

体育学部競技スポーツ科学科

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、体育の本質的追求である。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）

<アクティブ・ラーニングの要素有無、有る場合はその方法>

アクティブ・ラーニングの要素有（ディスカッション、ディベート、グループワークの方法）

3から4人のグループに分かれ、各回毎のテーマについて意見をまとめグループごとに発表を行う。

<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

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	体育とは	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
3	体育とスポーツは何が違うのか	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
4	身体からみた体育の可能性	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
5	体育で競争をどう位置付けるか	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
6	体育における人間形成	体育における競争とはどういう位置付けられるかを学び、自分の意見を検討する
7	体育と指導者	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
8	スポーツと科学	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
9	運動部活動の意義と課題	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
10	プレイが生み出す体育の可能性	運動部活動の意義と課題を学び、自分の意見を検討する
11	スポーツとルール	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
12	スポーツと文化	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
13	スポーツとビジネス	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
14	スポーツと社会	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
15	スポーツとコミュニティまとめ	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 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

体育学部競技スポーツ科学科

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。

<アクティブ・ラーニングの要素有無、有る場合はその方法>

要素：無

<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（慢性肺炎疾患、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レーションを実施する。また、情報や仲間の意見や考え方等をDropboxを利用し、理解・共有できるようにする。

<アクティブ・ラーニングの要素有無、有る場合はその方法>

要素：有。グループワーク

<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	大井 理緒/堀川 峻			○		
			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>

日本の伝統文化である剣道は、「剣の理法の修練による人間形成」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。

<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、中学校保健体育科教員になった際に武道専門家でなくとも武道の授業を担当しなければならない。この授業を通して剣道の基礎・基本・応用技能・剣道理念を身につけ、教育現場いいおいて剣道授業を実施できるようになる。

<授業の方法>

講義・実技・ディスカッション

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
Classroomを使用する

<アクティブ・ラーニングの要素有無、有る場合はその方法>

アクティブ・ラーニングの要素有（ディスカッション）

グループに分かれ授業内においての指導方法をディスカッションする

<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 50%、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	本授業の留意点や受講における心構えについて学習する。
2	剣道着袴採寸と剣道理念についての学び	剣道着・袴の採寸と剣道理念・歴史の学習を行う。
3	剣道着・袴の着用方法、竹刀について	剣道着・袴の着方法、竹刀の規格・手入れ方法と安全管理について
4	剣道の礼法と足捌き、構えについて	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）を歴史の背景も理解しながら実践する。足捌き、剣道の構えについて学習する。
5	基本動作について（素振りと立ち合いにおける礼法）	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。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・早素振りなどを行う。立ち合いにおける礼法を学習する。
6	剣道防具の着用方法と片付け	防具の使用方法について説明し、正しく防具を着用し片付けられるようにする。防具の置き方や面・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	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。
9	基本稽古（切り返し）	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（応じ技）	相手の打突に対応する応じ技の実践。
11	基本稽古（引き技）	鍔迫り合いの説明と鍔迫り合いからの引き技の実践。
12	基本稽古まとめと互角稽古	これまでの学習内容の振り返りとこれまで学習した技を用いた相手との実践稽古を行う。
13	実技確認試験	礼法、素振り、基本技（仕掛け技・応じ技・引き技）の確認実技テストを行う。
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。また互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	授業のまとめと試合（団体戦における戦い方の学習）	授業のまとめ学習と5人制における団体試合（人数に応じて3人～7人制）の実践。

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 佐藤 伸之			○		
			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

<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）

<アクティブ・ラーニングの要素有無、有る場合はその方法>

グループごとに課題達成に向けて、達成目標を設定し、そのための方策を計画し実践した上で、再点検をして、再度実践するという課題を設定させる。

<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

体育学部競技スポーツ科学科

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

体育学部競技スポーツ科学科

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携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。

<アクティブ・ラーニングの要素有無、有る場合はその方法>

アクティブ・ラーニングの要素：有

グループに分かれ、単元で学んだプレーについてディスカッションを行う。

<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

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	基本的技能について（2）	レシーブ、セット、サーブ
6	基本的技能の複合練習（1）	移動パスやグループ練習
7	基本的技能の複合練習（2）	三段攻撃
8	基本的技能のまとめ（1）	複合練習と実技テスト
9	基本的技能のまとめ（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			○		
			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。

<アクティブ・ラーニングの要素有無、有る場合はその方法>

アクティブ・ラーニング有

グループワーク（7～10人グループにわかれ、運営等を行う）

<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 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 Handba in The Word」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）

体育学部競技スポーツ科学科

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)		担当者名	坂本 博秋			○		
			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	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とともに日本バレーボール協会公認コーチ1の受験資格取得を目指す。

<授業の方法>

日本バレーボール協会公認コーチ資格取得カリキュラムに沿って展開していく。

<アクティブ・ラーニングの要素有無、有る場合はその方法>

アクティブ・ラーニング有

グループ・ディスカッションや指導実習など

<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>

日本バレーボール協会（2017年2月10日版）「コーチングバレーボール（基礎編）」大修館書店

<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	指導者資格について
2	指導者の在り方	指導者とは
3	バレーボールの歴史	バレーボールの生い立ちと現状の理解
4	競技規則と審判法（6/9）	競技規則の理解と審判トレーニング
5	ビーチバレーボールの指導法と競技規則（1）	技術理解と戦術について
6	ビーチバレーボールの指導法と競技規則（2）	練習方法と練習計画
7	グループ・ディスカッション	コーチングについて
8	指導実習（基礎Ⅰ）と救急法（1）	基礎技術の指導（パス、アタック、ブロック）と救急法実習
9	指導実習（基礎Ⅰ）と救急法（2）	基礎技術の指導（サーブ、レセプション）と救急法実習
10	練習計画の立案	練習方法の理解と配分について
11	ウォーミングアップとクーリングダウン	方法の理解と実践
12	初心者導入法（2/4/6/9）（1）	導入方法の理解と指導実習
13	初心者導入法（2/4/6/9）（2）	練習方法と指導実習
14	フォーメーション（基礎）	フォーメーションの理解と実践
15	実技試験とレポート	総合実技テスト及びレポート