

科目コード	25100	区分	専門基礎科目			実務経験のある教員等による授業科目			
授業科目名	体育原理	担当者名	早田 剛			○			
		実務経験との関連	医療機器製造業会社での研究開発者としての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。						
配当年次	1年	配当学期	前期	単位数	2単位	授業方法	講義	卒業要件	必修

### <授業の概要>

体育原理とは、体育の本質的 pursuit である。また、よい体育とは何かを明らかにし、それを発展させるには何が問題であるかを科学的法則に基づいて、その原理を示す役割を持っている。本講義では、体育・スポーツの発生の契機、社会におけるその定着の歴史的な過程、その展開を平和的に管理するルールの特質、さらには現代社会におけるスポーツのあり方等を検討することにより、体育を重要な教材として取り入れる体育教育の今日的意味を再確認する。

### <授業の到達目標>

体育・スポーツの基礎概念について考えていくことにより、体育学・スポーツ科学を専門的に学ぶための基礎的知識を身につけるとともに、体育・スポーツを批判的に検討できる能力・思考の育成を目指す。

### <授業の方法>

授業の流れ 1. 予習課題の確認 (約10分) 2. テーマに沿った解説と問いの提示① (約10分) 3. 意見交換：上記テーマに即した意見提出とディスカッション (約20分) 4. テーマに沿った解説と問いの提示② (約10分) 5. 上記テーマに即した意見提出とディスカッション (約20分)：字数制限有 6. プレゼン発表もしくは課題レポート作成次週課題の確認 (☑自宅学習：約30~60分)

### <成績評価方法> ※課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

予習課題：20%、意見交換：20%、授業後レポート：40%、※最終レポート：20%として、総合的に評価する。

### <教科書>

B5判/218ページ (令和4年度発行版) <https://www.taishukan.co.jp/hotai/high/product/?type=textbook&id=59>

現代高等保健体育 保体「701」 ( ) ISBN:9784469663198

大修館書店

### <参考書>

友添秀則、岡出美則 編 (2016年)

教養としての体育原理

大修館書店

高橋 徹 編 (2021年)

はじめて学ぶ体育・スポーツ哲学

サンメッセ株式会社

### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	体育原理とは	1) ガイダンスとして、授業概要を確認する 2) 体育原理という学問が必要なのかについて学び、体育学科を卒業する意味を検討する
2	体育とは	体育とは何か、体育の理念はどう変わってきたかを学び、自分の意見を検討する
3	体育とスポーツは何が違うのか	体育とスポーツの混同と混用について学び、自分の意見を検討する
4	身体からみた体育の可能性	学校教育と身体教育について育てるべき「身体」を考え、(できる)とはどういうことかを検討する
5	体育で競争をどう位置付けるか	体育における競争とはどういう位置付けるかを学び、自分の意見を検討する
6	体育における人間形成	体育における人間形成とはどういう意味かを学び、自分の意見を検討する
7	体育と指導者	体育教師とコーチは何が違うのかを学び、自分の意見を検討する
8	スポーツと科学	スポーツ科学は、様々な情報(データ)に基づいて、スポーツ活動を充実させるためのアイデアを提供する学問分野を理解し、活用方法についての自分の意見を検討する
9	運動部活動の意義と課題	運動部活動の意義と課題を学び、自分の意見を検討する
10	プレイが生み出す体育の可能性	スポーツとプレイ(遊び)について学び、自分の意見を検討する
11	スポーツとルール	ルールの正しい「解釈」が必要であることを理解し、自分の意見を検討する
12	スポーツと文化	身体に文化を伝承するプロセスについて、教育的な行為との関係から学び、自分の意見を検討する
13	スポーツとビジネス	スポーツにおけるビジネス化の構造やそれを牽引する仕組みについて理解を深めるとともに、課題について検討する
14	スポーツと社会	スポーツ需要の質的变化に対して、その課題を解決を促す新たな体育・スポーツ需要を検討する
15	スポーツとコミュニティまとめ	1) スポーツとコミュニティを取り巻く現状と課題について理解を深め、地域づくりなどについて検討する 2) 体育原理を総括する

科目コード	36501	区分	コア科目			実務経験のある教員等による授業科目			
授業科目名	運動器の解剖と機能 I	担当者名	河野 儀久			○			
		実務経験との関連	医療機関所属のストレンクス&コンディショニングコーチ、アスレティックトレーナーとしての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。						
配当年次	1年	配当学期	前期	単位数	2単位	授業方法	講義	卒業要件	選択

### <授業の概要>

機能解剖や運動学に関する専門的な知識を有し、スポーツ傷害を受けた競技者の競技復帰までのリハビリテーションにあたることのできる技能を持つ指導者の養成を目指している指導者の基礎となる運動器の解剖や機能概論の知識養成を図ることを目的としている。

### <授業の到達目標>

ヒトの運動器が人体とどのように関わっているのか、その機能解剖や生体力学の知識は運動器に拘わらずすべてのリハビリテーションを行うにあたっての基礎であり必須であると思われる。リハビリテーションの参考になるとと思われる機能解剖と生体力学について解説する。

### <授業の方法>

予習を重視する。予習用の資料を配布し、教科書を基に予習をおこなった上で授業・実習等を進めていく。

### <成績評価方法>※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

小テスト等の課題 50%、定期試験50%で成績評価する。但し、定期試験において60%以上の評価点を取得した者に対し前記の成績評価を行う。事前学習、小テストに関するフィードバックは講義中または個別に行う。

### <教科書>

財団法人日本体育協会（2011.2.1）

「公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト②」

日本スポーツ協会

### <参考書>

特になし

### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	ガイダンス	機能解剖学とは
2	体表区分	人体の区分
3	運動の表し方	基本多岐な関節運動
4	運動器の構造と機能	骨の構造
5	運動器の構造と機能	関節の九蔵と機能
6	運動器の構造と機能	靭帯の構造と機能
7	運動器の構造と機能	筋・腱の構造と機能
8	運動器の構造と機能	骨格筋の構造と機能
9	体幹の機能解剖と運動	脊柱の運動
10	体幹の機能解剖と運動	頸椎の運動
11	体幹の機能解剖と運動	胸椎の運動
12	体幹の機能解剖と運動	腰椎の運動
13	体幹の機能解剖と運動	仙椎の運動
14	体幹の機能解剖と運動	骨盤の運動
15	まとめ	総合学習

科目コード	36502	区分	コア科目			実務経験のある教員等による授業科目			
授業科目名	運動器の解剖と機能Ⅱ	担当者名	河野 儀久			○			
		実務経験との関連	医療機関所属のストレングス&コンディショニングコーチ、アスレティックトレーナーとしての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。						
配当年次	1	配当学期	後期	単位数	2	授業方法	講義	卒業要件	選択

### <授業の概要>

機能解剖や運動学に関する専門的な知識を有し、スポーツ傷害を受けた競技者の競技復帰までのリハビリテーションにあたることのできる技能を持つ指導者の養成. を目指している指導者の基礎となる運動器の解剖や機能概論の知識養成を図ることを目的としている。

### <授業の到達目標>

ヒトの運動器が人体とどのように関わっているのか、その機能解剖や生体力学の知識は運動器に拘わらずすべてのリハビリテーションを行うにあたっての基礎であり必須であると思われる。リハビリテーションの参考になるとと思われる機能解剖と生体力学について解説する。

### <授業の方法>

予習を重視する。予習用の資料を配布し、教科書を基に予習をおこなった上で授業・実習等を進めていく。

### <成績評価方法>※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

小テスト等の課題 50%、定期試験50%で成績評価する。¥n但し、定期試験において60%以上の評価点を取得した者に対し前記の成績評価を行う。¥n事前学習、小テストに関するフィードバックは講義中または個別に行う。

### <教科書>

財団法人日本体育協会（2011.2.1）

「公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト②」

日本スポーツ協会

### <参考書>

特になし

### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	ガイダンス	上肢・下肢・体幹の機能解剖と運動
2	運動器の構造と機能	上肢帯の運動
3	運動器の構造と機能	肩関節の運動
4	運動器の構造と機能	肘関節の運動
5	運動器の構造と機能	手関節の運動
6	運動器の構造と機能	股関節の運動
7	運動器の構造と機能	膝関節の運動
8	運動器の構造と機能	足関節の運動
9	運動器の構造と機能	足趾関節の運動
10	運動器の構造と機能	手指関節の運動
11	運動器の構造と機能	上肢帯の筋・血管・神経
12	運動器の構造と機能	下肢の筋・血管・神経
13	運動器の構造と機能	頸部の筋・血管・神経
14	運動器の構造と機能	腰部の筋・血管・神経
15	まとめ	総合学習

科目コード	62008	区分	コア科目			実務経験のある教員等による授業科目			
授業科目名	健康管理とスポーツ医学	担当者名	河合 洋二郎			○			
		実務経験との関連	現職の内科医・スポーツドクターとしての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。						
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	前期	単位数	2単位	授業方法	講義	卒業要件	選択

### <授業の概要>

アスリートにみられる内臓器官などの疾患では、疾患の病態、症状、対応策、処置、予防措置について理解させること。感染症に対する対応策では、スポーツ現場および海外遠征時に注意すべき感染症の種別、病態、症状、対応策、処置、予防策について理解させること。

### <授業の到達目標>

アスリートにみられる病的現象では、病的現象（オーバートレーニング症候群、突然死、過換気症候群など）の病態、症状、原因などを理解させるとともに、それらに対する対抗策、処置、予防措置について学ぶことをねらいとする。この他、スポーツ選手にみられる摂食障害、減量障害、飲酒、喫煙などの問題点について学ぶことをねらいとする。特殊環境のスポーツ医学では、高所、低圧、高圧、暑熱環境などでの運動時における生体反応、順応、そしてそれらの環境下での障害について学ぶことをねらいとする。年齢・性別による特徴では、女性、高齢者、発育期の子供の生理的特徴、運動時に対する応答、特異的な障害について学習することをねらいとする。内科的メディカルチェックでは、メディカルチェックの意義、必要性、その内容、実施方法などについて学習することをねらいとする。ドーピングコントロールでは、アンチドーピングの目的、ドーピングの定義などをアスレティックトレーナーが理解するとともに、スポーツ選手を指導することができるようになることをねらいとする。

### <授業の方法>

教科書を基に、必要に応じて資料を配布して講義を進めていく。

### <成績評価方法> ※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

定期試験 100%

### <教科書>

「公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト④ 健康管理とスポーツ医学」

日本体育協会

### <参考書>

特になし

### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	アスリートにみられる内臓器官などの疾患 (1)	循環器系疾患（スポーツ心臓、不整脈、虚血性心疾患、Marfan症候群など）呼吸器系疾患（慢性肺疾患、運動誘発性喘息など）
2	アスリートにみられる内臓器官などの疾患 (2)	消化器系疾患（運動時の腹痛、消化管出血、下痢、急性肝炎など）血液疾患（貧血など）皮膚疾患（胼胝腫、摩擦水疱、白癬など）
3	アスリートにみられる内臓器官などの疾患 (3)	腎・泌尿器疾患（運動性蛋白尿、ヘモグロビン尿、ミオグロビン尿など）代謝性疾患（糖質代謝異常、脂質代謝異常、糖尿病、肥満など）
4	感染症に対する対応策 (1)	呼吸器感染症（上気道感染症、インフルエンザ、伝染性単核球症、重症急性呼吸器症候群など）血液感染症（A型肝炎、B型肝炎、C型肝炎、HIV免疫不全ウイルスなど）
5	感染症に対する対応策 (2)	皮膚感染症（細菌感染症、真菌感染症、ウイルス感染症など）ウイルス性結膜炎（咽頭結膜炎など）
6	感染症に対する対応策 (3)	海外遠征時に注意すべき感染症（SARS、マラリア、旅行者下痢症、デング熱など）各競技別ルールにみられる感染症対策
7	アスリートにみられる病的現象など (1)、小テスト	オーバートレーニング症候群・突然死・過換気症候群、小テスト
8	アスリートにみられる病的現象など (2)	摂食障害・減量障害・飲酒・喫煙の問題点
9	特殊環境のスポーツ医学：年齢・性別による特徴 (1)	（生体の反応と順応、各環境でみられる障害とその処置、予防方法など）時差（時差に対する反応と順応、時差に対する対策）
10	特殊環境のスポーツ医学：年齢・性別による特徴 (2)	海外遠征時の諸問題（健康管理、環境管理、その他）
11	特殊環境のスポーツ医学：年齢・性別による特徴 (3)	女性のスポーツ医学、高齢者のスポーツ医学、成長期のスポーツ医学
12	内科的メディカルチェック (1)	メディカルチェックの意義と必要性・対象別メディカルチェックの内容。メディカルチェックにおける検査項目
13	内科的メディカルチェック (2)	運動負荷試験の目的と方法・運動負荷試験の実際。運動負荷試験結果の判定基準。
14	ドーピングコントロール	アンチドーピングの目的、ドーピングの定義、禁止される物質の種類。注意すべき市販薬、事前申告を必要とする薬物、ドーピング・コントロール・ステーション同伴時の留意事項。
15	まとめ	まとめ

科目コード	40101	区分	コア科目			実務経験のある教員等による授業科目			
授業科目名	バスケットボール I (基礎)	担当者名	國友 亮佑			○			
		実務経験との関連	事業団スポーツチームのストレングス & コンディショニングコーチとしての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。						
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	前期	単位数	1単位	授業方法	実技	卒業要件	選択

### <授業の概要>

バスケットボールは世界各国で親しまれている競技人口の多いスポーツである。また、中・高等学校の体育の授業においてもバスケットボールはゴール型の選択種目として採用されている競技である。本授業では、バスケットボールの競技特性及び競技ルール理解し、その基礎技術（シュート・ドリブル、パスなど）を身につけ、個人と集団のファンダメンタルや集団戦術を習得し、身につけた力でゲームを楽しむことを目的にしている。また仲間ともに楽しむ力を身につけ、生涯にわたりバスケットボール競技を楽しむ力を養うことを狙いとする。

### <授業の到達目標>

1 バスケットボール競技を安全に配慮しながら、仲間と共に目的ある活動を行うことができる。2 バスケットボールにおける競技特性や基本的な競技ルールを十分に理解することができる。3 個人技術や集団戦術の修得に向けての練習法についても理解し、仲間と協力・工夫しながら実践することができる。（スキルについては、教員採用試験出題レベルが出来るようになる）

### <授業の方法>

実技形式が基本となり、グループ活動を中心に展開する。必要に応じて資料を配布し解説を行い、各技能習得に関するデモンストラーションを実施する。また、情報や仲間の意見や考え方をDropboxを利用し、理解・共有できるようにする。

### <成績評価方法> ※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

授業態度 40%、実技テスト40%、知識レポート20%

### <教科書>

特になし

### <参考書>

特になし

### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	ガイダンス	受講上の注意、評価方法、講義の概念
2	基本技術の習得（1）	ボールハンドリング技術
3	基礎技術の習得（2）	ドリブル技術の練習
4	基本技術の習得（3）	パス技術、キャッチング技術
5	基本技術の習得（4）	シュート技術の練習①（レイアップシュート）
6	基本技術の習得（5）	シュート技術の練習②（ゴール下、セットシュート）
7	基本技術の習得（6）	シュート技術の練習③（ジャンプシュート）
8	基本技術の習得（7）	リバウンド、スクリーンアウト
9	基本技術の習得（8）	ディフェンススキル、フットワーク
10	応用技術の習得（1）	2メンレイアップシュート、ミートシューティング
11	応用技術の習得（2）	3メンレイアップシュート、アウトナンバー
12	実践技術の習得（1）	ルールの理解、コート理解、3対3
13	実践技術の習得（2）	リーグ戦①（5対5）
14	実践技術の習得（3）	リーグ戦②（5対5）
15	まとめ	実技試験

科目コード	40108		区分	体育実技			実務経験のある教員等による授業科目		
授業科目名	剣道 I (基礎)		担当者名	中島 治彦/平田 佳弘			○		
			実務経験との関連	高等学校教員としての実務経験がある教員が、実務経験をもとに武道について指導する。					
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	前期	単位数	1単位	授業方法	実技	卒業要件	教職選択必修

### <授業の概要>

日本伝統文化である剣道は、「剣の理法の修練による人間形成」ということを目的としている。すなわち、剣道を通して礼節を学び、心身を鍛え、社会で活躍できる立派な人間になるということである。剣道は、今や日本のみならず、世界中の様々なところで愛好者を増やし続けている。剣道の技術は打つ、突く、かわすの三種類に分類されており、これらの技術習得には、基礎・基本動作を正しく身につけることが重要である。本授業では、剣道の礼法や基本動作を身につける事と共に剣道を指導する際の留意点や安全性について理解することを目的とする。

### <授業の到達目標>

平成24年度完全実施の中学校学習指導要領では、武道（剣道、柔道、相撲）が必修化され、中学校保健体育教員になれば、武道専門家でなくても武道の授業を担当しなければならないこととなった。従って、この授業では、剣道の基礎・基本・応用技能・剣道理念を身につけながら、中学校での剣道授業を実施できる（教えられる）ようにする事を目標とする。

### <授業の方法>

剣道実技を中心に行っていくが、剣道の理念や歴史等を学習する時間も設ける。

### <成績評価方法>※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

受講態度・出席50%、剣道実技試験50%

### <教科書>

特になし

### <参考書>

全日本剣道連盟（平成25年6月1日）

全日本剣道連盟編「剣道指導要領」

全日本剣道連盟

### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	本授業の内容説明と剣道着袴採寸	本授業の留意点や受講における心構えなどの講話と剣道着と袴の採寸を行う。
2	剣道着・袴の着用方法と剣道理念について	剣道着・袴の着法、剣道防具の着法と収納法の学習と剣道理念と歴史の学習
3	剣道防具と竹刀について	前回の剣道理念の復習と竹刀の規格・手入れ方法と安全管理、防具の扱いについて
4	剣道の礼法について	姿勢（自然体）、礼の仕方（立礼・座礼）、正座の仕方（座り方について）、立ち合いにおける礼法を学習する。
5	基本動作について（素振り）	竹刀の持ち方を学び、刃筋正しく竹刀を振る方法の実践を行う。主に正面素振り・左右面素振り・跳躍素振り・踏み込み素振りなどを行う。
6	基本動作について（足さばき）	正しい構え方をした上で適正な足の置き場の確認と送り足動作の実践を行う。
7	基本動作について（竹刀への打突）	2人1組や3人1組を作り、相手が竹刀で受けている所への打突を行い、手の内の使い方など打突動作を学習する。
8	剣道防具の着用	防具の置き方と、面・小手・胴・垂・面タオルの着用方法の学習と相手に打突をする方法の実践。
9	基本稽古（仕掛け技）	防具を着用した相手に対して打突を行う基本稽古の仕掛け技を学習する。また、剣道において基本的な稽古方法の「切り返し」の実践。
10	基本稽古（打ち込み等の様々な稽古法）	基本稽古における仕掛け技の確認と剣道の稽古で一般的に行われる「打ち込み稽古」等を実践。
11	基本稽古（応じ技・引き技）	相手が打突に対応する応じ技の学習とつばぜり合いからの引き技の実践。
12	基本稽古まとめと確認実技試験	これまで学習した技の振り返りと基本技（仕掛け技・応じ技・引き技）の確認試験を行う。
13	五角稽古	これまで学習した技を用いた相手との実践稽古を行う。
14	試合審判規則に関する知識と実践	試合審判規則の大まかな内容を学習する。また五角稽古において審判を行い、1本の判定がある程度可能になるように学習をする。
15	試合（団体戦における戦い方の学習）	5人制における団体試合（人数に応じて3人～7人制に変更）の実践と総まとめを行う。

科目コード	40120	区分	コア科目		実務経験のある教員等による授業科目				
授業科目名	サッカー	担当者名	降屋 丞		○				
		実務経験との関連	プロスポーツチームスクールコーチとしての実務経験がある教員が、実務経験をもとに教職について指導する。						
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	後期	単位数	1単位	授業方法	実技	卒業要件	選択必修

#### <授業の概要>

サッカーは世界で最も親しまれているスポーツのひとつであり、ルールも非常に単純で、ボールとゴールさえあればできるスポーツである。しかし、主に足でボールを扱うことから経験者と未経験者との技術の差が大きく表れるスポーツでもある。この授業では、ボールを扱う技術を高める練習法を学び、技術を高め、ゲームを楽しめるようにする。そして、サッカーというスポーツに対する理解を深める。

#### <授業の到達目標>

サッカーの技術を習得する練習・指導法を学び、自らも技術を上達させる。特にリフティングが30回できるようにする。また、戦術面の練習も行い、サッカーへの理解を深める。そして、ゲームの中でルールも学び、サッカーのゲームを楽しめるようにする。

#### <授業の方法>

幅広くコミュニケーションが取れるように、授業ごとにグループを編成し、授業の最後にはゲームを行う。履修上限60名

#### <成績評価方法>※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

授業態度 50%、実技テスト 50%

#### <教科書>

特になし

#### <参考書>

特になし

#### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	オリエンテーション	授業の進め方・アンケート
2	基礎技術のトレーニング(1)	ボールフィーリング、ボールタッチ
3	基礎技術のトレーニング(2)	ドリブル
4	基礎技術のトレーニング(3)	各種キック
5	基礎技術のトレーニング(4)	パス、トラップ
6	応用技術のトレーニング(1)	ターン、ボールキープ
7	応用技術のトレーニング(2)	フェイント
8	ボールポゼッション(1)	少人数でのボールポゼッション
9	ボールポゼッション(2)	多人数でのボールポゼッション
10	個人戦術	1対1
11	グループ戦術(1)	2対1、2対2
12	グループ戦術(2)	3対2、3対3
13	グループ戦術(3)	4対4
14	リーグ戦	リーグ戦の進め方
15	トーナメント戦	トーナメント戦の進め方

科目コード	40121	区分	体育実技		実務経験のある教員等による授業科目				
授業科目名	ソフトボール	担当者名	山本 清人／原田 悠平		○				
		実務経験との関連	担当者の中で高等学校教員としての実務経験がある教員が実務経験を踏まえたテーマを扱い指導する。						
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	後期	単位数	1単位	授業方法	実技	卒業要件	選択

### <授業の概要>

ソフトボールの用具や競技施設、ルール、運動の特性、競技の特性を理解し、ソフトボールの基本的な技術（例えば、ボールの持ち方、投げ方、バットの握り方、グラブの操作方法など）を学ぶ。また、守備の基本（投球、守備）から攻撃の基本（打撃、走塁）などの個人技術の習得を目指し、その後、ゲーム形式でソフトボールを実施する。本授業は履修人数制限を設けています。※履修者が制限を超えた場合は受講日を調整する場合があります。

### <授業の到達目標>

- (1) 状況に応じたバット操作と走塁での攻撃、安定したボール操作と状況に応じた守備などによって攻防をすることができる。
- (2) 生涯にわたって運動を豊かに継続するためのチームや自己の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて取り組み方を工夫するとともに、自己やチームの考えたことを他者に伝えることができる。
- (3) 球技に主体的に取り組むとともに、フェアなプレイを大切にしようとする事、合意形成に貢献しようとする事、一人一人の違いに応じたプレイなどを大切にしようとする事、互いに助け合い高め合おうとする事などや、健康・安全を確保することができる。

### <授業の方法>

実技を中心にグラウンドで実践指導を行う。バッティング・守備及びピッチングなどの理論が必要なときは随時説明をする。1. グループワーク（予習内容に関する確認）2. 実技（教員による解説と新たな技術習得のため問題提示）タブレット・スマホ等を利用し、動画を撮影し技術習得に活かす。3. ディスカッション（問題提示に対する回答）4. 省察活動（まとめ）

### <成績評価方法>※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

出席意欲40%、予習10%、課題レポートの内容20%、実技テスト30%

### <教科書>

特になし

### <参考書>

財団法人日本ソフトボール協会  
「ソフトボール指導者教本」  
日本体育社

### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	指導者のあり方（ガイダンス）	指導者としての心得、指導の実際、環境整備、安全管理
2	ソフトボールの歴史	ソフトボールの誕生・発展、ソフトボール情勢
3	ソフトボールの技術と指導法（1）	投球の基礎技術 投球モーションのフォームと特徴
4	ソフトボールの技術と指導法（2）	守備の基礎技術 送球・捕球、守備位置と守備範囲
5	ソフトボールの技術と指導法（3）	守備の基礎技術 ポジション別の技術
6	ソフトボールの技術と指導法（4）	打撃の基礎技術
7	ソフトボールの技術と指導法（5）	バントの基礎技術
8	ソフトボールの技術と指導法（6）	走塁の基礎技術
9	集団技術の理解（1）	ポジション別守備練習と連係プレー
10	集団技術の理解（2）	試合形式シートバッティング
11	総合的ゲーム展開（1）	紅白戦で実戦練習（1）
12	総合的ゲーム展開（2）	紅白戦で実戦練習（2）
13	総合的ゲーム展開（3）	紅白戦で実戦練習（3）
14	打撃系実技到達度確認	試合形式でバッティングテスト
15	守備系実技到達度確認	試合形式でポジション別守備テスト

科目コード	40119	区分	コア			実務経験のある教員等による授業科目			
授業科目名	ラグビー	担当者名	小村 淳			○			
		実務経験との関連	日本代表選手、実業団チーム選手、ヘッドコーチとしての実務経験がある教員が実務経験を踏まえたテーマを扱い指導する。						
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	後期	単位数	1	授業方法	実技	卒業要件	選択

#### <授業の概要>

ラグビーとは、2つのチームが競技規則及びスポーツ精神に則り、ボールを持って走り、パス、キックを使いグラウディングして、できる限り得点を多くあげたチームがその試合の勝者となる。試合を行う為の基本スキルを実技として行う。

#### <授業の到達目標>

基本スキルのランニング、ハンドリング、キック、コンタクト、ユニット（スクラム/ラインアウト/キックオフ）から指導し、ルールに基づきボールゲーム形式でラグビーを理解させることを目的とする。

#### <授業の方法>

実技学習では、グループに分かれてスキルごとにフォーカスポイントを伝え実施する。ルールやゲーム理解については講義や映像での説明を行う。

#### <成績評価方法>※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

授業態度（積極性・協調性・相互促進性など）30%、基本スキルの評価40%、応用スキル30%

#### <教科書>

特になし

#### <参考書>

特になし

#### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	授業内容説明	ラグビー競技の説明、授業計画説明、注意事項説明
2	個人技能 (1)	ランニングスキル、ハンドリングスキル
3	個人技能 (2)	ランニング、ハンドリング応用スキル
4	ボールゲーム	ルールの説明と実施
5	個人技能 (3)	キックと個人技能 (1) (2) のレビュー
6	個人技能 (4)	キック応用、コンタクトスキル
7	キッキングゲーム	ルール説明と実施
8	ゲーム	ボール&キッキング
9	集団技能 (1)	スクラムの説明と実施
10	集団技能 (2)	ラインアウトの説明と実施
11	集団技能 (3)	キックオフ、ドロップアウトの説明と実施
12	集団技能 (4)	スクラム、ラインアウト、キックオフ応用
13	ゲーム (1)	ルール説明と実施
14	ゲーム (2)	ルール説明と実施
15	まとめ	ラグビー競技の理解と映像での試合観戦

科目コード	40102		区 分	コア科目			実務経験のある教員等による授業科目		
授業科目名	バレーボール I (基礎)		担当者名	十河 直太			○		
			実務経験との関連	専修学校専門課程科目担当者、大学スポーツサービスルームスタッフとしての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。					
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	後期	単位数	1単位	授業方法	実技	卒業要件	選択

#### <授業の概要>

バレーボールは、簡単なパスゲームからコンビネーションプレーまで、多彩なバリエーションを展開することができる。また、バレーボールでは構造的特性上、プレイヤー相互の協力と信頼が不可欠である。本授業では、基本的な技能、ルール、フォーメーション等についての理解を深めると共に、基本的な技能を高め、ゲームにおける相互の連係プレーを成功させることにより、仲間とともに、バレーボールの持つ楽しさや喜びが味えるようにする。

#### <授業の到達目標>

パスの基本、トスの基本、スパイクの基本を習得させ、3回使ったのゲーム形式が展開出来ることを目標とする。直上オーバーハンドパス、直上アンダーハンドパスを30秒間落とさず行うことができる。

#### <授業の方法>

実技を中心に展開していくが、必要に応じて資料を活用し、ルールや理論を理解させ、授業を進めていく。

#### <成績評価方法> ※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

出席意欲と授業態度 60%、実技テスト 40%

#### <教科書>

特に指定なし

#### <参考書>

特に指定なし

#### <授業計画>

回	テーマ	授 業 内 容
1	授業内容の説明と導入	バレーボールの特性の理解
2	バレーボールの歴史について	今日までのバレーボールの生い立ちと現状の理解
3	バレーボールの特性に応じたウォーミングアップ	方法の理解と実践
4	基本的な技能について（1）	スパイクおよびブロック
5	基本的な技能について（2）	レシーブ、セット、サーブ
6	基本的な技能の複合練習（1）	移動パスやグループ練習
7	基本的な技能の複合練習（2）	三段攻撃
8	基本的な技能のまとめ（1）	複合練習と実技テスト
9	基本的な技能のまとめ（2）	複合練習と実技テスト
10	ルールと審判法	ルールについての理解と審判方法の具体
11	試合形式（1）	リーグ戦
12	試合形式（2）	リーグ戦
13	試合形式（3）	リーグ戦
14	試合形式（4）	リーグ戦
15	まとめ	総合的レポート

科目コード	40102		区 分	コア科目			実務経験のある教員等による授業科目		
授業科目名	バレーボール I (基礎)		担当者名	十河 直太			○		
			実務経験との関連	専修学校専門課程科目担当者、大学スポーツサービスルームスタッフとしての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。					
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	後期	単位数	1単位	授業方法	実技	卒業要件	選択

#### <授業の概要>

バレーボールは、簡単なパスゲームからコンビネーションプレーまで、多彩なバリエーションを展開することができる。また、バレーボールでは構造的特性上、プレイヤー相互の協力と信頼が不可欠である。本授業では、基本的な技能、ルール、フォーメーション等についての理解を深めると共に、基本的な技能を高め、ゲームにおける相互の連係プレイを成功させることにより、仲間とともに、バレーボールの持つ楽しさや喜びが味えるようにする。

#### <授業の到達目標>

パスの基本、トスの基本、スパイクの基本を習得させ、3回使ったのゲーム形式が展開出来ることを目標とする。直上オーバーハンドパス、直上アンダーハンドパスを30秒間落とさず行うことができる。

#### <授業の方法>

実技を中心に展開していくが、必要に応じて資料を活用し、ルールや理論を理解させ、授業を進めていく。

#### <成績評価方法> ※課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

出席意欲と授業態度 60%、実技テスト 40%

#### <教科書>

特に指定なし

#### <参考書>

特に指定なし

#### <授業計画>

回	テーマ	授 業 内 容
1	授業内容の説明と導入	バレーボールの特性の理解
2	バレーボールの歴史について	今日までのバレーボールの生い立ちと現状の理解
3	バレーボールの特性に応じたウォーミングアップ	方法の理解と実践
4	基本的な技能について（1）	スパイクおよびブロック
5	基本的な技能について（2）	レシーブ、セット、サーブ
6	基本的な技能の複合練習（1）	移動パスやグループ練習
7	基本的な技能の複合練習（2）	三段攻撃
8	基本的な技能のまとめ（1）	複合練習と実技テスト
9	基本的な技能のまとめ（2）	複合練習と実技テスト
10	ルールと審判法	ルールについての理解と審判方法の具体
11	試合形式（1）	リーグ戦
12	試合形式（2）	リーグ戦
13	試合形式（3）	リーグ戦
14	試合形式（4）	リーグ戦
15	まとめ	総合的レポート

科目コード	40104	区分	コア科目			実務経験のある教員等による授業科目			
授業科目名	ハンドボール I (基礎)	担当者名	仙波 慎平/前田 誠一			○			
		実務経験との関連	日本代表選手、実業団チーム選手、日本ハンドボール協会情報科学委員会委員、アナリストとしての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。						
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	後期	単位数	1単位	授業方法	実技	卒業要件	選択

### <授業の概要>

ハンドボールは、ヨーロッパで発展した、スピーディーでダイナミックなプレーが人気のボールゲームである。走・跳・投という基本的な運動要素がバランスよく含まれており、発達段階にある子供に対しても有用な教材として学習指導要領にも取り上げられている。本講義では、ハンドボールの基礎、専門的運動技能と実技指導能力を学習する。(1クラスの定員50名とする。)

### <授業の到達目標>

ハンドボールのルールと競技特性を理解し、ゲームを楽しむことができること、ボールゲームとしてのハンドボールの成り立ちに着目した上で、ゲームに必要な基礎的技術、戦術を身につける。

### <授業の方法>

実技を通して、ハンドボールを学習し、随時その理論的背景を説明する。また、資料、映像等を必要に応じて活用し講義授業をすすめていく。

### <成績評価方法>※課題(試験やレポート等)に対するフィードバックの方法

授業態度 50%、技術・戦術遂行能力・運動学習能力 30%、レポート 20%

### <教科書>

特になし

### <参考書>

笹倉清則 (2003)

「Tactics of Handball in The World」

財団法人日本ハンドボール協会

酒巻清治 (2012)

「基本が身につく ハンドボール 練習メニュー200」

池田書店

### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	ガイダンス	授業の説明、ルール説明、ハンドボールの映像観察
2	個人技術の習得	パス・キャッチ技術の習得
3	個人技術の習得 (2)	シュートの種類、基本動作の習得
4	原始的ゲーム	基本的ルールの説明、少人数での速攻ゲーム
5	対人的技術・戦術 (1)	1対1状況における攻撃と防御の基礎スキル、少人数ゲーム (1)
6	対人的技術・戦術 (2)	1対1状況における攻撃と防御の応用スキル、少人数ゲーム (2)
7	グループ戦術 (1)	2対2状況における攻撃と防御の基礎スキル、ゲーム (1)
8	グループ戦術 (2)	2対2状況における攻撃と防御の応用スキル、ゲーム (2)
9	ゲーム (1)	ゲーム実施およびその運営
10	ゲーム (2)	課題抽出とその修正、ゲーム実施およびその運営 (1)
11	ゲーム (3)	課題抽出とその修正、ゲーム実施およびその運営 (2)
12	ゲーム (4)	課題抽出とその修正、ゲーム実施およびその運営 (3)
13	ゲーム (5)	課題抽出とその修正、ゲーム実施およびその運営 (4)
14	ゲーム (6)	課題抽出とその修正、ゲーム実施およびその運営 (5)
15	ゲーム (7)	課題抽出とその修正、ゲーム実施およびその運営 (6)

科目コード	40202		区分	コア科目		実務経験のある教員等による授業科目				
授業科目名	バレーボールⅡ(応用)[教職用]		担当者名	十河 直太		○				
			実務経験との関連	専修学校専門課程科目担当者、大学スポーツサービスマスタースタッフとしての実務経験から得られた専門的知見を授業内容に反映している。						
配当年次	カリキュラムにより異なります。	配当学期	前期	単位数	1単位	授業方法	実技	卒業要件	選択	

#### <授業の概要>

バレーボールは集団のスポーツであり、集団による協力が重要である。球技種目履修の意義は、球技種目における個人技術の向上、技術、戦術の理解や、体力トレーニングの方法を学ぶだけでなく、この集団による協力の重要性を、ゲームを通して肌で感じることにある。また単に技術向上をねらいとするだけではなく、将来指導者、教員を目指すことを想定し、指導法についても講義する。なお、バレーボールⅡ(応用)は、バレーボールⅠ(基礎)を修得していることが履修の条件となる。

#### <授業の到達目標>

スパイク技術、レシーブ技術、ブロック技術、サーブ技術を向上させると同時にそれらを指導できる力を身につけることを目標とする。さらにバレーボールのルールや審判法、コートの設定における知識と技術についても身につけることを目標とする。

#### <授業の方法>

体育館で実技方式で実施する。

#### <成績評価方法> ※課題(試験やレポート等)に対するフィードバックの方法

出席意欲と授業態度 40%、実技テスト及びレポート 60%

#### <教科書>

特になし

#### <参考書>

特になし

#### <授業計画>

回	テーマ	授業内容
1	内容説明と導入	本授業の内容と目的、到達目標についての説明
2	バレーボールの基礎技術①	オーバハンドパス、アンダーハンドパス
3	バレーボールの基礎技術②	対人レシーブ、サーブ
4	バレーボールの基礎技術③	スパイク、ブロック
5	バレーボールの審判法	審判法の理解と実践
6	バレーボールの指導法①	パスの指導法
7	バレーボールの指導法②	スパイク、サーブの指導法
8	バレーボールの指導法③	3段攻撃の指導法(パス、アタック、ブロック)と救急法
9	バレーボールの指導法④	ゲームの指導法
10	指導実践①	パスの指導実践
11	指導実践②	スパイクの指導実践
12	指導実践③	スパイクの指導実践
13	指導実践④	総合練習の指導実践
14	指導実践⑤	6人制ゲームの指導実践
15	振り返りと、レポート	まとめ及びレポート