

Minami Kyushu University Syllabus

シラバス年度	2024年度	開講キャンパス	開講キャンパス	都城キャンパス	都城キャンパス	開設学科	開設学科	子ども教育学科			
科目名称	スポーツと健康					授業形態	授業形態	実技			
科目コード	750005	単位数	2単位	配当学年	1	実務経験教員	○	アクティブラーニング	○		○
担当教員名	竹田 展大								ICT活用	○	
授業概要	<p>本講義では様々な種目のスポーツを通し、受講生の技術水準に合わせ一人一人が果たすべき役割や、仲間との協力、パートナーに対するコミュニケーション能力を高めていける授業を創造していきます。</p> <p>また健康の保持・増進や生活習慣病の予防・体力の向上などスポーツの実践によって得られる社会的効果についても考えていきます。スポーツを「する」だけでなく、「観る」「支える」といったスポーツに貢献する文化的な価値についても学習します。</p> <p>そして、様々なスポーツを理解した上で、自らスポーツを実践できる能力を身につけ、生涯心身共に健康的な身体作りを目指します。</p>										
関連する科目	<p>保健講義および幼児体育を同時期に受講しておくことが望ましい。履修後は、体育、教科指導法（体育）、保育内容指導法（健康）を履修することが望ましい。</p>										
授業の進め方と方法	<p>本授業では、第2回目と第30回目の授業において新体力測定を行い、自分の体力レベルを知る授業にします。基本的にアクティブラーニング型授業を行います。授業の際に準備・整理運動などの安全面の配慮や、学生のレベルが均等になる様、グループ分けを行い、実践を通して常にフィードバックを行いながら授業を進めていきます。</p> <p>「体育実技」という授業であるので、授業における課題の取り組みや学生同士のコミュニケーション、お互いに協力し合う協調性などを養えるよう進めていきます。</p>										
授業計画【第1回】	<p>第1回 ガイダンス：授業に関する概要理解および実技における留意点を理解する。 授業のテーマや到達目標および授業の進め方や授業方法について説明する。</p>										
授業計画【第2回】	<p>第2回 新体力テスト(握力・上体起こし・立ち幅跳び・反復横跳び・20メートルシャトルラン・長座体前屈) 現時点での自分の体力・身体について理解する。</p>										
授業計画【第3回】	<p>第3回 バドミントン①：ルール・歴史・競技特性の理解 ルール、マナー、用具、基本技術などについて説明する資料冊子を配布しバドミントンについて学ぶ。</p>										
授業計画【第4回】	<p>第4回 バドミントン②：サーブ・ドライブ・ハイクリアの技術習得講義と実技 ロングサービスやショートサービス、シャトルを床と平行に飛ばす技術、シャトルを高く遠くへ飛ばす技術を身につける。</p>										
授業計画【第5回】	<p>第5回 バドミントン③：ドロップ・スマッシュ・ヘアピンの技術習得講義と実技 シャトルをコート奥からネット前に落とす技術、シャトルをコート中央から打ち込む技術、ネットショットの技術を身につける。</p>										
授業計画【第6回】	<p>第6回 バドミントン④：ダブルスのルールとフォーメーション講義と実技 ダブルスのルールや戦略を資料を配付し説明を行い、各自で実践する。</p>										
授業計画【第7回】	<p>第7回 バドミントン⑤：実践試合・ゲーム実践 各自でチームを構成し、戦略を立て実践の試合を行う。</p>										
授業計画【第8回】	<p>第8回 バスケットボール①：ルール・歴史・競技特性の理解 ルール、マナー、用具、基本技術などについて説明する資料冊子を配布しバスケットボールについて学ぶ。</p>										
授業計画【第9回】	<p>第9回 バスケットボール②：ボールハンドリング・シュート・パスの技術習得講義と実技 様々なシュート、パスを理解し、実践で行う。</p>										
授業計画【第10回】	<p>第10回 バスケットボール③：ドリブル・コミュニケーションゲームの技術習得講義と実技 フットワーク、ドリブル、リバウンドを理解し、実践で行う。</p>										

授業計画【第11回】	第11回 バスケットボール④：チーム練習・ゲームの計画、運営・5 v s 5ゲーム 試合形式による学習及びチーム練習を行う。試合結果に対するフィードバックを行う。
授業計画【第12回】	第12回 バスケットボール⑤：ランキング決定戦・ゲーム実践 試合形式による学習の中から前回の反省を生かしチーム練習、ゲームを行う。
授業計画【第13回】	第13回 ゴルフ①：ルール・歴史・競技特性の理解 ルール、マナー、用具、基本技術などについて説明する資料冊子を配布しゴルフについて学ぶ。
授業計画【第14回】	第14回 ゴルフ②：ゴルフクラブの名称と特性・ショートアイアンによるアプローチゲーム 危険状況と回避の原則を徹底理解する。資料冊子を配付し、様々なゴルフクラブを理解し実践してみる。
授業計画【第15回】	第15回 ゴルフ③：グランドゴルフの学習・ホール周り ゴルフコースに対応して様々なクラブで正確に打撃出来るよう実践を行う。
授業計画【第16回】	第16回 サッカー・フットサル：ルール・歴史・競技特性の理解 ルール、マナー、用具、基本技術などについて説明する資料冊子を配布しサッカー・フットサルについて学ぶ
授業計画【第17回】	第17回 サッカー・フットサル：ボール慣れ・ボールを使わない時の手の使い方・ドリブル・パス・ヘディング・リフティング キックの基本、ドリブルの基本、パスの基本、ヘディングの基本を身につける。
授業計画【第18回】	第18回 サッカー・フットサル：グループ戦術の理解・トラップ・シュート・ゲーム スピード・タイミング・角度・距離の重要性を理解させ、個人・グループ・チームでのルール作成を行う。
授業計画【第19回】	第19回 サッカー・フットサル：審判法の理解と実践・ミニゲーム・ゲーム サッカー選手の規律と態度についてを実践させフェアプレーについて理解させる
授業計画【第20回】	第20回 サッカー・フットサル：ゲームの計画、運営・ランキング戦 試合形式による学習の中から前回の反省を生かしチーム練習、ゲームを行う。
授業計画【第21回】	第21回 バレーボール：ルール・歴史・競技特性の理解 ルール、マナー、用具、基本技術などについて説明する資料冊子を配布しバレーボールについて学ぶ
授業計画【第22回】	第22回 バレーボール：基本パス・基本レシーブ・基本アタック・サーブ パスやアタックの基本的な考え方や練習方法を理解させ実践で身につける。
授業計画【第23回】	第23回 バレーボール：サーブレシーブフォーメーションを考えたミニゲーム サーブレシーブフォーメーションを考えた練習方法や戦術を理解し、実践で身につける。
授業計画【第24回】	第24回 バレーボール：スパイクレシーブフォーメーションを考えたミニゲーム スパイクレシーブフォーメーションを考えた練習方法や戦術を理解し、実践で身につける。
授業計画【第25回】	第25回 バレーボール：ゲームの計画、運営・ランキング戦 試合形式による学習の中から前回の反省を生かしチーム練習、ゲームを行う。
授業計画【第26回】	第26回 レクリエーションスポーツ：パラスポーツの概要 障害、スポーツ、ならびにパラ（障害者）スポーツの資料冊子を配布しパラスポーツについて学ぶ。
授業計画【第27回】	第27回 レクリエーションスポーツ：パラスポーツを体験 様々なパラスポーツを資料を配付し紹介し、実践する。

授業計画【第28回】	第28回 レクリエーションスポーツ：マットスポーツの特性 歴史・安全確認・マット特性などについて説明する資料冊子を配布しマットスポーツについて学ぶ。
授業計画【第29回】	第29回 レクリエーションスポーツ：マットスポーツのゲーム マットを使ったゲームやトレーニング理論を理解させ実践で行う。
授業計画【第30回】	第30回 新体力テスト(握力・上体起こし・立ち幅跳び・反復横跳び・20メートルシャトルラン・長座体前屈) 1年間で自分がどれだけ体力に差が出たのか、自分の体力・身体について理解する。
授業の到達目標	①様々なスポーツの実践を通して、それぞれ基本技能を修得し、仲間とのコミュニケーションやチームワークを培うようにする。【態度・志向性】 ②スポーツに積極的に向き合えるようにし、実践を通して基本的ルールや守るべき伝統を理解し規律正しい行動や態度で取り組めるようにする。【知識・理解】 ③スポーツを通し自分に何が足りないかを理解し、目標設定と達成に向けて実践することが出来る。【自己管理能力・生涯学習力】
学位授与の方針(DP)との関連	1. 知識・理解を応用し活用する能力-(1) / 2. 汎用的技能を応用し活用する能力-(1) / 3. 人間力、社会性、国際性の涵養-(1)
授業時間外学習【予習】	【予習】-各自、その日の体調を考慮し、ストレッチを行ってください。(毎回30分程度) 競技に関するルールや伝統、競技特性などを予習しておいてください。(毎回1時間程度) ~計30時間
授業時間外学習【復習】	【復習】-生涯スポーツの観点から開講期間中(4月から翌1月)に週1時間30分程度のスポーツ活動してください。~計60時間
課題に対するフィードバック	授業中に、取り組み・習熟度などについて全体への評価コメントを行う。必要に応じて、個人に対してもアドバイス・評価コメントを行う。
評価方法・基準	授業実施回数の80%以上の出席をもって評価の対象とする。 以下の内容を総合的に評価する。 (1) 平常点評価 60%：授業態度、ルール、マナー、各種目への取り組み等、授業への積極性、貢献度を評価する。 (2) 授業内評価 40%：実技、筆記(ルール、マナー、健康について)を実施し、技能、理解度や個人の体力向上とクラス内でのコミュニケーション能力を評価する。 ※遅刻、無断での途中退席、早退等は授業態度(取り組み、積極性など)として評価されることがある。
テキスト	大学生のためのスポーツリテラシー&スポーツウェルネステキストブック』(日本文化出版)1,300円(税別) 配布資料による
参考書	体育の授業づくりの学修 大学教育出版 各競技の初回授業時などに必要に応じて参考書を紹介する。
備考	体調不良や怪我の場合は、速やかに教員に連絡してください。