
【　到達目標　】
1980年代終盤の戦術の、特に大きく変化した防御戦術の各指導者の考え方やそれに対する攻撃戦術の発生過程を理解する。

【授業時間外学修】1980年代の終盤のハンドボールとこれまでの傾向を基に、90年代初めの戦術変化を考察する。(4.0hr)

第５回　1990年代序盤の戦術
【　到達目標　】
1990年代序盤にみられた積極的防御が、どのように崩され、そして新たな防御戦術の考え方と新戦術が発生したかについて理解する。

【授業時間外学修】
これまでの講義から1980年代の戦術変化を考察する。(4.0hr)

第６回　1990年代中盤の戦術
【　到達目標　】
1990年代中盤からみられる各指導者の防御に対するコンセプトや、それに応じた防御戦術のそれぞれの特色を理解する。

【授業時間外学修】
これまでの戦術変化を基に1990年代終盤の戦術変化を考察する。(4.0hr)

第７回　1990年代終盤の戦術
【　到達目標　】
1990年代終盤に、これまでの防御中心のハンドボールから攻撃中心へと変化したが、その攻撃戦術の発生とコンセプトを理解する。また攻撃戦術の新たなコンセプトについても理解する。
【授業時間外学修】一般的に言われる、ハンドボール戦術の1サイクルである60年代から90年代までをまとめる。(4.0hr)

第８回　1990年代の日本の戦術
【　到達目標　】
1990年代後半に熊本で行われた男子の世界選手権大会を題材に、日本が世界と戦うにあたり、外国人指導者によりその戦術にどのような変化がみられたかを理解する。

【授業時間外学修】
新たなサイクルとなる2000年代はじめのハンドボールの戦術を考察する。(4.0hr)

第９回　2000年代序盤の戦術
【　到達目標　】
2000年代序盤に攻撃戦術を変化させるルール変更があり、それによって、各国の指導者がより攻撃に重点をおいた結果、色々な局面で大きな変化がみられた。その変化とコンセプトを理解する。
【授業時間外学修】
2000年代中盤の戦術変化の考察をする。(4.0hr)

第10回　2000年代中盤の戦術
【　到達目標　】
2000年代中盤の攻撃戦術の変化とコンセプトの理解、及び各国々で構想された防御戦術の傾向やコンセプトを理解する。

【授業時間外学修】
2000年代中盤からそれ以降のハンドボールの戦術を考察する。(4.0hr)

第11回　現在のハンドボールの戦術
【　到達目標　】
現在の最新のハンドボールの攻撃・防御戦術の傾向を理解し、あわせて今後の世界の進む方向性を予測する。

【授業時間外学修】これまでのハンドボールの戦術変遷を基に、ハンドボールの指導者の考え方をまとめる。(4.0hr)

第12回　ハンドボールの戦術変遷と指導者の考え方
【　到達目標　】
これまでの授業の中で重要視してきた、指導者のゲーム構想が戦術を変えて世界を変化させ、それがまた新たな指導者によって破られてきた変遷を理解すると同時に、指導者の重要性を再確認する。
【授業時間外学修】
ゲーム構想と戦術、そして実際のトレーニングの構造を理解し、まとめる。(4.0hr)

第13回　日本のハンドボールの戦術の変遷
【　到達目標　】
世界の戦術の変遷と比較しながら、日本の戦術の変遷を観て、日本の指導者の戦術に対する理解を把握する。

【授業時間外学修】日本のハンドボールを振り返り、世界に向かう指導者としての構想、戦術の考案をする。(4.0hr)

第14回　日本と世界のハンドボールの戦術比較
【　到達目標　】
これまでの世界の戦術と日本の戦術の変遷を比較し、日本の目指すべき方向について考え、今後の世界の中での日本のハンドボールを理解する。

【授業時間外学修】
講義や各受講者の意見から、本授業での1つの指導者論を考察する。(4.0hr)

第15回　この講義の主題である指導者の考える「ゲーム構想」の重要性を再確認する。
【　到達目標　】
1970年代から現在までのハンドボールの戦術変遷とそれに関わる指導者の考え方、いわゆる「ゲーム構想」を基に指導者の重要性を理解する。また、戦術の発展がそのまま指導の発展段階と繋がることを理解する。
【授業時間外学修】指導者が知識として戦術の変遷を学習することの必要性､ｹﾞｰﾑ構想から具体的な戦術やﾄﾚｰﾆﾝｸﾞを考案する重要性､指導段階(ｽﾃｯﾌﾟ)に関して、ﾚﾎﾟｰﾄを作成し理解する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

ハンドボール経験者が受講者に多くいるが、現在のハンドボールから遡るのでなく、ハンドボール発生からこれまでを時間の経過と同時進行で捉えることが重要となる。そのなかでコーチング演習としての仕上げとして、指導者の考え方がいかに試合に反映し結果を生み出すかを理解する。また、ハンドボール経験者でない受講者は、他種目の戦術の変遷から自分の種目に置き換えて考えることが大切である。また、指導者の考え方はどの種目も同様であるため、コーチング演習の仕上げとして捉えることが重要である。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

毎回の授業の中での映像視聴及び分析報告が30%、全員に渡している記録用紙の記載の仕方やまとめ方30%、最終的なまとめのレポート評価40%として評価する。

科 目 名	スポーツコーチング演習Ⅲ	担当者	吉田　孝久
英 文 名	Seminar in Sport Coaching Ⅲ		

単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME316		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

陸上競技の中上級者を対象に、各種目における主要な動きを精協調から最高精協調のレベルまで高めるための方法について、トレーニング実践と指導実践を通して検証することを目的とする。特に、試合準備と試合における最高達成を目指す上で、準備すべき内容について、習熟レベルごとに検討する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
陸上競技のコーチングに求められる理論および指導について	理論を理解し、指導プログラムを作成して適切な指導ができる。	教本や資料を参照しながら、プログラムを作成して指導できる。	コーチングに対する理解が不十分で指導できない。
陸上競技のコーチングのトレーニング計画に関する事項	対象者に適したトレーニング計画を作成できる。	対象者に適したトレーニング計画について、資料等を参照しながら作成できる。	知識が不十分でトレーニング計画を作成できない。
陸上競技のコーチングの研究知見に関する事項	大会等で測定されたデータの解釈と活用について意見を示すことができる。	知見の活用に関する理解はできており、データをある程度理解することができる。	知見の活用に関する理解が不十分でデータを理解できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　陸上競技の競技力の構造

【　到達目標　】

陸上競技の特性および各種目の競技力の構造を理解する。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第２回　運動観察による「改善点」の見抜き

【　到達目標　】

ある種目の基本的動きを実習する中で、他者の動きを観察してそこから改善点を抽出する。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第３回　コーチングのためのプログラム作成１

【　到達目標　】

ある動きの問題点を改善するための年間トレーニング計画を立案する。その計画立案に際しての基本コンセプトについて発表する。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第４回　コーチングのためのプログラム作成２

【　到達目標　】

前回の年間トレーニング計画をもとに、準備期を前半・後半に分け、それぞれのプログラムを立案する。一人のプログラムを参考に意見交換を行う。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第５回　パートナーとの相互コーチング実習

【　到達目標　】

コーチ役、選手役を決め、実習の中で相互のコーチングを行う。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第６回　グループ対象のコーチング実習１

【　到達目標　】

中学生陸上部のハードル選手、走幅跳を対象とした講習会を想定し、そこでのコーチング実習を行う。コーチ役、選手役ともにコーチングに関する感想・意見を記録し、最後に意見交換を行う。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第７回　グループ対象のコーチング実習２

【　到達目標　】

中学生陸上部のハードル選手、走幅跳を対象とした講習会を想定し、そこでのコーチング実習を行う。コーチ役、選手役ともにコーチングに関する感想・意見を記録し、最後に意見交換を行う。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第８回　試合において成功を収めるための条件群について

【　到達目標　】

受講生の経験をもとに試合準備・試合での失敗例・成功例をあげ、そこから問題点の抽出を試みる。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第９回　陸上競技の試合練習の方法

【　到達目標　】

目標試合で最大達成を得るための練習の組み立て方について理解を深める。その中でも、試合練習を中心に取り上げ、意見交換をする。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第10回　試合準備期の練習と試合期の練習内容

【　到達目標　】

目標試合で最大達成を得るための練習の組み立て方について理解を深める。その中でも、ピーキングの作り方を取り上げ、意見交換をする。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第11回　トップ選手の動きからのヒントについて

【　到達目標　】

トップ選手が高いパフォーマンスを可能にしている「動き」の特徴をピックアップして、その動きの形成過程や練習の仕方についてアプローチを試みる。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第12回　修正内容を選手へ伝達する方法

【　到達目標　】

相互コーチングの際に記録した記録表とVTRを用いて、観察による改善点の抽出および改善方法の伝達について分析評価を試みる。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第13回　試合・記録会における失敗因子の分析とその対処方法

【　到達目標　】

関東インターカレッジ、日本インターカレッジの試合展開（試合成績、VTRなど）をもとに、試合における失敗因子を抽出する。それらの対処法について意見交換を行う。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第14回　トレーニングでのおかしやすい問題点とその対処法

【　到達目標　】

過去のトレーニング実践を振り返り、繰り返しおかす失敗を抽出する。それらの原因を明らかにし、その対処法について意見交換を行う。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

第15回　陸上競技のコーチングに関する展望

【　到達目標　】

国内外の陸上競技の動向に関する情報をもとに、競技力向上についてその傾向を展望する。

【授業時間外学修】

授業での該当箇所の情報収集と教科書・参考書を精読する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

・自分の動きについての自己観察、他者の動きについての他者観察によって動きを分析・評価することを心がける。
・レベルの高い動きを見抜く力の養成とその動きを獲得するための練習内容を探し出すことを目指す。
・また、関連する資料を収集し、それぞれの運動についての理解を深める。

【教科書・参考書など】

『教師のための運動学』金子明友・監修　吉田茂、三木四郎・編（大修館書店）、（競技力向上のためのトレーニング戦略）、（コーチングマニュアル）、（陸上競技指導教本アンダー16・19 基礎から身につく陸上競技 初級編）、（陸上競技指導教本アンダー16・19 レベルアップの陸上競技 上級編）

【成績評価方法】

コーチング実習時に提出した記録表、および実習後に行うコーチング内容・方法についての自己分析記録表を60%、また指導実践におけるできばえを40%として評価する。

科目名	テーピング・マッサージ			担当者	永野　康治・吉田　真由美	
英文名	Taping and Massage					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME317		卒業認定方針との関連	⑦

【到達目標】

本科目では、機能解剖学に基づいた正しい疲労回復のためのマッサージの技法および知識の獲得、ならびに足関節内がえし捻挫予防をはじめとした代表的なテーピング技能について実技を中心に行い、テーピングおよびマッサージに関する基礎的知識の習得を目的とする。本科目のねらいは運動後のコンディショニングおよびセルフケアの方法としてのマッサージ技法を活用できるようになること、およびスポーツ活動や指導の場面で外傷・障害の予防や再発予防のためのテーピングを実施できるようになることである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
筋および靭帯に関する知識	筋の走行や靭帯の制動する関節運動を正しく選択，記述することができる。	筋の走行や靭帯の制動する関節運動を資料を参考にして，正しく選択，記述することができる。	筋の走行や靭帯の制動する関節運動を正しく選択，記述できない。
マッサージの実践	各身体部位に対するマッサージを適切な手法，順序を用いて実施し，効果をあげることができる。	各身体部位に対するマッサージを適切な手法，順序を用いて実施することができる。	各身体部位に対するマッサージにおいて適切な手法にて実施することができない。
テーピングの実践	足関節の内がえし捻挫予防のテーピングを素早く正確に巻くことができる。	足関節の内がえし捻挫予防のテーピングを正確に巻くことができる。	足関節の内がえし捻挫予防のテーピングを巻くことができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　テーピング・マッサージ概論
【　到達目標　】
(1)スポーツ活動におけるテーピング・マッサージの有用性を説明できる。
(2)テーピング・マッサージの経験から、その必要性をまとめる。

【授業時間外学修】
これまでのテーピング・マッサージ経験を振り返る。(4.0hr)

第２回　マッサージ総論
【　到達目標　】
(1)マッサージの効果を挙げることができる。
(2)マッサージ実施上の注意点を挙げることができる。
(3)マッサージで用いられる手技を挙げることができる。
【授業時間外学修】
マッサージの各手技を実践する。(4.0hr)

第３回　下腿後面のマッサージ
【　到達目標　】
(1)下腿後面のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)下腿後面のマッサージを実施できる。

【授業時間外学修】
下腿後面のマッサージを実践する。(4.0hr)

第４回　下腿前面、大腿前面のマッサージ
【　到達目標　】
(1)下腿前面、大腿前面のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)下腿前面、大腿前面のマッサージを実施できる。

【授業時間外学修】
下腿前面、大腿前面のマッサージを実践する。(4.0hr)

第５回　大腿後面・臀部のマッサージ
【　到達目標　】
(1)大腿後面・臀部のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)大腿後面・臀部のマッサージを実施できる。

【授業時間外学修】
大腿後面・臀部のマッサージを実践する。(4.0hr)

第６回　腰背部のマッサージ
【　到達目標　】
(1)腰背部のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)腰背部のマッサージを実施できる。

【授業時間外学修】
腰背部マッサージを実践する。(4.0hr)

第７回　上肢・肩・首のマッサージ
【　到達目標　】
(1)上肢・肩・首のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)上肢・肩・首のマッサージを実施できる。

【授業時間外学修】
上肢・肩・首のマッサージを実践する。(4.0hr)

第８回　テーピング総論
【　到達目標　】
(1)テーピングの目的を説明できる。
(2)テーピング実施上の注意点を列挙できる。
(3)アンダーラップ、ホワイトテープを対象者に巻くことができる。
【授業時間外学修】
アンダーラップ、ホワイトテープの巻き方を実践する。(4.0hr)

第９回　足関節内がえし捻挫予防のためのテーピング（ホースシュー、ステアアップ）
【　到達目標　】
(1)足関節内がえし捻挫予防のためのホースシュー、ステアアップの手順を説明できる。
(2)足関節内がえし捻挫予防のためのホースシュー、ステアアップを対象者に実施できる。

【授業時間外学修】
ホースシュー、ステアアップの巻き方を実践する。(4.0hr)

第10回　足関節内がえし捻挫予防のためのテーピング（ヒールロック・フィギュアエイト）
【　到達目標　】
(1)足関節内がえし捻挫予防のためのヒールロック・フィギュアエイトの手順を説明できる。
(2)足関節内がえし捻挫予防のためのヒールロック・フィギュアエイトを対象者に実施できる。

【授業時間外学修】
ヒールロック、フィギュアエイトの巻き方を実践する。(4.0hr)

第11回　足関節内がえし捻挫予防のためのテーピング（クローズド・バスケットウィーブ）
【　到達目標　】
(1)足関節内がえし捻挫予防のためのクローズド・バスケットウィーブの手順を説明できる。
(2)足関節内がえし捻挫予防のためのクローズド・バスケットウィーブを対象者に実施できる。

【授業時間外学修】
クローズド・バスケットウィーブの巻き方を実践する。(4.0hr)

第12回　足関節内がえし捻挫予防のためのテーピング（伸縮テープを使用した方法）
【　到達目標　】
(1)足関節内がえし捻挫予防のための伸縮テープを使用したテーピングの手順を説明できる。
(2)足関節内がえし捻挫予防のための伸縮テープを使用したテーピングを対象者に実施できる。

【授業時間外学修】
伸縮テープを使用したテーピングの巻き方を実践する。(4.0hr)

第13回　膝前十字靭帯損傷に対するテーピング
【　到達目標　】
(1)膝関節前十字靭帯損傷に対する再発予防のテーピングの手順を説明できる。
(2)膝関節前十字靭帯損傷に対する再発予防のテーピングを対象者に実施できる。

【授業時間外学修】
膝前十字靭帯損傷に対するテーピングの巻き方を実践する。(4.0hr)

第14回　足関節捻挫予防のためのテーピング（応用編）
【　到達目標　】
(1)対象者の状態にあわせた足関節捻挫予防のテーピング法が選択できる。
(2)対象者の状態にあわせた足関節捻挫予防のテーピング法を実施できる。

【授業時間外学修】
足関節捻挫予防の巻き方を実践する。(4.0hr)

第15回　テーピング手技の実践
【　到達目標　】
(1)指定されたテーピング手技を制限時間内に実施できる。
(2)指定されたテーピング手技を正しい手順で実施できる。
(3)指定されたテーピング手技をたるみやしわなく実施できる。
【授業時間外学修】
制限時間内に正しく実施できるように繰り返し練習する。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業は主に実技形式で行い、マッサージとテーピングを前半(2～8回)と後半(9～15回)にわけて行う。マッサージではボディランドマークを正確に把握するために薄手のズボン、Ｔシャツでの受講が望ましい。テーピングでは対象部位（足部および膝）の肌を露出できるような服装を原則とする。第2回目の授業日に使用するテーピングを販売するため、3,500円ほどの代金が必要となる。各回の授業後に振り返りフォームを記入しその回で学修した内容を整理する。フォームには質問等も記載し、次回授業時にフィードバックする。

【実務経験のある教員による授業科目】

アスレティックトレーナーとしての実務経験を生かし、機能解剖学とスポーツ傷害発生のメカニズムを基に、テーピングおよびマッサージに関する基礎的知識と技術について指導する。

【教科書・参考書など】

教科書：特に指定しない
参考書：基礎から学ぶ!スポーツマッサージ(ベースボールマガジン社)

【成績評価方法】

筆記試験(マッサージ分野)50%，実技試験(テーピング分野)50%

科目名	ダンス・メソッド			担当者	和光　理奈	
英文名	Dance Teaching Method					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME202		卒業認定方針との関連	⑤

【到達目標】

学校教育におけるダンス授業の指導法に焦点をあて、学齢期生徒の心身の発達に合わせたダンス授業の指導内容と方法について、実践を通じて理解する。具体的には、学習指導要領に基づいたダンス授業の基本的な単元計画のあり方や指導法、評価法について学習する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
学校体育におけるダンスの内容についての理解	理論を理解し、自らまとめて説明できる。	学習指導要領や参考書に基づいて説明できる。	理解が不十分で説明できない。
学校体育におけるダンスの指導計画	学習した知見を生かし、自分自身の特性を生かしたダンスの指導計画を作成できる。	学習指導要領や参考書に基づいて指導計画を立てられる。	計画を立てることができない。
学校体育におけるダンス指導技能	確かな指導言語を用い、十分な示範ができ、生徒の動きを最大限に引き出す指導ができる。	適切な指導言語を用い、示範を行い、生徒の動きを引き出す指導ができる。	指導言語や、示範が不十分で、生徒の動きを引き出すことができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　オリエンテーション、フォークダンスパティケークポルカなど
【　到達目標　】
授業の概要、ダンス教育の意義について理解する。
取り組みやすい外国のフォークダンスの踊り方と指導法を学ぶ。

【授業時間外学修】
配付された資料、教科書により学習した内容を理論的に復習しておく。(4.0hr)

第２回　リズムのダンスによる導入・題材①8421ダンスなど
【　到達目標　】
授業の概要、ダンス教育の意義について理解する。
導入の単元より、現代的なリズムのダンスを学ぶ。

【授業時間外学修】
配付された資料、教科書により学習した内容を理論的に復習しておく。(4.0hr)

第３回　創作ダンス・題材②「しんぶんし」など
【　到達目標　】
ダンスとの出逢いの授業。ものを使ってひと流れの動きの指導法を学ぶ。
ひと流れを意識させる示範を検討する。

【授業時間外学修】
配付された資料、教科書により学習した内容を理論的に復習しておく。(4.0hr)

第４回　創作ダンス・題材③「走るー止まる」など
【　到達目標　】
対極の動きの連続を手がかりにした基本的な題材から指導法を学ぶ。
極限を引き出す示範の方法を検討する。

【授業時間外学修】
配付された資料、教科書により学習した内容を理論的に復習しておく。(4.0hr)

第５回　創作ダンス・題材④「集まるーとびちる」など
【　到達目標　】
群の動きを手がかりにした基本的な題材から指導法を学ぶ。
太鼓の使い方を実習する。

【授業時間外学修】
配付された資料、教科書により学習した内容を理論的に復習しておく。(4.0hr)

第６回　創作ダンス・題材⑤「スポーツ」など
【　到達目標　】
身近な生活や日常動作を手がかりにした基本的な題材の指導法と、簡単な発表会の指導法を学ぶ。

【授業時間外学修】
配付された資料、教科書により学習した内容を理論的に復習しておく。(4.0hr)

第７回　作品の鑑賞と現代的なリズムのダンス・題材⑥「じゃんけんダンス」など
【　到達目標　】
リズムを手がかりにして自由に自分のダンスを踊る題材の指導法と、簡単な踊り合いの指導法を学ぶ。

【授業時間外学修】
配付された資料、教科書により学習した内容を理論的に復習しておく。(4.0hr)

第８回　現代的なリズムのダンス・題材⑦「ロックのリズム」など、発表会のバリエーション
【　到達目標　】
リズムを手がかりにして自由に自分のダンスを踊る題材の指導法と、簡単な踊り合い、見せ合いの指導法を学ぶ。現代的なリズムのダンスの単元作りについて学ぶ。

【授業時間外学修】
配付された資料、教科書により学習した内容を理論的に復習しておく。(4.0hr)

第９回　創作ダンス・題材⑧「序破急」など作品の運びを学ぶ題材
【　到達目標　】
作品を作るための、運び方を学ぶ。
イメージと動きを引き出す効果的な太鼓のたたき方を実践的につかむ。

【授業時間外学修】
指導法実習で行う課題を教科書により検討する。(4.0hr)

第10回　学んだ題材の復習を活かした作品作りと指導のポイント
【　到達目標　】
学んで来た題材の復習を行い、改めて指導のポイントをつかむ。
それらを連続させて作品にする体験をする。
指導法実習に向け、学習指導案の書き方について学ぶ。
【授業時間外学修】
指導ＤＶＤを視聴する。指導法実習で行う課題を教科書により検討する。(4.0hr)

第11回　グループ作品作りに対する指導方法を学ぶ。指導法実習の準備活動
【　到達目標　】
簡単なデッサンからグループ創作をするときの教師の指導法を学ぶ。
自分で選んだ題材の指導について、太鼓のたたき方や声のかけ方を検討する。
指導法実習のシミュレーションを行う。
【授業時間外学修】
指導法実習で行う課題について、自分の指導のシナリオを完成させる。(4.0hr)

第12回　創作ダンスのクラス作品作り・題材⑨「グルニカ」など
【　到達目標　】
絵画のイメージをきっかけとした作品作りを体験する。
グループ創作をクラス作品に構成する方法を学ぶ。
指導法実習で取り組むべき内容について学ぶ。
【授業時間外学修】
指導法実習の指導案を練習し、掲示物を作成する。(4.0hr)

第13回　指導法実習①　前半メンバーによる実習
【　到達目標　】
教師役は、作成した指導案に基づいた指導法の実習を行う。生徒役は授業を評価する。

【授業時間外学修】
教科書を復習し、指導法実習を振り返っておく。(4.0hr)

第14回　指導法実習②　後半メンバーによる実習
【　到達目標　】
教師役は、作成した指導案に基づいた指導法の実習を行う。生徒役は授業を評価する。

【授業時間外学修】
教科書を復習し、指導法実習を振り返っておく。(4.0hr)

第15回　ダンス学習の評価のポイント
【　到達目標　】
これまでの学習を振り返り、ダンス授業の指導方法と評価のポイントを確認し、理解する。

【授業時間外学修】
これまでのノート、資料を整理し、教科書も用いて全体を復習しておく。(4.0hr)

【学修上の留意点】

ダンスは中学校では全領域必修となっている。保健体育教員免許取得希望者・教員志望者はぜひ受講してほしい。中学校でのダンス指導法を学びつつ、高等学校や小学校などでの指導や、社会体育、レクリエーションなどさまざまな場面での指導において、応用できるような力をつけてほしい。授業は実技が中心である。マイクロティーチング方式によるグループ学習を行い、相互評価によるフィードバックを行いながら、指導法を実践的に身につける。指導者としての心構えを持って受講すること。Ａ４版のノートを使用するので持参すること。

【教科書・参考書など】

教科書として「改訂版　明日からトライ！ダンスの授業」全国ダンス・表現運動授業研究会編（大修館書店）を使う。毎時間、授業内で使用する。

【成績評価方法】

授業中の発言内容・活動内容10% 、課題達成度(指導法実習)70%、知識理解(学習ｶｰﾄﾞ・授業ﾉｰﾄ・指導法実習指導案)20%の割合で評価する。

科目名	比較スポーツ論			担当者	甫本　研太・森井　大樹 湯澤　芳貴	
英文名	Comparative Theory of Sports					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SME318		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

競技スポーツをそのスポーツの特性に応じ、測定競技（陸上競技、競泳など）、判定競技（球技、格技など）、採点競技（体操競技、新体操など）に分類し、それぞれのスポーツ特性や、運動技能の構造や戦術などを学び、幅広くスポーツを理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
測定競技の特性、運動技能の構造、戦術に関する理論	理論を理解し、自らまとめて説明できる。	理論を資料等を参照にしながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
判定競技の特性、運動技能の構造、戦術に関する理論	理論を理解し、自らまとめて説明できる。	理論を資料等を参照にしながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
採点競技の特性、運動技能の構造、戦術に関する理論	理論を理解し、自らまとめて説明できる。	理論を資料等を参照にしながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　測定競技系種目とその歴史的変遷
【　到達目標　】
測定競技系に分類されるスポーツ種目を確認し、それぞれの種目の歴史的変遷について理解できる。

【授業時間外学修】
測定競技系の歴史的変遷に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第２回　測定競技系種目の特性と競技力の構造
【　到達目標　】
測定競技系種目の特性を理解し、その競技力を技術・戦術・体力それぞれの因子から特徴づけることができる。

【授業時間外学修】
測定競技系の技術・戦術・体力に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第３回　測定競技系種目の競技力を規定する要因
【　到達目標　】
競技規則の改正によるさまざまな変化（施設・設備・器具等）が競技力の向上にも影響を及ぼすことを理解する。

【授業時間外学修】
測定競技系の施設・設備・器具等に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第４回　測定競技系種目のトレーニングの実際
【　到達目標　】
実際のトレーニング内容・方法を知ることで、測定競技系種目の望ましいトレーニングのあり方について理解する。

【授業時間外学修】
測定競技系のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第５回　測定競技系スポーツの今後の発展
【　到達目標　】
勝敗の決定が「測定」となる種目が、将来的にどのような方向に発展していくべきかについて理解する。

【授業時間外学修】
測定競技系の将来性に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

第６回　判定競技系種目とその歴史的変遷
【　到達目標　】
判定競技系に分類されるスポーツ種目を確認し、それぞれの種目の歴史的変遷について理解できる。

【授業時間外学修】
判定競技系の歴史的変遷に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第７回　判定競技系種目の特性と競技力の構造
【　到達目標　】
判定競技系種目の特性を理解し、その競技力を技術・戦術・体力それぞれの因子から特徴づけることができる。

【授業時間外学修】
判定競技系の技術・戦術・体力に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第８回　判定競技系種目の競技力を規定する要因
【　到達目標　】
競技規則の改正によるさまざまな変化（施設・設備・器具等）が競技力の向上にも影響を及ぼすことを理解する。

【授業時間外学修】
判定競技系の施設・設備・器具等に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第９回　判定競技系種目のトレーニングの実際
【　到達目標　】
実際のトレーニング内容・方法を知ることで、判定競技系種目の望ましいトレーニングのあり方について理解する。

【授業時間外学修】
判定競技系のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第10回　判定競技系スポーツの今後の発展
【　到達目標　】
勝敗の決定が「判定」となる種目が、将来的にどのような方向に発展していくべきかについて理解する。

【授業時間外学修】
判定競技系の将来性に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

第11回　採点競技系種目とその歴史的変遷
【　到達目標　】
採点競技系に分類されるスポーツ種目を確認し、それぞれの種目の歴史的変遷について理解できる。

【授業時間外学修】
採点競技系の歴史的変遷に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第12回　採点競技系種目の特性と競技力の構造
【　到達目標　】
採点競技系種目の特性を理解し、その競技力を技術・戦術・体力それぞれの因子から特徴づけることができる。

【授業時間外学修】
採点競技系の技術・戦術・体力に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第13回　採点競技系種目の競技力を規定する要因
【　到達目標　】
競技規則の改正によるさまざまな変化（施設・設備・器具等）が競技力の向上にも影響を及ぼすことを理解する。

【授業時間外学修】
採点競技系の施設・設備・器具等に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第14回　採点競技系種目のトレーニングの実際
【　到達目標　】
実際のトレーニング内容・方法を知ることで、採点競技系種目の望ましいトレーニングのあり方について理解する。

【授業時間外学修】
採点競技系のトレーニングに関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr)

第15回　採点競技系スポーツの今後の発展
【　到達目標　】
勝敗の決定が「採点」となる種目が、将来的にどのような方向に発展していくべきかについて理解する。

【授業時間外学修】
採点競技系の将来性に関して、メディア等を活用して理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

３人の教員によるオムニバス形式の授業である。各５回の授業でまとめのレポートを課題とする。
測定競技を甫本、判定競技を湯澤、採点競技を森井が担当する。授業の順番は状況により入れ替わる場合がある。
講義は資料やパワーポイントによって進める。内容によっては板書を行い、説明を聞くだけに終わらず、仲間との話し合いで自己のスポーツ経験を再認識させ、非経験スポーツへの興味関心を促す。授業中はスポーツについて多くの質問をするので、日頃からニュースなどに興味を持っておくこと。

【教科書・参考書など】

資料を配布する。

【成績評価方法】

レポート100%で評価する。

科 目 名	障害者スポーツコーチング論			担当者	村上　光輝	
英 文 名	Sport Coaching for Persons with an Impairment					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SME319		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

学生が障がいそのものの理解、障がい者スポーツの概要、健常者スポーツとの違い、地域スポーツの現状を学ぶ。さまざまなスポーツを知り、対象者がスポーツを楽しむためにどのように応用し、かかわっていくのかを理解する。また、数日間の障がい者のスポーツの実技を通し、その応用方法を体験し学ぶ。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
障害者スポーツコーチングの基礎的事項・理論について	理論を理解し自らまとめて説明できる。	理論を資料を参照しながら説明できる。	理解が不十分で説明ができない。
対象選手の状態に合わせたコーチングの工夫について	対象にあわせたコーチングを自ら考えることができる。	対象にあわせたコーチングを資料をみたり、他の実践状況を調べたりしながら考えることができる。	理解が不十分で、コーチングについて説明ができない。
対象選手の状態に合わせたコーチングリヲンの活用について□	対象に合わせたコーチングを実践、改善ができる。	対象に合わせたコーチングの実践ができる。	理解が不十分で実践ができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　障がいについて
【　到達目標　】
アイスブレイク、ビデオ鑑賞により、障がい者スポーツのイメージを得る。

【授業時間外学修】
障がいの理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第２回　障がい者スポーツについて（概論）
【　到達目標　】
障がいに対する留意事項や国際的な障がい者スポーツの現状について理解する。

【授業時間外学修】
障がい者にとっての運動の重要性について、各自で調べる。(4.0hr)

第３回　障がい者に対する指導法（概論）
【　到達目標　】
障がいに対する留意事項や国際的な障がい者スポーツの現状について理解する。

【授業時間外学修】
障がい者にとってのスポーツの効果について、各自で調べる。(4.0hr)

第４回　障がい者に対する指導法①
【　到達目標　】
障がいの理解と指導法について、グループワークにより問題点を理解する。

【授業時間外学修】
障がいの種類と競技について、各自調べる。

第５回　障がい者に対する指導法②
【　到達目標　】
指導者の役割や、スポーツをするための協力体制についてグループワークにより理解する。

【授業時間外学修】
障がいの種類と競技について、各自調べる。

第６回　障がい者に対する指導法③
【　到達目標　】
年齢やスポーツ経験に合わせた指導法についてグループワークにより理解する。

【授業時間外学修】
障がいの種類と競技について、各自調べる。

第７回　障がい者に対する指導体制について①
【　到達目標　】
競技団体や競技力強化に関わるサポート体制（栄養、映像）の現状について理解する。

【授業時間外学修】
障がい者スポーツの競技団体等についての理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第８回　障がい者に対する指導体制について②
【　到達目標　】
競技団体や競技力強化に関わるサポート体制（用具開発、心理サポート）の現状について理解する。

【授業時間外学修】
障がい者スポーツの競技団体等についての理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第９回　ゴールボール（実技）①
【　到達目標　】
視覚障害者のスポーツを体験し、障がいにあった配慮を知る。
指導を理解する。

【授業時間外学修】
視覚障がい者についての理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第10回　ゴールボール（実技）②
【　到達目標　】
ゲームを通し、健常者が一緒にできる障がい者スポーツを経験する。
口話による体験、視覚障がい者の介護を経験する。

【授業時間外学修】
障がい者スポーツの規則についての理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第１１回　シッティングバレーボール（実技）
【　到達目標　】
障がい者、健常者を問わず参加できるスポーツとしてシッティングバレーボール体験を通し、
障がい者スポーツの考え方を経験する。

【授業時間外学修】
シッティングバレーボールについての理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第１２回　ボッチャ（実技）①
【　到達目標　】
誰とでも簡単にできる競技を体験する。

【授業時間外学修】
障がい者スポーツの規則についての理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第１３回　ボッチャ（実技）②
【　到達目標　】
誰とでも簡単にできる競技を体験する。
ボッチャ競技の競技規則を知る。

【授業時間外学修】
障がい者スポーツの規則についての理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第１４回　ボッチャ（実技）③
【　到達目標　】
誰とでも簡単にできる競技を体験する。
ボッチャ競技の普及について知る。

【授業時間外学修】
障がい者スポーツの規則についての理解を深めるため、各自で調べる。(4.0hr)

第１５回　パラリンピックスポーツについて
【　到達目標　】
パラリンピックの見どころ、パラリンピックの価値を学ぶ。

【授業時間外学修】
スポーツ基本計画と障がい者スポーツについて、各自で調べる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

講義はパワーポイントを用いて要点を指摘し、資料に基づき説明を加える。障がい者スポーツのイメージが少ないことを予想し、誰でもが一緒に参加できる、パラリンピックスポーツの実技により、障がい者スポーツを体験し、規則や動きなど健常者との違いや考え方を理解する。最終的には、学生が将来障がい者のスポーツ指導に直面したときの、対応方法を理解できればと考える。最終日にはパラリンピックの見どころを紹介し、その価値、レガシーなどを考える。

【実務経験のある教員による授業科目】

障害者スポーツおよびパラリンピックに関する公的機関における実務経験のある教員が、障害者スポーツの概要、健常者との違い、地域スポーツの現状、競技活動の指導法等について講義する。

【教科書・参考書など】

必要としない。資料はコピーにより配布する。

【成績評価方法】

グループワークの内容に関する評価（20%）　レポートによる評価（20%）　課題作成および実践による評価（60%）

科目名	スポーツ運動分析法			担当者		
英文名	Sport Movement Analysis					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		専門・選択			
授業形態	講義	科目ナンバー	SME320		卒業認定方針との関連	⑧

【到達目標】

指導対象となるスポーツ運動（その運動形態や運動達成力）を知るためには各種の分析方法が用いられるが、分析する対象とねらいに応じて最適な分析方法を選択することが重要である。スポーツ運動分析の分析方法には、量的な方法と質的な方法があり、量的な方法が定量分析、質的な方法が構造分析（定性分析）である。この授業では、定量分析は主としてバイオメカニクス的分析法について、構造分析は主としてモルフォロギー的分析について講義、演習を行う。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
運動観察における運動分析の必要性の理解	運動観察に必要な分析法の説明ができる	資料を用いて運動分析の説明ができる	運動分析の理解が不十分で説明できない
指導に生かすための分析結果の見方の理解	分析結果から指導に結びつけることができる	資料を用いて指導方法を説明できる	分析結果の理解が不十分で指導に結びつかない
運動観察結果から指導方法を理解する	観察結果から指導方法を説明できる	観察結果から資料を用いて指導方法を説明でkる	観察結果の理解が不十分で指導法が理解できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】

第１回　ガイダンス
【　到達目標　】
運動に関わるものにとって、対象となる運動を分析することの重要性と、分析から実践の場へフィードバックすることの必要性を理解する。

【授業時間外学習】
これまでのスポーツ運動学の授業などを復習し、運動修正を理解する。(4.0hr)

第２回　運動観察と運動分析
【　到達目標　】
運動分析法の代表的な方法には､バイオメカニクス的な分析方法とモルフォロギー的な分析方法があり､それぞれの違いと観点や問題点を理解する。

【授業時間外学習】
自分の専門種目における､バイオメカニクス的分析と運動学的な分析の事例を調べる。(4.0hr)

第３回　実際の指導現場と運動分析の係わり
【　到達目標　】
運動指導者にとって必要な「見抜く」ための方法と、運動分析の必要性について理解する。

【授業時間外学習】
各自の専門種目におけるトップアスリートの分析例を調べる。(4.0hr)

第４回　トップレベルと運動分析の現状
【　到達目標　】
トップレベルのアスリートのサポートとして、野球、陸上、水泳競技などを例に運動分析の現状を説明し、その重要性を理解する。

【授業時間外学習】
過去の運動分析に関する研究について調べる。(4.0hr)

第５回　運動分析の研究事例
【　到達目標　】
運動分析の研究例を説明し、その方法を理解する。

【授業時間外学習】運動分析の必要性と具体例を、トップアスリート、研究、学校体育のそれぞれに関してまとめる。(4.0hr)

第６回　バイオメカニクス的運動分析法
【　到達目標　】
全員同一の連続写真を利用し、初心者の動作と未熟練者の動作分析をバイオメカニクス的な手法で分析し、その問題点を見抜き、そこから未熟練者への練習課題を導き出す手順と考え方を理解する。
【授業時間外学習】
分析の仕方を理解し、課題である写真分析を仕上げ次回までにレポートを作成する。(4.0hr)

第７回　バイオメカニクス的運動実践
【　到達目標　】
各自が独自の観点で分析し、結論を導き出す。 次に各班でそれぞれの発表を行い、意見交換をして班としての一つの結論を導きだす。さらに、それぞれの立場からの観点を確認し、共通点・相違点から班の共通理解としての結論を出す。
【授業時間外学習】
今回の授業で班ごとに話し合った内容を踏まえ、自分の分析の観点の修正を行う。(4.0hr)

第８回　バイオメカニクス的運動分析成果発表（班ごと）
【　到達目標　】
前回までに出た結論を各班の代表者が発表し､全員の共通理解を出す。他の班の考え方や自分たちとの相違点を質問等により理解し合う。

【授業時間外学習】
共通の課題に対する各班の観点や分析方法の違いを理解し、分析方法を見直す。(4.0hr)

第９回　班毎の運動分析課題と実験計画
【　到達目標　】
グループで話し合いを行い、自分達が分析したい課題を見いだし、実験計画を立案する。

【授業時間外学習】
いろいろな観点での分析の仕方を理解し、一つの指導までの課程を理解する。(4.0hr)

第10回　班毎の実験撮影
【　到達目標　】
実際に実験を行い、連続写真を撮影する。

【授業時間外学習】
自分たちの分析に関して、撮影前に仮説を立て実験時の観察視点をつくる。(4.0hr)

第11回　班毎の実験結果と分析
【　到達目標　】
撮影した連続写真をグループで役割分担して分析し､問題点修正までの一連の手順を確認する。

【授業時間外学習】
各班で話し合った分析に関して､役割分担を決めた内容を分析しレポートを作成する。(4.0hr)

第12回　班毎のまとめと発表
【　到達目標　】
分析結果を基に、バイオメカニクス的な分析から運動指導現場への指導方法を導き出す過程を実践し、発表する。

【授業時間外学習】各班の発表を含め、いろいろな観点を理解し、それを各班、各個人の分析方法へ還元させ考察する。(4.0hr)

第13回　球技のゲーム分析について
【　到達目標　】
チームスポーツでは､個々の運動を分析する運動分析と､ゲームを一つの対象として捉えたときのゲーム分析がある。そのゲーム分析の観点や結果を、どう指導現場にフィードバックするかを理解する。
【授業時間外学習】チームスポーツでの分析に関して、本時の授業を基に各種目での分析について考察する。(4.0hr)

第14回　ゲーム分析の仕方とゲームへのフィードバック
【　到達目標　】
運動分析のまとめとして、バイオメカニクス的分析と運動学的な分析、そしてそのどちらも同様に指導現場で有効なものであることをまとめ、理解する。

【授業時間外学習】
これまでの授業を基に、改めて運動観察の必要性を運動指導の観点からまとめる。(4.0hr)

第15回　指導者に必要な運動観察の位置づけを再確認
【　到達目標　】
教育実習や部活動での指導者として必要な運動観察、そこからの見抜き、そして運動修正というプロセスを理解し、あるべき指導者の像を理解する。

【授業時間外学習】今後の各自の運動指導や教育実習を前提として、指導者に必要な観察能力とそれに必要な分析法をまとめ、理解する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

基本的に講義形式であるが、実際に運動分析をグループとして行う内容を含むため、積極的に自分の専門種目の立場からグループとしての活動や討議に参加することが自分の知識となる。最終的にいくつかの運動の分析を実施するが、他のグループの実験も自分の知識として有効であるため、他の分析にも興味を持ち討議することが重要となる。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

授業中に2回のレポート課題を提出することになる。それぞれ30％で2つで60%、そして各班でまとめた内容とプレゼンの内容の評価30%、毎回の授業での取り組み10％として評価する。

科 目 名	スポーツ・舞踊活動特別実習			担当者	湯澤　芳貴	
英 文 名	Specially Sport Methods in Club Activities					
単 位 数	3	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1～3		専門・選択			
授業形態	実習	科目ナンバー	SME321		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【目的とねらい】

大学において、実技授業のみならず、入学後から継続して実施している部活動を通して更に深く専門的にスポーツ活動を続け、他の授業で修得した知識を活かしながら優れた実績を残す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
スポーツ活動に必要とされる基礎的事項・理論について	競技力向上およびコーチングに必要な基礎的理論を理解し、自らまとめて説明できる。	競技力向上およびコーチングに必要な基礎的理論を教本や資料を参照しながら説明できる。	競技力向上およびコーチングに必要な基礎的理解が不十分で説明できない。
スポーツ活動に応用できる研究知見に関する事項	これまで学んだ知識を活かし、それぞれのスポーツ活動で応用し、実践することができる。	これまで学んだ知識を活かし、それぞれのスポーツ活動で応用することができる。	これまで学んだ知識を活かし、それぞれのスポーツ活動で応用することができない。
スポーツ活動報告について	スポーツ活動の要点や反省点を的確にまとめ、報告書として提出することができる。	スポーツ活動の報告書を提出することができる。	スポーツ活動の報告書を提出することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

1，1年次4月：ガイダンスを受ける事によってスポーツ方法特別実習の内容を理解する。

2，1年次における「活動状況」として、該当年次における普段からの部活動としての練習状況をまとめる。また、それ以外の自主的な練習ならびにトレーニングなどについて、実際に行った内容を中心にまとめる。「戦績」として競技会などの結果を整理し、それに対する感想、反省、自己評価などをまとめる。

3，2年次における「活動状況」として、該当年次における普段からの部活動としての練習状況をまとめる。また、それ以外の自主的な練習ならびにトレーニングなどについて、実際に行った内容を中心にまとめる。「戦績」として競技会などの結果を整理し、それに対する感想、反省、自己評価などをまとめる。

4，3年次における「活動状況」として、該当年次における普段からの部活動としての練習状況をまとめる。また、それ以外の自主的な練習ならびにトレーニングなどについて、実際に行った内容を中心にまとめる。「戦績」として競技会などの結果を整理し、それに対する感想、反省、自己評価などをまとめる。「4年次に向けての目標および計画」として、これまで3年間のスポーツ活動を踏まえて、またその目標を達成するための計画についてまとめる。

【到達目標】

1，1年次における「戦績」をまとめる事によって、1年次の自分の実績を把握する。「活動状況」と併せてまとめる事によって、1年次の活動内容を確認し、来年度への目標を立てる目安とする事ができる。

2，2年次における「戦績」をまとめる事によって、2年次の自分の実績を把握する。「活動状況」と併せてまとめる事によって、2年次の活動内容を確認し、来年度への目標を立てる目安とする事ができる。

3，3年次における「戦績」をまとめる事によって、3年次の自分の実績を把握する。「活動状況」と併せてまとめる事によって、3年次の活動内容を確認し、来年度への目標を立てる目安とする事ができる。

4，3年次における「4年次に向けての目標および計画」を立てる事によって、これまで3年間のスポーツ活動を踏まえて、卒業するまでの明確な目標を把握する事ができる。

【授業時間外学修】

毎回の活動を練習ノート等に記録する事により、反省すべき点や今後活かせる点を明確にする。特に課題解決については関連する書籍等を積極的に活用し、より有効なスポーツ活動を実施できるようにする。

【授業時間外学修】

大学でスポーツ活動を実施する学生が、さらにそのスポーツ活動を継続させて実施する場合に受講できる。受講を希望する学生は、スポーツ活動に関する書類を事前に提出し、受講可否の審査を受ける。受講学生は1年ごとに実施したスポーツ活動の内容について報告書を提出する。

【教科書・参考書など】

各競技種目に関する専門書や指導書など

【成績評価方法】

3年間を通した実績と活動報告書に基づき総合的に評価を行う。

科 目 名	卒業研究			担当者		
英 文 名	Graduation Thesis					
単 位 数	6	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3～4		専門・選択			
授業形態	演習	科目ナンバー	SME401		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【目的とねらい】

スポーツ科学科において展開されるカリキュラムの中から、一つの専門の領域や分野（研究室）を選択し、各自の興味や関心にふさわしいテーマについて卒業論文として完成させる。３年次からの２年間にわたる活動を通してスポーツ科学の理解をさらに深めるとともに、研究方法にふれながら、スポーツ科学を展開する専門的な能力を高める。また、具体的な研究手法の実践、自分の考えや研究結果のプレゼンテーション（発表）、研究室での仲間との相互学習などの機会を活用して専門性を高めていく。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
データ収集に関する基礎的事項について	データの収集方法を理解し、自ら実施することができる。	教本や資料を参照したり、質問しながらデータの収集ができる。	理解が不十分でデータ収集ができない。
分析方法に関する基礎的事項について	得られたデータを自ら分析し、評価することができる。	教本や資料を参照したり、質問してデータを分析・評価することができる。	分析・評価を行うことができない。
論文の作成および発表に関する事項	卒業論文を作成し、研究結果を外部に発表することができる。	卒業論文を作成し、研究結果を発表することができる。	論文を作成することができない。また発表もできない。

【授業内容･週ごとの到達目標･授業時間外学修】

具体的な内容や方法は、各研究室の特色に応じて展開するが、以下のような内容・手順を基本とする。

1.基本的な研究課題・内容、研究方法、研究手順の理解
2.研究テーマと基本的な研究計画の設定
3.研究方法及び具体的な手法の確立
4.研究活動の展開（実験、調査、資料収集、分析など）
5.結果の考察のまとめ
6.論文の作成
7.研究成果の報告、発表

【到達目標】

具体的な到達目標は、各研究室の特色に応じて設定するが、以下のような目標設定を基本とする。

1.基本的な研究課題・内容、研究方法、研究手順の理解
　研究分野に則したそれぞれの項目を理解する。
2.研究テーマと基本的な研究計画の設定
　それぞれの興味ある研究テーマを決め、その研究計画を立案する。
3.研究方法及び具体的な手法の確立
　研究テーマに合った研究方法を決定する。
4.研究活動の展開（実験、調査、資料収集、分析など）
　研究に必要な実験、調査等から研究資料を収集する。
5.結果の考察のまとめ
　研究結果を明確にし、それについての考察を行う。
6.論文の作成
　論文の書式に合った文章を作成する。
7.研究成果の報告、発表
　研究成果をパワーポイントなどを用いてわかり易く発表する。

【授業時間外学修】

各担当教員の指示による。

【授業時間外学修】

各担当教員の指示による。

【教科書・参考書など】

各担当教員の指示による。

【成績評価方法】

２年間の論文作成に至る過程での状況と論文の内容　100%

科目名	教職論			担当者	前島　光	
英文名	Study of Teaching Profession					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE101・DTE101・HTE101		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

教職論は、教職課程履修者がその仕事・職業の特質について理解し、教職の意義、教員の役割・資質能力・職務内容について理解を深める。その上で、履修学生一人ひとりが、教職への意欲を高め、適性を判断し、進路選択に資する教職の在り方を理解する。また、学校の仕組みや運営体制、教職の専門性の意義と養成および採用制度について理解を深める。教職に関わる近年の改革動向と課題を理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
学校教育や教職の社会的意義や教員に求められている役割や資質能力を理解する。	教職の存在意義や役割を理解し自らまとめて説明できる。	教職の存在意義や役割を理解し教科書等を参照しながら説明できる。	教職の存在意義や役割の理解が不十分で説明できない。
教員の職務内容や教員に課せられる服務上の・身分上の義務を理解する。	教員の職務内容や教員に課せられる服務上の・身分上の義務を自らまとめて説明できる。	教員の職務内容や教員に課せられる服務上の・身分上の義務をを資料等を参照しながら説明できる。	教員の職務内容や教員に課せられる服務上の・身分上の義務の理解が不十分で説明できない。
学校の役割の多様化と学校が内外の専門家と連携・分担して対応する必要性について理解する。	学校の役割と対応の必要性について自らまとめて説明できる。	学校の役割と対応の必要性について、資料などを参考にしながら説明できる。	学校の役割と対応の必要性についての理解が不十分で、説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　教師を目指す
【　到達目標　】
(1)「教員」「教師」「教諭」という語句の意味の違いを理解する。
(2)正規雇用と非正規雇用について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第２回　教職の役割と仕事
【　到達目標　】
(1)教職の仕事の特徴を理解する。
(2)仕事内容の重要性と職務の意義について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第３回　日本の教職の特徴
【　到達目標　】
(1)他の職業との違いを通して日本の教職員の特徴を理解する。
(2)国際比較を通して日本の教職の特徴を理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第４回　教職像の史的展開
【　到達目標　】
(1)求められている教職観が時代によって変化してきたことを理解する。
(2)これからの教職に求められている役割を理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第５回　教員採用選考試験
【　到達目標　】
(1)教員採用選考試験の実態について理解する。
(2)教員採用において求められる力について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第６回　学び続ける教員
【　到達目標　】
(1)「学び続ける教員」が求められている社会背景について理解する。
(2)教員の養成・採用・研修の意義について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第７回　校務分掌と校内組織
【　到達目標　】
(1)学校経営の組織について理解する。
(2)学校に求められている組織的対応について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第８回　学校を組織する様々な専門職
【　到達目標　】
(1)「チームとしての学校」のねらいと参画する専門スタッフについて理解する。
(2)「チームとしての学校」を効果的に実施するために高めたい力について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第９回　教員の任用と服務
【　到達目標　】
(1)教員の身分と任用について理解する。
(2)教員に求められる服務規定について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第10回　学級経営
【　到達目標　】
(1)学級経営の意義について理解する。
(2)学級経営の果たす役割について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第11回　児童生徒への対応(1)
【　到達目標　】
(1)教科指導を介した関わりについて理解する。
(2)授業づくりの方法について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第12回　児童生徒への対応(1)
【　到達目標　】
(1)生徒指導について理解する。
(2)特別支援教育について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第13回　保護者への対応
【　到達目標　】
(1)保護者とのかかわり方と信頼関係の構築について理解する。
(2)「児童虐待」「子どもの貧困」について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第14回　教員の職場環境
【　到達目標　】
(1)教員の勤務実態について理解する。
(2)教員のメンタルヘルスについて理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第15回　現代の教職をめぐる課題
【　到達目標　】
(1)いじめと不登校についての現状と課題について理解する。
(2)現代における学校・教師の課題について理解する。

【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本科目を履修することは、学生諸君が「教わる側」から「教える側」へと、立場を移す作業を始めることを意味する。その意味の重さを自覚し、単に出席するにとどまらず、積極的な授業参加を心がけること。また、この授業をきっかけにして、新聞やテレビなどから、教育に関する情報を手に入れる習慣を身につけてほしい。

【実務経験のある教員による授業科目】

教員、教育委員会指導主事及び校長職の実務経験を活かし、学校の仕組みや運営体制、教職の専門性等について講義を行う。

【教科書・参考書など】

教科書：資料プリント、ビデオ教材等使用。授業時に指示する。
参考書：「学習指導要領解説　総則編（小学校・中学校・高等学校）」（文部科学省　最新版）
「生徒指導提要」（文部科学省）　「教職論」（ミネルヴァ書房）

【成績評価方法】

授業時のレポート、授業出席２／３を満たした学生に対し試験を実施し、レポート(40%)と試験(60%)で評価する。

科 目 名	教育原論(教育課程を含む)			担当者	瀬川　大	
英 文 名	Theory of Education (Theory of Curriculum)					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE201・DTE201・HTE201		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

教育の基本的概念や理念、教育に関する歴史や思想、教育課程の意義や編成原理、カリキュラムマネジメント等を学ぶ科目である。教育の歴史や思想の中で、教育の概念や理念がどのように変化、発展してきたのかを考察し、現代の教育課題を理解する。また、学習指導要領を基準として各学校において編成される教育課程について、その意義や編成の方法を理解するとともに、各学校の実情に即してカリキュラム・マネジメントを行うことの意義も理解できるようにする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
教育の基本的概念や教育の歴史・思想について	教育の基本概念や教育の歴史・思想について十分に理解し、その内容や現代的意義を説明することができる。	教育の基本概念や教育の歴史・思想について理解し、その内容を説明することができる。	教育の基本概念や教育の歴史・思想について理解し、その内容を説明することができない。
現代社会における教育の課題について	社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について、学習指導要領の変遷を押さえながら理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉えることができる。	社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉えることができる。	社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉えることができない。
教科横断的なカリキュラム編成について	教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示し、その意義を説明することができる。	教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示することができる。	教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　教育の基本的概念
【　到達目標　】
教育の基本的概念や理念、教育の目的などについて理解する。
【授業時間外学修】
教育の基本的概念に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第２回　教育と子育ての歴史
【　到達目標　】
教育と子育ての歴史について、古代から現代までの構造的な理解を進める。
【授業時間外学修】
教育と子育ての歴史に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第３回　教育の思想①ヨーロッパ
【　到達目標　】
ヨーロッパの代表的な教育思想を学び、教育の思想と実際の教育や学校とのかかわりについて理解する。
【授業時間外学修】
ヨーロッパの代表的な教育思想家の著作を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第４回　教育の思想②教材・教具の教育思想
【　到達目標　】
教材や教具の成立、発達をもたらした教育思想について学ぶ。教育思想が具体的な教材、教具の発達につながっていることを理解する。
【授業時間外学修】
教材や教具に関わる教育思想に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第５回　近代学校の成立
【　到達目標　】
近代学校および教育制度について、日本と諸外国の違いに留意して理解する。
【授業時間外学修】
近代学校および教育制度に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第６回　近代教育制度の展開
【　到達目標　】
現代にいたる教育と学校の変遷について、日本の学校を中心に理解する。
【授業時間外学修】
現代にいたる教育と学校の変遷に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第７回　地域社会と学校
【　到達目標　】
地域社会と学校、家族と学校とのかかわりについて、歴史的経緯を踏まえて理解する。
【授業時間外学修】
地域社会や家族と学校とのかかわりに関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第８回　現代社会における教育の課題
【　到達目標　】
社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉える。
【授業時間外学修】
現代社会における教育の課題について、新聞等を読み多角的に理解する。(4.0hr)

第９回　教育課程の編成原理
【　到達目標　】
教育課程の編成原理にはいくつかある。ここでは、それらのうち代表的なものとして、「経験中心主義」と「学問中心主義」について理解する。
【授業時間外学修】
「経験中心主義」と「学問中心主義」についての文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第10回　教育課程編成と学習指導要領
【　到達目標　】
学校教育の教育課程における学習指導要領の役割を理解し、その構造を説明できる。
【授業時間外学修】学校教育の教育課程における学習指導要領の役割に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第11回　学習指導要領の変遷
【　到達目標　】
学習指導要領の改訂の変遷および改訂内容並びにその社会的背景を理解する。
【授業時間外学修】
学習指導要領の改訂の変遷に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第12回　教科横断的なカリキュラム編成
【　到達目標　】
教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示することができる。
【授業時間外学修】
教科横断的なカリキュラム編成に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第13回　学習指導要領と「主体的・対話的で深い学び」
【　到達目標　】
現行学習指導要領の中でも、とりわけ重要視されている「主体的・対話的で深い学び」について、その内容と長期的な指導計画に組み入れる必要性について、理解する。
【授業時間外学修】
アクティブ・ラーニングに関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第14回　カリキュラムをどう評価するか
【　到達目標　】
教育課程を実践するに際しては評価が伴うこと、およびそのレベルや方法に様々な種類があることを理解し、説明できる。カリキュラム・マネジメントについても理解する。
【授業時間外学修】
教育評価、カリキュラム・マネジメントに関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第15回　次期学習指導要領の課題　「多様性の包摂」を例に
【　到達目標　】
学習指導要領の改訂に際して挙がっている論点のうち、「多様性の包摂」について、その具体的な教育実践の在り方とともに理解する。
【授業時間外学修】
「多様性の包摂」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

本科目によって、教育に関する基本原理や学校教育における教育課程の全体像を把握することが、教員として教育実践に携わるためには不可欠である。授業においては、できるだけわかりやすい説明を心がけるつもりである。授業内容は講義に加え、グループワーク、ディスカッション、授業内における小レポートなどの方法を用いる予定である。レポート等の提出物については、後の授業回でフィードバックを行う。学生諸君には、授業への積極的な参加を求めたい。

【教科書・参考書など】

・教科書：文部科学省『高等学校学習指導要領解説　総則編』
・参考書：田嶋一他『やさしい教育原理　第3版』有斐閣

【成績評価方法】

グループ討論、発表、小レポートなど（30%）、試験（70%）により評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

科 目 名	教育心理学			担当者	三好　昭子	
英 文 名	Educational Psychology					
単 位 数	2	科目区分・必修	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2	／選択の区別	教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE202・DTE202・HTE202		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

本講義は、児童及び生徒の心身の発達及び学習の過程（障害のある児童及び生徒の心身の発達及び学習の過程を含む）に関する心理学を学習することを目的とする。教育の現場では、授業を行うだけでなく、子どもたちが示す様々な問題に対処していくことが求められる。しっかりとした体系をもつ理論を学ぶことで、それらの問題の背景を正しく理解し、心理学に基づいた適切な対処法を考え実践することができるようになる。そのための基盤作りが本講義のねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
児童及び生徒の心身の発達及び学習の過程に関する心理学について	自分の言葉で説明できる。	ノートや参考書を参考にしながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
学習の際に児童・生徒が示す問題への対処法について	自ら考え対処法を提案できる。	ノートや参考書を参考にすれば自分で対処法を考え提案できる。	問題に対する理解が不十分で対処法を検討・提案できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　教育心理学の内容
【　到達目標　】
(1)教育心理学の歴史を理解し説明することができる。
(2)教育心理学を学ぶ意義について説明することができる。

【授業時間外学修】
教育心理学の歴史や教育心理学を学ぶ意義に関する課題を行う。(4.0hr)

第２回　発達の理論
【　到達目標　】
(1)発達の原理・理論を理解し説明することができる。
(2)発達課題について理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
発達の原理・理論に関する課題を行う。(4.0hr)

第３回　言語・認知の発達
【　到達目標　】
(1)言語・認知発達について理解し説明することができる。
(2)ピアジェの発達理論を理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
言語・認知発達に関する課題を行う。(4.0hr)

第４回　社会性の発達
【　到達目標　】
(1)対人関係の基礎・愛着形成について理解し説明することができる。
(2)友人関係の特徴や変化について理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
社会性の発達に関する課題を行う。(4.0hr)

第５回　学級集団
【　到達目標　】
(1)学級集団・学級風土について理解し説明することができる。
(2)リーダーシップについて理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
集団・シーダーシップに関する課題を行う。(4.0hr)

第６回　思春期・青年期の発達
【　到達目標　】
(1)エリクソンの発達理論について理解し説明することができる。
(2)アイデンティティ・ステイタスについて理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
思春期・青年期の発達に関する課題を行う。(4.0hr)

第７回　個性の理解
【　到達目標　】
(1)パーソナリティ・知能について理解し説明することができる。
(2)パーソナリティ・知能の測定について理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
個性の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

第８回　学習の理論
【　到達目標　】
(1)古典的条件づけについて理解し説明することができる。
(2)オペラント条件づけ・観察学習について理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
学習の理論に関する課題を行う。(4.0hr)

第９回　記憶と知識
【　到達目標　】
(1)記憶のメカニズムについて理解し説明することができる。
(2)系列位置効果を説明することができる。

【授業時間外学修】
記憶と知識に関する課題を行う。(4.0hr)

第10回　内発的動機・外発的動機
【　到達目標　】
(1)基本的な動機について理解し説明することができる。
(2)内発的動機・外発的動機について理解し説明することができる。

【授業時間外学修】
内発的動機・外発的動機に関する課題を行う。(4.0hr)

第11回　動機づけの理論
【　到達目標　】
(1)動機づけの理論について理解し説明することができる。
(2)意欲を高める方法について具体的に提案することができる。

【授業時間外学修】
動機づけに関する課題を行う。(4.0hr)

第12回　学習の方法
【　到達目標　】
(1)様々な学習方法について理解し説明することができる。
(2)個人差に応じた教授法を立案することができる。

【授業時間外学修】
学習の方法に関する課題を行う。(4.0hr)

第13回　教育評価
【　到達目標　】
(1)評価の目的・基準について理解し説明することができる。
(2)学力・知能・性格の測定について理解し測定する立場で実際に測定を立案することができる。

【授業時間外学修】
教育評価に関する課題を行う。(4.0hr)

第14回　特別支援教育
【　到達目標　】
(1)特別支援教育について理解し説明することができる。
(2)障害特性の理解と支援について理解し対処法を提案できる。

【授業時間外学修】
特別支援教育に関する課題を行う。(4.0hr)

第15回　メンタルヘルス
【　到達目標　】
(1)学校におけるメンタルヘルスについて理解し説明することができる。
(2)“自己肯定感を育む”ための基本的な対応を説明することができる。

【授業時間外学修】
メンタルヘルスに関する課題を行う。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。講義で取り上げた重要概念の理解を確実にするため、毎回Phollyの「アンケート課題」を提出する必要がある。次回の授業で解説によるフィードバックをおこなう。適宜、心理テストを実施し自己分析をおこなったり、グループワークをおこなう。教員として専門の授業を運営するだけでなく、担任として、部活動の指導者として、教育心理学の知識をどのように活用していくかを常に考えながら受講することが求められる。資料は毎回、Phollyの参考資料にアップロードする。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。資料は毎回、Phollyの参考資料にアップロードする。
参考書：市川優一郎・宇部弘子・若尾良徳・齋藤雅英　2024　『教育心理学』中山書店
　　市川 伸一　2011 『学習と教育の心理学 増補版（現代心理学入門３）』岩波書店
　　髙坂康雅・池田幸恭・三好昭子　2026　改訂版『レクチャー 青年心理学−学んでほしい・教えてほしい青年心理学の15のテーマ』風間書房

【成績評価方法】

時間外学習としてのPholly「アンケート課題」20%、期末試験の結果（試験は試験期間中に別途実施）を80%として総合的に評価する。合格基準は60%である。

科目名	道徳教育の理論と方法			担当者	瀬川　大	
英文名	Moral Education					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE301・DTE301・HTE301		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

道徳教育は、教育基本法及び学校教育法に定められた教育の根本精神を踏まえ、自己の生き方や人間としての生き方を考え、主体的な判断の下に行動し、自立した人間として他者と共によりよく生きるための基盤となる道徳性を育成する教育活動である。
道徳の意義や原理等を踏まえ、学校の教育活動全体を通じて行う道徳教育及びその要となる道徳科の目標や内容、指導計画等を理解するとともに、教材研究や学習指導案の作成、模擬授業等を通して、実践的な指導力を身に付けることをねらいとする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
学校教育活動全体を通じた道徳教育の必要性	学校教育活動全体を通じた道徳教育の必要性について、思春期の特徴を踏まえながら説明することができる。	学校教育活動全体を通じた道徳教育の必要性について、説明することができる。	学校教育活動全体を通じた道徳教育の必要性について、説明することができない。
「特別の教科　道徳」の特徴	「特別の教科　道徳」の特徴について、「道徳の時間」と比較しながら説明することができる。	「特別の教科　道徳」の特徴について、説明することができる。	「特別の教科　道徳」の特徴について、説明することができない。
学習指導案の作成	授業のねらいや指導過程を明確にして、道徳科の学習指導案を作成することができる。	道徳科の学習指導案を作成することができる。	道徳科の学習指導案を作成することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　はじめに―道徳とは何か
【　到達目標　】
道徳ということばが持つ意味や、他の類似概念との違いなどを、自分なりに理解し、説明することができる。

【授業時間外学修】
「道徳」や類似概念に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第２回　自らの道徳教育経験を振り返る
【　到達目標　】
学校教育における道徳教育の役割、目的、カリキュラム、教育の実践例を理解する。
それらをもとに、自分自身が受けてきた道徳教育を意味づけることができる。

【授業時間外学修】
学校教育における道徳教育の役割に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第３回　思春期①―その発達課題
【　到達目標　】
中学校、高等学校の生徒は思春期を生きていることを理解し、特有の発達課題を考えることができる。

【授業時間外学修】
思春期における発達課題に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第４回　思春期②―仲間集団
【　到達目標　】
思春期における成長には仲間集団の存在が必要であることを理解する。また集団の特徴をとらえることができる。

【授業時間外学修】
思春期における仲間集団に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第５回　学校教育活動全体を通じた道徳教育
【　到達目標　】
学校における道徳教育の指導計画や教育活動全体を通じた指導の必要性を理解する。特に本学は体育大学であることから、保健体育科や部活動における道徳教育について自分なりに説明できる。
【授業時間外学修】学校における教育活動全体を通じた道徳教育に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第６回　道徳教育の歴史
【　到達目標　】
道徳教育の目的と内容の歴史的な変化をたどり、現代の道徳教育の目的と課題を総合的に理解する。

【授業時間外学修】
道徳教育の歴史に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第７回　「特別の教科　道徳」の誕生
【　到達目標　】
小学校では平成30年度から、中学校では平成31年度から登場した「特別の教科　道徳」について、その特徴と、従来の「道徳の時間」との相違点について説明できる。

【授業時間外学修】
「特別の教科　道徳」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第８回　道徳教育の領域①―主として自分自身に関すること
【　到達目標　】
道徳科の内容項目を、4つの視点から理解する。本時では「A.主として自分自身に関すること」の視点から理解し、この視点に関わる現代的な道徳教育の課題について説明できる。

【授業時間外学修】「A.主として自分自身に関すること」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第９回　道徳教育の領域②―主として人との関わりに関すること
【　到達目標　】
道徳科の内容項目を「B.主として人との関わりに関すること」の視点から理解し、この視点に関わる現代的な道徳教育の課題について、説明できる。

【授業時間外学修】「B.主として人との関わりに関すること」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第10回　道徳教育の領域③―主として集団や社会との関わりに関すること
【　到達目標　】
道徳科の内容項目を「C.主として集団や社会との関わりに関すること」の視点から理解し、この視点に関わる現代的な道徳教育の課題について、説明できる。

【授業時間外学修】「C.主として集団や社会との関わりに関すること」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第11回　道徳教育の領域④―主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること
【　到達目標　】
道徳科の内容項目を「D.主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること」の視点から理解し、この視点に関わる現代的な道徳教育の課題について、説明できる。

【授業時間外学修】「D.主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第12回　学習指導案の作成
【　到達目標　】
授業のねらいや指導過程を明確にして、道徳科の学習指導案を作成することができる。
高等学校教育をより深く学ぶ学生は、高等学校における道徳教育を構想することができる。

【授業時間外学修】
道徳科の学習指導案作成に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第13回　模擬授業と振り返り―読み物教材を用いた授業
【　到達目標　】
読み物教材を用いた模擬授業の実施とその振り返りを通して、授業改善の視点を身につけている。

【授業時間外学修】
読み物教材を用いた道徳科の授業実践に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第14回　多様な教材と指導方法
【　到達目標　】
道徳科には多様な教材や指導方法があることを理解し、それらの特徴を踏まえた授業設計を行うことができる。特に、「考え、議論する道徳」を意識して授業を設計することができる。

【授業時間外学修】
道徳科の教材や指導方法に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

第15回　道徳科の学習評価
【　到達目標　】
道徳科の特性を踏まえた学習評価の在り方を理解する。

【授業時間外学修】道徳科の学習評価に関連する文献を図書館等で探して読む。教育実習における道徳指導に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

【学修上の留意点】

各回のテーマに沿いながら学習を深め、同時に講義全体で学校における道徳教育のあり方を理解することを目標とする。授業においては、できるだけわかりやすい説明を心がけるつもりである。授業内容は講義に加え、グループワーク、ディスカッション、授業内における小レポートなどの方法を用いる予定である。レポート等の提出物については、後の授業回でフィードバックを行う。学生諸君には、授業への積極的な参加を求めたい。

【教科書・参考書など】

文部科学省『中学校学習指導要領解説　特別の教科　道徳編』（最新版）

【成績評価方法】

グループ討論、発表、小レポートなど（30%）、試験（70%）により評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

科目名	教育の方法と技術（情報通信技術を活用した教育の理論及び方法を含む）	担当者	須甲　理生・高橋　修一
英文名	Methodology of Education		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE203・DTE203・HTE203		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

本講義では、学習指導要領で求められる資質・能力を子供たちに習得させていくために必要な、教育の方法及び技術、情報通信技術を活用した教育の理論及び方法に関する基礎的な知識・技能を身に付けることを目的とする。具体的には、教育の方法として、主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の展開方法、学習成果を確実に上げるための基礎的条件と内容的条件、目標に準拠した評価や指導と評価の一体化等に関する学習評価について理解していく。また、教育の技術として、授業中の子供たちに対する相互作用行動（言葉がけ）、学習指導案の作成方法について理解していく。さらに、個別最適な学びと協働的な学びの一体的充実を図るための情報通信技術の効果的な活用の意義と方法、情報通信技術を活用した学習指導や校務の推進の在り方、子供たちに情報活用能力（情報モラルを含む）を育成するための指導法についても身に付けることを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
教育の方法に関する事項	理論を踏まえて、教育の方法について具体的に説明できる。	教育の方法について説明できる。	教育の方法について説明できない。
教育の技術に関する事項	理論を踏まえて、教育の技術について具体的に説明できる。	教育の技術について説明できる。	教育の技術について説明できない。
情報通信技術を活用した教育の理論及び方法に関する事項	理論を踏まえて、情報通信技術の活用について具体的に説明できる。	情報通信技術の活用について説明できる。	情報通信技術の活用について説明でない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　学習指導要領で求められる資質・能力と保健体育科における見方・考え方
【　到達目標　】
教育方法の基礎的理論と実践について理解すると共に、学習指導要領で求められる資質・能力の各要素と要素間の関係性について保健体育科という教科の特性の視点から理解する。また、保健体育科における見方・考え方について説明できるようにする。
【授業時間外学修】
考え方についてまとめる。(4.0hr)

第２回　授業の基礎的条件と内容的条件
【　到達目標　】
教育方法の基礎的理論である授業の基礎的条件（学習規律の確立等）と内容的条件（目標・内容・教材、教具・方法の一貫性等）について、説明できるようにする。また、学級・生徒・教員・教室・教材・ICTなど授業を構成する基礎的な要件を理解する。
【授業時間外学修】
基礎的条件と内容的条件について記載された資料（論文）を読んでまとめる。(4.0hr)

第３回　授業における教師の効果的な指導方略と指導技術（１）
【　到達目標　】
教師による発問、肯定的・矯正的な言葉がけ、励まし等の行い方について、授業場面を想定して、具体例を挙げながら説明できるようにする。また、基礎的な板書、掲示物の示し方、ICTを活用したインストラクションの仕方等の技術を身に付ける。体育授業における四大教師行動について理解する。
【授業時間外学修】
指導技術について記載された資料（論文）を読んでまとめる。(4.0hr)

第４回　授業における教師の効果的な指導方略と指導技術（２）
【　到達目標　】
「デモンストレーション・説明・掲示物・ICTの活用・発問等の言葉がけ・指導内容の単純化やキーワード化、学習形態」等の授業計画段階で設定・選択する指導方略について理解する。
【授業時間外学修】
具体的な授業例を想定した指導技術や指導方略について小レポートをまとめる。(4.0hr)

第５回　授業の目標・指導内容の設定と教材・教具の開発・適用
【　到達目標　】
学習指導要領を踏まえた授業の目標や指導内容の設定、目標の達成や指導内容の習得を促す教材・教具（ICTの活用含む）の開発・適用について、具体例を挙げながら説明できるようにする。また、単元教材と単位教材の関係性と教材配列についても理解する。
【授業時間外学修】
目標・指導内容、教材・教具の設定について具体例を挙げながら小レポートを作成する。(4.0hr)

第６回　主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の実現
【　到達目標　】
主体的・対話的で深い学びとは何か、また、主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の展開方法について、具体的な授業研究の成果や授業映像から理解する。
【授業時間外学修】
主体的・対話的で深い学びを取り入れた体育あるいは保健授業の具体例を作成する。(4.0hr)

第７回　学習指導案の作成方法（1）：学習評価の基礎的な考え方
【　到達目標　】
学習指導案例を基に、評価規準及び基準の設定方法、評価計画の作成方法について理解する。また、目標に準拠した評価、指導と評価の一体化、観点別学習状況の評価の考え方について説明できるようにする。目標・内容、教材・教具、学習形態等の一貫性を有する授業の設計方法について理解する。
【授業時間外学修】学習指導案例を基に、評価規準及び基準の設定方法、評価計画の作成方法について、また、目標・内容、教材・教具、学習形態等の一貫性につまとめる。(4.0hr)

第８回　学習指導案の作成方法（２）：学習場面に応じた情報通信技術の効果的な活用
【　到達目標　】
学習指導案例に基づき、育成を目指す資質・能力や学習場面に応じた情報通信技術を効果的に活用する方法について理解する。
【授業時間外学修】
学習指導案例を基に、目育成を目指す資質・能力や学習場面に応じた情報通信技術を効果的に活用する方法について小レポートをまとめる。(4.0hr)

第９回　個別最適な学びと協働的な学びの一体的充実を図るための情報通信技術の効果的な活用
【　到達目標　】
保健体育科における個別最適な学びと協働的な学びの一体的充実を図るための情報通信技術活用の意義と在り方について、具体的な授業事例を通して理解する。また、特別に支援を要する生徒に対する情報通信技術の活用の意義と活用にあたっての留意点について説明できる。
【授業時間外学修】学習指導案例を基に、目育成を目指す資質・能力や学習場面に応じた情報通信技術を効果的に活用する方法について小レポートをまとめる。(4.0hr)

第10回　保健体育科におけるデジタル教材の作成と活用（１）
【　到達目標　】
「体育分野」や「科目体育」の実技の授業において、反転学習や授業内で活用できるデジタル教材の作成方法を理解する。また、デジタル教材を作成・活用する際には、運動領域の特性、単元の位置、生徒の実態、育成を目指す資質・能力、学習場面等の要因を複眼的に捉える必要性について理解する。
【授業時間外学修】
具体的な学習場面等を想定した実技授業用のデジタル教材を作成する。(4.0hr)

第11回　保健体育科におけるデジタル教材の作成と活用（２）
【　到達目標　】
作成した実技授業用のデジタル教材をグループに分かれて発表・討議し、各発表事例から情報通信技術の効果的な活用方法や基礎的な指導法を身に付ける。また、情報活用力（情報モラルを含む）について、保健体育科の実技授業の特性に応じた基礎的な指導法を身に付ける。
【授業時間外学修】実技授業において情報通信技術を活用する効果的な指導法、情報活用力（情報モラルを含む）を育成するための効果的な指導法について小レポートをまとめる。(4.0hr)

第12回　保健体育科におけるデジタル教材の作成と活用（３）
【　到達目標　】
「保健分野」、「科目保健」、「体育理論」の座学の授業において、反転学習や授業内で活用できるデジタル教材の作成方法を理解する。また、その際には、単元の特性、単元の位置、生徒の実態、育成を目指す資質・能力、学習場面等の諸要因を複眼的に捉える必要があることについて理解する。
【授業時間外学修】
具体的な学習場面等を想定した座学授業用のデジタル教材を作成する。(4.0hr)

第13回　保健体育科におけるデジタル教材の作成と活用（４）
【　到達目標　】
作成した座学授業用のデジタル教材をグループに分かれて発表・討議し、各発表事例から情報通信技術の効果的な活用方法や基礎的な指導法を身に付ける。また、情報活用力（情報モラルを含む）について、保健体育科の座学授業の特性に応じた基礎的な指導法を身に付ける。
【授業時間外学修】座学授業において情報通信技術を活用する効果的な指導法、情報活用力（情報モラルを含む）を育成するための効果的な指導法について小レポートをまとめる。(4.0hr)

第14回　情報通信技術に関わる学校内外の環境と教師の働き方の変容（１）
【　到達目標　】
ICT支援員などの外部人材や大学等の外部機関との連携の在り方、学校におけるICT環境の整備の在り方について、事例を通して理解する。また、情報通信技術を指導や学習評価に効果的に活用することで教師の働き方が変容してきていることについて、事例を通して理解する。
【授業時間外学修】
学習評価に活用できる情報通信技術を活用した学習カードを作成する。(4.0hr)

第15回　情報通信技術に関わる学校内外の環境と教師の働き方の変容（１）
【　到達目標　】
遠隔・オンライン教育の意義や関連するシステムの使用法について理解する。また、統合型校務支援システムを含む情報通信技術を効果的に活用した校務の推進が教師の働き方の変容に及ぼす影響について理解する。最後に、学校や教員自身の情報セキュリティや生徒に対する情報活用力（情報モラルを含む）を教科横断的に育成していくことの意義や方法について事例を通して理解する。
【授業時間外学修】上記の授業内容に関するレポートを作成する。

【学修上の留意点】

教育実習において、学校現場の生徒に大きな影響を与えることを十分に自覚し、教職免許を取るのにふさわしい態度で講義に臨むこと。毎回の講義は相互に関連しているので、講義内容について集中してノートをとり、予習・復習を行っていくことが必要になる。デジタル教材作成やレポート等の課題、テストにも積極的に取り組むことが大切である。

【教科書・参考書など】

文部科学省『中学校学習指導要領解説保健体育編』（2018年）東山書房
文部科学省『高等学校学習指導要領解説保健体育編・体育編』（2019年）東山書房
岡出美則 他 編著『体育科教育学入門 三訂版』大修館書店（2020年）

【成績評価方法】

デジタル教材や小レポート等の課題（50%）及び試験（50%）にて評価する。

科目名	特別支援教育入門			担当者	前島　光	
英文名	Introduction to Special Needs Education					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE204・DTE204・HTE204		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

特別支援教育の入門編として、様々な障害のある子どもとともに、障害はないが特別の教育的ニーズのある子どもも含め、特別の支援を必要とする幼児、児童および生徒の学習上または生活上の困難を理解し、個別の教育的ニーズに対して、他の教員や関係機関と連携しながら組織的に対応していくための基礎的知識や支援方法を理解することを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
特別の支援を必要とする幼児児童生徒の障害の特性と心身の発達について	障害の特性と心身の発達について十分理解し、説明できる	障害の特性と心身の発達について理解し、資料を参照しながら説明できる	障害の特性と心身の発達について理解が不十分で、説明できない
特別の支援を必要とする幼児児童生徒に対する教育課程や支援の方法について	教育課程や支援方法について十分理解し、的確な説明と実践的思考ができる	教育課程や支援方法について理解し、的確に説明できる	教育課程や支援方法の理解が不十分で、的確に説明できない
特別の教育的ニーズのある幼児児童生徒の学習上・生活上の困難とその対応について	学習上・生活上の困難とその対応について十分理解し、的確な説明と実践的思考ができる	学習上・生活上の困難とその対応について理解し、的確に説明できる	学習上・生活上の困難とその対応について理解が不十分で、的確に説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　特別支援教育の理念と制度（1）
【　到達目標　】
(1)特別支援教育の基本的な考え方を理解する。
(2)障害の捉え方について理解する。
【授業時間外学修】
授業後はプリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第２回　特別支援教育の理念と制度（2）
【　到達目標　】
(1)特別支援教育の歴史的変遷について理解する。
(2)インクルーシブ教育システムについて理解する。
(3)合理的配慮について理解する。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第３回　通常の学級の学級担任の気づきとアセスメント
【　到達目標　】
(1)通常の学級における特別支援教育の重要性について理解する。
(2)子どもをより理解するためのアセスメントの方法を理解する。
(3)通常の学級での支援と授業づくり・学級経営の実際について理解する。
【授業時間外学修】
授業後はプリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第４回　発達障害（LD、ADHD）のある子どもの理解と支援
【　到達目標　】
(1)LD-学習障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
(2)ADHD-注意欠陥多動性障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
【授業時間外学修】
授業後はプリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第５回　発達障害（ASD）軽度知的障害のある子どもの理解と支援
【　到達目標　】
(1)ASD-自閉症スペクトラム障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
(2)軽度知的障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
【授業時間外学修】
授業後はプリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第６回　二次障害の理解と対応
【　到達目標　】
(1)二次障害について理解する。
(2)発達障害の関連症状と行動問題について理解する。
(3)二次障害への対応について理解し、支援のあり方を説明できる。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第７回　様々な障害の理解と対応(1)
【　到達目標　】
(1)視覚障害、聴覚障害、知的障害、肢体不自由、病弱・身体虚弱について理解する。
(2)障害のある子どもの発達と学習上・生活上の困難について理解する。
(3)障害のある子どもの特別な指導と合理的配慮について理解する。
【授業時間外学修】
授業を振り返り、実践に役立てるための検討を行う。(4.0hr)

第８回　様々な障害の理解と対応(2)
【　到達目標　】
(1)視覚障害、聴覚障害、知的障害、肢体不自由、病弱・身体虚弱について理解する。
(2)障害のある子どもの発達と学習上・生活上の困難について理解する。
(3)障害のある子どもの特別な指導と合理的配慮について理解する。
【授業時間外学修】
授業を振り返り、実践に役立てるための検討を行う。(4.0hr)

第９回　特別な教育的ニーズへの理解と対応
【　到達目標　】
(1)日本語指導が必要な子どもや貧困、虐待、DV、社会的養護等により、特別の支援を必要とする子どもの学習上または生活上の困難について理解し、対応のあり方を説明できる。
(2)LGBTについて理解し、支援の在り方を説明できる。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第10回　特別の指導「自立活動」
【　到達目標　】
(1)「自立活動」について理解する。
(2)障害の捉え方と「自立活動」について理解する。
(3)「通級による指導」「自立活動」について理解する。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第11回　「通級による指導」での指導の実際
【　到達目標　】
(1)「通級による指導」の意義について理解する。
(2)「通級による指導」「自立活動」の教育課程上の位置づけと内容について理解する。
(3)特別な教育的ニーズのある子どもへの効果的な指導方法について理解する。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第12回　特別支援学校、特別支援学級での指導の実際
【　到達目標　】
(1)特別支援学校と特別支援学級の制度と特別な教育課程について理解する。
(2)特別支援学校と特別支援学級における指導について理解する。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第13回　個別の教育支援計画と個別の指導計画
【　到達目標　】
(1)個別の教育支援計画と個別の指導計画について理解する。
(2)事例をもとに個別の指導計画を作成し、支援の方法を説明できる。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第14回　特別支援教育コーディネーターの役割
【　到達目標　】
(1)特別支援教育における校内体制について理解する。
(2)保護者との連携と支援について理解する。
(3)関係機関との連携について理解する。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

第15回　特別の支援を必要とする子どもの現状と課題
【　到達目標　】
(1)特別の支援を必要とする子どもの現状と課題を理解する。
(2)特別の支援を必要としている子どもの現状からアセスメントをし、具体的な指導や支援の手立てを説明できる。
【授業時間外学修】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

実際に通常の学級にいる支援の必要な児童生徒や、特別支援学校・特別支援学級等の児童生徒とかかわる機会を持ちながら学習し、理論と実際を結び付けて理解を深めていくことを勧める。貧困や虐待問題等、社会の動向にも目を向け、家族や関係機関、地域社会の人々との連携の進め方など幅広い視点を学習し、自らが主体的に子どもの育ちの支援にかかわることを想定しながら取り組んでほしい。パワーポイントと補足資料を用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。必要に応じて映像資料も提示し、具体的事例を確認しながら理解を深めていく。ほぼ毎時間、講義内容に関する小レポートにより、理解度を確認する。その結果は、次回の授業時に解説によるフィードバックを行い、適宜ディスカッションにつなげていく。

【教科書・参考書など】

教科書、資料プリント、ビデオ教材等使用。授業時に指示する。
参考書：アクティベート教育学07「特別支援教育」（ミネルヴァ書房）
「特別支援学校教育要領・学習指導要領解説　自立活動編（幼稚部・小学部・中学部）」（文部科学省　最新版）

【成績評価方法】

授業時のレポート、授業出席２／３を満たした学生に対し試験を実施し、レポート(40%)と試験(60%)で評価する。

科目名	教育社会学			担当者	小堀　哲郎	
英文名	Sociology of Education					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE302・DTE302・HTE302		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

教育や学校に関する事項について社会学的な視点で学ぶ科目である。現代社会の状況の変化がもたらす学校教育への影響ならびに、現代の子どもたちの生活の変化に伴って生じる指導上の課題を理解する。また、日本のみならず諸外国の教育事情や教育政策の動向を理解することに加え、近年重要性を増している、学校と地域との連携に関する意義や方法を理解し、学校管理下で生じる事件や事故等に対応するために学校安全に関する基礎的知識を身につけることも目標とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
現代社会の状況の変化ならびに現代の子どもたちの生活の変化がもたらす学校教育への影響	現代社会の状況の変化、現代の子どもたちの生活の変化が学校教育に与える影響や指導上の課題について理解し、その対策について考えることができる。	現代社会の状況の変化、現代の子どもたちの生活の変化が学校教育に与える影響や指導上の課題について理解することができる。	現代社会の状況の変化、現代の子どもたちの生活の変化が学校教育に与える影響や指導上の課題について理解することができない。
日本および諸外国の教育事情や教育政策の動向	日本および諸外国の教育事情や教育政策の動向を理解し、今後の教育のありかたについて考えることができる。	日本および諸外国の教育事情や教育政策の動向を理解することができる。	日本および諸外国の教育事情や教育政策の動向を理解することができない。
学校と地域の連携や学校安全	学校と地域の連携に関する意義や方法を理解し、学校安全に関する基礎知識を備え、実践方法を考えることができる。	学校と地域の連携に関する意義や方法を理解し、学校安全に関する基礎知識を身につけることができる。	学校と地域の連携に関する意義や方法を理解し、学校安全に関する基礎知識を身につけることができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　学校を取り巻く状況の変化
【　到達目標　】
グローバル化・情報化・少子化などの社会の変化に伴う学校のありかたについて理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第２回　ライフコース
【　到達目標　】
急速に変化をしている日本人のライフコースにおける教育の意味や役割について理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第３回　少子社会の家族と子ども
【　到達目標　】
少子社会における家族と子どものありようについて、虐待等を事例に理解を深める。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第４回　子どもの人間関係
【　到達目標　】
子どもたちの人間関係の変化について、仲間意識や友だちづくりの点から理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第５回　子どもの学力と体力
【　到達目標　】
子どもの学力と体力がどのように変化してきているかを理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第６回　学力と意欲の階層差
【　到達目標　】
格差社会との関連で、学力と意欲の階層差について提起されている問題点を理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第７回　いじめ・不登校
【　到達目標　】
教育社会学の主要テーマである「いじめ」と「不登校」について理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第８回　資格社会と就職
【　到達目標　】
日本における学校卒業後の就職の状況について、歴史的経緯をふまえて理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第９回　インターネット社会と若者
【　到達目標　】
インターネットの普及による社会変動をどう捉えていくのかを若者を中心に理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第10回　学習指導要領改訂の理念
【　到達目標　】
「主体的・対話的で深い学び」を中心に、新しい学習指導要領の理念を理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第11回　学び続ける教師
【　到達目標　】
教員に要求される役割と専門的資質・能力について理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第12回　諸外国の教育事情と教育改革
【　到達目標　】
アメリカ・イギリス・韓国・フィンランドなどの諸外国の教育事情について理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第13回　学校と地域の連携
【　到達目標　】
地域との連携による学校教育活動の意義を具体的に理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第14回　開かれた学校づくりへの課題
【　到達目標　】
学校と地域の連携や協働による「開かれた学校づくり」の経緯を踏まえ、
今後の課題を理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

第15回　学校安全への対応
【　到達目標　】
学校管理下で起こる事件や事故、災害の実情を踏まえ、危機管理や事故対応を含む
学校安全について理解する。
【授業時間外学修】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

【学修上の留意点】

授業は教員による講義形式に加え、アクティブラーニングを導入する。毎回の授業の際に「授業内レポート」等を作成し、評価に算入する。私語その他、他の学生に迷惑となる行為は厳禁。場合によっては退出してもらうこともある。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。適宜、資料等を配布。
参考書等については授業時に紹介する。

【成績評価方法】

各回の授業課題（45%）、期末レポート課題（55%）。

科 目 名	教育相談			担当者	角田　和也	
英 文 名	Educational Counseling					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE303・DTE303・HTE303		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

教育相談は、幼児、児童及び生徒が自己理解を深めたり好ましい人間関係を築いたりしながら、集団の中で適応的に生活する力を育み、個性の伸長や人格の成長を支援する教育活動である。
本授業では、特に生徒を中心とした子どもの発達の状況に即しつつ、個々の心理的特質や教育的課題を適切に捉え支援するために必要な基礎的知識（カウンセリングの意義、理論や技法に関する基礎的知識を含む）を身に付ける。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
教育相談の基本的事項・理論について	基本的事項・理論について理解し自らまとめて説明ができる	基本的事項・理論について理解している	理解が不十分で説明できない
生徒理解に必要な相談技術とカウンセリングマインドについて	相談技術・カウンセリングマインドについて工夫しながら日常的に活用できる	相談技術・カウンセリングマインドについて理解し説明ができる	理解が不十分で説明できない
教育相談の展開について	既出の知見を基に展開の方法・問題点について自らの意見を示すことができる	展開の方法・問題点について既出の知見を理解し説明ができる	理解が不十分で説明できない

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　授業ガイダンス／教育相談とは何？
【　到達目標　】
(1)自分の理解している「教育相談」とは何かを説明できる。
【授業時間外学修】
課題の作成、復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第２回　教育相談の実際
【　到達目標　】
(1) 教育相談の実際について、正しい認識をもつことができる。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第３回　学校における教育相談の意義
【　到達目標　】
(1)教員を目指す学生が教育相談を学ぶ意義を理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第４回　小テスト／教育相談の基本的事項①　実践のための基本的な理論・概念①
【　到達目標　】
(1)第1回～第3回授業の小テスト
(2)教育相談の実践に必要な、臨床心理学（カウンセリング）の基本理論・概念を理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直しと準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第５回 教育相談の基本的事項②　実践のための基本的な理論・概念②
【　到達目標　】
(1)前回の授業内容を踏まえ、教育相談で実践されている臨床心理学（カウンセリング）の理論・概念について理解を深める。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第６回　教育相談の基本的事項③　カウンセリングマインドの必要性
【　到達目標　】
(1)教育相談の実践に必要なカウンセリングマインドについて理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第７回　小テスト／生徒理解の方法①　「きく」ことについて①
【　到達目標　】
(1)第4回～第6回授業の小テスト
(2)生徒理解に必要な「きく」ということについて理解を深める。
(3)「きく」方法を実践するためのポイントを理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直しと準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第８回　小テスト／生徒理解の方法②　「きく」ことについて②
【　到達目標　】
(1)第4回～第6回授業の小テスト
(2)生徒理解に必要な「きく」ということについて理解を深める。
(3)「きく」方法を実践するためのポイントを理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直しと準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第９回　生徒理解の方法③　「話す」ことについて①
【　到達目標　】
(1)生徒理解に必要な「話す」ということについて理解を深める。
(2)「話す」方法を実践するためのポイントを理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第10回　生徒理解の方法④　「話す」ことについて②
【　到達目標　】
(1)不快に思われない話し方について理解を深める。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第11回　小テスト／生徒理解の方法⑤　「みる」ことについて①
【　到達目標　】
(1)第7回～第10回授業の小テスト
(2)生徒理解に必要な「みる」ということについて理解を深める。
(3)「みる」方法を実践するためのポイントを理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直しと準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第12回　生徒理解の方法⑥　「みる」ことについて②
【　到達目標　】
(1)みられている側の気持ちを理解する。
(2)「みる」際に注意するさらなるポイントについて理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第13回　小テスト／教育相談の展開①　「私」が教育相談を行うために
【　到達目標　】
(1)第11回～第12回授業の小テスト
(2)テーマに沿って､実際に教育相談を行う際の目標の立て方や進め方を考えることができる。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび小テストの見直しと準備）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第14回　教育相談の展開②　連携の必要性について
【　到達目標　】
(1)実際に教育相談を行う際に欠くことのできない学校内・外における連携について、理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめ）、次回授業内容の確認。(4.0hr)

第15回　教育相談の展開③　組織的な取り組みの必要性について
【　到達目標　】
(1)教育相談の実践には、組織的な展開が必要であることを理解する。
【授業時間外学修】
復習（授業内容のまとめおよび定期試験の準備）。(4.0hr)

【学修上の留意点】

①基本的にPowerPoint画像や動画を使用し、プロジェクターもしくはモニターに投影して授業を進める。使用する穴埋め方式の本授業用のオリジナルテキストに即して説明するが、口頭で補足および詳細な説明も併せて行うので、集中してメモを取り、日常生活や教育現場での実践で活用できるオリジナルテキストの作成を目指す必要がある。
②授業内容が理解できていることを確認するための小テストを、単元毎に授業開始時に実施する。この小テストの結果は評価に反映させる（下欄「成績評価方法」の「小テストの総合計」に該当）。
③期末試験は、授業時に説明した基本的な事項や知識の定着の確認、および小テスト対策や授業時間外学習で取り組んだ復習で学習した実践的な力の定着の確認を目的として実施する。したがって、ルーブリックの「標準的な到達レベル」から「理想的な到達レベル」で出題されることになるので、授業時間外での日常的な自主学習・復習および実践的な研鑽を積み重ねることが単位取得のためには必要である。
④出席を確認するため、授業は座席指定で行う。前方での受講を希望する場合は、その旨を申告することで座席の配置を配慮する。

【教科書・参考書など】

教科書：本授業用に作成したテキストを使用する。テキストは１回目の授業開始時に販売するので、受講する学生は必ず購入すること。
参考書：テキスト内に授業回ごとの参考文献を示してあるので、そちらを参照のこと。

【成績評価方法】

・提出物の評価（10%）と小テストの総合計（40%）と期末試験の結果（50%）を合算して総合成績（100%）を算出する。合格基準は60%である。
・試験は試験期間中に別途実施する。

科 目 名	特別活動及び総合的な学習の時間の指導法			担当者	稲垣　孝章	
英 文 名	Special Activities & Integrated Learning					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE304・DTE304・HTE304		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

生徒の全人的成長を促すための教育活動としての特質を有し、キャリア教育の要として教育課程に位置付けられている特別活動について、学級担任・ホームルーム担任として指導するために必要な知識・理論、具体的な指導方法などを理解し、望ましい集団・個別指導の在り方を研究するとともに、実践活動を基に特別活動の教育的意義について考える。また、各教科等の学びを横断的・総合的に探究し、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていく総合的な学習(探究)の時間の教育的意義や特質を踏まえ、実社会・実生活の課題について往還的な探究学習としての学びを実現するため、カリキュラム編成、指導計画の作成等に必要な知識・理論及び指導方法を具体的な実践事例を通して理解する。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
特別活動における基本的な理論及び具体的な指導方法について	特別活動の理論を理解し、自らまとめて具体的な指導方法を説明できる。	特別活動の理論を参考資料等を活用しながら説明できる。	特別活動の理解が不十分で説明できない。
総合的な学習(探究)の時間における基本的な理論と具体的な指導方法について	総合学習の理論を理解し、自らまとめて具体的な指導方法を説明できる。	総合学習の理論を参考資料等を活用しながら説明できる。	総合学習の理解が不十分で説明できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　特別活動の歴史的な変遷と特別活動の目標
【　到達目標　】
教育課程における特別活動の位置付けや特別活動の目標について理解する。また、特別活動の歴史的な変遷を踏まえ、改訂の視点である「人間関係形成」「社会参画」「自己実現」について理解し、学級経営との関連を踏まえ、レスポンスシートを活用し特別活動を考える。
【授業時間外学修】
学習指導要領解説編を通読し、全体の構成を把握する。(4.0hr)

第２回　現代の子供の現状と教育課程における特別活動の役割
【　到達目標　】
現代の子供の現状を踏まえ、教育課程における特別活動の役割を理解する。また、いじめ問題の現状と課題を把握し、生徒指導との関連を図り、いじめの根絶に向けた特別活動の実践の重要性についてレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
いじめ問題の現状と課題について検討する。(4.0hr)

第３回　社会の変化と学級活動・ホームルーム活動(1)の目標と内容
【　到達目標　】
社会の変化や動向を把握し、学級活動、ホームルーム活動の目標と活動内容について理解する。また、生徒による自発的・自治的な活動の中核となる学級活動(1)の学習過程を具体的な実践例を通してレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
学級活動・ホームルーム活動(1)の目標と活動内容について整理する。(4.0hr)

第４回　学級活動・ホームルーム活動(2)の目標と内容
【　到達目標　】
生徒指導の機能を具現化する時間である学級活動・ホームルーム活動(2)の目標と活動内容について理解する。また、具体的な学習過程を踏まえ、集団思考による個人目標の意思決定の望ましい指導方法についてレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
学級活動・ホームルーム活動(2)の目標と活動内容について整理する。(4.0hr)

第５回　学級活動・ホームルーム活動(3)の目標と内容
【　到達目標　】
キャリア形成と自己実現を特質とする学級活動・ホームルーム活動(3)の目標と活動内容について理解する。また、具体的な学習過程を踏まえ、なりたい自分に向けた指導方法とキャリアパスポートの活用についてレスポンスシートを用いて理解する。
【授業時間外学修】
学級活動・ホームルーム活動(3)の目標と活動内容について整理する。(4.0hr)

第６回　児童会・生徒会活動、クラブ活動(小学校のみ)の特質と学級担任の役割
【　到達目標　】
生徒会活動の目標と内容について理解するとともに、系統的な指導として児童会活動の目標と内容及び小学校のクラブ活動についても理解する。また、生徒会活動の具体的な実践事例をもとに集団活動における合意形成などについてレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
生徒総会の指導計画を立案する。(4.0hr)

第７回　学校行事の目標と内容(儀式的行事、文化的行事、健康安全・体育的行事)
【　到達目標　】
五つの学校行事の目標と内容について理解するとともに、特に健康安全・体育的行事について、運動会・体育祭の指導計画の実例を検討し、よりよい指導計画の在り方などについてレスポンスシートを活用して具体的に理解する。
【授業時間外学修】
体育祭の指導計画を立案する。(4.0hr)

第８回　学校行事の目標と内容(旅行・集団宿泊的行事、勤労生産・奉仕的行事)
【　到達目標　】
旅行・集団宿泊的行事、勤労生産・奉仕的行事について理解するとともに、中学校における修学旅行の実例について検討し、望ましい集団活動の在り方についてレスポンスシートを活用して考える。また、修学旅行の指導計画を立案する。
【授業時間外学修】
修学旅行の指導計画を立案する。(4.0hr)

第９回　総合的な学習の時間の創設と目標及び特質
【　到達目標　】
生活科と総合的な学習の時間の創設の経緯及び総合的な学習の時間の目標と内容について理解するとともに、横断的・総合的な学習の意義について理解する。また、探究的な学習を推進する教師の在り方についてレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
出身中学校の総合的な学習の時間のカリキュラムについて調べる。(4.0hr)

第10回　総合的な学習の時間の指導計画の作成と育てたい資質・能力
【　到達目標　】
学習指導要領に示されている総合的な学習の時間の指導計画の作成と内容の取扱いについて理解するとともに、総合的な学習の時間で育てたい資質・能力を踏まえ、具体的な実践上の課題についてレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
総合的な学習の時間の特質と実施上の課題についてまとめる。(4.0hr)

第11回　総合的な学習の時間の多様な学習方法と指導計画の作成
【　到達目標　】
総合的な学習の時間のカリキュラムマネジメントをもとに、全体計画・単元計画の作成について理解するとともに、ジグソー学習法など多様な学習方法と考えるための技法(思考ツール)の具体的な活用方法についてレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
考えるための技法(思考ツール)の種類と活用方法についてまとめる。(4.0hr)

第12回　総合的な学習の時間で育成すべき資質・能力の整理
【　到達目標　】
総合的な学習の時間で育成すべき資質・能力の視点として、思考力・判断力・表現力と学びに向かう力・人間性等について、具体的な学習過程や能力に分けて捉え、小学校から高等学校までの系統的な学びをレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
総合的な学習の時間で育成すべき資質・能力についてまとめる。(4.0hr)

第13回　総合的な学習の時間の授業づくりのポイント
【　到達目標　】
総合的な学習の時間の探究課題における生徒の興味・関心に基づく課題をもとに、授業づくりのポイントを理解するとともに、属性変換法やパネルディスカッションなどの多様な学習形態についてレスポンスシートを活用して理解する。
【授業時間外学修】
総合的な学習の時間における多様な学習方法についてまとめる。(4.0hr)

第14回　総合的な学習の時間と社会に開かれた教育課程の実現
【　到達目標　】
総合的な学習の時間の探究課題における地域や学校の特色に応じた課題に基づく課題をもとに、適切な指導計画の作成について理解するとともに、「社会に開かれた教育課程の実現」を目指した特色ある実践事例をレスポンスシートを活用して検討する。
【授業時間外学修】
地域との連携を踏まえた総合的な学習の時間指導計画について確認する。(4.0hr)

第15回　総合的な学習の時間の学習効果を高める教師の在り方
【　到達目標　】
生徒の探究学習を推進し、自己の生き方につながる総合的な学習の時間の学習活動を展開するために求められる教師の在り方についての理解を深めるとともに、改めて教育課程における総合的な学習の時間の教育的意義つについてレスポンスシートを活用して確認する。
【授業時間外学修】
改めて学習指導要領解説編を読み、課題にそって自分の理解をまとめる。(4.0hr)

【学修上の留意点】

特別活動と総合的な学習(探究)の時間が学校教育で教育課程に位置付く役割は大きい。授業では、パワーポイントを用いて授業内容の要点や学習指導要領の内容を示しながら、具体的な事例をもとに理解を深めていく。教職科目の授業として、教師の指導計画、指導方法、評価等の教育指導における実践力を身に付けるため、教育実践へのイメージを膨らませ、受け身の授業にならないように積極的な学習参加に努めること。学習指導要領の解説書をよく読み込むとともに、教師としての業務など実践事例を踏まえ、レスポンスシート等を通して、実践的な指導力を身につけてもらいたい。

【教科書・参考書など】

「１年間で学級・学校経営が劇的に変わる教師の一般教養」稲垣孝章著(文溪堂・定価1,500＋税)を教科書とし、パワーポイントの資料などを使用する。なお、文部科学省『中学校学習指導要領解説特別活動編』、文部科学省『高等学校学習指導要領解説特別活動編』、文部科学省『中学校学習指導要領解説総合的な学習の時間編』、文部科学省『高等学校学習指導要領解説総合的な学習の時間編』(各最新版)を参考資料とする。

【成績評価方法】

毎回のレスポンスシートの提出を75％(各回５点満点で評価×１５回)と確認レポート作成25％(100点満点を25点に換算)で評価する。

科目名	生徒指導法(進路指導を含む)			担当者	三好　昭子	
英文名	Guidance Services in School (Career Counseling)					
単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE305・DTE305・HTE305		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

生徒指導・進路指導は学習指導とともに教育の二大支柱の一つであり、学習指導に劣らず重要なものである。特に、いじめ、不登校、非行などの問題の改善・克服は生徒指導・進路指導上の重要な課題であり、児童生徒の将来、すなわち生き方やキャリア形成につながっていく。本講義は、生徒指導・進路指導の目的や方法、意義などの基本的な内容を理解した上で、今日的課題の特徴やそれに対する対応についての理解を深め実践できるようになることを目的とする。生徒指導・進路指導は幅が広くかつ高い専門性を必要とするため、教職についてからも継続的に自己研鑽を積むことが必要である。そのための基盤作りをすることが本講義のねらいである。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
生徒指導・進路指導の基本的な内容について	自分の言葉で説明できる。	ノートや参考書を参考にしながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
今後も継続的に自己研鑽を積むための基礎知識	自分の言葉で説明できる。	ノートや参考書を参考にしながら説明できる。	理解が不十分で説明できない。
今日的な課題に対する対応について	自ら考え対応を提案できる。	ノートや参考書を参考にすれば自分で対応を考え提案できる。	課題に対する理解が不十分で対応を検討・提案できない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　生徒指導の目的と必要性（意義）
【　到達目標　】
(1)生徒指導の目的とその必要性（意義）について理解し説明することができる。
(2)教育課程における生徒指導の位置付けを理解し説明することができる。
(3)各教科や特別活動における生徒指導の意義や重要性を理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
生徒指導の目的と必要性（意義）についての理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第２回　学校の指導方針・年間指導計画に基づいた組織的な取組
【　到達目標　】
(1)学校の指導方針・年間指導計画に基づいた組織的な取組の重要性を理解し説明することができる。
(2)学校の指導方針・年間指導計画に基づいた組織的な取組を通してのアイデンティティ形成について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】学校の指導方針・年間指導計画に基づいた組織的な取組についての理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第３回　いじめ
【　到達目標　】
(1)いじめ防止対策推進法等について理解し説明することができる。
(2)いじめに関する生徒指導の重層的支援構造について理解し説明することができる。
(3)「人格を尊重する」ということを理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
いじめ対応について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第４回　暴力行為
【　到達目標　】
(1)暴力行為に関する指導対応指針等について理解し説明することができる。
(2)暴力行為に関する生徒指導の重層的支援構造について理解し説明することができる。
(3)関係機関等との連携体制について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
暴力行為への対応について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第５回　少年非行
【　到達目標　】
(1)少年法・児童福祉法等について理解し説明することができる。
(2)少年非行への対応の基本について理解し説明することができる。
(3)喫煙・飲酒・薬物乱用について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
少年非行への対応について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第６回　児童虐待
【　到達目標　】
(1)児童福祉法・児童虐待防止法等について理解し説明することができる。
(2)児童虐待の課題予防的生徒指導について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
児童虐待への対応について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第７回　自殺
【　到達目標　】
(1)自殺対策基本法等について理解し説明することができる。
(2)自殺予防に関する生徒指導の重層的支援構造について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
自殺対策について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第８回　中途退学
【　到達目標　】
(1)中途退学の関連法規について理解し説明することができる。
(2)中途退学の未然防止と組織体制について理解し説明することができる。
(3)中途退学に至る予兆の早期発見・対応について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
中途退学の未然防止対応について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第９回　不登校
【　到達目標　】
(1)不登校に関する関連法規・基本指針について理解し説明することができる。
(2)不登校対応関する生徒指導の重層的支援構造について理解し説明することができる。
(3)関係機関等との連携体制について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
不登校対応について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第10回　インターネット・携帯電話に関わる問題
【　到達目標　】
(1)関連法規・基本方針等について理解し説明することができる。
(2)インターネットをめぐる課題に対する重層的支援構造について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
インターネットやSNS対応について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第11回　性に関する課題
【　到達目標　】
(1)性に関する課題の早期発見・対応ついて理解し説明することができる。
(2)性犯罪・性暴力対策に関する生徒指導の重層的支援構造ついて理解し説明することができる。
(3)「性的マイノリティ」に関する課題と対応について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
性に関する課題について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第12回　多様な背景を持つ児童生徒への生徒指導
【　到達目標　】
(1)発達障害・精神疾患・健康課題に関して理解し対応することができる。
(2)支援を要する家庭状況について理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
多様な背景を持つ児童生徒について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第13回　進路指導・キャリア教育の意義と原理
【　到達目標　】
(1)教育課程における進路指導・キャリア教育の位置付けを理解し説明することができる。
(2)学校の教育活動全体を通じたキャリア教育の視点と指導の在り方を例示することができる。
(3)進路指導における組織的な指導体制及び家庭や関係機関との連携の在り方を理解し説明することができる。
【授業時間外学修】
進路指導・キャリア教育の意義と原理について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第14回 全体に対する進路指導・キャリア教育の考え方と指導の方法
【　到達目標　】
(1)職業に関する体験活動を核とし、キャリア教育の視点を持ったカリキュラム・マネジメントの意義を理解し説明することができる。
(2)ガイダンスの機能を生かした進路指導・キャリア教育の意義や留意点を理解し説明することができる。
【授業時間外学修】全体に対する進路指導・キャリア教育の考え方と指導の方法について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

第15回　個別の進路指導・キャリア教育の考え方と指導の方法
【　到達目標　】
(1)生涯を通じたキャリア形成の視点に立った自己評価の意義を理解し説明することができる。
(2)ポートフォリオの活用の在り方を例示することができる。
(3)キャリア・カウンセリングの基礎的な考え方と実践方法を説明し、提案することができる。
【授業時間外学修】個別の進路指導・キャリア教育の考え方と指導の方法について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

【学修上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。講義で取り上げた重要概念の理解を確実にするため、毎回Phollyの「アンケート課題」を提出する必要がある。次回の授業で解説によるフィードバックをおこなう。適宜、心理テストを実施し自己分析をおこなったり、グループワークをおこなう。生徒指導に関しては教員としてのあり方というよりも、もっと根本的な、人としてのあり方が問われるため、自分に真摯に向き合い、常に自己研鑽につながるように受講することが求められる。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。資料は毎回、Phollyの参考資料にアップロードする。
参考書：日本青年心理学会企画　2017 『君の悩みに答えよう：青年心理学者と考える10代・20代のための生きるヒント』福村出版
日本青年心理学会企画　2023 『心のなかはどうなっているの？　高校生の「なぜ」に答える心理学』福村出版
文部科学省『中学校・高等学校学習指導要領』（最新版）、文部科学省『生徒指導提要』(最新版)

【成績評価方法】

時間外学習としてのPholly「アンケート課題」20%、期末試験の結果（試験は試験期間中に別途実施）を80%として総合的に評価する。合格基準は60%である。

科目名	教職実践演習（中・高）	担当者	小髙　潤子・須甲　理生・助友　裕子・瀬川　大 高橋　修一・前島　光・横嶋　剛・和光　理奈・渡辺　碧
英文名	Practical Seminar for the Teaching Profession		

単位数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	演習	科目ナンバー	STE401・DTE401・HTE401		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

この科目は、教職課程の総仕上げとして、教育実習経験を踏まえて、学生による発表やグループ討論によって、学生ひとり一人が自己の学修課題を見つけ、課題解決のための学修を積極的に進めていく。そのため教育実習を踏まえた課題の発表は、中学校・高等学校の体育実技の授業を分けて検討する。また、保健分野及び学級活動を含む特別活動との関わりで、学級担任としての役割と使命を十分に理解できるように演習を構成する。演習全体として、保健体育の教科の指導力と学校経営の視点を持った学級経営ができる実践的な力量形成を目指す。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
教職課程における学修の省察に関する事項	教育実習を含めたこれまでの教職課程における学修を省察し、自身の教員としての課題を的確に説明することができる。	教育実習を含めたこれまでの教職課程における学修を省察し、自身の教員としての課題を説明することができる。	自身の教員としての課題を説明することができない。
学習指導及び学級経営に関する事項	教職課程で学んだ教科や教職に関する専門的な知識・理論・技術等を、グループワークや指導案等の課題に効果的に応用することできる。	教職課程で学んだ教科や教職に関する専門的な知識・理論・技術等を、グループワークや指導案等の課題に応用することできる。	教職課程で学んだ教科や教職に関する専門的な知識・理論・技術等を、グループワークや指導案等の課題に応用することできない。
教職への意識と目指すべき教師像に関する事項	教職への意識を高め、「授業で勝負できる教師」、「学び続ける教師」等、明確な目指すべき教師像を確立することができる。	「授業で勝負できる教師」、「学び続ける教師」等、目指すべき教師像を確立することができる。	目指すべき教師像を確立することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　教職課程学修の振り返りと自己の課題確認
【　到達目標　】
教科指導、生徒指導、特別活動、部活動指導等の視点から教育実習について振り返ることができる。
【授業時間外学修】
教育実習を振り返り、課題レポートを作成する。(4.0hr)

第２回　保健体育科教員の使命と責任（講義）
【　到達目標　】
今日の学校教育における保健体育の重要性、およびそれを担う教員の意義や責任について理解する。
【授業時間外学修】
今日の学校教育における保健体育の重要性、およびそれを担う教員の意義や責任について理解を深める。(4.0hr)

第３回　授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）①
【　到達目標　】
保健体育科の体育分野及び科目体育の授業研究（授業のVTR視聴とディスカッション）を通して、体育授業を効果的に設計・指導・評価するためのポイントを理解することができる。
【授業時間外学修】
保健体育科の体育分野及び科目体育の授業研究から得られたことを整理する。(4.0hr)

第４回　授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）②
【　到達目標　】
保健体育科の保健分野及び科目保健の授業研究（授業のVTR視聴とディスカッション）を通して、保健授業を効果的に設計・指導・評価するためのポイントを理解することができる。
【授業時間外学修】
保健体育科の保健分野及び科目保健の授業研究から得られたことを整理する。(4.0hr)

第５回　授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）③
【　到達目標　】
保健体育科の年間指導計画の事例検討を通して、年間指導計画作成上の留意点を理解する。
【授業時間外学修】
保健体育科の年間指導計画を作成する。(4.0hr)

第６回　授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）④
【　到達目標　】
教育実習における研究授業の指導案分析を通して、改善点を適切に抽出し、適切な評価規準を設定し直すことができる。
【授業時間外学修】
学習指導案の改善点の抽出、評価規準の設定を行う。(4.0hr)

第７回　授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）⑤
【　到達目標　】
教科指導におけるICT機器の活用方法や主体的・対話的で深い学びを取り入れる方法について理解する。
【授業時間外学修】
ICT機器の活用方法や主体的・対話的で深い学びの具体例について検討する。(4.0hr)

第８回　教科外における生徒指導について　「学校生活改善プロジェクト」の実践①
【　到達目標　】
あらかじめ考えてきた活動内容を持ち寄りプロジェクトを決定し、具体的な対策を検討。
実際に現場に出て観察、聞き取り、巡回などを行った後、本日の活動をまとめ、次回までに取り組んでくる内容を決定する。上記の活動を通して、効果的な生徒指導の方法について理解する。
【授業時間外学修】
各自プロジェクト内容を考案してくる。(4.0hr)

第９回　教科外における生徒指導について　「学校生活改善プロジェクト」の実践②
【　到達目標　】
プロジェクト活動の続きを行い、報告書を完成させ、グループ間で発表を行う。
上記の活動を通して、効果的な生徒指導の方法について理解する。
【授業時間外学修】
プロジェクトを継続して行い、問題点等を記録しておく。(4.0hr)

第10回　特別活動・部活動指導から学んだこと
【　到達目標　】
部活動指導に関する事例に基づきグループ討論を行う。
上記の活動を通して、効果的な部活動指導の方法について理解する。
【授業時間外学修】
グループ討論から学んだことや気づいたことを整理する。(4.0hr)

第11回　自己の学修課題の確認と研究活動
【　到達目標　】
第３回～10回の発表・討論を踏まえ、とりわけ不足している知識と実技能力の課題の補完に向けて各自研究活動を進める。この活動を通して、自身の教員としての課題を理解する。
【授業時間外学修】
これまでに学んできたことを生かして、新たな指導案を作成する。(4.0hr)

第12回　教員として求められる社会性・対人関係能力は何か（講話）
【　到達目標　】
現職教員を招き、現場の実情について講話を聞くことにより、教職現場で求められている教員としての能力を把握し、これから何をすべきかを明確にする。
【授業時間外学修】
教員として求められる社会性・対人関係能力について理解を深める。(4.0hr)

第13回　教員の服務と研修、教師としてのライフサイクルと成長の課題（講話）
【　到達目標　】
現職教員を招き、教員の服務と研修、教師としてのライフサイクルと成長の課題について理解を深め、教育現場で果たすべき義務と責任を果たすための心構えを養い、さらにはライフサイクルに応じた課題の変化についてどのように対応していくべきかについての準備をする。
【授業時間外学修】
教員の服務と研修、教師としてのライフサイクルと成長の課題について理解を深める。(4.0hr)

第14回　各自の研究活動の成果発表と学生の相互評価
【　到達目標　】
第11回における研究活動およびその後の授業時間外学習の成果を発表相互に発表しあい、討論を行う。この活動を通して、自身の教員としての課題点を補うための学びの視点を深めることができる。
【授業時間外学修】
各自の研究活動の成果発表から学んだことを整理する。(4.0hr)

第15回　魅力ある教員をめざして―まとめレポートの作成と意見交換―
【　到達目標　】
教員としての資質能力（技術・知識・教職の適性）を確認し、学び続ける教員像に向けた今後の教員としての成長課題を理解する。
【授業時間外学修】
教員としての資質能力（実技・知識・教職の適性）について理解を深める。(4.0hr)

【学修上の留意点】

夏季休業期間中に、教育実習を含めたこれまでの教職課程での学びを振り返り、その学びの成果と課題等についてレポートを作成すること。そのため、各実習中に作成した指導案や資料等は整理しておくこと。なお、教職実践演習は、グループでのディスカッション、ポスター作成、事例研究等のアクティブ・ラーニングの視点を取り入れた授業スタイルで進められる。そのため、受講生には、主体的に学修に取り組む態度が求められる。また、授業の中、あるいは、課題として作成される学習指導案、ポスター、事例研究のディスカッション内容等については、担当教員から適宜フィードバックされる。

【実務経験のある教員による授業科目】

高等学校教員および校長職の実務経験を活かし、教育実習をふまえて自己課題を明確にし、教員としての専門性と学級経営等について理解できるよう演習を行う。

【教科書・参考書など】

テキスト：学習指導要領、「体育教育学入門 三訂版」（大修館）、中・高体育科教育法（建帛社）、体育授業の副読本
参考書・参考資料等：教育実習事前指導である「教育実践研究」の授業時に作成する教職課程履修チェックリスト、教育実習時に作成する教科指導案、「教育実習の手引き」「教育実習ノート」等

【成績評価方法】

各種レポート等の提出状況と完成度等を総合的に評価する。（履修カルテ：10%、第2回から第10回までの授業内提出物：40%、自己の学修課題の確認と研究活動により作成した指導案：30%、「魅力ある教員をめざして」に関するまとめレポート：20%）
本授業の欠席は原則として認めない。欠席する場合には、欠席を予定している授業回の事前に「教職実践演習」の授業専用の欠席届を学生支援課（教務・修学担当）で受け取り、必要事項を記入の上、担当教員に提出すると共に、後日、欠席をした授業回については、必ず補講を受講する必要がある。15回の授業のうち、事前の欠席届の提出無しに2回の無断欠席をした場合には、本授業の履修を放棄したものとしてみなす。

科目名	教育実習（事前・事後指導を含む）	担当者	小髙　潤子・須甲　理生・高橋　修一 前島　光・湯澤　芳貴・横嶋　剛・和光　理奈
英文名	Teaching Practice		

単位数	5	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	実習	科目ナンバー	STE402・DTE402・HTE402		卒業認定方針との関連	⑨

【到達目標】

「教育実習」は、大学内で行う「事前･事後指導」（1単位）と実習校で行う「実習校実習」（4単位）からなる。「事前・事後指導」は2年次後期から始まり、講義、外部講師による講話、上級生からの報告とディスカッション、模擬授業等の他、教育実習に関する諸事項と、介護等体験に関する事前指導も含めて展開する。これらのことを通して、教員として必要な実践的力量を向上させていくことを目的とする。

【ルーブリック（学修の到達レベル）】

学修内容	理想的な到達レベル	標準的な到達レベル	未到達レベル
事前指導・事後指導に関する事項	事前指導では教育実習生として学校の教育活動に参画する意識を高め、事後指導では教育実習を経て得られた成果と課題等を省察するとともに、教員免許取得までに習得すべき知識や技能等について理解することができる。また、これらを通して教育実習の意義を理解することができる。	事前指導では教育実習生として学校の教育活動に参画する意識を高め、事後指導では教育実習を経て得られた成果と課題等を省察するとともに、教員免許取得までに習得すべき知識や技能等について理解することができる。	事前指導では教育実習生として学校の教育活動に参画する意識を高めることができず、事後指導では教育実習を経て得られた成果と課題等を省察することができない。
教育実習校の理解に関する事項	生徒や学習環境等に対して適切な観察を行うとともに、学校実務に対する補助的な役割を担うことを通して、教育実習校の生徒の実態と、これを踏まえた具体的な学校経営及び教育活動の特色を理解することができる。	生徒や学習環境等に対して観察を行うとともに、学校実務に対する補助的な役割を担うことを通して、教育実習校の生徒の実態と、これを踏まえた学校経営及び教育活動の特色を理解することができる。	教育実習校の学校経営及び教育活動の特色について理解することができない。
学習指導及び学級経営に関する事項	大学で学んだ教科や教職に関する専門的な知識・理論・技術等を、各教科や教科外活動の指導場面で効果的に実践することができる。	大学で学んだ教科や教職に関する専門的な知識・理論・技術等を、各教科や教科外活動の指導場面で実践することができる。	大学で学んだ教科や教職に関する専門的な知識・理論・技術等を、各教科や教科外活動の指導場面で実践することができない。

【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】

第１回　教員養成と免許法について、授業日程、介護等体験について（2年次）
【　到達目標　】
(1)説明を聞いて理解し、4年次の自分の姿をイメージする。
(2)学び続ける教員像について理解できる。
【授業時間外学修】
自身の目指すべき教員像について考察する。

第２回　本学の教員養成の特色、口頭内諾の進め方（2年次）
【　到達目標　】
(1)本学の教員養成の特色と口頭内諾の進め方を理解する。
【授業時間外学修】
本学の教員養成の特色について復習する。

第３回　保健体育教師の使命、内諾手続きについて
【　到達目標　】
(1)保健体育教師の使命について理解する。
(2)正式な内諾手続きについて理解する。
【授業時間外学修】
学び続ける教員像や授業で勝負できる教員像の視点から改めて理想の教師像について考察する。

第４回　4年生の教育実習体験報告
【　到達目標　】
(1)4年生の報告から、自己の課題を明確にする。
【授業時間外学修】
自己の課題を明確にし、教育実習のイメージを深める。

第５回　授業研究1(模擬授業の意義と進め方について)
【　到達目標　】
(1)模擬授業の意義と進め方について理解する。
(2)アクティブラーニングやICTを取り入れた授業計画や実践について理解する。
(3)特別の支援を必要とする生徒の理解を踏まえた授業計画や実践について理解する。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第６回　授業研究2（体育授業におけるマネジメント技術の習得）
【　到達目標　】
(1)体育授業の基礎的条件となるマネジメント技術について、実技を通して理解する。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第７回　授業研究3（模擬授業の実践1）
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第８回　授業研究4（模擬授業の実践2）
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第９回　授業研究5（模擬授業の実践3）
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第10回　授業研究6（模擬授業の実践4）
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第11回　授業研究7（模擬授業の実践5）
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第12回　外部講師による講話（中学校教員）
【　到達目標　】
(1)中学校での教育実習の進め方や中学校保健体育科教員としての在り方を理解する。
(2)中学校における職務内容、地域との連携、学校安全について理解する。
(3)中学校における道徳、総合的な学習の時間、キャリア教育等について理解する。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第13回　外部講師による講話（高等学校教員）
【　到達目標　】
(1)高等学校での教育実習の進め方や高等学校保健体育教員としての在り方を理解する。
(2)高等学校における職務内容、地域との連携、学校安全について理解する。
(3)高等学校における総合的な学習の時間、キャリア教育等について理解する。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

第14回　教育実習直前の諸注意
【　到達目標　】
(1)教育実習期間中（3週間）の過ごし方、事務処理、報告方法等を理解する。
【授業時間外学修】
教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。

《教育実習校実習　3週間》
これまでの教職課程や事前指導で身に付けた力量を教育実習で発揮し、実践と省察の往還を通して、教員としての実践的力量を身に付けることができる。

第15回　教育実習の報告会
【　到達目標　】
(1)教育実習で学んだことをレポートにまとめ、報告する。
上記の活動を通して、自身の教育実習の成果と課題を理解する。
【授業時間外学修】
教育実習を省察し、改めて、自身の目指すべき保健体育教師像について考察する。

【学修上の留意点】

教育実習校実習は4年次であるが、この授業は2年次後期から始まり、教育実習事後指導までの長期間に亘る。この間の欠席は一切許されない。教職に就くことを目指す者として、真剣な態度で臨んで欲しい。なお、本授業の第6回～11回については、模擬授業設計・実施・省察のサイクルをグループで行っていく。教育実習において主体的・対話的で深い学びを実現するための手続きについて、受講生自ら対話的な学びを通して学んでいくため、積極的な態度で授業に臨むこと。また、グループで作成する学習指導案や個人で作成する模擬授業の振り返りシートについては、提出後、担当教員からフィードバックされる。

【実務経験のある教員による授業科目】

高等学校教員および校長職の実務経験を活かし、教育実習に関する個別の事前・事後指導および実習校巡回指導を行う。

【教科書・参考書など】

「教育実習の手引き」
白旗和也他編著「中学校・高等学校 体育科教育法」建帛社（2021年）

【成績評価方法】

「事前・事後指導」の成績と教育実習校からの評価を総合して単位を認定する。
本授業における事前・事後指導の中での欠席は原則として認めない。欠席する場合には、欠席を予定している授業回の事前に「教育実習（事前・事後指導を含む）」の授業専用の欠席届を学生支援課（教務・修学担当）で受け取り、必要事項を記入の上、担当教員に提出する必要がある。また、欠席をした授業回については、必ず補講を受講する必要がある。15回の授業のうち、事前の欠席届の提出無しに2回の無断欠席をした場合には、本授業の履修を放棄したものとしてみなす。