

履修コード/科目名称	195201 / 健康・スポーツ実習		
開講年度	2017年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	出井 章雅 (デイ アキマサ)		
副担当教員氏名(カナ)	岩本 哲也 (イワモト テツヤ) 坂尾 知昭 (サカオ トモアキ)		

履修コード/科目名称	195201 / 健康・スポーツ実習 (卓球)		
開講年度	2017年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	出井 章雅 (デイ アキマサ)		

授業概要	卓球は、子どもから大人まで幅広く取り入れられているスポーツであり、性別問わず楽しめる生涯スポーツの一つとされています。「競技」としての卓球は運動量が多く、タフなスポーツですが、授業では「生涯スポーツ」として捉え、自己の体力や技術を知り、仲間とのコミュニケーションを図りながら卓球の楽しさを体感してもらいます。また、個々の課題にも積極的に取り組んでいきます。		
到達目標(ねらい)	基本的打球技術の習得と対人スポーツという競技特性を理解し、生涯スポーツの観点から手軽に楽しめるスポーツとして今後の体力の維持増進の為に取り組んでほしい。また、競技ルールやマナーといった卓球独自の楽しさを理解する。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション、授業目標の説明	
	第2回	器具・用具の説明、ラケットイング、コーディネーション、ミニゲーム	
	第3回	コーディネーション、フォアハンドとバックハンド、簡易ゲーム	
	第4回	フォアハンドドライブ、ロングの打ち方、簡易ゲーム	
	第5回	フォアハンドとバックハンドのショートの打ち方、簡易ゲーム	
	第6回	カットの打ち方と返球方法 簡易ゲーム	
	第7回	カット&ドライブリターン 簡易ゲーム	
	第8回	サービス&リターン サービスのコースの説明等 簡易ゲーム	
	第9回	シングルス総当たり戦Ⅰ	
	第10回	シングルス総当たり戦Ⅱ	
	第11回	シングルス総当たり戦Ⅲ	
	第12回	公式ルールを適用してのシングルス団体戦	
	第13回	公式ルールを適用してのダブルス団体戦	
	第14回	公式ルールを適用しての団体戦(シングルス・ダブルス)	
	第15回	理解度の確認	
準備学習	卓球のルールを必ず予習しておくこと。		
履修上の留意点等	服装は、スポーツウェアとし、体育館シューズを用意すること(※土足厳禁) ※忘れ物に関しては減点される		
成績評価の方法	70%	平常点	
	30%	実技点	
成績評価の主は、授業に取り組む姿勢が重要となる。出席率は8割以上とする。実技テストは行わず、毎回の簡易ゲームや総当たり戦の結果が実技点となる。			
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	卓球に関する専門用語をより分かりやすく、見本を元にグループでディスカッションしながら取り組んでいきます。		
関連リンク			

履修コード/科目名称	195201 / 健康・スポーツ実習 (屋外球技)		
開講年度	2017年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	岩本 哲也 (イワモト テツヤ)		

授業概要	球技スポーツを教材とし、各種目を楽しむための基本技術やルールを学び、各種目の理解を深める。		
到達目標(ねらい)	ゲームを通じて健康・体力を維持し、豊かな人間関係づくりを目的とする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション、授業内容の説明	
	第2回	サッカー:基本技術、ゲーム	
	第3回	サッカー:基本技術の応用、ゲーム	
	第4回	サッカー:ゲームの進め方、ゲーム	
	第5回	サッカー:ゲームの攻め方・守り方、ゲーム	
	第6回	サッカー:ゲーム(リーグ戦1)	
	第7回	サッカー:ゲーム(リーグ戦2)	
	第8回	サッカー:ゲーム(リーグ戦3)	
	第9回	ソフトボール:キャッチボール、フライ・ゴロの捕球、トスバッティング、ゲーム	
	第10回	ソフトボール:シートノック、フリーバッティング、バント、ゲーム	
	第11回	ソフトボール:総合練習、ゲーム	
	第12回	ソフトボール:総合練習、ゲーム	
	第13回	ソフトボール:ゲーム(リーグ戦1)	
	第14回	ソフトボール:ゲーム(リーグ戦2)	
	第15回	ソフトボール:ゲーム(リーグ戦3)	
準備学習	特になし。		
履修上の留意点等	服装:一般的な運動服とする。 シューズ:必ずアップシューズもしくは、固定式スパイクを用意すること(取替え式スパイクは不可)。 装飾品:アクセサリ類や時計は安全確保の為、装着不可とする。		
成績評価の方法	70%	平常点	
	30%	総合評価(積極性・協調性・授業態度など)	
	評価は、平常点70点、実技点30点とする。実技点は、リーグ戦の結果と受講態度により採点する。個人の実技テストは行わない。		
教科書/テキスト	特になし。		
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	授業内容・方法のベースは崩さずに、更に良い授業が行えるように臨機応変に対応していく。		
関連リンク			

履修コード/科目名称	195201 / 健康・スポーツ実習 (室内球技)		
開講年度	2017年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	坂尾 知昭 (サカオ トモアキ)		

授業概要	室内球技の特性を把握し、運動の実践を通して身体能力を身につける。また、集団での活動や表現等を通してコミュニケーション能力を育む。		
到達目標(ねらい)	本講義では、バレーボール・バスケットボール・バドミントン等の室内で行なわれる種目を教材とし、そこで用いられる身体運動等を学習する。基本的に毎時間ゲームを行い、各種目特有の技術・戦術の体得、体力の維持増進、身体運動の楽しさの体感を主なねらいとする。		
授業スケジュール	第1回	ガイダンス	
	第2回	バスケットボール	
	第3回	バスケットボール	
	第4回	バスケットボール	
	第5回	バスケットボール	
	第6回	バレーボール	
	第7回	バレーボール	
	第8回	バレーボール	
	第9回	バレーボール	
	第10回	バドミントン	
	第11回	バドミントン	
	第12回	バドミントン	
	第13回	バドミントン	
	第14回	学生の希望によって決定する	
	第15回	学生の希望によって決定する	
準備学習	各スポーツのルール確認		
履修上の留意点等	授業出席を重視します。遅刻や欠席をせず、且つ積極的に運動することを心がけてください。運動に適した一般的なスポーツウェアを着用し、凹凸の少ないフラットなソールの“清潔な”室内用シューズで受講してください。		
成績評価の方法	80%	平常点	
	20%	授業態度等	
	出席を重視し、運動参加への積極性などを総合的に評価する。出席点は評点の80%とし、遅刻や欠席の減点法で計算する。その他、運動参加への意欲、積極性、協調性、受講態度等を加点評価する。		
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	前年度、「学生による授業アンケート」の自由記述に「各種目でもっと多くの試合をしたい」との要望をもらった。本年度に関しては、試合数の増加に重点を置き学生の運動意欲を高める工夫を予定している。		
関連リンク			