

スポーツ論と実践Ⅱ	1年・後期	1単位 30時間	准教授 山口 重信
科目カテゴリー	人としての教養	科目ナンバリング	31220091

### 1. 授業のねらい・概要

今の日本では生活習慣病の予防・改善や平均寿命の延伸などにより、運動やスポーツ、健康への関心が高まってきている。このことから、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することは大変重要なものとなっている。

様々な運動の実技を経験することで、その運動特性を自身の身体で捉え、健康・体力増進について最低限の技能を身につけることができるようにする。また、自分たちで実際にスポーツを楽しみながら運動することの重要性を理解する。

### 2. 学修の到達目標

1. 競技スポーツのルールに従い、動きやゲームなどに参加することができる。(D-2)
2. 体力向上や健康維持のためのスポーツの必要性を具体的に述べるができる。(D-1)
3. ルールやマナーを遵守したスポーツ活動を実践することができる。(D-2)

### 3. 授業の進め方

下記4つの運動種目を複数回実践し、運動種目ごとにグループを編成し基本動作習得や試合形式を行う。

運動種目：バレーボール、バスケットボール、ソフトバレーボール、バドミントン

#### 【アクティブラーニング実施の有無】

アクティブラーニングとして、試合形式時にグループでミーティング・ディスカッションを行う。

#### 【ICT活用の有無】

ICTは活用しない。

### 4. 授業計画（講義）（実習/実技）

回	授業内容	授業形態	事前事後学修（学修課題）	担当
1	年間計画・種目開設（教室）	講義	予習： 特になし 復習： 伝達事項の確認	山口重信
2	基礎的な運動能力とグループ活動（体育館）	実技	予習： 目的に適した運動 復習： 身体ほぐしの重要性	山口
3	ソフトバレーボール&バドミントン1(導入)	実技	予習： 基本動作の知識 復習： 習得した基本動作の確認	山口
4	ソフトバレーボール&バドミントン2(練習)	実技	予習： 基本動作の確認 復習： ペア・グループでの攻防を理解する。	山口
5	ソフトバレーボール&バドミントン3(試合)	実技	予習： 基本ルールの確認 復習： 本時に習得したゲーム形式の確認	山口
6	ソフトバレーボール&バドミントン4(試合)	実技	予習： スムーズにゲーム形式を行うための準備 復習： 仲間との連携で動きを高めて展開できたかを再確認して今後の種目に生かす。	山口
7	バレーボール1(導入)	実技	予習： 基本動作の知識 復習： 習得した基本動作の確認	山口

8	バレーボール 2(練習)	実技	予習：基本動作の確認からグループ連携に向けて。 復習：グループでの展開の重要性を理解する。	山口
9	バレーボール 3(練習試合)	実技	予習：基本ルールの確認 復習：本時に習得したゲーム形式の確認	山口
10	バレーボール 4(試合)	実技	予習：スムーズにゲーム形式を行うための準備 復習：チームの仲間との連携で動きを高めて展開できたかを再確認して今後の種目に生かす。	山口
11	バスケットボール 1(導入)	実技	予習：基本動作の知識 復習：習得した基本動作の確認	山口
12	バスケットボール 2(練習)	実技	予習：状況に応じたボール操作をするための判断に関して取り組ませる。 復習：観る・判断・プレーの選択・アクションを理解してスムーズなプレーに関して考えさせる。	山口
13	バスケットボール 3(練習試合)	実技	予習：基本ルールの確認 復習：本時に習得したゲーム形式の確認	山口
14	バスケットボール 4(試合)	実技	予習：スムーズにゲーム形式を行うための準備 復習：チームの仲間との連携で動きを高めてゲームが展開できたかを確認する。	山口
15	バスケットボール 5(試合)	実技	予習：スムーズにゲーム形式を行うための準備 復習：チームの仲間との連携で動きを高めてゲームが展開できたかを再確認する。	山口

## 5. 成績評価の方法・基準

講義への参加状況(積極性・運営等)30%、種目別活動状況 70%で、総合的に評価する。評価対象者は3分の2以上出席した者とする。評価基準の詳細(ルーブリック)についてはルーブリック評価表を基に、採点する。ルーブリック評価表に関する詳細は、第1回講義内で別途説明する。

## 6. テキスト・参考文献

テキスト：特に指定しない

参考文献：プリント等(必要に応じて配布する)

## 7. 準備学習に必要な時間、又はそれに準じる程度の具体的な内容

各種目のルールを理解しておくこと。また、前回のゲームにおける勝敗の要因分析を行う。

最低45分の予習及び最低45分以上の復習を行うこと。

## 8. 受講上の留意事項

授業の目的を認識し、実技を行う際には、運動にふさわしい服装で出席すること。授業がスムーズに展開できるように協力し、後片づけを怠らない。慢性的な疾病、もしくは障害によって実技部分の受講に不安のある学生は事前に先生に申し出ること。教職課程を希望する学生、保健師課程希望で保健師免許取得後に養護教諭二種免許状の申請を希望する学生は必ず選択すること。また実技を行うため、受講人数の関係上、資格取得者以外の履修は原則として行わないものとする。

**9. 課題に対するフィードバックの方法**

各運動課題での実技見本をフィードバックとする。また、チームの勝率等を活動状況等のフィードバックの一つとする。

**10. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連**

選択科目である。教職課程を希望する学生、保健師課程希望で保健師免許取得後に養護教諭二種免許状の申請を希望する学生は、必ず選択すること。

**11. 該当する本授業は、以下の実務経験を活かして実施される**

中学校・高等学校・大学の教育機関における保健体育教師としての実務経験を活かして、講義を行います。