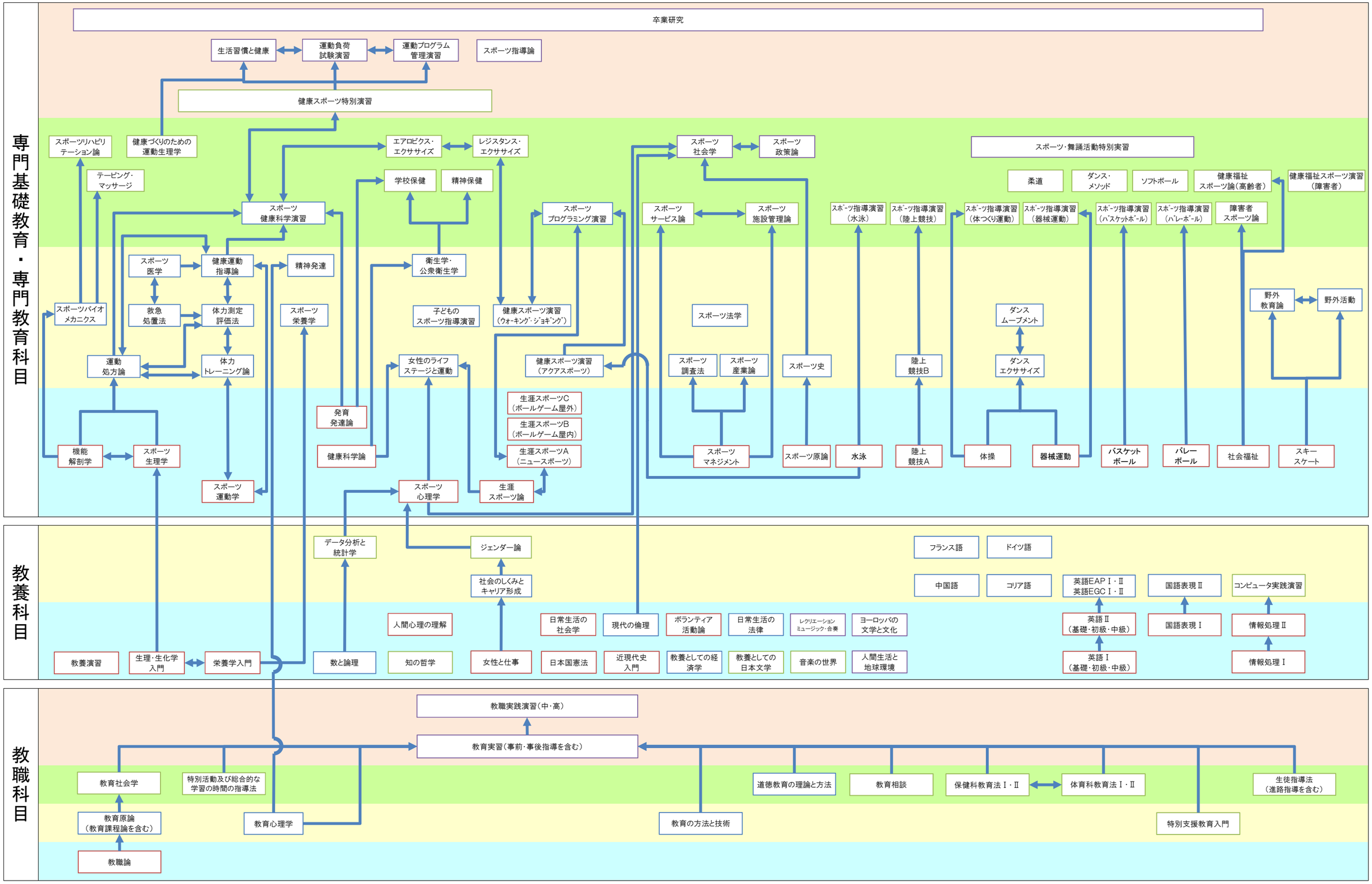
# 日本女子体育大学 | 2020年度 | シラバス

Japan Women's College of Physical Education

# 健康スポーツ学科　カリキュラムマップ



| 科目名 | 日本国憲法 | | | 担当者 | 中　村　安　菜 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Constitutional Law | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLR101・DLR101・HLR101・CLR101 | | |

**【目的とねらい】**

日本という国の基本的なあり方を決めている日本国憲法。この法がどのような内容であり、どのように役立っているのかを学ぶ。人権に関する規定、統治機構に関する規定ともに出来るだけ具体的・現実的な事件・出来事等と結びつけながら解説する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　なぜ憲法を学ぶのか？**
【　到達目標　】
(1)体育大学生が必修で日本国憲法について学ぶ理由を理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第1章を熟読する。(4.0hr)

**第２回　憲法とはどのような法か？**
【　到達目標　】
(1)憲法は権力濫用の防止を目的とする法であることを理解する。
(2)憲法は国内の最高法規であることを理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第1章を熟読する。(4.0hr)

**第３回　基本的人権総論**
【　到達目標　】
(1)基本的人権が保障されることの意味を理解する。
(2)基本的人権は誰に、どの範囲で保障されるのかを理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第11章を熟読する。(4.0hr)

**第４回　法の下の平等**
【　到達目標　】
(1)法の下の平等とはどのようなことであるかを理解する。
(2)具体的な事例で不合理な差別とはどのようなことであるかを理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第12章を熟読する。(4.0hr)

**第５回　精神的自由権①**
【　到達目標　】
(1)思想・良心の自由とはどのようなことであるかを理解する。
(2)信教の自由とはどのようなことであるかを理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第4章を熟読する。(4.0hr)

**第６回　精神的自由権②**
【　到達目標　】
(1)学問の自由とはどのようなことであるかを理解する。
(2)表現の自由とはどのようなことであるかを理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第3章・第4章を熟読する。(4.0hr)

**第７回　経済的自由権**
【　到達目標　】
(1)職業選択の自由とはどのようなことであるかを理解する。
(2)財産権とはどのようなものであるかを理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第6章を熟読する。(4.0hr)

**第８回　人身の自由**
【　到達目標　】
(1)人身の自由が保障されている意味を理解する。
(2)人身の自由の内容と刑事手続の流れを理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第5章を熟読する。(4.0hr)

**第９回　社会権**
【　到達目標　】
(1)社会権が保障されることになった歴史的背景を理解する。
(2)生存権等の社会権の具体的内容を理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第8章を熟読する。(4.0hr)

**第10回　天皇と国民**
【　到達目標　】
(1)憲法上の天皇に関する規定について理解する。
(2)天皇の存在と国民主権主義の関係について理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第11章を熟読する。(4.0hr)

**第11回　平和主義**
【　到達目標　】
(1)日本国憲法が規定している平和主義について理解する。
(2)平和主義の意義と問題点について理解する。

【授業時間外学習】
教科書第15章を熟読する。(4.0hr)

**第12回　国会の役割**
【　到達目標　】
(1)国会の地位と構成・役割について理解する。
(2)国会と国民主権主義の関係について理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第13章を熟読する。(4.0hr)

**第13回　内閣の役割**
【　到達目標　】
(1)内閣の地位と構成・役割について理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第13章を熟読する。(4.0hr)

**第14回　裁判所の役割**
【　到達目標　】
(1)裁判所の地位と構成・役割について理解する。

【授業時間外学習】
教科書の第14章を熟読する。(4.0hr)

**第15回　憲法の役割と現実**
【　到達目標　】
(1)この講義が目指した到達目標の達成度を確認する。

【授業時間外学習】
この授業を通して自分が関心をもった事柄について簡単にまとめる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義をよく聴き、メモ・ノートをしっかりとること。講義において興味を持った事柄について、自らすすんで調べてみること。なお、授業内容の詳細は随時指示する。

**【教科書・参考書など】**

「【合格水準】教職のための憲法」志田陽子　編著、法律文化社、2017

**【成績評価方法】**

期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提です）。
試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 女性と仕事 | | | 担当者 | 山下敬緯子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Career Development Studies (Women and Work) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLR102・DLR102・HLR102・CLR102 | | |

**【目的とねらい】**

本学の教育理念に沿い、主体的な生き方を自ら創造するキャリア形成の基礎力を身につけることを目的とする。その方法として「問い」を重視する。働く環境がめまぐるしく変化する社会にあって、「働くこと」の意味や「仕事」について、自ら「問い」を立て思考することによって、4年間の学生生活に取り組む姿勢を確認する。2年次の「社会のしくみとキャリア形成」とともに、女性としての社会的立場を理解し、自らの道を切り開く力の養成を図ることを狙いとする。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
本講義の目的と狙いを理解し､現時点の自己を把握するために自らの振り返りと未来の予測を､具体的に書きまとめてみる。

【授業時間外学習】
テキストの該当部分を予習する。全15回の授業について概観する。(4.0hr)

**第２回　「問い」の力を知る**
【　到達目標　】
本授業の目的を達成するために自ら「問い」を立てることを目指す。
その「問い」の持つ力について知り、考える。

【授業時間外学習】
「問い」に関する練習問題を行う。テキストの該当部分を予習する。(4.0hr)

**第３回　社会を知る(1)　講演①**
【　到達目標　】
卒業生から「働くこと」「仕事をすること」について多方面からの視点を学び、考え、自分なりに「問い」を立てる。

【授業時間外学習】
自分の「問い」について答えをまとめる。テキストの該当部分を予習する。(4.0hr)

**第４回　社会を知る(2)　講演②**
【　到達目標　】
業界や業種について知る。ニチジョの卒業生が就職をしている業界について、資料を通じて具体的に知る。業界や業種に関して、自分なりの問いを立てる。

【授業時間外学習】
自分の「問い」について答えをまとめる。テキストの該当部分を予習する。(4.0hr)

**第５回　社会を知る(3)　講演③**
【　到達目標　】
キャリアセンターと連携し、上級生のインターンシップ体験報告を視聴し、雇用とキャリア形成に関して自分なりの「問い」を立てる。

【授業時間外学習】
自分の「問い」について答えをまとめる。テキストの該当部分を予習する。(4.0hr)

**第６回　社会を知る(4)　雇用とキャリア形成**
【　到達目標　】
現代の若者や女性の就業環境と雇用形態の現実を学び、自分の働く姿勢や仕事の価値観についての考えをまとめる。

【授業時間外学習】
キャリアセンターを訪問する。センターの実施講座について知る。(4.0hr)

**第７回　社会を知る(5)　講演④**
【　到達目標　】
企業に勤務する卒業生による講演を通して、いろいろな仕事や生き方を学び、自分なりの問いを立てる。

【授業時間外学習】
キャリアセンターHPのOG図鑑を参考に、自分の「問い」についての答えをまとめる(4.0hr)

**第８回　社会を知る(6)　キャリアデザイン**
【　到達目標　】
キャリアデザインについて学び、自ら「問い」を立てる。グループワークを通して、視野を広げ、さらに自らの「問い」を掘り下げていく。

【授業時間外学習】
関連HPや書籍を参考に、自分の「問い」についての答えをまとめる。(4.0hr)

**第９回　社会を知る(7)　講演⑤**
【　到達目標　】
現代の社会問題について専門家から話を聴き、ブラック企業の実情を理解し、当事者としての対処法を学ぶ。また、自分なりの問いを立てる。

【授業時間外学習】
自分の「問い」について答えをまとめる。テキストの該当部分を予習する。(4.0hr)

**第10回　自分を知る(1)　社会人基礎力**
【　到達目標　】
社会人入門として「社会人基礎力」を学び、社会人に必要な力について、自分なりの「問い」を立てる。

【授業時間外学習】
自分の「問い」について答えをまとめる。テキストの該当部分を予習する。(4.0hr)

**第11回　自分を知る(2) 2年次「社会の仕組みとキャリア形成」への導き**
【　到達目標　】
人生100年時代の働き方と自分の可能性について考え、自分なりの「問い」を立てる。

【授業時間外学習】
関連書籍を参考に、自分の「問い」についての答えをまとめる(4.0hr)

**第12回　自分を知る(3)「教員」と言う仕事について**
【　到達目標　】
「教員」として身に付けておくべき力は、全業界、全業種にも求められる力であることに気づき、自分なりの「問い」を立てる。

【授業時間外学習】
冬休みを利用して、プレゼンテーションのための準備をする。(4.0hr)

**第13回　自分らしく生きるために**
【　到達目標　】
自分のキャリアデザインやアクションプランを作成し、プレゼンテーションの準備を通して大学生活と将来についての考えをまとめる。

【授業時間外学習】
プレゼンテーションの準備をする。期末レポートを執筆する。(4.0hr)

**第14回　プレゼンテーション(1)**
【　到達目標　】
「キャリアデザインに関する私の問いと答え」の発表を通して、多人数の人の前でプレゼンテーションをする。仲間のプレゼンテーションにコメントを寄せ、他者理解を深める。

【授業時間外学習】
プレゼンテーションの準備をする。期末レポートを執筆する。(4.0hr)

**第15回　プレゼンテーション(2)**
【　到達目標　】
「キャリアデザインに関する私の問いと答え」の発表を通して、多人数の人の前でプレゼンテーションをする。仲間のプレゼンテーションにコメントを寄せ、他者理解を深める。

【授業時間外学習】
プレゼンテーションの準備をする。期末レポートを執筆する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

「質問づくり」という手法を用いて、講義を聴講するだけでなくキャリアデザインを自分自身の問題として捉えるアクティブラーニング的手法で授業を行う。また、ゲストセッションを通して、書籍や資料だけでは得難い体験に基づいた講話やオンタイムの情報を得る機会を学生諸君に提供する。この授業をきっかけに視野を広げ、自ら「問い」を立て探求する姿勢を身に着けてほしい。各自の理解度や気づきの程度の確認のため、小レポートの提出を課し、授業の課題達成度を確認する。

**【教科書・参考書など】**

キャリアデザインテキスト（担当教員が製作）を授業内で販売する。

**【成績評価方法】**

授業における課題達成度（50%）、プレゼンテーション並びにプレゼンテーションの要旨レポート（50%）で評価する。

| 科 目 名 | 教養演習 | | | 担当者 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | Preparations for Academic Studies | | | | | |
| 単 位 数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR103・DLR103・HLR103・CLR103 | | |

## 【目的とねらい】

この授業は、大学での学修の基礎となる知識・技術の習得を目的とした初年次教育の授業である。授業では以下の４点を重点的に養成する。①アカデミック・スキルズ(大学での学修・調査・研究に必要な諸技術)の習得、②日本女子体育大学の一員としての自覚と責任の養成、③社会の一員として必要となるソーシャル・スキルズの向上、④教養力の養成。これらの目的を達成するため授業は少人数クラスでの演習形式で行われる。また下記の授業内容に加え、必要に応じて各種の配布物を使った課題およびワークショップ的内容も実施する。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　アイスブレイク**
【　到達目標　】
クラスメイトと「アイスブレイク」の活動を通して、仲間と打ち解けあい、よりよい集団づくりをしていくには何が必要かを体験的に学ぶ。

【授業時間外学習】
学習内容を今後のクラス、部活動、諸活動などの実践の場で活かすよう工夫する。(4.0hr)

**第２回　私の学生生活**
【　到達目標　】
これまでの学生生活を振り返り、他者の事例との比較考察を通して、自分の大学生活を有意義なものしていくにはどうすればよいかを自覚的に考える。

【授業時間外学習】授業で確認した内容を踏まえ、今後の大学生活をどう送るかについて各自の自覚を深める。(4.0hr)

**第３回　日本女子体育大学を知る（１）**
【　到達目標　】
日本女子体育大学の創立者である二階堂トクヨの生涯を概観し、本学がどのようにして創立されたのかを理解し、説明できるようになる。

【授業時間外学習】創立者二階堂トクヨのことを必要な場で話すことができるよう、学習内容を確認する。(4.0hr)

**第４回　日本女子体育大学を知る（２）**
【　到達目標　】
日本女子体育大学の建学の精神・教育理念を理解し、本学の一員としての自覚と責任を深め、本学で学ぶことの意義を考える。

【授業時間外学習】本学の建学の精神・教育理念を必要な場で話すことができるよう、学習内容を確認する。(4.0hr)

**第５回　話し合いの技術**
【　到達目標　】
集団で物事を決定する際の諸方法の長所・短所を比較考察し、話し合いの目的や決める内容に応じた適切な方法を考える。

【授業時間外学習】
学習内容を今後のクラス・部活動・諸活動などの実践の場で活かせるよう工夫する。(4.0hr)

**第６回　ノートテイクの技術**
【　到達目標　】
大学で行われる授業の性質・特徴を踏まえて、ノートテイクの意義・留意点を確認する。そして担当教員の指示に従って実践し、各自の改善点を探る。

【授業時間外学習】
ノートテイクの技術を今後の講義・演習・研究に活かせるよう工夫する。(4.0hr)

**第７回　データを読む技術**
【　到達目標　】
量的データを扱う際の初歩的な統計的計算方法やスキルを、その基本問題の実践を通じて習得する。

【授業時間外学習】
データ解釈の技術を今後の講義・演習・研究に活かせるよう工夫する。(4.0hr)

**第８回　データをまとめる技術**
【　到達目標　】
質的データを、整理・分析・考察の有効な資料にしていくための「まとめる」スキルを学ぶ。ここでは「マインド・マップ」と「ＫＪ法」を習得する。

【授業時間外学習】
授業で実践したスキルを、今後の授業・研究などで実践してみる。(4.0hr)

**第９回　レポート・論文作成の技術（１）**
【　到達目標　】
レポート・論文作成に求められる基本姿勢・思考法・研究倫理を理解し、作成の手順等を、内容と形式の両面から習得する。

【授業時間外学習】
今後、各種の授業レポート・論文作成で応用してみる。(4.0hr)

**第10回　レポート・論文作成の技術（２）**
【　到達目標　】
レポート・論文作成における各種の不正行為を防ぐ方法、および研究倫理を具体例を通して学習する。また参考文献を正しく利用することで論考の質を高める技術を実践的に習得する。

【授業時間外学習】
今後、各種の授業レポート・論文作成で応用してみる。(4.0hr)

**第11回　プレゼンテーションの技術**
【　到達目標　】
プレゼンテーションに求められる姿勢・準備方法等を理解し、その効果的な実施方法や手順を習得する。

【授業時間外学習】
学習内容を今後の授業・ゼミ・部活でのプレゼンに活かすよう工夫する。(4.0hr)

**第12回　専門への架け橋**
【　到達目標　】
「卒業研究」の概要を理解し、先輩たちの体験アンケート結果を参考にして、自分の卒業研究の方向性を考える。

【授業時間外学習】
学習内容を踏まえ、自分が書きたい卒業研究のテーマ・内容を考える。(4.0hr)

**第13回　レポート・プレゼンテーション①**
【　到達目標　】
担当教員の指示に従って、レポート・プレゼンテーションの作成・発表等を行う。

【授業時間外学習】
各自のレポート・プレゼンテーションの準備を行う。(4.0hr)

**第14回　レポート・プレゼンテーション②**
【　到達目標　】
前回に引き続きレポート・プレゼンテーションの作成・発表等を行う。

【授業時間外学習】
各自のレポート・プレゼンテーションの準備を行う。(4.0hr)

**第15回　レポート・プレゼンテーション③**
【　到達目標　】
担当教員の指示の下に、レポート・プレゼンテーションのまとめの作業を行う。

【授業時間外学習】
受講生各自がレポート・プレゼンテーションの反省点・改善点を確認する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

この授業は、講義ではなく「演習」である。そこでは受講生ひとりひとりが読み、考え、書き、意見交換をし、調べ、報告する様々な「活動」が中心となる。良識ある態度で授業に臨み、教員・クラスメイトと協力し合って、この演習を有意義なものにすることが望まれる。

## 【教科書・参考書など】

『教養演習ハンドブック』を用いる。他にも必要に応じて随時ハンドアウト・資料等を配布する。

## 【成績評価方法】

スキル・課題の習得度・達成度を50%、レポート・プレゼンテーションの達成度50%で評価する。

| 科目名 | 情報処理Ⅰ | | | 担当者 | 鈴木　信夫・牧　　琢弥<br>水野　有希・阿南　　大 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Information Literacy Ⅰ | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR104・DLR104・HLR104・CLR104 | | |

【目的とねらい】

ICT（Information & Communication Technology）の基礎を理解した上で、文書作成、表計算等に関するアプリケーションの活用法を学ぶ。また、ネットワークのしくみの基本を理解し、インターネットやメーラーの活用法を学ぶ。さらに、OSやファイル管理、周辺機器やメディアについても理解を深める。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　インターネットについての理解と利用１**

【　到達目標　】

(1)LANについての基礎知識を理解する。

(2)メーラー設定・パスワード変更・ネット検索について習得する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第２回　文書作成法の理解**

【　到達目標　】

(1)文書の構成の知識と文書作成ソフトウェアの知識を理解する。

(2)テキストデータ作成と編集について理解する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第３回　文書作成の方法**

【　到達目標　】

(1)Wordによる文書レイアウトの操作に関する知識を得る。

(2)文書のレイアウト方法や編集について理解する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第４回　ビジュアル表現法の理解**

【　到達目標　】

(1)文書上のオブジェクトについて理解する。

(2)文書上の画像コンテンツのレイアウト方法を習得する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第５回　ビジュアル表現の方法１**

【　到達目標　】

(1)文書上の罫線・表の作成・編集について習得する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第６回　ビジュアル表現の方法２**

【　到達目標　】

(1)文書上の図形描画（ドロー系コンテンツ）を習得する。

(2)文書の印刷方法について理解し、習得する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第７回　数値分析・データ加工法の理解**

【　到達目標　】

(1)コンピュータによるデータの蓄積と分析の知識を得る。

(2)表計算ソフトEXCELの基本操作ができるようになる。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第８回　数値分析・データ加工の方法**

【　到達目標　】

(1)EXCELによるデータ分析、シートの編集・印刷についての知識を得る。

(2)数値計算・統計計算への応用ができるようになる。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第９回　インターネットについての理解と利用２**

【　到達目標　】

(1)ネット上のマナーと著作権およびコンピュータウィルスの知識を得る。

(2)メールによるファイル添付、ネット上の図等の利用について習得する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第10回　周辺機器とメディアについての理解と利用**

【　到達目標　】

(1)PC周辺機器についての知識を得る。

(2)プリンタ等の実用的な利用方法を学ぶ。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第11回　プレゼンテーション法の理解**

【　到達目標　】

(1)PCを使ったプレゼンテーションについて理解する。

(2)PowerPointによるスライド作成を習得する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第12回　プレゼンテーションの方法１**

【　到達目標　】

(1)プレゼンテーション・スライドの応用的利用について理解する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第13回　プレゼンテーションの方法２**

【　到達目標　】

(1)プレゼンテーション・スライドの効果的利用方法を習得する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第14回　OSとアプリケーションとファイルについての理解**

【　到達目標　】

(1)OSとアプリケーションについての知識を得る。

(2)Word文書をPDF形式に保存する方法・EXCELをCSV形式に保存する方法等を習得する。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第15回　ファイルについての知識および管理の方法**

【　到達目標　】

(1)ファイルについての知識および管理方法を習得する。

(2)様々な保存形式について理解する。

(3)提出課題ポートフォリオによるスキルの自己チェックを行う。

【授業時間外学習】

予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

【学習上の留意点】

単なるアプリケーションの活用と習得だけでなく、その背景にあるコンピュータの仕組みやネットワーク、さらに文書の構成やコンピュータの分析処理の基本的考え方等の基本的知識を学び、専門における応用が可能となるようにする。そのため、基礎知識を学び、毎回授業時にそれに関連した課題を提出してもらう。

【教科書・参考書など】

別途、授業時に指示する。

【成績評価方法】

毎回の提出課題を１００％として評価する。

| 科目名 | 情報処理Ⅱ | | | 担当者 | 鈴木　信夫・水野　有希<br>阿南　　大・竹内由利子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Information Literacy Ⅱ | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR105・DLR105・HLR105・CLR105 | | |

【目的とねらい】

「情報処理Ⅰ」よりワンランク上の内容を学ぶ。Wordでは、より高度な文書作成（データの差し込み等）を学ぶ。Power Pointでは、相手に伝わるプレゼンテーションを作るための工夫を学び、実際にプレゼンテーションをおこなう。また、インターネットやメーラーの活用法を学び、コンピュータウイルスに対する対策についても理解する。Excelのデータの並べ替えや抽出等を活用できるようにする。画像や映像ファイルの編集方法を学び、実際に撮影や録画したデータから作品を作り、発表する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　情報ツールとネットワークPC**
【　到達目標　】
(1)ネットワークコンピュータやネットワークシステムを理解する。
(2)情報ツール、Wifi、について理解する。
(3)パソコンの設定について理解する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第２回　文書作成の方法（応用）**
【　到達目標　】
(1)ファイルについての知識と管理方法を理解する。
(2)文書上のオブジェクトの編集方法を習得する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第３回　ビジュアル表現の方法（応用）１**
【　到達目標　】
(1)複雑な図形表現の方法を習得する。
(2)作成されたオブジェクトの利用方法を習得する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第４回　ビジュアル表現の方法（応用）２**
【　到達目標　】
(1)文書上のオブジェクトについて理解する。
(2)文書上の画像コンテンツのレイアウト方法を習得する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第５回　データベースのデータの活用**
【　到達目標　】
(1)データベースについて理解する。
(2)データベースのデータを文書に差し込む方法を習得する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第６回　数値データの分析１**
【　到達目標　】
(1)EXCELの式と関数によるデータ処理を理解する。
(2)絶対参照の利用方法を習得する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第７回　数値データの分析２**
【　到達目標　】
(1)統計に必要な関数の利用方法を習得する。
(2)データに条件をつけて分析・表示させる方法を習得する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第８回　数値データのビジュアル化**
【　到達目標　】
(1)分析に適したグラフを理解する。
(2)分析結果をグラフで表現する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第９回　マルチメディアデータの取込と編集**
【　到達目標　】
(1)知的財産権について理解する。
(2)マルチメディアのファイルについて理解する。
(3)マルチメディアをPCで取込む方法を習得する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第10回　マルチメディアの簡単な編集と利用**
【　到達目標　】
(1)マルチメディア編集ソフトによる編集と利用方法を習得する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第11回　スライドを使ったプレゼンテーション１**
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーション内容に適したスライド作成を理解する。
(2)グループワークによりプレゼンテーション用スライドを作成する。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第12回　スライドを使ったプレゼンテーション２**
【　到達目標　】
(1)分担を決めてスライドの作成を行う。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第13回　スライドを使ったプレゼンテーション３**
【　到達目標　】
(1) スライドの作成を完了する。
(2) スライドを使ってプレゼンテーションを行う（1回目）。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第14回　スライドを使ったプレゼンテーション４**
【　到達目標　】
(1)スライドを使ってプレゼンテーションを行う（2回目）。
(2)他のグループによる評価を行い。プレゼンテーションしたグループにフィードバックする。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

**第15回　ファイル管理とPCの設定**
【　到達目標　】
(1)高度なファイル操作・管理・設定を習得する。
(1)提出課題ポートフォリオによるスキルの自己チェックを行う。
【授業時間外学習】
予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。(4.0hr)

【学習上の留意点】

単なるアプリケーションの活用と習得だけでなく、その背景にあるコンピュータの仕組みやネットワーク、さらに文書の構成やコンピュータの分析処理の基本的考え方等の基本的知識を学び、専門における応用が可能となるようにする。そのため、基礎知識を学び、毎回授業時にそれに関連した課題を提出してもらう。

【教科書・参考書など】

別途、授業時に指示する。

【成績評価方法】

毎回の提出課題を１００％として評価する。

| 科目名 | 国語表現Ⅰ | | | 担当者 | 高橋　良久・石元みさと<br>並木真理子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Japanese Composition and Rhetoric Ⅰ | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR106・DLR106・HLR106・CLR106 | | |

## 【目的とねらい】

・言語力やコミュニケーション能力を養い、大学・社会生活の基盤となる言語運用能力を高めることを目的とする。
・新聞や本の読み方を学ぶ中で、自ら主体的に言語生活の充実を図るとともに、言葉に関する視野を広げ、実生活に活きて働く基本的なリテラシーを養う。
・読書に親しむとともに、書評を取り扱い、書評を分析したり実際に書いたりすることを通して、批判的思考力を養う。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション（授業概要理解・学習目標設定）**
【　到達目標　】
この授業の目的とねらい、学習方法を理解し、各自が学習目標を設定する。
【授業時間外学習】
データベースを活用して、テーマに基づいた新聞記事を探す。(4.0hr)

**第２回　新聞に親しむ①**
【　到達目標　】
・新聞の読み方を知り、新聞に親しむ。
・全国紙と地方紙、一般紙と専門紙の違いを知る。
・紙面構成と記事構成を学ぶ。
【授業時間外学習】
興味・関心のある新聞記事を探し、要約する。(4.0hr)

**第３回　新聞に親しむ②**
【　到達目標　】
・新聞をもとに、意見を交流する。
・新聞をもとに、自分の意見を組み立てる。
・批判的なものの見方・考え方について理解する。
【授業時間外学習】
新聞記事を参考にして意見文を書く。(4.0hr)

**第４回　手紙①**
【　到達目標　】
手紙のマナーや書き方について理解を深める。
【授業時間外学習】
模擬の手紙を書く。(4.0hr)

**第５回　手紙②**
【　到達目標　】
手紙の書き方について一層の理解を深める。
【授業時間外学習】
模擬の手紙を書く。(4.0hr)

**第６回　メール**
【　到達目標　】
PCのeメールとケータイメールの使い分けについて理解するとともに、eメールのマナーと書き方の知識を深める。
【授業時間外学習】
模擬のeメールを書く。(4.0hr)

**第７回　読書生活①**
【　到達目標　】
・本の選び方と読み方を知る。
・書評を読み、本の批評方法について学ぶ。
・書誌情報について理解する。
【授業時間外学習】
教科書として指定された文庫を読む。(4.0hr)

**第８回　読書生活②**
【　到達目標　】
・書評の批評の特徴について考える。
・ネット書店の書評などの他の書評と教科書として読む文庫に取り挙げられた書評を比較する。
・批判的思考力を身に付ける。
【授業時間外学習】
教科書として指定された文庫を読む。(4.0hr)

**第９回　読書生活③**
【　到達目標　】
・教科書として指定された文庫を読み、書評を要約したり意見を持ったりし、批評的な観点を身につける。
・書評を分析する。
【授業時間外学習】
教科書として指定された文庫の書評を分析する。(4.0hr)

**第10回　読書生活④**
【　到達目標　】
・教科書として指定された文庫を読み、書評を要約したり意見を持ったりし、批評的な観点を身につける。
・教科書として指定された文庫の書評を分析する。
【授業時間外学習】
教科書として指定された文庫の書評を分析する。(4.0hr)

**第11回　ビブリオバトル①**
【　到達目標　】
・本の時内容を把握するとともに、内容の魅力の伝え方を構想し、ビブリオバトルの準備を行う。
【授業時間外学習】
ビブリオバトルを意識して、本を読む。(4.0hr)

**第12回　ビブリオバトル②**
【　到達目標　】
・グループごとにビブリオバトルを行い、本について情報を共有する。
【授業時間外学習】
ビブリオバトルを踏まえて、本の情報を加筆したり修正したりする。(4.0hr)

**第13回　ビブリオバトル③**
【　到達目標　】
・全体でビブリオバトルを行い、本について情報を共有する。
【授業時間外学習】
ビブリオバトルの記録を完成させる。(4.0hr)

**第14回　ビブリオバトル④**
【　到達目標　】
・全体でビブリオバトルを行い、本について情報を共有する。
・チャンプ本を選ぶ。
・ビブリオバトルを参考にして、書評の構想を練る。
【授業時間外学習】
書評の構想を基にして、書評の執筆をする。(4.0hr)

**第15回　目標達成度確認・国語表現Ⅱへの課題**
【　到達目標　】
自己評価により目標達成度を測り、国語表現Ⅱへの課題を確認する。
【授業時間外学習】
授業全体を振り返って、自己評価を行う。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

・毎授業の始めに、日本語検定試験の問題を使って解説の時間を設けるとともに、適宜、確認テストを行う。
・本授業は演習科目であるため、全時間を通して、実践的・体験的に「聞く・話す・書く・読む」を総合的に学ぶ授業展開となっている。またグループ・ワークを積極的に取り入れるため、授業や課題に対する主体的な参加を求める。欠席は特別な場合を除いて原則として考慮しないので、欠席授業分の学習課題は必ず提出すること。
・新聞や文庫等のさまざまなメディアを活用した学習課題に取り組むが、授業時間だけでは足りないので、各自が学習課題に対する自習時間の確保に努めること。
・不明な言葉をすぐに調べられるようにするため、国語辞典を持参すること。電子辞書でも構わない。

## 【教科書・参考書など】

教科書　：『10代のうちに本当に読んでほしい「この一冊」』、河出書房新社編集部編、河出文庫(河出書房新社)　税込713円
　　『高校生・大学生のための読書の教科書』(仮称/学事出版)　税込1,600円程度

## 【成績評価方法】

毎回の提出物40%・レポート課題30%・発表(ビブリオバトル等)20%・日本語検定確認テスト10%

| 科目名 | 英語Ⅰ（基礎） | | | 担当者 | 加賀　岳彦・大和久吏恵<br>中村　大輔 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | English Ⅰ (Elementary) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR107・DLR107・HLR107・CLR107 | | |

**【目的とねらい】**

この授業では、英語の基礎を確認・再学習する。要点は、１）基本語彙を覚える、２）文法・発音の基礎を習得する、３）平易な英文・対話文でコミュニケーションができるようになる、の３点である。また受講生の必要に応じて、英語の学習法や英語になじむための活動も取り入れる。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーションおよびプレイスメントテストの実施**
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の内容と目標を理解する。
受験上の注意点を把握し、集中して試験に取り組む。
自分はどのような技能が弱いかを自己分析する。
【授業時間外学習】
試験における反省点を把握し、教員の指示に従って次回からの授業の準備をする。(4.0hr)

**第２回　英語学習上のポイント等の説明・英語基礎総合演習①**
【　到達目標　】
プレイスメントテストの結果を踏まえて、基礎クラスの受講生に必要な学習上の工夫・ポイントを理解し、実践する。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

**第３回　英語基礎総合演習②**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第４回　英語基礎総合演習③**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

**第５回　英語基礎総合演習④**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

**第６回　英語基礎総合演習⑤**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

**第７回　英語基礎総合演習⑥**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

**第８回　英語基礎総合演習⑦**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

**第９回　英語基礎総合演習⑧**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第10回　英語基礎総合演習⑨**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第11回　英語基礎総合演習⑩**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第12回　英語基礎総合演習⑪**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第13回　英語基礎総合演習⑫**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第14回　英語基礎総合演習⑬**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第15回　英語基礎総合演習⑭**
【　到達目標　】
基本となる語彙・文法・発音等を確認しながら、英語の理解力（読解・聴解）とコミュニケーション力（表現・作文）を向上させる。
【授業時間外学習】
授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

予習・復習を継続すること。
小テスト・レポート・課題にしっかりと取り組むこと。

**【教科書・参考書など】**

各担当教員の指示に従うこと。
必要に応じて、随時指示する。
辞書を持参すること（電子辞書可）。原則として、携帯電話を辞書として使用することは認めない。

**【成績評価方法】**

原則として、平常授業での課題を40%、到達度の結果を60%として評価する。

| 科目名 | 英語Ⅰ（初級） | | | 担当者 | 大和久吏恵・中村　大輔<br>篠原　結城 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | English Ⅰ (Lower-Intermediate) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR108・DLR108・HLR108・CLR108 | | |

**【目的とねらい】**

この授業では、英語の基礎知識の復習・確認をしながら、日常生活・一般常識レベルの英語の理解力・表現力・コミュニケーション力の全体的な向上・拡充を目指す。また受講生が自立的学習を行えるよう学習指導にも言及する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーションおよびプレイスメントテストの実施**
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の内容と目標を理解する。
受験上の注意点を把握し、集中して試験に取り組む。
自分はどのような技能が弱いかを自己分析する。
【授業時間外学習】
試験における反省点を把握し、教員の指示に従って次回からの授業の準備をする。(4.0hr)

**第２回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得①**
【　到達目標　】
授業時間外学習の方法を把握する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第３回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得②**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第４回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得③**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第５回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得④**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第６回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑤**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第７回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑥**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第８回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑦**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第９回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑧**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第10回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑨**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第11回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑩**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第12回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑪**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第13回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑫**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第14回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑬**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第15回　基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑭**
【　到達目標　】
既習事項を復習・確認する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につけ、コミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

予習・復習を継続すること。
小テスト・レポート・課題にしっかりと取り組むこと。

**【教科書・参考書など】**

各担当教員の指示に従うこと。
必要に応じて、随時指示する。
辞書を持参すること（電子辞書可）。原則として、携帯電話を辞書として使用することは認めない。

**【成績評価方法】**

原則として、平常授業での課題を40%、到達度の結果を60%として評価する。

| 科目名 | 英語Ⅰ（中級） | | | 担当者 | 加賀　岳彦・大和久吏恵<br>中村　大輔 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | English Ⅰ (Intermediate) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR109・DLR109・HLR109・CLR109 | | |

**【目的とねらい】**

この授業では、英語の基礎知識(語彙・文法・発音等)を踏まえて、コミュニケーションの実践および学術研究に発展していけるようになるための英語力の養成を図る。また受講生が自立的学習を行っていけるようになるための学習指導や、知識・視野を広げるための海外事情・国際教養にも言及する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーションおよびプレイスメントテストの実施**
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の内容と目標を理解する。
受験上の注意点を把握し、集中して試験に取り組む。
自分はどのような技能が弱いかを自己分析する。
【授業時間外学習】
試験における反省点を把握し、教員の指示に従って次回からの授業の準備をする。(4.0hr)

**第２回　Introduction　英語総合演習①**
【　到達目標　】
受講にあたっての留意点・学習の進め方を理解する。
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第３回　英語総合演習②**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第４回　英語総合演習③**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第５回　英語総合演習④**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第６回　英語総合演習⑤**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第７回　英語総合演習⑥**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第８回　英語総合演習⑦**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第９回　英語総合演習⑧**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第10回　英語総合演習⑨**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第11回　英語総合演習⑩**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第12回　英語総合演習⑪**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第13回　英語総合演習⑫**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第14回　英語総合演習⑬**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第15回　英語総合演習⑭**
【　到達目標　】
日英語の違いを意識しながら、英語の理解力・表現力を向上させ、異文化コミュニケーションに必要なスキルを身につける。
【授業時間外学習】
授業内容の復習に取り組む。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

予習・復習を継続すること。
小テスト・レポート・課題にしっかりと取り組むこと。

**【教科書・参考書など】**

各担当教員の指示に従うこと。
必要に応じて、随時指示する。
辞書を持参すること（電子辞書可）。原則として、携帯電話を辞書として使用することは認めない。

**【成績評価方法】**

原則として、平常授業での課題を40%、試験の結果を60%として評価する。

| 科目名 | 英語Ⅱ（基礎） | | | 担当者 | 加賀　岳彦・大和久吏恵<br>中村　大輔 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | English Ⅱ (Elementary) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR110・DLR110・HLR110・CLR110 | | |

**【目的とねらい】**

この授業では、「英語Ⅰ（基礎）」を踏まえて、さらに英語の基礎全般を確認・再学習し、コミュニケーション力の向上を図る。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　授業説明および英語総合演習①**

【　到達目標　】

授業の目標・内容・計画を確認する。
受講生各自が、自己の英語学習の改善点を意識し、自立的学習を行っていけるよう方向づけを行う。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を確認し、担当教員の指示に従って次回の予習を行う。(4.0hr)

**第２回　英語総合演習②**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第３回　英語総合演習③**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第４回　英語総合演習④**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第５回　英語総合演習⑤**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第６回　英語総合演習⑥**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第７回　英語総合演習⑦**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第８回　英語総合演習⑧**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第９回　英語総合演習⑨**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第10回　英語総合演習⑩**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第11回　英語総合演習⑪**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第12回　英語総合演習⑫**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第13回　英語総合演習⑬**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第14回　英語総合演習⑭**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。(4.0hr)

**第15回　英語総合演習⑮**

【　到達目標　】

受講生の習得度を見ながら、英語の基礎力の定着を図る。
各種の演習を通して、英語の理解力とコミュニケーション力を向上させる。

【授業時間外学習】

授業で学んだ事項の復習を行う。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

予習・復習を継続すること。
小テスト・レポート・課題にしっかりと取り組むこと。

**【教科書・参考書など】**

各担当教員の指示に従うこと。
必要に応じて、随時指示する。
辞書を持参すること（電子辞書可）。原則として、携帯電話を辞書として使用することは認めない。

**【成績評価方法】**

原則として、平常授業での課題を40%、到達度の結果を60%として評価する。

| 科目名 | 英語Ⅱ（初級） | | | 担当者 | 大和久吏恵・中村　大輔<br>篠原　結城 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | English Ⅱ (Lower-Intermediate) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR111・DLR111・HLR111・CLR111 | | |

【目的とねらい】

この授業では、「英語Ⅰ（初級）」を踏まえ、さらに日常生活・一般常識レベルの英語の理解力・コミュニケーション力の全体的な向上・拡充を目指す。また受講生が自立的学習を継続できるよう、引き続き学習指導にも言及する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　イントロダクション・英語運用能力の習得、読解力の向上①**
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の内容と目標を確認する。
授業時間外学習の方法を振り返り、継続・改善する点を把握する。
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第２回　英語運用能力の習得、読解力の向上②**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第３回　英語運用能力の習得、読解力の向上③**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第４回　英語運用能力の習得、読解力の向上④**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第５回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑤**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第６回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑥**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第７回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑦**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第８回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑧**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第９回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑨**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第10回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑩**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第11回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑪**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第12回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑫**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第13回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑬**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第14回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑭**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第15回　英語運用能力の習得、読解力の向上⑮**
【　到達目標　】
日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。
精読を通して読解力を向上させる。
各種の演習を通してコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、今後も自立的学習を継続させる。(4.0hr)

【学習上の留意点】

予習・復習を継続すること。
小テスト・レポート・課題にしっかりと取り組むこと。

【教科書・参考書など】

各担当教員の指示に従うこと。
必要に応じて、随時指示する。
辞書を持参すること（電子辞書可）。原則として、携帯電話を辞書として使用することは認めない。

【成績評価方法】

原則として、平常授業での課題を40%、到達度の結果を60%として評価する。

| 科目名 | 英語Ⅱ（中級） | | | 担当者 | 加賀　岳彦・大和久吏恵<br>中村　大輔 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | English Ⅱ (Intermediate) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR112・DLR112・HLR112・CLR112 | | |

【目的とねらい】

この授業では、「英語Ⅰ（中級）」を踏まえて、英語のコミュニケーションの実践および英語を用いた学術研究に発展していけるようになるための英語力の養成を図る。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　Introduction 英語演習①**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第２回　英語演習②**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第３回　英語演習③**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第４回　英語演習④**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第５回　英語演習⑤**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第６回　英語演習⑥**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第７回　英語演習⑦**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第８回　英語演習⑧**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第９回　英語演習⑨**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第10回　英語演習⑩**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第11回　英語演習⑪**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第12回　英語演習⑫**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第13回　英語演習⑬**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第14回　英語演習⑭**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習、次回に向けての課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第15回　英語演習⑮**
【　到達目標　】
英文を正確に読む練習を通して、文法・語彙・表現方法を身につけ、ことばの背景にある文化への理解を深める。
各種の演習を通して、英語によるコミュニケーション力を向上させる。
【授業時間外学習】
授業内容の復習に取り組む。(4.0hr)

【学習上の留意点】

予習・復習を継続すること。
小テスト・レポート・課題にしっかりと取り組むこと。

【教科書・参考書など】

各担当教員の指示に従うこと。
必要に応じて、随時指示する。
辞書を持参すること（電子辞書可）。原則として、携帯電話を辞書として使用することは認めない。

【成績評価方法】

原則として、平常授業での課題を40%、到達度の結果を60%として評価する。

| 科 目 名 | 国語表現Ⅱ | | | 担当者 | 高橋　良久・石元みさと<br>並木真理子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | Japanese Composition and Rhetoric Ⅱ | | | | | |
| 単 位 数 | 2 | 科目区分・必修<br>／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 | 教養・必修 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLR201・DLR201・HLR201・CLR201 | | |

**【目的とねらい】**

国語表現Ⅰで培った言語力やコミュニケーション能力の基礎的・基本的な知識を基に、大学・社会生活の基盤となる言語運用能力の一層の伸長を図るとともに、アカデミック・ライティングについての学びを深める。

新聞やインターネットを活用し、メディア・リテラシーや情報リテラシーを身につける。さらには、新書を読む読書力を養い、質的研究法で用いられるインタビューなど、自身が体験したことの言語化に取り組む。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション（授業概要理解・学習目標設定）**
【　到達目標　】
国語表現Ⅰでの学習を振り返り、各自が学習目標を設定する。

【授業時間外学習】
興味や関心のある新聞記事を探す。(4.0hr)

**第２回　新聞を活用した意見の構築①**
【　到達目標　】
新聞を活用した情報収集を行うとともに、討議などにより自己の意見を組み立てる。また、クリティカルに社会事象をとらえて文章等にまとめる。

【授業時間外学習】
記事を要約する。(4.0hr)

**第３回　新聞を活用した意見の構築②**
【　到達目標　】
新聞を活用した情報収集を行うとともに、討議などにより自己の意見を組み立てる。また、クリティカルに社会事象をとらえて文章等にまとめる。

【授業時間外学習】
討議の内容を整理し、要約する。(4.0hr)

**第４回　新聞を活用した意見の構築③**
【　到達目標　】
新聞を活用した情報収集を行うとともに、討議などにより自己の意見を組み立てる。また、クリティカルに社会事象をとらえて文章等にまとめる。

【授業時間外学習】
記事をもとにして、意見文を書く。(4.0hr)

**第５回　アカデミック・ライティングの基礎①**
【　到達目標　】
文章構成や批判的な読み方、ディスカッション等を通して意見文を書き、アカデミック・ライティングの基礎を学ぶ。

【授業時間外学習】
意見文を書く。(4.0hr)

**第６回　アカデミック・ライティングの基礎②**
【　到達目標　】
文章構成や批判的な読み方、ディスカッション等を通して意見文を書き、アカデミック・ライティングの基礎を学ぶ。

【授業時間外学習】
意見文を書く。(4.0hr)

**第７回　アカデミック・ライティングの基礎③**
【　到達目標　】
文章構成や批判的な読み方、ディスカッション等を通して意見文を書き、アカデミック・ライティングの基礎を学ぶ。

【授業時間外学習】
本を読み、要約などをする。(4.0hr)

**第８回　本から学ぶ①**
【　到達目標　】
・新書の読み方を知る。
・本の選び方と読み方を知る。
・インタビューを読み、インタビューの文章の特性を理解する。
【授業時間外学習】
教科書として指定された新書を読む。(4.0hr)

**第９回　本から学ぶ②**
【　到達目標　】
・書誌情報を知る。
・インタビューを読み、インタビューの文章の特性を理解する。

【授業時間外学習】
教科書として指定された新書を読む。(4.0hr)

**第10回　本から学ぶ③**
【　到達目標　】
新書等に親しみ、目的に応じた読書の方法を理解する。また、要約力や批評力を培うことを通して、読書力を身につけるとともに、自ら主体的に読書をする能力・態度を養う。

【授業時間外学習】
本を読み、要約などをまとめる。(4.0hr)

**第11回　本から学ぶ④**
【　到達目標　】
新書等に親しみ、目的に応じた読書の方法を理解する。また、要約力や批評力を培うことを通して、読書力を身につけるとともに、自ら主体的に読書をする能力・態度を養う。

【授業時間外学習】
本を読み、要約などをまとめる。(4.0hr)

**第12回　インタビューを書く①**
【　到達目標　】
インタビューのまとめ方について理解するとともに、インタビュー方法の学習を踏まえ、自己を深く見つめて、インタビューをして文章に適切にまとめる。

【授業時間外学習】
インタビューのまとめ方の構想を練る。(4.0hr)

**第13回　インタビューを書く②**
【　到達目標　】
インタビューのまとめ方について理解するとともに、インタビュー方法の学習を踏まえ、自己を深く見つめて、インタビューをして文章に適切にまとめる。

【授業時間外学習】
インタビューを完成させる。(4.0hr)

**第14回　インタビューを読み合う**
【　到達目標　】
完成したインタビューを読み合い、入念に推敲した上で、より適切な文章に修正する。

【授業時間外学習】
推敲して修正したインタビューの文章を見直す。(4.0hr)

**第15回　目標達成度確認・今後の言語生活に向けて**
【　到達目標　】
自己評価により目標達成度を測り、今後の言語生活に対する見通しを持つ。

【授業時間外学習】
授業全体を振り返って、自己評価を行う。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

・本授業は演習科目であるため、全時間を通して、実践的・体験的に「聞く・話す・書く・読む」を総合的に学ぶ授業展開となっている。またグループ・ワークを積極的に取り入れるため、授業や課題に対する主体的な参加を求める。欠席は特別な場合を除いて原則として考慮しないので、欠席授業分の学習課題は必ず提出すること。
・新聞や新書等のさまざまなメディアを活用した学習課題に取り組むが、授業時間だけでは足りないので、各自が学習課題に対する自習時間の確保に努めること。
・不明な言葉をすぐに調べられるようにするため、国語辞典を持参すること。電子辞書でも構わない。

**【教科書・参考書など】**

教科書　：初回の授業で指定する
参考書1　：『日本語検定公式練習問題集改訂版 3級』日本語検定委員会編(東京書籍)
参考書2　：『聞く力』阿川佐和子著(文春新書)

**【成績評価方法】**

毎回の提出物40%・発表20%・課題40%

| 科目名 | 栄養学入門 | | | 担当者 | 古泉　佳代・大村　恵利 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Primary Nutrition | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE101・DLE101・HLE101・CLE101 | | |

**【目的とねらい】**

食生活は心身の健康と密接な関わりがあり、そのバランスや豊かさが生活の安定に直結する。特に幼少期からの食生活習慣の形成は、そのあとに続く成人期、高齢期の生活と健康に重要な意味を持ち、また、食は心の健康や社会生活にも大きな影響を及ぼす。

本授業では、栄養に関する基本的な知識を学ぶことを目的とし、「正しく食べる」ことの意味とその影響について考え、受講生自身の食生活への意識、行動も高めることをねらいとする。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　ガイダンス・食生活と社会環境**

【　到達目標　】

(1)自分の食生活を振り返り、食べることについて考えることができる。

(2)食生活は色々な環境が関係していることに気付く。

【授業時間外学習】

毎日の食事から食生活を振り返り、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第２回　食を取り巻く環境の変化**

【　到達目標　】

(1)フードシステムの複雑化にともなって生じている食生活の課題を認識する。

【授業時間外学習】

食に関するニュースを検索し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第３回　食料の供給と課題**

【　到達目標　】

(1)食料自給率の低下とその背景を理解する。

(2)農業再生に向けた取組みの現状を把握する。

【授業時間外学習】

フードロスに関するニュースを検索し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第４回　食品の安全性①食中毒・リスク分析**

【　到達目標　】

(1)食品由来の危害要因と健康へのリスクについて理解する。

(2)食中毒とその危害要因、食中毒の予防について知識を得て行動できるようにする。

(3)リスク分析の考え方と3つの構成要素について理解する。

【授業時間外学習】

食中毒予防を実践し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第５回　食品の安全性②食品の安全性を確保するための制度**

【　到達目標　】

(1)わが国の食品の安全性を確保するための法律と制度について知る。

(2)食品の容器・包装の表示を読み、表示の役割について考えることができる。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第６回　食生活と健康①食物と栄養（栄養バランス）**

【　到達目標　】

(1)栄養バランスの評価方法を理解し、栄養バランスの良い食事を考えることができる。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第７回　食生活と健康②炭水化物**

【　到達目標　】

(1)炭水化物の代謝を理解することができる。

(2)炭水化物の種類を理解することができる。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第８回　食生活と健康③食物と栄養（脂質）**

【　到達目標　】

(1)脂質の種類、体内での働き及び代謝を理解する。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第９回　食生活と健康⑧食生活と健康**

【　到達目標　】

(1)青年期の食生活と健康との関わりについて理解する。

(2)エネルギーバランスからウエイトコントロールを考えることができる。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第10回　食生活と健康⑥たんぱく質**

【　到達目標　】

(1)たんぱく質の消化吸収を理解できる。

(2)たんぱく質の摂取方法について考えることができる。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第11回　食生活と健康⑦ビタミン・ミネラル・水**

【　到達目標　】

(1)ビタミン・ミネラルについて理解する。

(2)体内の水の出納を理解する。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第12回　食生活と健康⑨食の情報を読み解くリテラシー・飲み物の糖度**

【　到達目標　】(1)食情報のリテラシーの重要性について理解する。

(2)「健康食品」の表示の実態を知り、問題点について指摘できるようにする。

(3)飲み物の糖度について理解できる。

(4)糖質の摂取方法について考えることができる。

【授業時間外学習】

健康によい根拠は何かを考え、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第13回　食生活と文化①食物のおいしさ**

【　到達目標　】

(1)おいしさの要因や味わい教育、おいしさの表現方法について知る。

(2)おいしさの要因を理解することができる。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第14回　食生活と文化②日本の食文化・共食の現代的課題**

【　到達目標　】

(1)自然環境と歴史のなかで、日本食文化がどのように形成されたかを理解できる。

(2)共食の意義と家族や地域における共食の歴史変遷を知り、有効的な活用について考えることができる。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第15回　食育とフード・リテラシー**

【　到達目標　】

(1)わが国における食育の推進について、現状と課題を理解できる。

(2)フード・リテラシーとは何か、自分らしい「食」を実現し、「食」を楽しむために、どのようなリテラシーが必要か考えることができる。

【授業時間外学習】

教科書を見直しながら、フード・リテラシーを生かした食生活を実践する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

パワーポイントを用いて講義の要点を示し、口頭で詳細を説明する。教科書で単語や事例を確認しながら理解を深めていく。本講義を理解するためには、自分自身の食生活を振り返りながら、受講することが大切である。また、授業内で学生同士のディスカッションや食体験を取り入れるため、自分だけなく他者の食生活にも興味を持ちながら受講することも大切である。講義内容に関する理解度確認テストを実施し、理解度の確認を行う。

**【教科書・参考書など】**

教科書　編著者　金子佳代子・松島悦子「白熱教室　食生活を考える」　(アイ・ケイコーポレーション出版)

参考資料は、適宜配布する。

**【成績評価方法】**

期末テスト達成度（80%）、レポート（20%）。なお、試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 生理・生化学入門 | | | 担当者 | 大　澤　拓　也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Introduction to Human Physiology and Biochemistry | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE102・DLE102・HLE102・CLE102 | | |

**【目的とねらい】**

健康科学およびスポーツ科学を学ぶために最低限必要と思われる生理学・生化学的な基礎知識を学習する。また、身体運動や環境の変化に対する生理的な適応およびそのメカニズムを理解する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション・概論**
【　到達目標　】
授業の進め方、生理学・生化学の学問領域を理解する。
日常生活やスポーツの場面でよく観察される生理応答について考え、その機能を理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第２回　筋 (1)**
【　到達目標　】
筋の種類・微細構造、筋収縮様式を理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第３回　筋 (2)**
【　到達目標　】
骨格筋の損傷・疲労・トレーニングによる変化を理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第４回　神経**
【　到達目標　】
運動による中枢・末梢神経系の応答、反射について理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第５回　呼吸 (1)**
【　到達目標　】
呼吸器系の構造・機能、酸素輸送について理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第６回　呼吸 (2)**
【　到達目標　】
最大酸素摂取量の意味・有用性・測定法について理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第７回　循環 (1)**
【　到達目標　】
心臓・血管系の構造と機能を理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第８回　循環 (2)**
【　到達目標　】
自律神経系による循環機能の調節を理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第９回　エネルギー代謝**
【　到達目標　】
3つのエネルギー産生機構について理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第10回　ホルモン**
【　到達目標　】
運動に伴うホルモン応答とその作用について理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第11回　血液**
【　到達目標　】
血液の成分・役割・運動による変化について理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第12回　骨**
【　到達目標　】
骨の構造・代謝・測定法について理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第13回　脂肪**
【　到達目標　】
脂肪の種類・代謝・測定法について理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第14回　環境生理**
【　到達目標　】
暑熱・低酸素・無重力環境に対する身体の適応を理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第15回　運動時における生理応答**
【　到達目標　】
実際の運動時に生じる様々な生理学・生化学的変化の相互作用を理解する。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。本講義の理解のためには、講義内容を各自の運動経験や専門スポーツ種目に置き換え、具体例を思い浮かべることが大切である。講義終了時にレポート作成、および翌回講義開始時に小テストを行う。その後の講義内において、これらのフィードバックを行う。

**【教科書・参考書など】**

特定の教科書・参考書を準備する必要はない。ただし、図書館等で借りられる「運動生理学」「生化学」「解剖学」に関する書籍を参考にすることは講義の理解を深める。

**【成績評価方法】**

授業内での発言、小テスト、レポートを20%、筆記試験の結果（試験は試験期間中に別途実施）を80%として総合的に評価する。

| 科目名 | 近現代史入門 | | | 担当者 | 山　本　唯　人 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Introductory Course to the Modern Japanese History | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE103・DLE103・HLE103・CLE103 | | |

**【目的とねらい】**

東京から見る日本近現代史/みなさんにとって「いま」とはいつからのことですか？なぜ、そう思うのですか？歴史を学ぶとはこの質問への自分なりの答えを、いま、見ることのできる資料に照らして確かめていくことです。答えはひとによって違います。この講義を受講されるみなさんは、年表を覚えることが歴史だという発想を、まず捨ててください。以上の問いを共有しつつ、明治、大正、昭和、平成にいたる日本の近現代史を、身近な街・東京を題材に初歩から学んでいきます。上の質問について、考えてきてください。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　イントロダクション**
【　到達目標　】
幕末開国から現在まで。歴史がどう流れてきたかを概観し、この講義でどこを、どのように学んでいくかを説明します。評価方法などについても説明するので受講を希望する方は必ず出席してください。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第２回　東京の誕生**
【　到達目標　】
そもそも「東京」とはいつごろ、どのように成立したのか。これまでの研究から確認していきます。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第３回　開国と文化変容（1）　横浜居留地**
【　到達目標　】
幕末開港は日本社会に大きな影響を与えます。その影響を外国に開かれた「窓」、居留地の風景から探ります。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第４回　開国と文化変容（2）　築地居留地**
【　到達目標　】
第3回の続編として、東京に開かれた築地居留地について見ていきます。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第５回　街頭空間の成立（1）　パリの都市計画**
【　到達目標　】
東京が成立した時代、世界の都市で大きな街づくりが進められていました。東京のまちづくりを見る前に、その参考の一つになった19世紀パリの都市計画を見ます。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第６回　街頭空間の成立（2）　商店街の形成、市区改正**
【　到達目標　】
多くのひとが「都会らしさ」を感じる場所とは、不特定多数のひとが入り乱れる「街頭」である場合が多いです。こうした「街頭」空間の多くは「東京」になって初めて生まれたものです。その一つとして商店街の形成を扱います。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第７回　街頭空間の成立（3）　新宿御苑**
【　到達目標　】
特殊な街頭空間のひとつに公園やオープンスペースがあります。戦前までは皇室の所有であり戦後になって一般市民に開放された新宿御苑の成り立ちをたどります。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第８回　街頭空間の成立（4）　自由民権、帝国議会、東京市役所**
【　到達目標　】
街頭空間は単なる交通や商業の場所ではなく、政治の舞台でもありました。日本に「議会」を成立させる原動力になった自由民権運動を都市の「街頭」を舞台にした言論活動という視点から見ます。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第９回　街頭の民主主義（1）　日露戦争、日比谷焼き打ち事件**
【　到達目標　】
明治の後期から大正時代にかけては、都市の街頭に多くのひとびとが繰り出して自らの主張を訴える様々な行動が行われた時代でした。そうしたひとびとの行動を「街頭の民主主義」という視点から見つめ直します。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第10回　街頭の民主主義（2）　第一次世界大戦、米騒動、普通選挙**
【　到達目標　】
第9回の続編です。街頭におけるひとびとの行動が、「普通選挙」の仕組みを生み出すというかたちで、現代にその遺産をもたらしていることを見ていきます。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第11回　関東大震災と「大東京」の時代**
【　到達目標　】
関東大震災と東京大空襲というふたつの災害を通じて、それまでの東京のまちなみは大きく変わっていきます。第11回は関東大震災とその復興のなかであらわれた「大東京」のまちなみを見ます。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第12回　東京大空襲と東京の復興**
【　到達目標　】
第11回の続編として、東京大空襲と戦後の復興を扱います。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第13回　バブル期の都市政治（1）**
【　到達目標　】
「バブルの時代」は現代に続く東京の再開発がはじまった時代でもありました。
「バブルの時代」とは何だったのか？東京の再開発を軸に探っていきます。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第14回　バブル期の再開発（2）**
【　到達目標　】
第13回の続編です。バブルの崩壊から現在までを展望します。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第15回　おわりに―オリンピック前／後のはざまに**
【　到達目標　】
最後に「いま」の時代をふりかえります。ここまで歴史を学んだみなさんには「いま」をより確かに把握することができることでしょう。いまの東京を、つまり「わたしたち」の未来を考えて、講義全体をまとめます。
【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

聞く、考える、書くをもう一つのテーマとして授業をすすめます。毎回の授業で提供されるテーマについて、その場で集中的に聞き、考え、その結果を書き、表現するトレーニングを重ねます。授業のはじめに前回の話題をフィードバックし、ふりかえりの時間を持つので、その時間にこれまでの学習をふりかえってください。入門の講義なので予備知識はいりません。「歴史」「東京」などのテーマに関心のあるみなさんの参加を歓迎します。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特にありません。毎回資料を配ります。参考書は随時教えます。

**【成績評価方法】**

2回のミニレポートと期末レポートで評価します。ミニレポート40%（1回20%）、期末レポート60%で評価します。

| 科目名 | 人間心理の理解 | | | 担当者 | 三　好　昭　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Personality Psychology | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE104・DLE104・HLE104・CLE104 | | |

【目的とねらい】

本講義は、人間の心と行動について多面的にとらえ、理解することができるようになることを目的とする。まずは人間が物理的世界をどのように主観的にとらえているのかを理解する。それぞれ主観的な世界をもつ人間が、他者や自分自身といった人間の心をどのようにとらえているのだろうか。それについて考えることを可能にするため、パーソナリティや知能といった漠然とした目に見えないものの見方を幅広く修得する。対人場面での実践的な問題を通して人間心理の多様性を理解し、他者理解とともに自己洞察を深めることを目的としている。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　感覚・知覚**
【　到達目標　】
(1)人間が外界をどのように知覚するかを理解する。
(2)同じものを見ても見え方が異なることを理解する。
(3)心理的世界と物理的世界との関連を理解する。
【授業時間外学習】
人間の知覚についての理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第２回　感情・情動**
【　到達目標　】
(1)どのようにして感情を感じるのかを理解する。
(2)表情の読み取りについて理解する。
【授業時間外学習】
感情の起源と表情の読み取りに関する課題を行う。(4.0hr)

**第３回　対人認知・印象形成**
【　到達目標　】
(1)対人認知について理解する。
(2)印象形成について理解する。
【授業時間外学習】
対人認知と印象形成の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第４回　態度変容**
【　到達目標　】
(1)態度変容に影響を与える要因について理解する。
(2)態度変容をうながすテクニックが悪用される危険性について理解する。
【授業時間外学習】
態度変容に関する課題を行う。(4.0hr)

**第５回　恋愛**
【　到達目標　】
(1)恋愛に関する社会心理学的研究について理解する。
(2)恋愛のタイプ分けテストに基づき自己分析する。
【授業時間外学習】
恋愛の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第６回　グループダイナミクス（集団力学）**
【　到達目標　】
(1)向社会的行動（思いやり）について理解する。
(2)他者への同調・服従について理解する。
(3)他者への同調・服従がまねく危険性について考える。
【授業時間外学習】
向社会的行動や同調・服従の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第７回　パーソナリティ①類型論**
【　到達目標　】
(1)クレッチマーの類型論について理解する。
(2)ユングの類型論によるタイプ分けテストに基づき自己分析する。
【授業時間外学習】
類型論の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第８回　パーソナリティ②特性論**
【　到達目標　】
(1)共通特性について理解する。
(2)ギルフォードの特性論について理解する。
(3)Big Fiveについて理解する。
【授業時間外学習】
特性論の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第９回　パーソナリティ③構造論**
【　到達目標　】
(1)フロイトの構造論について理解する。
(2)レヴィンの構造論について理解する。
【授業時間外学習】
構造論の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第10回　防衛機制に基づく個人差と無意識による自己理解**
【　到達目標　】
(1)防衛機制に基づく個人差について理解する。
(2)投影法を実施し、自己分析する。
【授業時間外学習】
防衛機制に基づく個人差と投影法の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第11回　知能とは何か**
【　到達目標　】
(1)知能の定義について理解する。
(2)知能テストについて理解する。
【授業時間外学習】
知能と知能テストの理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第12回　知能の発達**
【　到達目標　】
(1)行動遺伝学について理解する。
(2)知能やパーソナリティに対する遺伝と環境の影響について理解する。
【授業時間外学習】
知能の発達に関する課題を行う。(4.0hr)

**第13回　発達の可塑性**
【　到達目標　】
(1)初期経験の重要性について理解する。
(2)社会的に剥奪された環境からの社会復帰について考える。
【授業時間外学習】
発達の可塑性についての理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第14回　健康なパーソナリティ**
【　到達目標　】
(1)健康なパーソナリティについて理解する。
(2)ストレスへの対処について理解する。
【授業時間外学習】
健康なパーソナリティの理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第15回　自己実現**
【　到達目標　】
(1)パーソナリティの変容について理解する。
(2)なりたい自分について考える。
【授業時間外学習】
自己実現の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

【学習上の留意点】

講義ではパワーポイントを使用し、資料を毎回配布する。受講者は講義を聞きながらメモを取り、自分なりのノートを作成する。授業の中で、心理テストを行ったり、グループでロールプレイやディスカッションを行うことがある。自己理解に役立てるためにも積極的に取り組むことが望まれる。毎回、講義で取り上げた重要概念の理解を確実にするための課題を出す。課題を通して、分かったこと、分からなかったことを明確にし、知識を整理することが必要である。課題の内容は期末テストと対応しているので、しっかり復習すること。次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。毎回、資料を配布する。
参考書：『心理学 こころと行動のメカニズムを探る』越智啓太・著（樹村房　2012）

【成績評価方法】

課題の提出30%、期末テスト（試験は試験期間中に別途実施）を70%として評価する。

| 科目名 | ボランティア活動論 | | | 担当者 | 山田亜沙妃 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Citizenship Education | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE105・DLE105・HLE105・CLE105 | | |

**【目的とねらい】**

2020年の東京オリンピック・パラリンピック、2021年のワールドマスターズゲームズ2021関西を控え、大会の成否に影響を与えると言われるボランティアの存在に注目が集まっている。本講義では、各分野で活動している実践者からの現場の生の声を通して、実際にボランティア活動を体験しながら、現代社会におけるボランティア活動の意義を考察することを目的とする。授業履修後も継続的にボランティア活動に参加し、自らの専門性や力量を市民参加や社会貢献に結び付けていくことが、本講義の最終的なねらいである。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション（趣旨、学習の進め方）**
【　到達目標　】
(1)「ボランティア活動論」の全体の流れを把握する。
(2)自分の学習目標を決める。

【授業時間外学習】
自分の学習目標を決める。（4.0hr）

**第２回　ボランティア活動の役割と背景**
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動の果たす役割を理解する。
(2)ボランティア活動を重視する背景を理解する。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第３回　ボランティア活動事例の紹介（１）（講話）**
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動のいくつかの活動分野を知る。
(2)ボランティア活動事例を、自分の活動に役立てる。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第４回　スポーツボランティア活動の基礎知識**
【　到達目標　】
(1)スポーツボランティアの定義と分類、具体的なスポーツボランティア活動を知る。
(2)スポーツボランティアの現状と課題を理解する。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第５回　スポーツイベントやプログラム**
【　到達目標　】
(1)スポーツイベントの分類、効果について理解を深める。
(2)今後のスポーツイベントのあり方を探り、各イベントにおけるボランティア規模を知る。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第６回　スポーツイベントボランティア**
【　到達目標　】
(1)大規模スポーツイベントにおけるボランティアの活動を理解する。
(2)スポーツイベントボランティア活動事例を知り、自分の活動に役立てる。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第７回 ボランティア活動事例の紹介（２）（講話）**
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動のいくつかの活動分野を知る。
(2)ボランティア活動事例を、自分の活動に役立てる。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第８回　海外のスポーツボランティア**
【　到達目標　】
(1)海外のスポーツボランティアの取り組みについて理解する。
(2)海外の事例をもとに、日本のスポーツボランティアのあり方を考える。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第９回　ボランティア活動の歴史**
【　到達目標　】
(1)世界におけるボランティア活動の歴史を理解する。
(2)ボランティア思想の発展史を理解する。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第10回　ボランティア活動事例の紹介（３）（講話）**
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動のいくつかの活動分野を知る。
(2)ボランティア活動事例を、自分の活動に役立てる。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第11回　大学の地域貢献**
【　到達目標　】
(1)大学で学ぶ専門性を地域のために活かす方策を考える。
(2)自らの市民参加や社会貢献に結び付けて考察する。

【授業時間外学習】
ボランティア活動計画書の作成に向け準備を進め、実際にボランティア活動を行う。(4.0hr)

**第12回　ボランティア活動体験と報告（１）**
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動を実際に体験する。
(2)自分のボランティア活動を振り返り検証し、報告を行う。

【授業時間外学習】
ボランティア活動を実際に体験する。(4.0hr)

**第13回　ボランティア活動体験と報告（２）**
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動を実際に体験する。
(2)自分のボランティア活動を振り返り検証し、報告を行う。

【授業時間外学習】
ボランティア活動を実際に体験する。(4.0hr)

**第14回　ボランティア活動体験と報告（３）**
【　到達目標　】
(1)ボランティア活動を実際に体験する。
(2)自分のボランティア活動を振り返り検証し、報告を行う。

【授業時間外学習】
ボランティア活動を実際に体験する。(4.0hr)

**第15回　ボランティア活動レポートの作成・提出**
【　到達目標　】
(1)授業内容とボランティア活動体験をふまえ、ボランティア活動レポートを作成する。

【授業時間外学習】
ボランティア活動レポートを作成する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

ボランティア活動計画書の作成、ボランティア活動体験、プレゼンテーション、活動レポートの作成（2400字以上）を行う。

**【教科書・参考書など】**

資料プリント、ビデオ教材等を使用。授業時に指示する。

**【成績評価方法】**

各回の授業時での課題50%、ボランティア活動レポート50%として評価する。

| 科目名 | 日常生活の社会学 | | | 担当者 | 田　北　康　成 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Introductory Sociology | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE106・DLE106・HLE106・CLE106 | | |

**【目的とねらい】**

私たちの日常生活が複雑さを増す中で何が本当に大切かを見分ける知性が求められている。学校、家族、友人関係など日常生活の経験を糸口にして社会学とはどんな考え方をする学問であるのかを学んでいく。また社会調査という実証の方法についても学ぶ。実際にそれを活かして日常生活を検証してみる。社会学的思考は、自分の生き方の自由度を広げていくための知的なアイテムとして有効なことを実感していただければと思う。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
(1)本講義の方針、評価方法の説明、履修予定者の状況を把握する。
(2)領域を超えて横断的に物事を捉える習慣、そこで何が語られないかと考える習慣を身につける。
【授業時間外学習】
予習課題：「日本」という国の好きなところ、きらいなところを考えておく。(4.0hr)

**第２回　社会学はどのような考え方をするのか(1)**
【　到達目標　】
(1)身の回りの「あたりまえ」を疑い、別の視点からも捉え直して考える習慣を身につける。
(2)日常生活が世界とどこまで、どのように繋がっているかを想像できるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：「スマホ」「インターネット」に頼らない旅行計画を立ててみる。(4.0hr)

**第３回　社会学はどのような考え方をするのか(2)**
【　到達目標　】
(1)学問的な「問い」と「答え」を導き出す方法を知る。
(2)社会学の実証研究の方法として量的調査、質的調査共に様々なアプローチがあることを学ぶ。
【授業時間外学習】
予習課題：次に食べに行きたい「おいしい店」を探しておく。(4.0hr)

**第４回　人が持っているバイアスを考える（1）エスニシティ**
【　到達目標　】
(1)「日本」という国に住んでいることのバイアスを考えてみる。
(2)「想像の共同体」という概念を覚え、自国中心の観点について客観的に考えられるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：行ってみたい、住んでみたい国をその理由とともに考えておく。(4.0hr)

**第５回　人が持っているバイアスを考える（２）ジェンダー**
【　到達目標　】
(1)生物学的な区分と社会化の過程で作られるジェンダーの違いを学ぶ。
(2)さまざまな性のあり方が知られていく一方で、より固着化していく心理を読み解けるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：子どものときに読んだ絵本やマンガ、遊び方を調べておく。(4.0hr)

**第６回　家族の役割について考える（１）**
【　到達目標　】
(1)「家族」に対する理論的な分析枠組みを知ると共に、その機能を学ぶ。
(2)「家族」の制度がかかえる問題や課題を知り、将来、当事者として考えられるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：「夫婦別姓」についてどう思うか、その理由を考えておく。(4.0hr)

**第７回　家族の役割について考える（２）**
【　到達目標　】
(1)「家制度」の変化と現状、課題を知る。
(2)ライフステージの変化を捉え、家族の絆がどのような場面で必要かを考えられるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：自分の「お墓」について考えておく。(4.0hr)

**第８回　人や地域コミュニティのネットワークをどう形成するか**
【　到達目標　】
(1)「ゲマインシャフト」「ゲゼルシャフト」「中間集団」「コミュニティ」などの概念を学ぶ。
(2)コミュニティの繋がり、協力態勢について、主体的な居住者として考えられるようにする。
【授業時間外学習】予習課題：自分が住んでいる地区のゴミ集積所、避難場所、掲示板、広報誌を調べておく。(4.0hr)

**第９回　多文化共生時代の「地域」の変革を探る**
【　到達目標　】
(1)身近なグローバル化について考え、多様なルーツを持つ人々との共生の実例を把握する。
(2)人口減少社会における「労働力」「移民」について主体的に考えられるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：「絆」「助け合い」という言葉から連想することを考えておく。(4.0hr)

**第10回　これからのライフステージを考える**
【　到達目標　】
(1)ライフステージに伴う生活の変化を捉える。
(2)働き方に縛られない生活を把握し、将来、当事者として考えられるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：将来、どこに住みたいか、その理由とともに考えておく。(4.0hr)

**第11回　働くことの意味を考える**
【　到達目標　】
(1)「疎外された労働」、搾取、格差社会について理解する。
(2)労働条件の持つ意味を把握するとともに、「シャドウワーク」に支えられている労働がいかに身近にあるか考えられるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：家事労働は「いくら」もらえば満足するかを考えてみる。(4.0hr)

**第12回　セーフティネットの持つ意味**
【　到達目標　】
(1)「階級」「階層」「社会移動」について理解し、「格差」社会に起きていることを知る。
(2)「自己責任」論が跋扈し、セーフティネットが機能しにくい問題について考える。
【授業時間外学習】
予習課題：「生活保護」について自分の考えをまとめておく。(4.0hr)

**第13回　「健康」「美容」を考える**
【　到達目標　】
(1)「健康」や「美容」を過度なまでに強制する社会の圧力について理解する。
(2)「病」がつくられている現状について、医療社会学などの知見を得て、考えられるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：「ダイエット」や「サプリメント」について考えておく。(4.0hr)

**第14回　中毒や依存症、医療について考える**
【　到達目標　】
(1)タルコット・パーソンズの「病人役割」について把握する。
(2)グローバル化に伴う「リスク社会」に生きる中で、「病」と対策について考えられるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：自分の住んでいる場所の休日・深夜の医療体制を調べておく。(4.0hr)

**第15回　全体のまとめと補論**
【　到達目標　】
(1)「自由」「権利」とは何か、なぜ「秩序」が作られ、「逸脱行動」が非難されるかを考える。
(2)法規制の厳罰化や社会的制裁の強化がもたらす影響について考えられるようにし、難しい判断を迫られるような状況にも主体的に取り組むことができるようにする。
【授業時間外学習】
予習課題：許せない他人の癖や行動、ネット上の炎上事件などを調べておく。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

この授業は、社会学的な思考方法とそれに基づく現実の社会についての理解が求められている。それに加えて社会調査入門も兼ねている。ほぼ毎回、授業開始時に課題が用意されており、授業を受けたことにより考えた内容を問いかけるので、好奇心を持って主体的な参加をしてほしい。授業は板書、パワーポイント、書画カメラ、映像資料を複合的に使用するので、履修者が整理しやすいノート作りを自ら工夫してほしい。レスポンスシートの記述／質問内容については、紹介することにより、履修生全体の学修効果が見られるものについて、次の授業時に紹介したり、回答したりすることがある。

**【教科書・参考書など】**

教科書は不使用。
参考書は随時指示するが、下記の文献を事後学習に役立ててほしい。
①篠原清夫・栗田真樹編著（2016）『大学生のための社会学入門』晃洋書房、②田中正人編著（2019）『社会学用語図鑑』プレジデント社

**【成績評価方法】**

予習課題に連動した毎回のレスポンスシート（10%）と、授業を受けて発展的に学習したかどうか学期末のテスト（90%）との総合点で評価する。
(試験は試験期間中に別途実施する)

| 科目名 | 数と論理 | | | 担当者 | 水　野　有　希 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Arithmetic and Logic | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE107・DLE107・HLE107・CLE107 | | |

**【目的とねらい】**

これまで学んできた数学の知見をおさらいし具体的な問題を解くことで、基本的な数学についての理解を深めます。数の計算、代数の基礎、いろいろな進法を学び、教員採用試験や企業の適性検査に頻繁に出題されている流水算、旅人算、年齢算などの手法や、集合、論理パズル、表や資料の読み取り方について学習します。社会人になってから求められる実務をこなす基礎能力を身につけ、課題解決に向けた論理的思考を習熟します。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　計算の基礎1、整数の基礎**
【　到達目標　】
(1)四則算、計算の順序について復習する。
(2)約数と倍数について学ぶ。

【授業時間外学習】
授業時に実施した基礎問題の復習をする。(4.0hr)

**第２回　計算の基礎2、平方根**
【　到達目標　】
(1)正負、小数点、分数の計算について復習する。
(2)平方根の計算について学ぶ。

【授業時間外学習】
実数および平方根の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第３回　方程式**
【　到達目標　】
(1)1次方程式、連立方程式について復習する。
(2)2次方程式について復習する。
(3)不等式について学ぶ。
【授業時間外学習】
方程式の公式および計算の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第４回　関数１**
【　到達目標　】
(1)比例と反比例について学ぶ。
(2)1次関数について学ぶ。

【授業時間外学習】
1次関数の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第５回　関数2**
【　到達目標　】
(1)2次関数について学ぶ。
(2)平方完成について学ぶ。

【授業時間外学習】
2次関数の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第６回　関数3**
【　到達目標　】
(1)関数の領域（不等式）について学ぶ。
(2)関数の応用について学ぶ。

【授業時間外学習】
関数の領域（不等式）の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第７回　三角比**
【　到達目標　】
(1)三角比について理解する。
(2)三角比の応用問題について学ぶ。

【授業時間外学習】
返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第８回　数列**
【　到達目標　】
(1)等差数列、等比数列について理解する。
(2)数列の応用問題について学ぶ。

【授業時間外学習】
数列の公式および計算の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第９回　比と割合**
【　到達目標　】
(1)比について復習する。
(2)利益算について学ぶ。
(3)濃度算について学ぶ。
【授業時間外学習】
百分率や歩合の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第10回　速さ**
【　到達目標　】
(1)速さ、時間について復習する。
(2)通貨算、流水算について学習する。

【授業時間外学習】
速さの公式や計算の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第11回　特殊算**
【　到達目標　】
(1)鶴亀算について復習する。
(2)集合算について理解する。

【授業時間外学習】
返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第12回　場合の数と確率**
【　到達目標　】
(1)順列と組み合わせについて学ぶ。
(2)確率について学ぶ。

【授業時間外学習】
順列と組み合わせの公式および計算の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第13回　図形の基本**
【　到達目標　】
(1)図形の性質について学ぶ。
(2)図形の体積と表面積について学ぶ。

【授業時間外学習】
図形の種類や計算式の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第14回　合同と相似**
【　到達目標　】
(1)合同と相似について復習する。
(2)平行線と三角形を使った合同と相似の問題について学ぶ。

【授業時間外学習】
合同と相似の定義の予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**第15回　命題と推論**
【　到達目標　】
(1)命題とは何かを理解する。
(2)命題の真・偽について論理的に判断する方法を学ぶ。

【授業時間外学習】
命題の対偶について予習、返却された課題の復習をする。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

知識を固めるためには、実際に解いてみることが一番です。講義時間に15分位問題を解く時間をとります。すぐに答え合わせをするので、間違えた人は必ず復習をしてください。

**【教科書・参考書など】**

講義中に指示します。

**【成績評価方法】**

毎回行うミニ課題40%、期末試験60%（試験は試験期間中に別途実施）として評価します。ミニ課題は出された授業時間内で必ず提出して下さい。授業時間外の提出(翌週に出すことや、研究室に持ってくること)は、いかなる理由であっても認めません。

| 科目名 | 現代の倫理 | | | 担当者 | 宇多村俊介 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Ethics in Modern Life | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE108・DLE108・HLE108・CLE108 | | |

【目的とねらい】

倫理学は古くかつ新しい学問分野です。古くは古代ギリシャにまで遡る歴史があり、いかに生きるべきかについて幾多の哲学者たちが連綿と考えつづけてきている点でいにしえの主題であり、また一方では、ますます混迷化の様相を呈する現代にあって、倫理的諸問題が過去のどの時代にもなかった諸条件のもとで現れている点でつねに新しい主題をなしています。この講義では、こうした裾野から私たちを取りまく具体的な問題を手掛かりに、いくつかの倫理学の基本概念と原則を検討し、現代の倫理的な問への視角を学びます。個々の論題に対し、各受講者が倫理学的に何が問題かを把握し、自ら考える端緒としてほしい。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション：倫理的な問い**

【　到達目標　】

倫理的な問いのもつ特質を理解するとともに、自分の現状での思想傾向を把握する。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>に取り組む。(4.0hr)

**第２回　「幸福」「善」とは何か**

【　到達目標　】

倫理的な脈絡での「善・よい」を把握し、定義の構成を理解した上で善の定義を試み、それが開かれた(未決の)問であることを理解する。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第３回　普遍化可能性１：社会契約**

【　到達目標　】

道徳規則が万人に対する要請として現れる仕組みと可能性を考察することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第４回　普遍化可能性２：自由意志**

【　到達目標　】

自由をめぐる二つの考えを把握し、自由意志に基づく道徳的要請が成立する仕組みとその問題点を理解する。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第５回　普遍化可能性３：功利の原理(1)**

【　到達目標　】

現代社会の行為原則として功利の原理のもつ特質とその倫理的含みを理解する。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第６回　功利の原理(2)：自由主義的な行為原則**

【　到達目標　】

功利の原理が下敷きにする自由主義のはらむ問題点を、とくに自己決定権、他者危害の原則について考えることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第７回　正義：自由と平等**

【　到達目標　】

自由と平等が民主主義の二つの(別個の)伝統であることを把握し、格差（是正）原理を通してそれらの両立可能性について考えることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第８回　自然と文明：道具的理性**

【　到達目標　】

自然と人間、人間と文明がはらむ倫理的問題を、(道具的)理性の批判的検討を仲立ちにして理解する。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第９回　環境倫理：未来に対する責任**

【　到達目標　】

現在の個および種としての行為が、未来の他者に及ぼす影響について考え、未来に対する責任を自覚することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第10回　情報化社会の倫理：情報時代と監視社会**

【　到達目標　】

メディア文化の来歴を把握し、監視・管理社会にともなう倫理的な諸論題を理解して、その問題点を考えることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第11回　生命倫理１：人間の尊厳**

【　到達目標　】

生命倫理の基本概念を把握し、とくに安楽死をめぐる事案を通して現代医療で生じる諸論題の倫理的問題の所在を理解する。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第12回　生命倫理２：生殖医療**

【　到達目標　】

テクノロジーの発達と介入によって生じる、生殖医療をめぐる倫理的問題の所在を理解する。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第13回　科学技術時代の倫理：科学者の社会的責任**

【　到達目標　】

科学者の社会的責任論の類型を批判的に吟味することを通して、科学技術の来歴と特質がもつ倫理的含みを考えることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第14回　倫理的相対主義**

【　到達目標　】

倫理の相対主義の問題点を理解し、多元的社会での合意形成の可能性について考えることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第15回　規範なき時代とニヒリズム**

【　到達目標　】

残された、しかし重要な問題として、なぜ道徳的でなければならないか、その可能性を考えることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

【学習上の留意点】

暫定的に自分の考えや意見を自覚し整理するために、授業中に７～８回、ミニレポートを書き、提出してもらいます。これを除く各回、講義内容を踏まえた考察カードを書いてもらいます。とくに寸評を要する考察や疑問は翌週冒頭に取り上げ理解度を確認してもらいます。各回の主題に沿って原理的に考えることを要しますが、事例や具体的状況のなかで倫理的問題の所在がどこにあるのかをつかむには、知見を要する場合もあります。できるだけ歴史的・社会的背景の吸収・収集にも努めてください。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しません。授業ごとにプリントを配付します。参考文献は授業時に適宜指示します。

【成績評価方法】

課題ミニレポート40%、定期試験60%で成績を評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 日常生活の法律 | | | 担当者 | 中　村　安　菜 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Law in Everyday Life | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE109・DLE109・HLE109・CLE109 | | |

**【目的とねらい】**

私たちが日常生活の中で実際に接する可能性の高い法律問題を選び、それらに関係する基本的な用語や制度を理解する。あわせて、法的問題を解決する場合に必要な思考方法をも身につけたい。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　私たちの日常生活に関わる様々なルールについて**
【　到達目標　】
(1)私たちの日常生活には様々なルールが存在していることを理解する。
(2)様々なルールのなかで法律が持つ特性を理解する。

【授業時間外学習】
日本に存在している法律の数を調べる。(4.0hr)

**第２回　アルバイトと法律①**
【　到達目標　】
(1)契約について理解する。
(2)労働基準法の内容について理解する。

【授業時間外学習】
自分のアルバイトの契約内容について調べる。(4.0hr)

**第３回　アルバイトと法律②**
【　到達目標　】
(1)労働に関連する法的問題について理解する。
(2)ブラックアルバイトについて理解する。

【授業時間外学習】
ブラックバイトの具体的な事例を調べる。(4.0hr)

**第４回　恋愛関係と法律①**
【　到達目標　】
(1)恋愛関係による法的問題の存在を理解する。
(2)ストーカー規制法について理解する。

【授業時間外学習】
恋愛関係において発生する問題を調べる。(4.0hr)

**第５回　恋愛関係と法律②**
【　到達目標　】
(1)DV防止法について理解する。
(2)リベンジポルノ防止法について理解する。

【授業時間外学習】
2つの法律に関連する具体的な事件を調べる。(4.0hr)

**第６回　家族と法律①**
【　到達目標　】
(1)婚姻の成立と効果に関する法規定について理解する。
(2)家庭生活及び婚姻の解消に関する法制度について理解する。

【授業時間外学習】
結婚するために必要な手続について調べる。(4.0hr)

**第７回　家族と法律②**
【　到達目標　】
(1)親子関係の発生及び親子間の権利義務に関する法制度について理解する。
(2)養子に関する法制度について理解する。

【授業時間外学習】
親子関係不存在確認訴訟（2014年7月17日）に関する新聞記事をコピーする。(4.0hr)

**第８回　無戸籍問題**
【　到達目標　】
(1)無戸籍問題を理解する。
(2)無戸籍であることによって生じる不利益について理解する。

【授業時間外学習】
無戸籍問題に関する新聞記事を調べる。(4.0hr)

**第９回　表現物と法律①**
【　到達目標　】
(1)知的財産の種類について理解する。
(2)特許制度について理解する。

【授業時間外学習】
特許をとっている製品を調べる。(4.0hr)

**第10回　表現物と法律②**
【　到達目標　】
(1)著作権法について理解する。
(2)著作権法において規定されている諸権利について理解する。

【授業時間外学習】
著作権が問題となった事例を調べる。(4.0hr)

**第11回　ペットの飼育と法律①**
【　到達目標　】
(1)法律におけるペットの定義について理解する。
(2)ペットに関する諸法律の存在について理解する。

【授業時間外学習】
遺棄される動物の数を調べる。(4.0hr)

**第12回　ペットの飼育と法律②**
【　到達目標　】
(1)動物愛護管理法の内容について理解する。
(2)動物愛護管理法の改正と飼い主の責任について理解する。

【授業時間外学習】
動物愛護に関する具体的な社会的取り組みについて調べる。(4.0hr)

**第13回　犯罪の取り調べと裁判の進め方**
【　到達目標　】
(1)警察による取り調べに関する規定について理解する。
(2)起訴から判決までの流れについて理解する。

【授業時間外学習】
日本国内の地方裁判所・高等裁判所の数と所在地を調べる。(4.0hr)

**第14回　試験と法律**
【　到達目標　】
(1)偽計業務妨害罪について理解する。
(2)私文書偽造罪について理解する。

【授業時間外学習】
不正行為を禁止される理由について考える。(4.0hr)

**第15回　日々の暮らしと法律**
【　到達目標　】
(1)この講義が目指した到達目標の達成度を確認する。

【授業時間外学習】
全体の授業を通して自分が関心をもった事項についてより深く調べ、まとめる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義をよく聴き、メモ・ノートをしっかりとること。講義において興味を持った事柄について、自らすすんで調べてみること。なお、授業内容の詳細は随時指示する。

**【教科書・参考書など】**

開講時に指示する。

**【成績評価方法】**

期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提です）。
試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 教養としての経済学 | | | 担当者 | 高　橋　信　勝 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Introductory Economics | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE110・DLE110・HLE110・CLE110 | | |

**【目的とねらい】**

目的：市場経済社会を俯瞰できるように経済学の基礎理論を学び、経済学的思考の涵養を図る。
ねらい：この授業では、経済学の基礎理論をベースにして、私たちの生活にとって「政治」とともに係りを断つことができない「経済」について学ぶ。新聞の経済トピックの解説や問題演習を随時取り入れて、受講者の理解を深める。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　経済学への誘い（１）**
【　到達目標　】
市場経済社会の成り立ちを知り、経済学を学ぶ意義を考える。
経済システムと経済問題、経済学の3つの部門（理論、歴史、政策）について学ぶ。
経済学の学問的特質を理解する。
【授業時間外学習】
経済学の偉人について調べる（ケネー）。(4.0hr)

**第２回　経済学への誘い（２）**
【　到達目標　】
希少性、機会費用、サンクコスト等を学ぶ。
経済学的思考が日常生活のなかで、どのように役立つのかを理解する。
【授業時間外学習】
経済学の偉人について調べる（スミス）。(4.0hr)

**第３回　企業と経済**
【　到達目標　】
企業とは何か、国民経済における企業の役割を学ぶ。
企業経営におけるイノベーションの必要性、企業間の競争の意義について理解する。
【授業時間外学習】
経済学の偉人について調べる（シュンペーター）。(4.0hr)

**第４回　GDPと三面等価の原則**
【　到達目標　】
ストックとフロー、GDP・GNI・NDP、三面等価の原則、経済成長、景気循環について学ぶ。
国民経済の数量的把握について理解する。
【授業時間外学習】
経済学の偉人について調べる（ケインズ）。(4.0hr)

**第５回　中央銀行の機能と金融政策（１）**
【　到達目標　】
貨幣とは何か、貨幣需要、貨幣供給について学ぶ。
中央銀行の機能と金融政策を学ぶ。
金融政策の枠組みについて理解する。
【授業時間外学習】
経済史の重要テーマについて調べる（イギリスの産業革命）。(4.0hr)

**第６回　中央銀行の機能と金融政策（２）**
【　到達目標　】
前回のつづき。
【授業時間外学習】
経済史の重要テーマについて調べる（日本の産業革命）。(4.0hr)

**第７回　インフレとデフレ**
【　到達目標　】
インフレとデフレとは何かを学び、その国民経済への影響について理解する。
【授業時間外学習】
経済史の重要テーマについて調べる（世界恐慌）。(4.0hr)

**第８回　有効需要論（１）**
【　到達目標　】
有効需要、45度線分析、乗数、インフレギャップとデフレギャップを学ぶ。
経済のマクロ分析について理解する。
【授業時間外学習】
経済史の重要テーマについて調べる（高度経済成長）。(4.0hr)

**第９回　有効需要論（２）**
【　到達目標　】
前回のつづき。
【授業時間外学習】
日本の財政について調べる（歳入）。(4.0hr)

**第10回　IS-LM分析（１）**
【　到達目標　】
財市場とIS曲線との関係、貨幣市場とLM曲線との関係を学ぶ。
IS-LM分析にもとづく財政政策・金融政策を学ぶ。
市場経済への公的介入についての理解を深める。
【授業時間外学習】
日本の財政について調べる（歳出）。(4.0hr)

**第11回　IS-LM分析（２）**
【　到達目標　】
前回のつづき。
【授業時間外学習】
日本の財政について調べる（国債残高と財政赤字）。(4.0hr)

**第12回　国際収支と為替レート（１）**
【　到達目標　】
国際収支、円安と円高、為替レートと貿易収支の関係を学ぶ。
変動相場制と固定相場制、為替レートと物価の関係を学ぶ。
世界経済と日本経済とのかかわりを理解する。
【授業時間外学習】
貿易論の重要テーマについて調べる（リカードウの比較生産費説）。(4.0hr)

**第13回　国際収支と為替レート（２）**
【　到達目標　】
前回のつづき。
【授業時間外学習】
貿易論の重要テーマについて調べる（リストの経済発展段階論と貿易論）。(4.0hr)

**第14回　戦後の日本経済**
【　到達目標　】
高度経済成長、バブル、人口減少社会の到来等、戦後の日本経済史について学ぶ。
戦後の日本経済の歩みを回顧し、今日の日本経済が直面している問題について理解を深める。
【授業時間外学習】
貿易論の重要テーマについて調べる（経済のグローバル化）。(4.0hr)

**第15回　授業の総復習と問題演習**
【　到達目標　】
授業を振り返り、重要なポイントを再確認する。
問題演習に取り組み、知識の定着を図る。
【授業時間外学習】経済学上の対抗思想（経済成長至上主義と定常状態論、大きな政府と小さな政府）を調べる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

経済学は体系的な学問であるから、授業理解の第一のカギは継続的な出席である。テキストの予習箇所をあらかじめ指示するので、必ず目を通しておくこと。毎回、授業のポイントを明示したレジュメを配布する。授業ではキーワードを板書し、レジュメとテキストを参照しながら口頭で説明する。詳細な板書は行わないので、受講生各自がノートを整理し直すことが望ましい。また理解度を確認するため、問題演習を単元ごとに実施し、後続の授業でその解説を行う。

**【教科書・参考書など】**

教科書名：『経済認識の扉』高橋信勝・著（八千代出版）。参考文献等は、適宜、紹介する。

**【成績評価方法】**

小テスト（30%）と試験（70%）により、評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 英語ＥＡＰＩ | | | 担当者 | 中　村　大　輔 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | English for Academic Purposes Ⅰ | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE201・DLE201・HLE201・CLE201 | | |

**【目的とねらい】**

学術論文を理解するためには語彙･文法知識だけでは不十分であり、英文の論理構造に関する知識も必要である。この授業ではcause-effect関係の把握等のreading skillsを習得し、逐語訳することなく英文の論理構造を把握できるようになることをねらいとする。予習を前提としている授業なので、受講生は充分に準備した上で授業に臨むことになる。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　Introduction**
【　到達目標　】
この授業での学習の進め方・評価方法の説明・受講上の注意点を把握する。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 1: Finding the meanings of wordsを予習する。(4.0hr)

**第２回　Memory & New Technology**
【　到達目標　】
単語の意味を推測できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 2: Finding the topic of a paragraphを予習する。(4.0hr)

**第３回　Lying**
【　到達目標　】
パラグラフのトピックを把握できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 3: Finding the meanings of wordsを予習する。(4.0hr)

**第４回　Fact or fiction: Science**
【　到達目標　】
単語の意味を推測できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 4: Finding the main idea of a paragraphを予習する。(4.0hr)

**第５回　Hoaxes**
【　到達目標　】
パラグラフのメインアイデアを把握できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 5: Finding the meanings of wordsを予習する。(4.0hr)

**第６回　The psychiology of price**
【　到達目標　】
単語の意味を推測できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 6: Finding the topic and main dea of a readingを予習する。(4.0hr)

**第７回　Guerrilla marketing**
【　到達目標　】
文章全体のトピックとメインアイデアを把握できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 7: Finding the meanings of wordsを予習する。(4.0hr)

**第８回　Taste and color**
【　到達目標　】
単語の意味を推測できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 8: Finding supporting detailsを予習する。(4.0hr)

**第９回　Why do some people hate broccoli?**
【　到達目標　】
メインアイデアのサポート文を把握できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 9: Finding the meanings of wordsを予習する。(4.0hr)

**第10回　Ocean--An economic resource**
【　到達目標　】
単語の意味を推測できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 10: Finding steps in a processを予習する。(4.0hr)

**第11回　The health of our oceans**
【　到達目標　】
プロセスを説明する文章の構造を把握できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 11: Noticing parts of wordsを予習する。(4.0hr)

**第12回　Communication in natural disasters**
【　到達目標　】
名詞の接辞を理解できるようになる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 12: Finding advantages and disadvantagesを予習する。(4.0hr)

**第13回　How do social networks affect our daily lives?**
【　到達目標　】
物事に潜む二面性を表現する際の文章の構造を把握できる。
【授業時間外学習】
Skills and strategies 13: Noticing parts of wordsを予習する。(4.0hr)

**第14回　The history of currency**
【　到達目標　】
動詞の接辞を理解できるようになる。
【授業時間外学習】
課題の総チェックと総点検を行う。(4.0hr)

**第15回　総復習**
【　到達目標　】
これまで学習した内容を総復習する。課題をしっかり行った上で授業に臨むこと。期末試験に向けた課題も出す。
【授業時間外学習】
課題の総チェックと総点検を行う。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

・講義の理解度確認手段として課題をほぼ毎回出す。授業では冒頭で課題に関する解説を行うことで課題へのフィードバックを行うとともに、課題で習得したスキルを用いて文章構造を把握する問題演習を行う。指定された箇所の予習を確実に行った上で授業に出席すること。
・授業には辞書（あるいはsmartphone等辞書機能として使用できるもの）を携帯すること。
・履修者のレベルは英語１・２（初級・中級）レベルを想定し、文章の大まかな流れは説明するが逐語訳は行わない。初回の授業でテキストの難易度を確認すること。

**【教科書・参考書など】**

Williams, J & Wiese, D. (2016). Making connections: Intro. New York: Cambridge University Press。その他、参考書等は授業内で指示する。
※上記テキストは現時点での予定であり、変更の可能性がある。詳しくは初回の授業で担当者の指示に従うこと。

**【成績評価方法】**

平常点（小テスト、課題、授業内での応答、自立的学習力）を50%、学期末試験を50%として成績を評価する。

| 科 目 名 | 英語ＥＧＣⅠ | | | 担当者 | Mensto Flameling | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | English for General Communication Ⅰ | | | | | |
| 単 位 数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE202・DLE202・HLE202・CLE202 | | |

**【目的とねらい】**

This course (English for General Communication I) will encourage students to use and improve their English-language skills on a variety of topics.

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　Introductions**
【　到達目標　】
Previewing contents and goals of the course
【授業時間外学習】
Preview syllabus(4.0hr)

**第２回　Asking / Answering Questions**
【　到達目標　】
Practising question / answer format
【授業時間外学習】
Review question sentence grammar(4.0hr)

**第３回　Likes and Dislikes**
【　到達目標　】
Practising preference vocabulary/grammar
【授業時間外学習】
Preview preference vocabulary / grammar(4.0hr)

**第４回　Presentations: Likes and Dislikes**
【　到達目標　】
Discussing preferences
【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第５回　Family**
【　到達目標　】
Practising family vocabulary
【授業時間外学習】
Preview family vocabulary(4.0hr)

**第６回　People**
【　到達目標　】
Practising descriptive vocabulary
【授業時間外学習】
Preview descriptive vocabulary(4.0hr)

**第７回　Preparations for Presentations: Family**
【　到達目標　】
Gathering and organising information
【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第８回　Presentations: Family**
【　到達目標　】
Discussing family
【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第９回　Regular and Current Activities**
【　到達目標　】
Practising present tenses
【授業時間外学習】
Review present tense usage(4.0hr)

**第10回　Presentations: Invitations**
【　到達目標　】
Discussing schedules
【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第11回　Part-time Work**
【　到達目標　】
Previewing work-related vocabulary
【授業時間外学習】
Preview work-related vocabulary(4.0hr)

**第12回　Duties and Working Conditions**
【　到達目標　】
Previewing additional work-related vocabulary
【授業時間外学習】
Preview additional vocabulary(4.0hr)

**第13回　Presentations: Part-time Work**
【　到達目標　】
Discussing part-time work
【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第14回　Preparations for Mid-term Presentations**
【　到達目標　】
Previewing the mid-term presentation
【授業時間外学習】
Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)

**第15回　Mid-term Presentations**
【　到達目標　】
Course Review
【授業時間外学習】
Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

Any English is better than no English - always try to say something, to give some kind of answer!
I.e. This class will be conducted in English.

**【教科書・参考書など】**

Talk a Lot 1 - D. Martin - EFL Press

**【成績評価方法】**

Participation 40%, Assignments 30%, and Mid-term Presentations 30%

| 科目名 | 英語ＥＡＰⅡ | | | 担当者 | 大和久吏恵 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | English for Academic Purposes Ⅱ | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE203・DLE203・HLE203・CLE203 | | |

**【目的とねらい】**

この授業では、英語による様々な分野の論理的な文章を正確に読み、多様性を受容する素地を作ります。またプレゼンテーションに関する作業（原稿作成・発表・相互評価）を通して、英語で意見を述べる技術の習得を目指します。受講生は担当箇所のみならず課題全体を予習・復習する必要があります。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション　英文読解演習（１）**
【　到達目標　】
受講における留意点・授業の進め方を理解する。
時間外学習の方法を把握する。
論理的な文章を正確に読むために必要なポイントを理解する。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第２回　英文読解演習（２）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
パラグラフの構造を確認する。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第３回　英文読解演習（３）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
パラグラフ間の関係を理解する。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第４回　英文読解演習（４）**
【　到達目標　】
パラグラフ間の関係を理解する。
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第５回　英文読解演習（５）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
プレゼンテーションの構造を理解する。①
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第６回　英文読解演習（６）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
プレゼンテーションの内容を把握する。①
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第７回　英文読解演習（７）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
プレゼンテーションの内容に関して意見を構築する。①
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第８回　英文読解演習（８）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
プレゼンテーションの原稿を作成する。①
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第９回　英文読解演習（９）**
【　到達目標　】
プレゼンテーションを行う。相互・自己評価も行う。①
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第10回　英文読解演習（１０）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
プレゼンテーションの構造を理解する。②
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第11回　英文読解演習（１１）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
プレゼンテーションの内容を把握する。②
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第12回　英文読解演習（１２）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
プレゼンテーションの内容に関して意見を構築する。②
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第13回　英文読解演習（１３）**
【　到達目標　】
論理的な文章を正確に読む訓練をする。
プレゼンテーションの原稿を作成する。②
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第14回　英文読解演習（１４）**
【　到達目標　】
プレゼンテーションを行う。相互・自己評価も行う。②
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。(4.0hr)

**第15回　英文読解演習（１５）**
【　到達目標　】
論説文・プレゼンテーションを含む授業全体のふり返りを行う。
今後の学習目標を設定する。
【授業時間外学習】
授業内容を復習し、今後も自律的学習を継続させる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

担当箇所のみならず、課題全体の予習・復習を行うこと。
復習効果を確認できるよう、小テストにしっかりと取り組むこと。
論説文・プレゼンテーションの課題に関して意見を構築し、発表すること。

**【教科書・参考書など】**

プリントを配布します。
辞書を持参すること（電子辞書可）。原則として、携帯電話を辞書として使用することは認めません。

**【成績評価方法】**

原則として、平常点(課題・レポート等)40%、発表20%、試験４0%で評価します。

| 科 目 名 | 英語ＥＧＣⅡ | | | 担当者 | Mensto Flameling | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | English for General Communication Ⅱ | | | | | |
| 単 位 数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE204・DLE204・HLE204・CLE204 | | |

**【目的とねらい】**

This course (English for General Communication Ⅱ) will encourage students to use and improve their English-language skills on a variety of topics.

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　Introductions**
【　到達目標　】
Previewing the contents and goals of the course

【授業時間外学習】
Preview syllabus(4.0hr)

**第２回　Questions about Past Experiences**
【　到達目標　】
Practising past tense questions / answers

【授業時間外学習】
Review past tense(4.0hr)

**第３回　A Holiday in Florida**
【　到達目標　】
Listening in Context

【授業時間外学習】
Preview holiday vocabulary(4.0hr)

**第４回　Presentations: Holidays**
【　到達目標　】
Discussing a past experience

【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第５回　Countries and Their Kitchens**
【　到達目標　】
Practising food-related vocabulary

【授業時間外学習】
Preview food-related vocabulary(4.0hr)

**第６回　Locations**
【　到達目標　】
Practising location vocabulary

【授業時間外学習】
Preview location vocabulary(4.0hr)

**第７回　Presentations: A Country and its Kitchen**
【　到達目標　】
Discussing Foreign Countries

【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第８回　The Home**
【　到達目標　】
Practising home-related vocabulary

【授業時間外学習】
Preview home-related vocabulary(4.0hr)

**第９回　The City**
【　到達目標　】
Practising giving / receiving directions

【授業時間外学習】
Preview directions vocabulary(4.0hr)

**第10回　Presentations: My Home**
【　到達目標　】
Discussing living space

【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第11回　School**
【　到達目標　】
Previewing school-related vocabulary

【授業時間外学習】
Preview school-related vocabulary(4.0hr)

**第12回　Presentations: School**
【　到達目標　】
Discussing School

【授業時間外学習】
Prepare presentation(4.0hr)

**第13回　Reading a Story**
【　到達目標　】
Reading comprehension

【授業時間外学習】
Reading Preparation(4.0hr)

**第14回　Preparations for Mid-term Presentations**
【　到達目標　】
Previewing the mid-term presentation

【授業時間外学習】
Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)

**第15回　Mid-term Presentations**
【　到達目標　】
Course Review

【授業時間外学習】
Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

Any English is better than no English - always try to say something, to give some kind of answer!
I.e. This class will be conducted in English.

**【教科書・参考書など】**

Talk a Lot 1 - D. Martin - EFL Press

**【成績評価方法】**

Participation 40%, Assignments 30%, and Mid-term Presentations 30%

| 科目名 | ドイツ語 | | | 担当者 | 藤　由　順　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | German Language | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE205・DLE205・HLE205・CLE205 | | |

**【目的とねらい】**

初級レベルの基礎知識を確実なものにし、これを高め、応用力を養うことに備える。ドイツ語の言語的特徴と全体像をつかむことをめざす。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　授業内容の説明、テキスト等の紹介／発音とアルファベートの確認**

【　到達目標　】

音声的基礎を踏まえ、コミュニケーション能力を高める。
あいさつやとっさの一言が言える。

【授業時間外学習】

アルファベートの確認をし、文字と単語の発音練習をする。(4.0hr)

**第２回　発音、基本表現、基礎的文法事項の確認**

【　到達目標　】

日常生活レベルの語彙を知り、アクセントや発音の特徴をつかむ。
初めて見る地名や人名を正確に発音できる。

【授業時間外学習】

語彙の発音と意味を確認する。(4.0hr)

**第３回　ドイツ語の文構造／自己紹介（1）**

【　到達目標　】

「動詞が二番目にくる」というドイツ語文の特徴を理解する。
規則動詞、不規則動詞の人称変化をおさえて、自分について簡単な説明ができる。
例）私は～出身です／専攻しています。

【授業時間外学習】

基本的な文を覚える。／基本的な動詞を調べる。(4.0hr)

**第４回　ドイツ語の名詞と、主語となる代名詞を知る**

【　到達目標　】

名詞が内包する三要素「性・数・格」を捉えて、その名詞の文中での役割を意識できる。
例）父が／友人に／ピアノを／それは／あなたは／彼は、などを表現できる。

【授業時間外学習】

格変化の表の見方に慣れる。／自分と関連する名詞を調べる。(4.0hr)

**第５回　冠詞の役目：不定冠詞、定冠詞、所有冠詞**

【　到達目標　】

英語のa, an, the, myと異なる、冠詞の役目を確認する。
「1つの～が」「その～を」「私の～に」等の表現を身につける。

【授業時間外学習】

自分で格変化表を作成してみる。自分の持ち物や身内を表現する。(4.0hr)

**第６回　複数形／否定冠詞を使った否定表現**

【　到達目標　】

sをつけて複数形を作る英語と異なり、名詞を複数形にするのが単純ではないことを学ぶ。
自分のよく使いそうな単語の複数形を調べて、表現する。
例）私には二人の姉がいる。／靴は3足しかない。

【授業時間外学習】

単数形に戻す練習を重ねる。(4.0hr)

**第７回　自己紹介（2）／数詞**

【　到達目標　】

簡単な自己紹介ができる。友人や家族のことを表現する。

【授業時間外学習】

簡単な自己紹介文を作成する。(4.0hr)

**第８回　人称代名詞**

【　到達目標　】

主語だけでなく、目的語になる代名詞を学習して、活用する。
「彼に」・「私たちを」・「それを」などを体得する。

【授業時間外学習】

自分が何を愛しているのか、口頭や文章で表現する練習をする。(4.0hr)

**第９回　前置詞の格支配**

【　到達目標　】

状況を説明するフレーズを表現できる。
「～と一緒に・～の後で・～のために・～の上で」等を言える。

【授業時間外学習】

例文を覚える。(4.0hr)

**第10回　助動詞**

【　到達目標　】

話法の助動詞を学び、ドイツ語特有の語順を理解する。
例)私は～できる／～したい／～しなければならない。

【授業時間外学習】

自分のしたいこと、できること、好きなことを表現してみる。(4.0hr)

**第11回　過去表現　過去形と現在完了形**

【　到達目標　】

動詞の三基本形（不定詞、過去基本形、過去分詞）を知る。
現在形と過去形の違いを理解する。
過去形と現在完了形との用法の違いを認識する。

【授業時間外学習】

三基本形の規則性を覚える。(4.0hr)

**第12回　疑問文**

【　到達目標　】

疑問、質問を相手に行うことができる。
疑問詞疑問文を作ったり、問い合わせをスムーズにするフレーズを使えたりする。

【授業時間外学習】

例文を覚えて、これをアレンジする。(4.0hr)

**第13回　時の表現**

【　到達目標　】

現在や過去、未来の表現を知る。（昨日、3日前、毎年、4月に、1週間、将来、等）
頻度や回数、継続、曜日を表現する。（頻繁に、5回、10年前からずっと、日曜日には、等）

【授業時間外学習】

自分の部活動や趣味などの活動状況をドイツ語で説明してみる。(4.0hr)

**第14回　自己紹介（3）**

【　到達目標　】

自分の家族や友人について、これまでより詳しく他者に表現できる。

【授業時間外学習】

家族や友人のことも表現してみる。(4.0hr)

**第15回　理解度の確認と補足説明**

【　到達目標　】

習得した文法項目を用いて、自分が表現したい事、相手に尋ねたい事を伝える。

【授業時間外学習】

自分の分からない所を書き出す。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

半期しかないので、日本で、あるいは外国において自分の言いたいことをドイツ語で表現することを常に意識して、授業に集中して臨んでください。そして、発音練習を欠かさず自宅で行うようにしてください。理解度確認小テストやレポート課題は返却されましたら、間違いの個所や、指摘されたより適切な表現をしっかり確認するようにして、ドイツ語表現の幅を広げてください。

**【教科書・参考書など】**

平山・小野・藤由　『お菓子で学ぶドイツ語』朝日出版社
独和辞典はできれば用意してください。小さいものでも電子辞書でも古いものでも構いません。

**【成績評価方法】**

授業時の発表・課題提出、理解度確認のための小テスト25%、試験結果を75%として評価する（試験は試験期間中に別途実施する）。

| 科目名 | フランス語 | | | 担当者 | 山　下　利　枝 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | French | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE206・DLE206・HLE206・CLE206 | | |

**【目的とねらい】**

はじめてフランス語を学ぶ学生を対象に、フランス語の持つ豊かで魅力的な世界を味わってもらう。そのため、フランス語の生まれてきた文化的背景を講義するとともに、フランス語の発音・リズム・表現に触れ、フランス語を使う人々の日常的な表現世界を理解し共有することを目指す。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション：挨拶（アルファベ、綴りと発音）、フランスとフランス文化**
【　到達目標　】
(1)挨拶（アルファベ、綴りと発音）に触れ、フランスとフランス文化の特徴を理解する。
【授業時間外学習】
プリント「サッカーは世界の共通語」を読む。(4.0hr)

**第２回　フランス語について：沿革と発音の特徴、フランス語の魅力**
【　到達目標　】
(1)フランス語の歴史と文化的背景を理解して、フランス語の魅力に気づく。
【授業時間外学習】
プリント「ロワール河の北と南」を読む。(4.0hr)

**第３回　日常の表現：挨拶（アルファベ、綴りと発音の関係の復習）**
【　到達目標　】
(1)日常の表現世界の理解。コミュニケーションの基礎としての挨拶を理解する。
【授業時間外学習】
プリント「個性競うセーヌの橋」を読む。(4.0hr)

**第４回　日常の表現：自分のことを言う**
【　到達目標　】
(1)日常の表現世界の理解。自分を説明できる。
【授業時間外学習】
プリント「魅力あふれる小国モナコ」を読む。(4.0hr)

**第５回　日常の表現：相手・第三者のことを言う**
【　到達目標　】
(1)日常の表現世界の理解。相手・他人について説明できる。
【授業時間外学習】
プリント「カンヌ映画祭開幕」を読む。(4.0hr)

**第６回　まとめと復習①**
【　到達目標　】
(1)４・５回のまとめと復習を実施する。
【授業時間外学習】
プリント「日仏マンガ交流」を読む。(4.0hr)

**第７回　日常の表現：数、時間、お金**
【　到達目標　】
(1)日常の表現世界の理解。フランス語の世界の基礎としての数、時間、お金についての表現を理解する。
【授業時間外学習】
プリント「ストライキ大国フランス」を読む。(4.0hr)

**第８回　日常の表現：位置、方向（道を教える・聞く）**
【　到達目標　】
(1)日常の表現世界の理解。フランス語の世界の基礎としての位置方向についての表現を理解する。
【授業時間外学習】
プリント「フランスワインの内憂外患」を読む。(4.0hr)

**第９回　日常の表現：好き、嫌い、意思、願望**
【　到達目標　】
(1)日常の表現世界の理解。好悪や意志や願望についての表現を理解する。
【授業時間外学習】
プリント「エコ・ライフには自転車を」を読む。(4.0hr)

**第10回　日常の表現：非人称構文、天候、時間、義務**
【　到達目標　】
(1)日常の表現世界の理解。天候や時間や義務についての表現を学び、日本語と違う非人称の表現を理解する。
【授業時間外学習】
プリント「文化を生み出すカフェ」を読む。(4.0hr)

**第11回　まとめと復習②**
【　到達目標　】
(1)７～１０回のまとめと復習を実施する。
【授業時間外学習】
プリント「海洋環境復元にむけて（モン・サン・ミシェル）」を読む。(4.0hr)

**第12回　日常の表現：過去形、未来形の基本**
【　到達目標　】
(1)日常の表現世界の理解。過去・未来について表現の規則を理解する。
【授業時間外学習】
プリント「ツール・ド・フランスの勝者」を読む。(4.0hr)

**第13回　フランスの映画鑑賞**
【　到達目標　】
(1)映画鑑賞を通して、フランス語の世界を具体的に理解する。
【授業時間外学習】
プリント「7月14日は革命記念日」を読む。(4.0hr)

**第14回　フランス語の世界を理解するための注目点**
【　到達目標　】
(1)フランス語の世界を理解するために、特に注目すべき点を把握する。
【授業時間外学習】
プリント「ミシュランの三ツ星」を読む。(4.0hr)

**第15回　総復習**
【　到達目標　】
(1)総復習をして、フランス語の世界への理解を深める。
【授業時間外学習】
プリント「空飛ぶ作家サン＝テグジュペリ」を読む。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

予習は必要ありません。しっかり復習し、日常的にフランス語に触れること（映画・歌等）。

**【実務経験のある教員による授業科目】**

語学学校の専任教員としての実務経験を活かし、フランス語の基礎の習得とフランス語圏の歴史・社会・文化についても講義する。

**【教科書・参考書など】**

「だいじょうぶ！フランス語」（太田浩一・明石伸子著）（白水社）

**【成績評価方法】**

各回の授業時での課題40%、理解度確認のためのテスト結果を60%として評価する。（試験は試験期間中に別途実施する。）

| 科目名 | 中国語 | | | 担当者 | 道　上　峰　史 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Chinese | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE207・DLE207・HLE207・CLE207 | | |

**【目的とねらい】**

本講義は、初めて中国語を学習する学生を対象に開講します。中国語独特の発音や簡体字に慣れてもらうため、受講生には発音、発声の練習や、基礎的な作文を課します。最終目標としては、中国語で自己紹介が出来る水準を目指します。その他に、中国の社会や文化なども紹介して、中国に対する興味や関心を広げることを目的とします。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション：中国語について**
【　到達目標　】
(1)言語としての中国語の特性を理解する。

【授業時間外学習】
身近な中国語などを探して、中国語に興味を持つ。(4.0hr)

**第２回　発音の基礎：発音記号と四声**
【　到達目標　】
(1)言語としての中国語の音声（発音・リズム）を習得する。

【授業時間外学習】
授業で習った発音を、繰り返し発声する。(4.0hr)

**第３回　文字について：中国の簡体字と日本の漢字**
【　到達目標　】
(1)中国の簡体字と日本の漢字の違いについて理解する。

【授業時間外学習】
実際に簡体字を自分で書いてみる。(4.0hr)

**第４回　基礎構文（I）：是の構文**
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)是を使った構文を習得する。

【授業時間外学習】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

**第５回　基礎構文（I）：是の構文の応用**
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)是を使った構文の否定形、疑問形を習得する。

【授業時間外学習】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

**第６回　基礎構文（II）：目的語がある構文**
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)目的語がある構文を習得する。

【授業時間外学習】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

**第７回　基礎構文（II）：目的語がある構文の応用**
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)目的語がある構文の否定形、疑問形を習得する。

【授業時間外学習】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

**第８回　基礎構文（III）：形容詞がある構文**
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)形容詞がある構文を習得する。

【授業時間外学習】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

**第９回　基礎構文（III）：形容詞がある構文の応用**
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)形容詞がある構文の否定形、疑問形を習得する。

【授業時間外学習】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

**第10回　基礎構文（IV）：過去形**
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)過去形がある構文を習得する。

【授業時間外学習】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

**第11回　基礎構文（IV）：過去形の応用**
【　到達目標　】
(1)中国語の基礎的文章構造を理解する。
(2)過去形がある構文の否定形、疑問形を習得する。

【授業時間外学習】
授業で出題された課題をこなして、基礎的な文法を把握する。(4.0hr)

**第12回　作文：自己紹介**
【　到達目標　】
(1)自分について紹介する文章を作る。

【授業時間外学習】
自分で作成した中国語の文章を、更に推敲して完成させる。(4.0hr)

**第13回　作文：日常の表現**
【　到達目標　】
(1)日常表現をするための語彙を増やす。

【授業時間外学習】
普段、目に付いたものを中国語で表現する練習をする。(4.0hr)

**第14回　中国の文化（I）：中国文化と中国語I**
【　到達目標　】
(1)中国語の成り立ちと中国文化を理解する。
(2)中国語の語彙を増やす。

【授業時間外学習】
授業で触れた中国の文化について、自分でまとめなおす。(4.0hr)

**第15回　中国の文化（II）：中国文化と中国語II**
【　到達目標　】
(1)中国文化の中で成長した中国語について理解する。
(2)中国語の語彙を増やす。

【授業時間外学習】
授業で触れた中国の文化について、自分でまとめなおす。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義期間中に1度課題を出します。課題の結果は、講義内で解説によるフィードバックをおこないます。中国語を用いた会話などを行うことで、中国語を身につけていけるように指導します。それだけでなく、普段から復習を心がけ、中国語に触れる機会を増やしましょう。

**【教科書・参考書など】**

講義用の参考書(講義担当者作成)を準備します。初回のオリエンテーションにて詳細をお伝えします。

**【成績評価方法】**

授業時の課題が30%、学期末の筆記試験（試験は試験期間中に別途実施）が70%となります。

| 科目名 | コリア語 | | | 担当者 | 李　　貞旼 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Korean language | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE208・DLE208・HLE208・CLE208 | | |

【目的とねらい】

韓国についての情報や文化が、ようやく詳細に日本にも紹介されてきている。韓国の文字であるハングルに触れ、その理解を通じて、身近な国の韓国について関心度や理解度をさらに高めていきたい。生活や文化の正確な理解には、その国の言葉の理解が不可欠である。韓国語の文字（ハングル）や発音、基礎的な文法、表現を理解することによって、韓国の人々の日常生活や文化を正確に理解し、コミュニケーション能力を高めていくことを目標とする。

【授業内容・到達目標など】

| | |
|---|---|
| **第１回　オリエンテーション：ハングルとはどういう言語か**<br>【　到達目標　】<br>(1)言語としての韓国語の特性を理解する。<br>(2)文字としてのハングルの成立の文化的背景を理解する。<br>(3)ハングル文字の仕組みについて理解する。<br>【授業時外学習】<br>韓国語と日本語の共通点や相違点、ハングル文字の特性や仕組みについて学習する。(4.0hr) | **第９回　日常生活の表現：疑問表現**<br>【　到達目標　】<br>(1)日常の表現世界の理解。質問の仕方や答え方を習得する。<br>【授業時間外学習】<br>質問の方法を学習し、趣味の聞き方や答え方などを学習する。(4.0hr) |
| **第２回　ハングルの発音：基本母音字**<br>【　到達目標　】<br>(1)文字としてのハングルの発音・リズムを理解する。<br>(2)基本母音を習得する。<br>【授業時間外学習】<br>ハングル文字の仕組みを明確に理解したうえで、基本母音を学習する。(4.0hr) | **第10回　日常生活の表現：否定表現**<br>【　到達目標　】<br>(1)日常の表現世界の理解。不可欠の否定表現を習得する。<br>【授業時間外学習】<br>「～ではありません」の表現を勉強し、否定の仕方を学習する。(4.0hr) |
| **第３回　ハングルの発音：子音字（１）**<br>【　到達目標　】<br>(1)文字としてのハングルの発音・リズムを理解する。<br>(2)子音（平音・激音）を習得する。<br>【授業時間外学習】<br>基本母音と子音の組み合わせ及びその発音を学習する。(4.0hr) | **第11回　日常生活の表現：用言の表現（１）**<br>【　到達目標　】<br>(1)日常の表現世界の理解。不可欠の基礎の用言の表現を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>動詞・形容詞などの丁寧形（その１：ハムニダ体）を学習する。(4.0hr) |
| **第４回　ハングルの発音：子音字（２）**<br>【　到達目標　】<br>(1)ハングルの子音（濃音）を習得する。<br>【授業時間外学習】<br>基本母音と子音の組み合わせ及びその発音を学習する。(4.0hr) | **第12回　日常生活の表現：用言の表現（２）**<br>【　到達目標　】<br>(1)日常の表現世界の理解。不可欠の基礎の用言の表現を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>動詞・形容詞などの丁寧形（その２：ヘヨ体）を学習する。(4.0hr) |
| **第５回　ハングルの発音：合成母音字**<br>【　到達目標　】<br>(1)合成母音を習得する。<br>【授業時間外学習】子音と合成母音の組み合わせ及びその発音を学習する。発音の仕組みについて理解する。(4.0hr) | **第13回　日常生活の表現と韓国文化：過去形**<br>【　到達目標　】<br>(1)日常の表現世界の理解。不可欠の過去形の表現を習得する。<br>【授業時間外学習】<br>用言の過去形の作り方を勉強し、過去の出来事の説明の仕方を学習する。(4.0hr) |
| **第６回　ハングルの発音：パッチム、挨拶**<br>【　到達目標　】<br>(1)文字としてのパッチムを習得する。<br>【授業時間内学習】<br>パッチムという概念の理解とその発音を勉強し、基本的な挨拶を学習する。(4.0hr) | **第14回　日常生活の表現と韓国文化：数字の言い方（１）**<br>【　到達目標　】<br>(1)韓国語の漢数詞を習得し、数詞に表わされる韓国文化を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>漢字語数詞を勉強し、日にちや値段などの言い方を学習する。(4.0hr) |
| **第７回　日本語のハングルの表記**<br>【　到達目標　】<br>(1)日本語のハングル表記を習得する。<br>(2)辞書の引き方、キーボードの打ち方を習得する。<br>【授業時間外学習】日本語のハングル表記を学習し、自分の氏名をハングルで書く、辞書を引く、等を学習する。(4.0hr) | **第15回　日常生活の表現と韓国文化：数字の言い方（２）**<br>【　到達目標　】<br>(1)韓国語の固有数詞を習得し、数詞に表わされる韓国文化を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>固有語数詞を勉強し、時間や人数や年齢などの言い方を学習する。(4.0hr) |
| **第８回　日常生活の表現：肯定表現**<br>【　到達目標　】<br>(1)日常の表現世界の理解。不可欠の肯定表現を習得する。<br>【授業時間外学習】<br>「～は～です」の表現を勉強し、自己紹介や挨拶の表現を学習する。(4.0hr) | |

【学習上の留意点】

予習・復習を継続し、日常的にハングルに触れる（ドラマ・映画・歌、等）ようにすることが語学の上達の上で重要である。ほぼ毎回、各課ごとの応用練習帳の作成及び提出の課題が出される。課題の結果、間違いやすい部分や注意すべき点などに関して、次の授業内で解説によるフィードバックを行う。また、1－2回ほど理解度の確認のため、小テストや中間テストを行う。テスト結果は、次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

「教科書名」：「楽しく学べる韓国語」（李美賢・李貞旼）著（白水社）

【成績評価方法】

各回の授業時での課題40%、理解度確認のためのテスト結果を60%として評価する。試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 社会のしくみとキャリア形成 | | | 担当者 | 八　田　益　之 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Social System and Basic Career Development | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE209・DLE209・HLE209・CLE209 | | |

【目的とねらい】

この講義では、主に「ビジネス」の視点から「社会のしくみ」を学ぶ。具体的には、ある課題を解決するプロジェクトを通じて、チームビルディング、情報収集、プランの検討、提案作成、最終成果の発表まで、一続きで実施する予定である。これらの実践を通じて、社会や会社の仕組みの、社会人としての基本スキル、あなた自身のキャリア形成の参考となる考え方などを理解する。

【授業内容・到達目標など】

| | |
|---|---|
| **第１回　ガイダンス・「社会におけるスポーツの価値」について**<br>【　到達目標　】<br>授業受講のためのガイダンスを行う。講義内容のほかに、参加型の講義の基本となる「チームビルディング」についての方針も理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>自分自身の受講目的を明確にする。(4.0hr) | **第９回　収益モデル:お金の回しかた?**<br>【　到達目標　】<br>会社経営におけるおカネの仕組みを学ぶ。<br><br>【授業時間外学習】<br>興味のある会社のおカネの仕組みについて調べてみる。(4.0hr) |
| **第２回　「人」の視点からみたビジネス　～「組織」と「チームワーク」について**<br>【　到達目標　】<br>スポーツにおける「チームワーク」と、ビジネス界における「チームワーク・会社組織」では、共通点は何か、違いは何か。スポーツの経験をどう活かせるのかを考えることができる。<br><br>【授業時間外学習】<br>チームビルディングについて調べてみる。(4.0hr) | **第10回　IT・AI**<br>【　到達目標　】<br>現代経済の主役IT、未来の主役AIについて理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>興味のある会社のITの仕組みについて調べてみる。(4.0hr) |
| **第３回　「課題解決」の視点からみたビジネス**<br>【　到達目標　】<br>ビジネスの基本である「課題解決」について、基本を理解する。<br>今回の課題解決プロジェクトについて具体的に理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>今回の課題について自ら調べる。(4.0hr) | **第11回　課題解決プロジェクト最終しあげ**<br>【　到達目標　】<br>提案内容をチームで最終確認する。<br><br>【授業時間外学習】<br>提案内容のチームでの最終確認をする。(4.0hr) |
| **第４回　ターゲット:誰をHappyにするか?**<br>【　到達目標　】<br>ビジネスの基本は「相手目線」。誰に対して、どのように役にたつのか?<br>その基本的な考え方を学ぶ。<br><br>【授業時間外学習】<br>「相手目線」と「自分目線」の違いを考える。(4.0hr) | **第12回　最終発表**<br>【　到達目標　】<br>チームでの課題解決プロジェクトの、最終成果を発表する。<br><br>【授業時間外学習】<br>提案・発表のふりかえりをする。(4.0hr) |
| **第５回　バリュー:どんな価値を提供できるか?**<br>【　到達目標　】<br>相手にとって、自分（自社）はいくつものライバルの中の1選択肢でしかない。<br>どのように、自分の価値を明確にすればよいのか?価値についての考え方を学ぶ。<br><br>【授業時間外学習】<br>自分の好きなものの「価値」について考える。(4.0hr) | **第13回　応用：気になる会社の調べ方**<br>【　到達目標　】<br>就職活動でも必要になる「企業研究」の基本を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>興味のある会社の採用情報などを調べてみる。(4.0hr) |
| **第６回　リソース・体制　～どのように価値を提供するか?**<br>【　到達目標　】<br>アイデアを決めたら、継続的に実行できるようにする仕組みが必要になる。<br>そのための会社組織の仕組み、パターンについて学ぶ。<br><br>【授業時間外学習】<br>興味のある会社の裏側の仕組みについて調べてみる。(4.0hr) | **第14回　体育大学で学んだことを社会で活かす**<br>【　到達目標　】<br>企業・社会で必要なこととスポーツの共通点と違いについて考えを深める。<br><br>【授業時間外学習】<br>体育大学で学んだことを活かす視点で、自らの強みを考える。(4.0hr) |
| **第７回　説明・プレゼンテーションの基本**<br>【　到達目標　】<br>物語の構造について理解する。<br>大人数の前で考えを説明するための基本を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>チームでの課題解決プロジェクト発表準備をする。(4.0hr) | **第15回　課題解決プロジェクト　他チームの詳細分析**<br>【　到達目標　】<br>ライバルに学ぶ～上位入賞チームの提案内容を分析・解説する。<br>自チームの取り組みをふりかえる。<br><br>【授業時間外学習】<br>授業全体を通して学んだことを復習し、自身を内省する。(4.0hr) |
| **第８回　中間発表**<br>【　到達目標　】<br>チームでの課題解決プロジェクトの、ここまでの成果を発表する。<br><br>【授業時間外学習】<br>チームでの課題解決プロジェクトのふりかえりをする。(4.0hr) | |

【学習上の留意点】

ビジネス界では、知識は実行してはじめて価値がうまれる。そのリハーサルの意味をこめた参加型の「アクティブ・ラーニング」の形式をとる。実際の仕事のつもりで「友達とは限らない相手とのチーム」を組み、チームに「貢献」し、「成果物」を作り、社会の課題を解決する。これらチーム作業の内容は、講義の中で紹介・解説することで、随時フィードバックしていく。自分が社長になって会社経営するくらいの気持ちで本気で取り組んでほしい。

【教科書・参考書など】

特になし（各講義ごとに提示）。

【成績評価方法】

授業における課題達成度(50%)、提出レポート(50%)で評価する。

| 科目名 | データ分析と統計学 | | | 担当者 | 水　野　有　希 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Data Analysis and Statistics | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE210・DLE210・HLE210・CLE210 | | |

**【目的とねらい】**

情報化社会の現代では、溢れる情報から必要な情報を的確に読み取る能力が必要不可欠です。この情報をどのように分析して、どのように結論として導いていくか、その手段として統計学が重要な役割を担っています。本講義では、統計学がどのような場面で使用されているか、実例を多数紹介しながら理解を深め、統計学の基本的な考え方と統計手法を学びます。また、卒業研究や課題レポートなどのデータ分析に活用できるスキルを身につけます。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　統計の心構え、度数分布表とヒストグラム**
【　到達目標　】
(1)データの特徴にはばらつきも考えられる。ばらつきをとらえるものとして度数分布表やヒストグラムを学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習（度数分布表・ヒストグラム）をする。(4.0hr)

**第２回　データの種類・尺度水準**
【　到達目標　】
(1)データの特徴を表すものに代表値がある。代表値とは何か、どのようなものがあるのかを、データの種類や尺度から学ぶ。

【授業時間外学習】
提出課題（尺度水準）の復習をする。(4.0hr)

**第３回　データのばらつきを数値に表すには**
【　到達目標　】
(1)ばらつきの度合いを数値として表すものには何があるかを学ぶ。

【授業時間外学習】
提出課題（分散・標準偏差）の復習をする。(4.0hr)

**第４回　散布図と相関、相関係数**
【　到達目標　】
(1)散布図を作成し、パターンを理解する。
(2)相関係数の求め方を学ぶ。

【授業時間外学習】
提出課題（相関係数）の復習をする。(4.0hr)

**第５回 回帰直線**
【　到達目標　】
(1)回帰直線を使って予測する方法を学ぶ。

【授業時間外学習】
提出課題（回帰直線）の復習をする。(4.0hr)

**第６回　アンケート作成**
【　到達目標　】
(1)アンケート作成の基本を学ぶ。

【授業時間外学習】
アンケート項目を考えアンケートを作成する。(4.0hr)

**第７回　確率について**
【　到達目標　】
(1)確率の意味を復習する。

【授業時間外学習】
提出課題の復習をする。(4.0hr)

**第８回　正規分布とその他の分布**
【　到達目標　】
(1)どのような分布があるかを学ぶ。
(2)一般のデータを標準正規分布に変換する方法を学ぶ。
(3)標準正規分布表から確率を求める方法を学ぶ。
【授業時間外学習】
提出課題（正規分布）の復習をする。(4.0hr)

**第 9回　平均の推定と区間推定**
【　到達目標　】
(1)データ数が多い場合のデータの特徴を捉えるにはどのような方法があるかを学ぶ。
(2)サンプルから全体の特徴を推定した場合の信頼区間について学ぶ。

【授業時間外学習】
提出課題（平均の推定）の復習をする。(4.0hr)

**第10回　分散の推定と区間推定**
【　到達目標　】
(1)データ数が多い場合のデータの特徴を捉えるにはどのような方法があるかを学ぶ。
(2)サンプルから全体の特徴を推定した場合の信頼区間について学ぶ。

【授業時間外学習】
提出課題（分散の推定）の復習をする。(4.0hr)

**第11回　t検定（対応あり）**
【　到達目標　】
(1)実際の例をとらえながら、t検定の必要なケースを理解する。

【授業時間外学習】
提出課題（対応のあるt検定）の復習をする。(4.0hr)

**第12回　t検定（対応なし）**
【　到達目標　】
(1)実際の例をとらえながら、t検定の必要なケースを理解する。

【授業時間外学習】
提出課題（対応のないt検定）の復習をする。(4.0hr)

**第13回　カイ二乗検定**
【　到達目標　】
(1)仮説検定の考え方を理解する。
(2)カイ二乗値について理解し、求め方と利用方法を学ぶ。

【授業時間外学習】
提出課題（カイ二乗検定）の復習をする。(4.0hr)

**第14回　分散分析**
【　到達目標　】
(1)実際の例をとらえながら、分散分析を理解する。

【授業時間外学習】
提出課題（分散分析）の復習をする。(4.0hr)

**第15回　実践課題**
【　到達目標　】
(1)実際のデータを使って分析を行います。

【授業時間外学習】
分析方法と表やグラフについて復習する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義は、できるだけ実際の例を示しながら解説し、数学の苦手な学生も理解ができるように工夫します。
また、講義で行った知識を固めるために、講義の後半10分から15分は課題を遂行する時間をとります。間違えた学生は復習を心掛けてください。

**【教科書・参考書など】**

講義中に指示します。

**【成績評価方法】**

ミニ課題（講義中に出すもの)40%、期末試験（試験は試験期間中に別途実施）60%として評価します。良好な出席状況は、当然の前提です。

| 科目名 | 知の哲学 | | | 担当者 | 宇多村俊介 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Philosophy of Knowledge | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE111・DLE111・HLE111・CLE111 | | |

【目的とねらい】

この授業は「知」をめぐる哲学上のいくつかの局面から主題を選びながら、物事や資料、読み物を理知的に解読する習慣を養うことに主眼を置いています。これは、何を素材にするにせよ、日常的に筋道立って考え解釈するための基礎作業をなしていて、大学生として最低限、身につけておくべき論理的な思考の諸原則と技能とを含みます。取り上げる主題としては、眼前の身近な素材や事例を用いながら、ことによると普段は当然視しているであろう事柄を批判的に捉え直す視角を学びます。各受講生がことばと思考を自覚的に使用し、みずから暮らしを哲学する端緒として欲しい。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション：哲学することと知へのアプローチ**

【　到達目標　】

哲学的な問いのもつ特性を理解するとともに、「考える」という作業の一端を実践して、知へアプローチする上でのその意義を自覚する。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の<検討課題>に取り組む。(4.0hr)

**第２回　知の成立条件と定義：必要条件と充分条件**

【　到達目標　】

知の古典的な定義を通して、定義の構成と充たすべき要件を理解し、みずからの問題を定義のかたちで明晰に述べることを試みる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第３回　意味と明晰さ：曖昧と漠然**

【　到達目標　】

定義の種類と、目的に応じたタイプを弁別して理解し、タイプに応じた適切な定義の満たすべき要件に照らして任意の定義の適切さを批判的に吟味することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第４回　立論の批判的評価の諸段階１：推論の２類型**

【　到達目標　】

立論(論証)の構造と、そこに含まれる推論の２つの類型を把握した上で、立論の健全さを評価することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第５回　立論の批判的評価の諸段階２：問と論駁**

【　到達目標　】

対話的な枠組みのなかで立論の目的を理解し、いくつかの問のもつ機能と諸特質を弁別することができる。立論の目的に照らして、論理的思考の裏面をなす欺瞞的な思考の一形式を分析することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第６回　立論の批判的評価の諸段階３：歪んだ思考**

【　到達目標　】

欺瞞的な立論（虚偽）の分類と形式を把握し、虚偽を犯した個々の立論をそれと分析することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第７回　　立論の解剖学：樹形図の方法**

【　到達目標　】

複合的な立論を分析する手段として樹形図の方法を把握し、任意の立論の論理構造を理解することができる。同時に、この方法から取り出される書き手としての一般原則を把握し、運用することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第８回　知覚経験と認識：現象と実在**

【　到達目標　】

知の四つの源泉を把握し、認識の手段、能力として、感覚・知覚、表象、概念の諸特質を理解して、知覚経験の限界と客観性の諸条件について考察することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第９回　感情：感情と認識**

【　到達目標　】

感情の三つの様態を弁別し、それぞれの認識能力との対応関係を理解して、みずからの生活意識を反省的に顧みることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第10回　思考と行為：プラグマティックな意味基準**

【　到達目標　】

プラグマティックな意味基準を理解し、観念や言明を明晰化する方法として適用することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第11回　コミュニケーションの哲学：社会的自我**

【　到達目標　】

コミュニケーションという用語の意味、その基本要素と諸段階を確認した上で、自我の社会性および主体性を理解し、コミュニケーションの可能性の基盤を考えることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第12回　現代の知の諸相１：情報化時代の知**

【　到達目標　】

現代の知の一形態として集合知の特性を理解し、その正当性の根拠と限界について考えることができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第13回　現代の知の諸相２：科学的接近法**

【　到達目標　】

問題解決のための着想を評価する技能として説明上の仮説を理解し、仮説を評価するための検討項目に照らして、任意の仮説を評価することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第14回　現代の知の諸相３：俗悪なものの形而上学**

【　到達目標　】

形而上学的な次元が日常的な思考や行動をどう左右するかを理解し、その観点から任意の事例を分析することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

**第15回　知の主体的責任と知的誠実性**

【　到達目標　】

授業を振り返り、知を表明し伝達することの意味と責任を自覚することができる。

【授業時間外学習】

授業プリント付録の参考文献(の指定箇所)を読む。同<検討課題>(4.0hr)

【学習上の留意点】

暫定的に自分の考えや意見を自覚し整理してもらうために、また、いくつかの思考の技能への一定の習熟を図るために、授業時に５～６回、課題ミニレポートを書き、提出してもらいます。これを除く各回、講義内容を踏まえた考察カードを書いてもらいます。とくに寸評を要する考察や、解答例のある課題については翌週の解答・解説によって理解度を確認してもらいます。予備知識は問いませんが、必ずしも馴染みのない、新しい事柄を学ぶ意欲をもって集中して理解し、実地に適用する心構えでいて下さい。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しません。授業ごとにプリントを配付します。参考文献は授業時に適宜指示します。

【成績評価方法】

授業内の課題ミニレポート30%、定期試験70%で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 教養としての日本文学 | | | 担当者 | 高　橋　良　久 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Introduction to Japanese Literature | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE112・DLE112・HLE112・CLE112 | | |

**【目的とねらい】**

本科目では、「令和」の元号の出典である「万葉集」を取り上げる。上代文学である「万葉集」は、現代の我々の知識や常識、また、感性では読み解けない部分もある。授業では、まず、古代社会の成立および実態を理解することから始まる。そして、その知識をもとに、テーマごとに作品の鑑賞・分析を行い、そのテーマにおける古代人と現代人の捉え方の相違点や共通点を確認する。そうすることで、テーマについて改めて、問題意識を持つとともに、自らのこととして、主体的に現代社会を問い直す視点を獲得する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　この授業の目的・ねらい・進め方**
【　到達目標　】
教養として文学を読むことの意義、授業のねらいと方針、学習方法を理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第２回　上代社会①**
【　到達目標　】
上代社会の成立を理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第３回　上代社会②**
【　到達目標　】
上代社会の実態を理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第４回　「万葉集」について**
【　到達目標　】
「万葉集」の書誌的情報を理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第５回　「呪術」「信仰」がテーマの作品**
【　到達目標　】
作品を通して上代における「呪術」「信仰」を理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第６回　「儀礼」「儀式」がテーマの作品**
【　到達目標　】
作品を通して上代における「儀礼」「儀式」について理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第７回　「恋愛」がテーマの作品①**
【　到達目標　】
作品を通して上代における「恋愛」の在り方、かたちを理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第８回　「恋愛」がテーマの作品②**
【　到達目標　】
作品を通して上代における「恋愛」の在り方、かたちを理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第９回　「親子」がテーマの作品**
【　到達目標　】
作品を通して上代における「親子」の在り方について理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第10回　「人生」がテーマの作品**
【　到達目標　】
作品を通して上代における「人生」の捉え方を理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第11回　「風土」がテーマの作品①**
【　到達目標　】
「風土」が作品にどのように影響しているかを理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第12回　「風土」がテーマの作品②**
【　到達目標　】
「風土」が作品にどのように影響しているかを理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第13回　「労働」がテーマの作品**
【　到達目標　】
「万葉集」の中の「東歌（あずまうた）」を通して上代における「労働」について理解する。
【授業時間外学習】
次の授業で取り上げる作品を読み、授業記録に意訳、感想などをまとめる。(4.0hr)

**第14回　「短歌」から「和歌」へ**
【　到達目標　】
「万葉集」における「短歌」が、次の時代の平安朝には「和歌」となる背景を理解する。
【授業時間外学習】
授業記録の内容を充実させるため、授業全体を振り返り、加筆や訂正を行う。(4.0hr)

**第15回　上代社会と現代社会**
【　到達目標　】
上代の社会が現代の我々に問いかけること、教えることなどを通して、これからの社会がどのようにあるべきかを考える。
【授業時間外学習】
授業全体を振り返り、自己評価を行う。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

・万葉集の歌を精読し、作品分析を行う。次回の授業で取り扱う作品を事前に読むのを前提に講義を進める。
・定期試験を実施する。試験は試験期間中に別途実施する。定期試験では、持ち込みも認めないので、予め授業で取り上げた作品は全て読み直しておくこと。
・自主学習が多いためハードである。積極的に学習に取り組む覚悟がなければ本科目は単位習得できないので、中途半端な気持ちで選択しないようにすること。
・「グループ学習」を取り入れる。また、「レスポンスカード」を使用し、理解の深化を図る。

**【教科書・参考書など】**

教科書　授業時に使用する資料は、こちらで用意する。
参考書　新編日本古典文学全集『源氏物語』（小学館）。他の書籍も授業時に適宜紹介する。

**【成績評価方法】**

・授業時の提出物(40%):授業の講義記録や作品を読んでの意見等を評価する。
・定期試験(60%):作品、及び授業内容への理解度を評価する。

| 科目名 | 音楽の世界 | | | 担当者 | 森　　立子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | The World of Music | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE113・DLE113・HLE113・CLE113 | | |

【目的とねらい】

世界の様々な音楽を、その様式と文化的背景とを学ぶことにより、より深く理解することを目指す。また、音楽と舞踊の関係にも着目し、様々な時代、地域の例にふれつつ考察を進めていく。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　序説～人間と音楽**

【　到達目標　】

人間は音楽をどのような場面で必要とし、またどのように音楽と関わってきたのか。いくつかの例を基に考察する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第２回　音階とは何か**

【　到達目標　】

音階の概念について学び、（西洋芸術音楽の）調性と音階の関係について理解する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第３回　様々な音階**

【　到達目標　】

様々な種類の音階について学び、それらの音階に基づく音楽を鑑賞して、響きの違いを理解する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第４回　楽器の分類とその響き（１）**

【　到達目標　】

楽器の分類法について学ぶ。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第５回　楽器の分類とその響き（２）**

【　到達目標　】

代表的な楽器の音色と、その楽器を使用した楽曲について理解する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第６回　音楽と「声」**

【　到達目標　】

世界の様々な音楽において「声」がどのように活用されているのか、具体的な例を鑑賞しながら学ぶ。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第７回　合唱の諸相**

【　到達目標　】

様々な合唱の形態について学び、さらに文化史的視点から合唱とは何かについて考察する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第８回 祈りの音楽**

【　到達目標　】

「祈り」のための音楽にはどのようなものがあるのか､世界各地の例を鑑賞しながら理解する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第９回　童歌の諸相**

【　到達目標　】

童歌（わらべうた）にはどのようなものがあるのか。世界各地の例を鑑賞しながら理解するとともに、童歌の社会的機能についても学ぶ。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第10回　祭りと音楽（１）**

【　到達目標　】

「祭り」の中で音楽がどのような機能を付与されてきたのか。主に歴史的な視点から考察する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第11回　祭りと音楽（２）**

【　到達目標　】

今日の「祭り」の中で音楽がどのような機能を付与されているのか。実例を観ながら理解する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第12回　舞曲とは何か**

【　到達目標　】

舞曲の種類について学び、その実例を鑑賞しながら、舞曲における音楽と舞踊の関係について理解する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第13回 音楽と民族的アイデンティティ（１）**

【　到達目標　】

民族的アイデンティティーの構築、強化に音楽がどのように用いられてきたのか、歴史的視点から考察する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第14回　音楽と民族的アイデンティティ（２）**

【　到達目標　】

音楽の中に現れる民族性の問題について、具体的な例を鑑賞しながら考察する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

**第15回　日本における西洋音楽の受容**

【　到達目標　】

日本において西洋音楽がいかに受容されてきたのか、主に歴史的視点から考察する。

【授業時間外学習】

授業時に指定した課題についてのミニ・レポートを作成。(4.0hr)

【学習上の留意点】

音楽という科目の性格上、CD・DVDなど視聴覚教材を多用した授業展開になるため、欠席しないことが大前提となる。

毎回、授業で扱ったテーマについてのミニ・レポートを課す。課題に真摯に向き合うことの出来る学生の参加を求める。なお、ミニ・レポートの内容も成績評価の対象とする。

【教科書・参考書など】

授業の際に随時紹介する。

【成績評価方法】

ミニ・レポート50%、学期末レポート50%の割合で評価する。

| 科目名 | ジェンダー論 | | | 担当者 | 藤　山　　新 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Gender Issues | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE211・DLE211・HLE211・CLE211 | | |

## 【目的とねらい】

本講義では、日常生活の様々な場面に潜在するジェンダーにまつわる事象や問題について、自分自身に関係のあることとして認識し、理解を深めることを目的とする。また、本学の特徴に合わせ、セクシュアル・マイノリティやセクシュアル・ハラスメント、パワーハラスメント、デートDVなど、学校や体育、スポーツの場面で指導的立場に立つうえで必要な知識を身につけることを目的とする。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　イントロダクション**
【　到達目標　】
(1)セックスおよびジェンダーの概念とその変遷を理解する。
(2)ジェンダー・ギャップ指数（GGI）を通じて、国際社会における日本の位置づけを知る。
(3)ジェンダーの視点から、どのような事柄が課題となりうるのかを把握する。
【授業時間外学習】授業内容で指示するジェンダー・ギャップ指数のリポートを閲覧し、日本が特に経済と政治の分野で女性の参画が少ない状況を詳細に把握する。(4.0hr)

**第２回　フェミニズムの歴史**
【　到達目標　】
(1)フェミニズムの全体的な歴史を知る。
(2)現代のフェミニズムのありかたを理解する。
【授業時間外学習】授業内容のうち、特に現代のフェミニズムのありかたとその特徴について復習し、理解を定着させる。(4.0hr)

**第３回　男女共同参画社会ってなんですか**
【　到達目標　】
(1)男女共同参画社会推進法の理念を理解する。
(2)男女共同参画社会に対するバックラッシュの歴史を知る。
(3)男女共同参画社会を推進するための具体的な取り組みを知る。
【授業時間外学習】授業内容を踏まえ、男女共同参画社会を推進するために、国や自治体でどのような取り組みが行われているかを調べる。(4.0hr)

**第４回　セクシュアル・マイノリティの基礎知識**
【　到達目標　】
(1)人間の「性」の多様性と多層性について理解する。
(2)「性別二元論」および「異性愛主義」の概念を理解する。
(3)「マジョリティ＝正常」「マイノリティ＝異常」ではないことを理解する。
【授業時間外学習】授業内容を踏まえ、テレビや雑誌などのマス・メディアでセクシュアル・マイノリティがどのように描かれているかを調べる。(4.0hr)

**第５回　「リプロダクティブ・ヘルス・アンド・ライツ」という考え方**
【　到達目標　】
(1)「リプロダクティブ・ヘルス・アンド・ライツ」の概念を理解する。
(2)「性と生殖に関する自己決定権」が確立されるために必要な事柄を理解する。
(3)性感染症及び性犯罪の実態について知る。
【授業時間外学習】授業内容を踏まえ、厚生労働省のWebサイトに掲載されている性感染症に関する情報を閲覧し、正確な知識と情報を得る。(4.0hr)

**第６回　実は身近なデートDV**
【　到達目標　】
(1)デートDVの構造と実態を理解する。
(2)誰もがデートDVの被害者、加害者になりうることを理解する。
(3)「ピア・サポート」の概要と重要性を理解する。
【授業時間外学習】授業中に示すデートDV防止に取り組む団体等のWebサイトを閲覧し、ピア・サポートの重要性について、授業内容とも関連させて理解を定着させる。(4.0hr)

**第７回　スポーツ・ジェンダー学という世界**
【　到達目標　】
(1)スポーツ・ジェンダー学の特徴を理解する。
(2)ジェンダーの視点でスポーツをとらえた時に見えてくる課題について知る。
(3)オリンピックへの女性の参加の歴史について知る。
【授業時間外学習】あらかじめ『よくわかるスポーツとジェンダー』の「Ｉ総論」を自身のスポーツへの取組と関連させながら読んで、授業に臨む。(4.0hr)

**第８回　女子ボクシングの昨日・今日・明日**
【　到達目標　】
(1)日本における女子ボクシングの現状を知る。
(2)ボクサーとして必要なスキルに男女で差がないことを理解する。
(3)メディアにおける女子ボクサーの描かれ方の特徴を理解する。
【授業時間外学習】授業内容を踏まえ、スポーツ新聞やボクシング専門誌に目を通し、男性と女性のボクサーの報じられ方の異同について調べる。(4.0hr)

**第９回　近代スポーツとジェンダー**
【　到達目標　】
(1)「近代スポーツ」の概念を理解する。
(2)「近代スポーツ」と「男らしさ」の結びつきを理解する。
(3)女性とスポーツに関する国際的なムーブメントの歴史とその意義を把握する。
【授業時間外学習】授業内容のうち、「ブライトン宣言」についてWebで調べ、その内容と意義について理解を定着させる。(4.0hr)

**第10回　保健体育科教育とジェンダー**
【　到達目標　】
(1)トマス・アーノルドと二階堂トクヨの相違点について理解する。
(2)保健体育科教員の男女比の偏りがもたらす問題について理解する。
(3)競技スポーツに偏っている体育のカリキュラムに対するオルタナティブを考える。
【授業時間外学習】授業内容を踏まえ、保健体育科教育におけるジェンダー問題を理解し、解決するための方法を検討する。(4.0hr)

**第11回　セクシュアル・マイノリティと学校**
【　到達目標　】
(1)セクシュアル・マイノリティと学校をめぐる近年の社会的動向を把握する。
(2)当事者の体験を踏まえ、教員やスポーツの指導者として、セクシュアル・マイノリティ当事者と接するうえで必要な知識や心構えを理解する。
【授業時間外学習】第4回及び第10回の授業内容とも関連させながら、教員やスポーツの指導者としてセクシュアル・マイノリティ当事者への配慮のありかたを考える。(4.0hr)

**第12回　スポーツにおけるセクシュアル・マイノリティ**
【　到達目標　】
(1)セクシュアル・マイノリティとスポーツをめぐる世界的な動向を把握する。
(2)スポーツにおけるホモフォビアの存在とその現状を理解する。
(3)MtFトランスジェンダー当事者やDSDs女性のスポーツ参加に伴う課題を知る。
【授業時間外学習】授業内容および『よくわかるスポーツとジェンダー』の「IX性的マイノリティとスポーツ」を参考に、スポーツにおける「公平」とは何かを考察する。(4.0hr)

**第13回　メディアとスポーツとジェンダーと**
【　到達目標　】
(1)メディアにおけるジェンダー格差について理解する。
(2)メディアにおける女性アスリートの描かれ方とその変化について理解する。
【授業時間外学習】『データでみるスポーツとジェンダー』の「第7章スポーツメディアとジェンダー」を読み、メディアにおけるジェンダー問題の具体例を理解する。(4.0hr)

**第14回　スポーツと人権**
【　到達目標　】
(1)スポーツ界特有のセクシュアルハラスメントやパワーハラスメントの構造を理解する。
(2)スポーツ界でのハラスメントを防ぐために必要な取組について知る。
【授業時間外学習】授業内容のうち、スポーツ場面におけるセクシュアル・ハラスメントの特徴について復習し、理解を定着させる。(4.0hr)

**第15回　日常生活世界に見るジェンダー**
【　到達目標　】
(1)家族、就業、政治などの場面で現れるジェンダー問題について理解する。
(2)育児休業の期間や取得率の男女差、育休後の女性の復職率などの実態を知る。
【授業時間外学習】授業内で指示する男女共同参画白書令和2年版（Web版）の該当箇所を参照し、日本におけるジェンダー問題の現状を数量的に把握する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

毎時間ハンドアウトを配布します。授業内容を理解するためには、単なるハンドアウトの穴埋めにとどまらず、積極的にノートを取ることを推奨します。受講者は主体的に授業に参加し、わからない点は積極的に質問するなどしてください。授業中に質問しにくい場合には、授業の前後、およびメールでの質問にも応じます。また、理解度を確認するためのリアクションペーパーを5回提出してもらいます。リアクションペーパーの内容については、次回の授業で一部を共有し、解説によるフィードバックを行います。

## 【教科書・参考書など】

教科書　特に指定しない。
参考書は、『よくわかるスポーツとジェンダー』飯田貴子・熊安貴美江・來田享子著（2018）ミネルヴァ書房、『データで見るスポーツとジェンダー』日本スポーツとジェンダー学会著（2016）八千代出版、『よくわかるジェンダー・スタディーズ』木村涼子・伊田久美子・熊安貴美江著（2013）ミネルヴァ書房

## 【成績評価方法】

リアクションペーパー30%、期末試験70%で評価する。
※試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | コンピュータ実践演習 | | | 担当者 | 水　野　有　希 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Lecture and Practice in Information and Communication Technology | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE212・DLE212・HLE212・CLE212 | | |

**【目的とねらい】**

会社や大学、家庭など、ありとあらゆるところに情報技術が利用されています。そのような社会に生きる私たちにとって、情報技術は理論的にも実践的にも重要です。本講義では、情報技術の進歩が私たちの生活や社会にどのように影響を及ぼしているか、どのような利点と欠点が出てきたかをとらえます。また、実践として、インターネットやメールを利用した情報操作、レポート作成、データ分析やデータベース操作を身に付けます。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　情報技術について**
【　到達目標　】
(1)情報技術とは何かを理解する。
(2)情報技術が利用されている例を見ながら理解を深める。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第２回　レポート作成と論文作成の基礎**
【　到達目標　】
(1)レポート作成に必要なWordの技術を学ぶ。
(2)長い文章を意識したWordの技術を学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第３回　プレゼンテーション資料の作成**
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションについての技法を学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第４回　クラウドについて**
【　到達目標　】
(1)GoogleDriveやOneDriveについて学ぶ。

【授業時間外学習】
アンケート項目を考える。(4.0hr)

**第５回　データ収集の実践**
【　到達目標　】
(1)GoogleDriveを利用したアンケートの作成方法、集計技術を理解する。

【授業時間外学習】
アンケートフォームからアンケートを体験する。(4.0hr)

**第６回　インターネットの仕組みと現状、情報倫理について**
【　到達目標　】
(1)インターネットの仕組みを理解する。
(2)インターネットの現状を把握し、利点と欠点を理解する。
(3)情報についてのマナー、セキュリティー、プライバシー、知的財産権について学ぶ。
【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第７回　Excelの初級**
【　到達目標　】
(1)Excelの基本操作と基礎的関数について学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第８回　Excelの上級**
【　到達目標　】
(1)Excelの応用関数(IF関数やVLOOKUP関数など)について学ぶ。
(2)シートの操作について学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第９回　データベースについて**
【　到達目標　】
(1)データベースとは何かについて学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第10回　データベースの基本操作**
【　到達目標　】
(1)フィルタについて学ぶ。
(2)ピボットの操作について学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第11回　Excelの画面操作と印刷について**
【　到達目標　】
(1)画面操作について学ぶ。
(2)印刷の方法について学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第12回　グラフの作成**
【　到達目標　】
(1)基本的なグラフについて学ぶ。
(2)複合グラフについて学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第13回　Excelの総復習**
【　到達目標　】
(1)第7回から第12回まで学習した内容を総合的に学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第14回　Excelを利用したデータ分析の基礎**
【　到達目標　】
(1)Excelの分析ツールを利用して、基本的統計量やヒストグラムの作成を学ぶ。
(2)Excelの分析ツールを利用して、回帰分析を学ぶ。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**第15回　Excelを利用したデータ分析の応用**
【　到達目標　】
(1)実際のデータを使いながら、第9回と第10回で学んだデータ分析方法を使い、
どのようなことがいえるのかを理解する。

【授業時間外学習】
本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

1年生に行った情報処理Ⅰ・Ⅱの知識を基礎として、応用的な内容を学習します。講義時間の後半10分から15分は実際に皆さんが課題を解く時間とします。解いた課題については、次回解説を行います。間違えた人は必ず復習をしてください。

**【教科書・参考書など】**

資料を配付します。

**【成績評価方法】**

毎回行われるミニ課題（講義中に出すもの)40%、演習課題（第5回,第13回）25%、総復習問題(第15回)35%として評価します。良好な出席状況は、当然の前提です。

| 科目名 | 人間生活と地球環境 | | | 担当者 | 鈴　木　信　夫 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Human life and Earth Environment | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE114・DLE114・HLE114・CLE114 | | |

**【目的とねらい】**

環境問題が大きく取り上げられる現代であるが、この授業では、まず最初に原始地球の環境はどのようなものであったのか、その後、生物の出現にともなって地球環境はどう変化したのかを知る。

次に、人類誕生後、我々の日々の営みが、地球上の生物にどのような影響を与えてきたか、また、限りある資源をどう利用すればいいかを考える。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**

【　到達目標　】

「人間生活と地球環境」の授業の概要とねらいを理解する。

【授業時間外学習】

事前にシラバスを読み、授業内容を確認しておくこと。(4.0hr)

**第２回　原始地球の環境(1)**

【　到達目標　】

原始地球の環境が現在と大きく異なること、特に全海洋蒸発が起きたことを理解する。

【授業時間外学習】

事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。(4.0hr)

**第３回　原始地球の環境(2)**

【　到達目標　】

今から６億年ほど前に起きた全球凍結のメカニズムを知り、その後、生物が爆発的に進化したことを理解する。

【授業時間外学習】

ネット等でカンブリア紀の生物の特徴を調べ、さらに授業の理解を深めること。(4.0hr)

**第４回　恐竜の絶滅**

【　到達目標　】

生物が絶滅するメカニズムを恐竜の絶滅を例に理解する。

【授業時間外学習】

インターネットなどで恐竜絶滅の原因を調べ、さらに授業の理解を深めること。(4.0hr)

**第５回　人為圧による野生生物の絶滅**

【　到達目標　】

野生生物の絶滅の中で、人為圧による絶滅のメカニズムをドードーやリョウコウバトの絶滅を例に理解する。

【授業時間外学習】

ネット等でドードー・リョコウバト以外の絶滅動物について調べること。(4.0hr)

**第６回　酸性雨**

【　到達目標　】

酸性雨の発生する仕組みを知り、その影響を理解する。

【授業時間外学習】

インターネットなどでヨーロッパにおける最近の酸性雨の影響を調べること。(4.0hr)

**第７回　水問題**

【　到達目標　】

人口増加による水不足の問題や、森林の荒廃による河川の生態系の崩壊など、水にまつわる問題を理解する。

【授業時間外学習】

インターネットなどで水問題について調べ、さらに授業の理解を深めること。(4.0hr)

**第８回　温室効果ガス**

【　到達目標　】

温室効果ガスの一つである二酸化炭素の排出量を規制する条約、京都議定書が成立するまでの各国の思惑を理解する。

【授業時間外学習】

インターネットなどで京都議定書について調べ、さらに授業の理解を深めること。(4.0hr)

**第９回　温室効果ガス**

【　到達目標　】

中国の驚異的な工業化、米国における排出権取引ビジネスの成功、海面上昇により国家存亡の危機にあるツバルの現状等を理解する。

【授業時間外学習】

ネット等で京都議定書成立後の二酸化炭素排出規制に関する問題点を調べること。(4.0hr)

**第10回　崩れる生態系**

【　到達目標　】

外来種の侵入が及ぼす影響、巨大ダム建設による生態系の破壊、大型肉食動物の駆除が生態系に与える影響などを理解する。

【授業時間外学習】

ネット等で外来生物法について調べ、外来生物の問題点を理解すること。(4.0hr)

**第11回　リサイクル法(1)**

【　到達目標　】

環境先進国であるドイツのリサイクル法(廃棄物規制令)の仕組みを理解する。

【授業時間外学習】インターネットなどでドイツのゴミリサイクルに関する現状（問題点）を調べること。(4.0hr)

**第12回　リサイクル法(2)**

【　到達目標　】

環境先進国であるドイツのリサイクル法(廃車政令)の仕組みを理解する。

【授業時間外学習】

ネット等で自動車メーカーのリサイクルに対する対策を調べること。(4.0hr)

**第13回　リサイクル法(3)**

【　到達目標　】

日本におけるリサイクル法(容器包装リサイクル法や家電リサイクル法など)の仕組みを理解する。

【授業時間外学習】

ネット等で日本におけるゴミリサイクルの現状（問題点）を調べること。(4.0hr)

**第14回　環境監査(1)**

【　到達目標　】

環境監査の概念を理解し、EUで導入されているEMAS(Eco-Manage-ment and Audit Scheme)の意義を理解する。

【授業時間外学習】

インターネットなどでEMASについて調べ、現状と問題点を理解すること。(4.0hr)

**第15回　環境監査(2)**

【　到達目標　】

EMASを手本にできたISO14001について、取得に取り組む、ある中小企業の例を参考に、その意義を理解する。

【授業時間外学習】

インターネットなどでISO14001認証取得の方法について調べ、理解すること。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義では、毎回の授業内容の詳細を説明するので、しっかりノートをとること。口頭説明後に、関連するビデオを見ることにより、内容の理解を深める。ビデオ再生中に教員がおこなう補足説明にも注意を払うこと。定期的に授業内容に関する小レポートを作成し、授業の理解度を確認する。結果については、次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に使用せず、プリントを配布する。

**【成績評価方法】**

小レポートの達成度を100%として評価する。

| 科目名 | ヨーロッパの文学と文化 | | | 担当者 | 加　賀　岳　彦 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | European Literature and Culture | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | SLE115・DLE115・HLE115・CLE115 | | |

【目的とねらい】

ヨーロッパの文学は、日本をも含む世界中の文学・芸術・思想に多大な影響を及ぼしてきた。この授業では、ヨーロッパ文学の古典から現代までの代表的作品を、まずはその文化的背景、時代、社会と関連づけながら理解し、そして現代に生きる我々の諸問題と結び付けて考察していく。なお講義の性質上、ヨーロッパ文学と類縁関係にあるアメリカ文学、およびヨーロッパ文学から大きな影響を受けた近代日本文学をも視野に置き、頻繁に言及する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　授業概要の説明・ヨーロッパの地理・歴史の概観**

【　到達目標　】

授業内容を理解する。

ヨーロッパの地理・歴史についての基礎概念を理解する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第２回　ヨーロッパ文学の源流　ギリシャ神話**

【　到達目標　】

ヨーロッパ文化の源流であるギリシャ神話の自然観・世界観・人間観を理解し、20世紀文学への影響等を考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第３回　ヨーロッパ文学の源流　古典ギリシャ文学①**

【　到達目標　】

ギリシャ神話を知識を基に、西洋最古の文学であるホメロスの英雄叙事詩『イリアス』を考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第４回　ヨーロッパ文学の源流　古典ギリシャ文学②**

【　到達目標　】

『イリアス』に続き、ホメロスの英雄叙事詩『オデュッセイア』を概観し、20世紀文学への影響などを考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第５回　ヨーロッパの古典思想　古典ギリシャ哲学**

【　到達目標　】

その後のヨーロッパ文明に大きな影響を与えたギリシャ哲学を概観し、特にプラトンの思想を具体的に考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第６回　ユダヤ＝キリスト教①　『旧約聖書』**

【　到達目標　】

ギリシャ文学と並び、後世のヨーロッパ文化を決定づけた『旧約聖書』の主要個所を精読し、その世界観・特徴・歴史的重要性を考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第７回　ユダヤ＝キリスト教②　『新約聖書』**

【　到達目標　】

前回の『旧約聖書』を踏まえて、『新約聖書』の主要個所を精読し、イエスの思想およびキリスト教の特徴を理解し、後世のヨーロッパ文化に与えた影響を考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第８回　ヨーロッパ中世の文化**

【　到達目標　】

ヨーロッパ「中世」という時代の歴史的背景を捉えた上で、カトリック、マリア崇敬などに見られる中世文化の諸特徴を考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第９回　ヨーロッパ中世の文学**

【　到達目標　】

ヨーロッパ中世文学を考察する。ここでは中世期にヨーロッパ中に広まった「アーサー王伝説」およびその物語群を考察し、19～20世紀への影響等を追っていく。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第10回　ルネサンスの文学①**

【　到達目標　】

中世からの時代の変化を十分踏まえながら、ルネサンス文学の特徴と本質は何なのかを、セルヴァンテスの『ドン・キホーテ』の主要個所の精読を通して考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第11回　ルネサンスの文学②**

【　到達目標　】

前回に続きルネサンスの文学を考察する。ここではウィリアム・シェイクスピアの作品を題材に、その表現方法やテーマから、ルネサンス文学の特徴と魅力を掴む。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第12回　宗教改革**

【　到達目標　】

宗教改革（Reformation）は単に宗教上の運動にとどまらず、その後のヨーロッパ近代社会の発展に様々な影響を与えた。その内実を、ルター、カルヴァンのテキストを通して理解していく。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第13回　ヨーロッパ近代の文学①**

【　到達目標　】

宗教改革以降、ヨーロッパの近代文学には何がどのように描かれ、どのような発展と分岐を経ていったのかを概観し、その多様な特徴を理解する。主にディケンズの作品を扱う。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第14回　ヨーロッパ近代の文学②**

【　到達目標　】

18～19世紀のヨーロッパ・アメリカにおけるデモクラシー・平等といった近代諸概念を、文学はどう扱い表現していったのか、その特徴を理解する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

**第15回　ヨーロッパの現代文学**

【　到達目標　】

「戦争の世紀」と言われる20世紀、ヨーロッパでは多くの新思潮が抬頭してきた。それらの傾向と方向性を捉えた上で、モダニズム、実存、不条理など、20世紀ヨーロッパ文学が描き出した人間存在の諸問題を考察する。

【授業時間外学習】

配布資料等で授業内容を復習し、要点をノートにまとめる。(4.0hr)

【学習上の留意点】

授業時に配布するテキストをしっかり読み、毎回の授業の復習として授業の要点を各自ノートにまとめておくことを勧める。また授業で触れた作品を自分で読んでみたり、その映画作品を観たりすると、理解が格段に深まる。

【教科書・参考書など】

授業時に資料集を配布する。また随時、重要文献・映像資料等を指示する。

【成績評価方法】

授業時での課題50%、理解度確認のためのテスト50%で評価する。

| 科目名 | レクリエーションミュージック・合奏 | | | 担当者 | 今　角　夏　織 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Recreation music (Ensemble) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 | 教養・選択 |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | SLE116・DLE116・HLE116・CLE116 | | |

【目的とねらい】

高校までの音楽科の授業を発展させる形で、「音を合わせる」ということを学ぶ。合奏や合唱の経験を通して豊かな表現力を養い、協力して一つの曲を完成させる喜びを味わう。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　楽譜の基礎知識①/声のアンサンブル導入**
【　到達目標　】
基本的な楽譜の読み方を理解する。歌唱に必要な身体の使い方を理解する。
【授業時間外学習】
楽譜の読み方を復習する。(4.0hr)

**第２回　音楽の形式①/声のアンサンブル**
【　到達目標　】
校歌の音楽的特徴を理解したうえで、二部合唱で歌う。
【授業時間外学習】
校歌のメロディーを確認する。(4.0hr)

**第３回　楽譜の基礎知識②/身近なものを使ったアンサンブル①**
【　到達目標　】
プラスチックカップを用いていくつかの音色を出し、リズムを理解してアンサンブルを楽しむ。
【授業時間外学習】
楽曲の正しいリズムを習得する。(4.0hr)

**第４回　身近なものを使ったアンサンブル②/リコーダー導入**
【　到達目標　】
前回学習したリズムを応用して、音楽に合わせて正しく演奏する。リコーダーの基本的な奏法を理解する。
【授業時間外学習】
リコーダーの取り扱いを習得する。(4.0hr)

**第５回　身近なものを使ったアンサンブル③（発表）/リコーダー運指①**
【　到達目標　】
グループに分かれ、アレンジを完成させる。初歩的なリコーダーの運指を理解する。
【授業時間外学習】
学習したリコーダーの運指を復習する。(4.0hr)

**第６回　音楽の形式②/楽器のアンサンブル：スペインのカスタ①**
【　到達目標　】
各国の伝統的なリズムに触れ、違いを理解する。カスタネットの奏法を理解する。
【授業時間外学習】
打楽器の基本的な取り扱いを習得する。(4.0hr)

**第７回　楽器のアンサンブル：スペインのカスタ②（発表）**
【　到達目標　】
カスタネット、トライアングル等によるアンサンブルを楽しむ。
【授業時間外学習】
第６回で扱った楽曲の復習をする。(4.0hr)

**第８回　ボディーパーカッション①/リコーダー運指②**
【　到達目標　】
身体を打ち鳴らして出る様々な音を発見する。リコーダーで１オクターブの音域を使って演奏する。
【授業時間外学習】
リコーダーの運指を復習する。(4.0hr)

**第９回　ボディーパーカッション②**
【　到達目標　】
グループごとに創意工夫をして、ボディーパーカッションのアレンジをする。
【授業時間外学習】
第８回で扱った楽曲の復習をする。(4.0hr)

**第10回　ボディーパーカッション③（発表）/楽譜の基礎知識③**
【　到達目標　】
第９回でアレンジした曲を演奏し、互いの演奏を聴き合う。
【授業時間外学習】
第９回で取り組んだ内容の復習をする。(4.0hr)

**第11回　リコーダー運指③/トーンチャイム導入**
【　到達目標　】
リコーダーのサミングを習得する。トーンチャイムの取り扱いを習得する。
【授業時間外学習】
これまでに学習したリコーダーの運指の復習をする。(4.0hr)

**第12回　楽器のアンサンブル：トーンチャイム①**
【　到達目標　】
自らのパートを正しく把握し、音を鳴らすタイミングを理解する。
【授業時間外学習】
トーンチャイム演奏における楽譜の読み方を復習する。(4.0hr)

**第13回　楽器のアンサンブル：トーンチャイム②/リコーダー①**
【　到達目標　】
トーンチャイムのパートを正しく把握し、音を鳴らすタイミングを理解する。
【授業時間外学習】
リコーダーの奏法：タンギングの復習をする。(4.0hr)

**第14回　楽器のアンサンブル：トーンチャイム③/リコーダー②**
【　到達目標　】
トーンチャイム：リズム、メロディーが際立つ演奏をする。リコーダー：チューニングを学ぶ。
【授業時間外学習】
担当するパートの復習をする。(4.0hr)

**第15回　リコーダー＆トーンチャイム（発表）**
【　到達目標　】
今までに学習したことを生かし、より音楽的に仕上げる。
【授業時間外学習】
第14回の授業内容を復習する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

ソプラノリコーダーは、履修する全学生が指示の通りに購入すること。
アンサンブルはひとりでも欠けると成立しないので、欠席しないことを条件に課す。
各回に提出された課題に対してコメントをする形で取り組みに対する評価を行う。

【教科書・参考書など】

適宜楽譜を配布する。

【成績評価方法】

授業における課題達成度および授業内演奏の習熟度50%、授業内課題提出50%で評価する。

| 科目名 | スポーツ生理学 | | | 担当者 | 定　本　朋　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Physiology | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR101 | | |

**【目的とねらい】**

スポーツ生理学は生理学の一分野であり、ヒトが運動した際の生理的反応や長期間運動を続けた際の適応に関わる仕組みを探究する学問である。本講義では、日常の身体活動・運動・スポーツに伴って生じる生理機能の変化とそれらを習慣的に実施することによっておこるトレーニング適応などの知識を学ぶ。この科目を通して、健康・体育・スポーツ関連領域の基盤となる『動くからだ』への興味関心を高め、またそれらを科学的に追及する探究心を涵養したいと考えている。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　スポーツ生理学（運動生理学）の学びについて**
【　到達目標　】
スポーツ生理学（運動生理学）の研究史の概略と本講義で学ぶ範囲と学習到達目標などを理解する。

【授業時間外学習】
教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第２回　スポーツと骨格筋・神経（1）**
【　到達目標　】
骨格筋の構造（微細構造も含む）について理解する。
シナプス、運動終板、活動電位の伝わり方について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第３回　スポーツと骨格筋・神経（2）**
【　到達目標　】
筋線維組成とスポーツ種目、筋線維のトレーニング適応について理解する。
運動単位、筋力調節、運動神経と上位中枢との連絡について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第４回　スポーツとエネルギー供給機構（1）**
【　到達目標　】
アデノシン３リン酸（ATP）の構造と分解について理解する。
三つのATP再合成機構について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第５回　スポーツとエネルギー供給機構（2）**
【　到達目標　】
運動強度・運動時間とエネルギー供給機構について理解する。
トレーニングによるエネルギー供給機構の変化について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第６回　スポーツと呼吸（1）**
【　到達目標　】
呼吸運動の仕組みを理解する。
運動に伴う呼吸数、一回換気量、毎分換気量の変化を理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第７回　スポーツと呼吸（2）**
【　到達目標　】
肺と血液、血液と組織のガス交換について理解する。
血液によるガスの運搬について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第８回　スポーツと呼吸（3）**
【　到達目標　】
換気性閾値、乳酸性閾値について理解する。
酸素摂取量、酸素借、酸素負債、運動後過剰酸素消費量について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第９回　スポーツと循環（1）**
【　到達目標　】
体循環と肺循環、心臓の構造、刺激伝導系について理解する。
心拍数と一回拍出量を調節する仕組みを理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第10回　スポーツと循環（2）**
【　到達目標　】
運動時の心拍数と一回拍出量の変化を理解する。
血管の種類、動脈血圧、血管コンプライアンスについて理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第11回　スポーツと循環（3）**
【　到達目標　】
運動様式と血圧反応を理解する。
運動トレーニングに伴う循環器系の適応について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第12回　スポーツと脳機能(1)**
【　到達目標　】
神経系の構成と脳の構造を理解する。
随意運動の発現に関わる脳の調節機構について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第13回　スポーツと脳機能（2）**
【　到達目標　】
身体活動による脳機能改善に関する種々の研究成果を理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第14回　スポーツと内分泌・ストレス（1）**
【　到達目標　】
内分泌系について理解する。
ホルモンの種類と作用発現機構について理解する。

【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**第15回　スポーツと内分泌・ストレス（2）**
【　到達目標　】
持久性運動時のエネルギー代謝に働くホルモンについて理解する。
運動時の体水分の調節に働くホルモンについて理解する。
運動トレーニングに伴うホルモンの適応について理解する。
【授業時間外学習】
プリントの問題に答えることにより復習する。教科書を元に次回の予習をする。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

授業は指定の教科書とパワーポイントの資料を用いて進める。資料は適宜配布する。また、受講生は次回の授業内容について、指定されたテキストの範囲について予習をする。毎回の授業時間では、その日に学習した事項に関する質問をするので、その解答案を次回までに作成する。次回の授業時間において答え合わせをして受講生の理解度を確認する。

**【教科書・参考書など】**

「はじめて学ぶ健康・スポーツ科学シリーズ３　スポーツ生理学」富樫健二編著、化学同人（2018）を用いる。

**【成績評価方法】**

定期試験期間中に試験を別途実施し、その結果に基づいて成績を評価する。

| 科目名 | 健康科学論 | | | 担当者 | 沢　井　史　穂 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Introduction to Health Science | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR102 | | |

## 【目的とねらい】

現代人の抱える健康問題を、主に生活環境の変化との関わりから理解する。特に、日本における疾病構造の変化と主な死因の推移、メタボリックシンドロームやロコモティブシンドロームのリスクファクターとその予防について、運動を中心とするライフスタイルとの関連で理解すること、また、年齢、性機能、休養、ストレスと健康との関わりについて理解することを目的とする。これらの理解を通して、現代の健康の問題に対する科学的見方を身につけることがねらいである。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　健康とは何か。健康観の変遷。現代における健康観。**
【　到達目標　】
(1)「健康」の定義を理解する。
(2)健康観の歴史的推移を知り、現代における望ましい健康観を考える。

【授業時間外学習】
各種メディアの発信する「健康」関連情報に関心を持ち、視聴したり読んだりする。(4.0hr)

**第２回　日本人の健康問題　人口構成の推移、疾病構造の変化**
【　到達目標　】
(1)死因順位の大きな変化とその要因について理解する。
(2)現代日本人の抱える健康問題を、人口構成の推移、疾病構造の変化とともに理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った健康問題の資料を整理し、復習しておくこと。(4.0hr)

**第３回　生活習慣病とは**
【　到達目標　】
(1)健康な生活を送る上での良い生活習慣について理解する。
(2)生活習慣病の定義、危険因子、予防策について理解する。

【授業時間外学習】
良い生活習慣について復習し、自分の生活習慣を見直して行動変容につなげる。(4.0hr)

**第４回　循環系疾患とライフスタイル**
【　到達目標　】
(1)心臓病と脳血管病、その基礎疾患としての動脈硬化、高血圧、糖尿病とライフスタイルとの関連を理解する。

【授業時間外学習】
循環系疾患に関連するライフスタイルについて復習し、予防行動につなげる。(4.0hr)

**第５回　代謝異常・肥満とライフスタイル**
【　到達目標　】
(1)脂質代謝異常、肥満症をもたらすライフスタイルを理解する。
(2)肥満の判定基準と日本の現状を知り、予防・改善策を考える。

【授業時間外学習】
肥満の予防につながるライフスタイルについて復習し、自らの日常生活に還元する。(4.0hr)

**第６回　メタボリックシンドロームの判定と予防**
【　到達目標　】
(1)メタボリックシンドロームの定義と判定基準を理解する。
(2)メタボリックシンドロームの現状、危険因子を理解し、予防・改善策を考える。

【授業時間外学習】
授業の内容を復習し、メタボリックシンドロームの予防行動につなげる。(4.0hr)

**第７回　骨の健康　骨粗鬆症の予防**
【　到達目標　】
(1)人の一生を通じた骨量、骨代謝の変化を知り、丈夫な骨を形成し、骨粗鬆症を予防するための生活習慣を考える。

【授業時間外学習】
授業の内容を復習し、丈夫な骨を作るための生活習慣を心がける。(4.0hr)

**第８回　ロコモティブシンドロームの概念と予防**
【　到達目標　】
(1)ロコモティブシンドロームの概念、定義、危険因子を理解し、予防策を考える。

【授業時間外学習】授業の内容を復習し、将来のロコモティブシンドロームの予防につながる生活行動を身につける。(4.0hr)

**第９回　子どもの生活環境の変化と健康**
【　到達目標　】
(1)現代の生活環境が子どもの健康に及ぼす影響について理解する。
(2)成長に伴う身体の構造と機能の変化を知り、成長期における健康問題について理解する。

【授業時間外学習】
子どもの健康に関する文献や資料を探して読む。(4.0hr)

**第10回　女性の性機能の変化と健康**
【　到達目標　】
(1)女性の一生を通じての性機能の変化と女性特有の健康問題について理解する。

【授業時間外学習】
女性の健康に関する文献や資料を探して読む。(4.0hr)

**第11回　妊娠と健康**
【　到達目標　】
(1)妊娠期の身体の変化と生活の注意点について理解する。
(2)避妊・不妊・出生前診断など、生命倫理に関する問題について考える。

【授業時間外学習】
妊娠のまつわる文献や資料を探して読む。(4.0hr)

**第12回　高齢者の運動と健康**
【　到達目標　】
(1)加齢に伴う身体の構造と機能の変化を知り、中高齢者、高齢者の健康に運動が果たす役割や意義について理解する。

【授業時間外学習】
高齢者の健康に関する文献や資料を探して読む。(4.0hr)

**第13回　休養と健康**
【　到達目標　】
(1)睡眠や休息と健康との関わりについて理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習し、毎日の生活の中で適切な休養を心がける。(4.0hr)

**第14回　メンタルヘルス**
【　到達目標　】
(1)現代社会におけるストレスと健康との関わり、心の健康に運動が果たす役割について理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習し、自分のストレスマネジメントに積極的に取り組む。(4.0hr)

**第15回　健康づくり施策　概念と歴史　日本における施策**
【　到達目標　】
(1)健康づくり施策の概念と歴史を理解し、日本における健康施策とその課題について考える。

【授業時間外学習】
授業で扱った健康問題の資料を整理し、復習する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

授業では、パワーポイントと配布資料を使って講義を行う。毎回の講義で重要なポイントを確認しながら資料に書き込んでいくので、受け身ではなく積極的に学習する姿勢を持つこと。また、授業内で取り上げるテーマに応じて、適宜、視聴覚教材などを使用し、その内容に関する理解度と考察力を確認するためのレポートを作成する。その結果は、授業の中でフィードバックする。

## 【教科書・参考書など】

とくに指定はない。必要な資料をその都度配布する。

## 【成績評価方法】

授業内での課題達成度30%、定期試験(試験は試験期間中に別途実施する)70%で評価する。

| 科目名 | 機能解剖学 | | | 担当者 | 永　野　康　治 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Functional Anatomy | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 専門基礎・必修 | 専門基礎・必修 | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR103 | | |

## 【目的とねらい】

本講義の目的は骨格と各関節の構造、特徴、運動、および筋の走行、機能を学び、身体の動きを関節運動と筋肉の働きから理解することである。本講義のねらいは、体育・スポーツに関わる者として、身体の構造や動きを骨格や筋機能の面から理解することで、自らのスポーツ活動におけるパフォーマンス向上や怪我の予防に生かし、さらには運動を指導する立場において効率的な評価、処方、指導ができるようになることである。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　機能解剖学概論（機能解剖学の基礎）**
【　到達目標　】
(1)機能解剖を学ぶうえで必要な基礎事項や用語の定義を説明できる。
(2)全身の骨格を概観し、全身の骨の名称とその位置を同定できる。
【授業時間外学習】
全身の骨の名称とその位置を覚える。(4.0hr)

**第２回　上肢の骨格1：鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨**
【　到達目標　】
(1)上肢(鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨)の骨の形状を図示できる。
(2)上肢(鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)上肢(鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
鎖骨、胸骨、肩甲骨、上腕骨の特徴を覚える。(4.0hr)

**第３回　上肢の骨格2：尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨**
【　到達目標　】
(1)上肢(尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨)の骨の形状を図示できる。
(2)上肢(尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)上肢(尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
尺骨、橈骨、手根骨、中手骨、指節骨の特徴を覚える。(4.0hr)

**第４回　下肢の骨格1：寛骨、大腿骨、膝蓋骨**
【　到達目標　】
(1)下肢(寛骨、大腿骨、膝蓋骨)の骨の形状を図示できる。
(2)下肢(寛骨、大腿骨、膝蓋骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)下肢(寛骨、大腿骨、膝蓋骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
寛骨、大腿骨、膝蓋骨の特徴を覚える。(4.0hr)

**第５回　下肢の骨格2：脛骨、腓骨、足根骨**
【　到達目標　】
(1)下肢(脛骨、腓骨、足根骨)の骨の形状を図示できる。
(2)下肢(脛骨、腓骨、足根骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)下肢(脛骨、腓骨、足根骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
脛骨、腓骨、足根骨の特徴を覚える。(4.0hr)

**第６回　体幹の骨格1：脊柱、頚椎**
【　到達目標　】
(1)体幹(脊柱、頚椎)の骨の形状を図示できる。
(2)体幹(脊柱、頚椎)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)体幹(脊柱、頚椎)の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
脊柱、頚椎の特徴を覚える。(4.0hr)

**第７回　体幹の骨格2：胸椎、腰椎、仙骨、肋骨**
【　到達目標　】
(1)体幹(胸椎、腰椎、仙骨、肋骨)の骨の形状を図示できる。
(2)体幹(胸椎、腰椎、仙骨、肋骨)の代表的な骨指標を同定できる。
(3)体幹(胸椎、腰椎、仙骨、肋骨)の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】胸椎、腰椎、仙骨、肋骨の特徴を覚える。骨格についての復習課題に取り組む。(4.0hr)

**第８回　関節の構造と関節運動　概論**
【　到達目標　】
(1)関節の大まかな構造と種類を説明できる。
(2)関節運動の定義と実際の運動を結びつける。
(3)肩甲上腕関節を例に、関節の構造と運動を説明できる。
【授業時間外学習】
各関節運動と実際の運動を一致させて覚える。(4.0hr)

**第９回　関節の構造と関節運動　上肢1**
【　到達目標　】
(1)肩甲胸郭関節、肩甲上腕関節を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)肩甲胸郭関節の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)肩甲胸郭関節、肩甲上腕関節の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

**第10回　関節の構造と関節運動　上肢2**
【　到達目標　】
(1)肘関節、前腕、手関節、指節間関節を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)肘関節、前腕、手関節、指節間関節の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)肘関節、前腕、手関節、指節間関節の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

**第11回　関節の構造と関節運動　下肢1**
【　到達目標　】
(1)股関節、脛骨大腿関節を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)肘関節の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)肘関節の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

**第12回　関節の構造と関節運動　下肢2**
【　到達目標　】
(1)膝蓋大腿関節を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)脛骨大腿関節、膝蓋大腿関節の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)脛骨大腿関節、膝蓋大腿関節の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

**第13回　関節の構造と関節運動　下肢3**
【　到達目標　】
(1)足関節、足部を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)足関節、足部の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)足関節、足部の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

**第14回　関節の構造と関節運動　体幹1**
【　到達目標　】
(1)脊柱の関節(椎間関節、椎体間関節)を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)頚部、胸腰部の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)脊柱の関節(椎間関節、椎体間関節)や構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

**第15回　関節の構造と関節運動　体幹2**
【　到達目標　】
(1)胸郭(肋椎関節)を構成する骨、安定組織を列挙できる。
(2)(呼吸)胸郭運動の運動と作用する筋肉を関係づける。
(3)胸郭の構造や筋機能の特徴を説明できる。
【授業時間外学習】
関節運動と筋肉の対応関係を覚える。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

授業開始時にその日の内容に関するクイズを出題するので積極的に参加し、基礎知識を確認する。授業は配布される講義ノートへの記述を中心に授業を進める。その際に使用したプレゼンテーション資料はWeb上に公開するので、復習に用いること。授業の中盤、および終了時に理解度確認テストを行い内容を整理する。また、復習用の課題を1、7、13回目にし、課題に取り組むことで知識の定着を図る。その際の回答、質問はWeb上から入力し、授業中にフィードバックを行う。

## 【教科書・参考書など】

教科書：特に指定しない
参考書：筋骨格系のキネシオロジー(医歯薬出版)
　　骨・関節・筋肉の構造と動作のしくみ(ナツメ社)

## 【成績評価方法】

課題　20%
期末試験（試験は試験期間中に別途実施）80%

| 科目名 | 生涯スポーツ論 | | | 担当者 | 溝　口　紀　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Lifelong Sports | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR104 | | |

**【目的とねらい】**

現代社会におけるスポーツの必要性、社会的価値を理解し、新しい公共としての「スポーツ権」が、どのように社会に寄与するかを考える。とりわけ生涯スポーツ社会を形成する指導者としての生涯スポーツの基礎的知識を獲得する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　ガイダンス（授業の進め方　スポーツ権）**
【　到達目標　】
(1)授業ガイダンス、生涯スポーツ関連用語を理解する。
【授業時間外学習】
生涯学習とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

**第２回　生涯スポーツと健康長寿を考える**
【　到達目標　】
(1)健康長寿の考え方を理解する。
【授業時間外学習】
健康長寿とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

**第３回　ヘルスプロモーションと健康日本21**
【　到達目標　】
(1)現在の「生涯学習」の考え方を理解する。
【授業時間外学習】
ヘルスプロモーションとは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

**第４回　生涯スポーツとスポーツイベント・スポーツツーリズム**
【　到達目標　】
(1)スポーツツーリズムについて理解する。
【授業時間外学習】
スポーツツーリズムとは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

**第５回　生涯スポーツ政策の歴史**
【　到達目標　】
(1)生涯スポーツの歴史的変遷について理解する。
【授業時間外学習】
生涯学習社会とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

**第６回　女性のスポーツの参加率と環境**
【　到達目標　】
(1)女性のスポーツについて理解する。
【授業時間外学習】
女性スポーツの参加率をインターネットで調べる。(4.0hr)

**第７回　障害者スポーツ、アダプテッド・スポーツ**
【　到達目標　】
(1)障害者スポーツについて理解する。
【授業時間外学習】
アダプテッド・スポーツとは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

**第８回　スポーツと予防医学**
【　到達目標　】
(1)予防医学とスポーツについて理解する。
【授業時間外学習】
(1)予防医学について調べる。(4.0hr)

**第９回　スポーツとメンタルヘルス**
【　到達目標　】
(1)メンタルヘルスとしての生涯スポーツ活動を理解する。
【授業時間外学習】
メンタルヘルスにおけるスポーツ活動についてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第10回　格差社会とスポーツ**
【　到達目標　】
(1)地域におけるスポーツ活動を理解する。
(2)新しい公共、社会関係資本としてのスポーツを理解する。
【授業時間外学習】
地域総合型スポーツクラブについてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第11回　子どもの身体特性とスポーツ環境**
【　到達目標　】
(1)生涯学習社会におけるコミュニティスポーツを理解する。
【授業時間外学習】
地域総合型スポーツクラブについてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第12回　中高年の身体特性とスポーツ環境**
【　到達目標　】
(1)生涯学習社会における総合型地域スポーツクラブを理解する。
【授業時間外学習】
総合型地域スポーツクラブについてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第13回　学生によるプレゼンテーション**
【　到達目標　】
(1)発表について評価する。課題を見つける。
【授業時間外学習】
発表の準備をする。(4.0hr)

**第14回　学生によるプレゼンテーション**
【　到達目標　】
(1)発表について評価する。課題を見つける。
【授業時間外学習】
発表の準備をする。(4.0hr)

**第15回　生涯スポーツの展望と課題**
【　到達目標　】
(1)生涯学習思想を述べることができる。
(2)豊かなスポーツライフを述べることができる。
(3)生涯学習社会でのスポーツのあり方を述べることができる。
【授業時間外学習】
第1回目から第14回目までの授業内容を復習する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

授業中の私語、携帯電話使用、飲食を禁じる。

**【教科書・参考書など】**

特に指定しない。
適宜、印刷物を配布する。

**【成績評価方法】**

授業における課題達成度(50%)、プレゼンテーション、レポート(50%)で評価する。

| 科目名 | スポーツ心理学 | | | 担当者 | 佐々木万丈 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Psychology | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR105 | | |

【目的とねらい】

スポーツ心理学の研究領域で提出された知見と最新の研究成果に関わる基礎的事項を学習することが目的である。さらに、本講義では、受講者が将来的に競技スポーツのみならず、広い視野に立ってスポーツや運動の研究・指導を行うことができるように、競技スポーツに関わるトピックと同時に健康運動活動に取り組む人々の心理行動的問題や課題についても取り上げる。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　体育学における心理学研究領域の概説**
【　到達目標　】
(1)体育・スポーツ・健康運動に関わる心理学の課題を説明できる。
【授業時間外学習】
スポーツ心理学の研究課題で関心のある内容を1つ選び知見を整理する。(4.0hr)

**第２回　不安**
【　到達目標　】
(1)不安には２つの側面（状態不安と特性不安）が仮説的に定義されていることを理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（自らのスポーツ中の失敗場面を整理する）に取り組む。(4.0hr)

**第３回　ストレス**
【　到達目標　】
(1)運動やスポーツの実践に関わる行動の理解と改善に心理学的ストレス研究がいかに貢献できるかを説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（外発的と内発的の動機づけの違いを調べる）に取り組む。(4.0hr)

**第４回　動機づけ**
【　到達目標　】
(1)動機づけに関する主な理論を説明できる。
(2)運動やスポーツ行動のやる気の高め方を具体的に説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（運動技能はどのように分類されるのかを調べる）に取り組む。(4.0hr)

**第５回　運動学習**
【　到達目標　】
(1)運動技能と認知技能について理解し、説明できる。
(2)効果的な運動学習の方法について理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（スポーツ選手に必要な心理的要素をまとめる）に取り組む。(4.0hr)

**第６回　心理的競技能力**
【　到達目標　】
(1)スポーツ選手に必要な心理的要素について理解し、説明できる。
(2)DIPCAⅢにより自らの心理的競技能力を把握し分析できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（自らのスポーツ中のケガの生起状況をまとめる）に取り組む。(4.0hr)

**第７回　スポーツ障害**
【　到達目標　】
(1)運動やスポーツで生じる障害について理解し、説明できる。
(2)ストレス理論を用いたスポーツ障害の予防と対策方法を理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（バーンアウトと学習性無力感を調べる）に取り組む。(4.0hr)

**第８回　バーンアウト**
【　到達目標　】
(1)スポーツ選手のバーンアウト発症機序を理解し、説明できる。(2)学習性無力感について理解し、説明できる。 (3)バーンアウトや学習性無力感に陥らないようにするための方法を理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（選手引退後に起こった事件について調べる）に取り組む。(4.0hr)

**第９回　スポーツ・キャリア・トランジション**
【　到達目標　】
(1)スポーツ選手の競技引退に関わる問題や課題を理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（WHOによるライフスキルの定義を調べる）に取り組む。(4.0hr)

**第10回　心理社会的スキルとライフスキル**
【　到達目標　】
(1)スポーツ活動の効果に心理社会的スキルの習得があげられることを理解し、その内容について説明できる。(2)運動やスポーツ活動場面の心理社会的スキルが日常生活場面のライフスキルに般化するメカニズムを理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（LGBTを告白したスポーツ選手を調べる）に取り組む。(4.0hr)

**第11回　スポーツとジェンダー**
【　到達目標　】
(1)スポーツ活動場面におけるジェンダーに関わる問題や課題を理解し、説明することができる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（メンタルヘルスの定義について調べる）に取り組む。(4.0hr)

**第12回　運動やスポーツのメンタルヘルス効果**
【　到達目標　】
(1)運動やスポーツがメンタルヘルスに及ぼす影響について理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（運動行動を促す方法のポイントを考える）に取り組む。(4.0hr)

**第13回　行動変容理論**
【　到達目標　】
(1)行動変容理論や各種のプログラムについて理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（介入プログラムの例を調べまとめる）に取り組む。(4.0hr)

**第14回　運動の実践に対する介入**
【　到達目標　】
(1)行動変容技法を中心に運動処方や介入の仕方について理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
復習課題と予習課題（統計分析における平均の重要性について調べる）に取り組む。(4.0hr)

**第15回　運動やスポーツに関わる心理・行動の研究法**
【　到達目標　】
(1)運動やスポーツの心理学的研究方法を理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
本時の復習課題に取り組むと共に、改めて全体をノートに基づき振り返る。(4.0hr)

【学習上の留意点】

授業ではパワーポイントにより要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者はスライドのみをノートに書き写すだけでは、学習としては不十分であることを理解しておく必要がある。集中してメモを取り、スポーツ活動に役立つオリジナルのスポーツ心理学ノートを作り上げる努力をすることが肝要である。また、毎時間、その時間の内容に関する復習課題と次時の内容に関する予習課題を提示する。授業以外の時間を有効に使い、復習と予習に取り組むことで知識の定着を図るよう努力する必要がある。特に復習課題については、次時の冒頭で、簡単な整理上の要点を説明するので、授業後に各自が行う復習は必須である。

【教科書・参考書など】

教科書として「基礎から学ぶスポーツの心理学」（著者：佐々木万丈、出版社：勁草書房）を使用する。また、 適宜、参考資料を配付する。

【成績評価方法】

期末テストの結果（100%：試験は別途試験期間中に実施）により評価する。

| 科目名 | スポーツマネジメント | | | 担当者 | 芳　地　泰　幸 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Management | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR106 | | |

**【目的とねらい】**

近年、スポーツ界においてマネジメントへの関心が高まっている。スポーツが経済的に自立することが迫られているとともに、スポーツによる経済社会の活性化、振興という期待があるからである。そこで、本講義では経営学の系譜を踏まえ、スポーツマネジメントの意味、役割、機能を今日的な状況を踏まえながら学際的に学ぶ。具体的には①スポーツとマネジメントの生成と発展、②スポーツ事業のマネジメント、③スポーツ組織と人材マネジメント、④スポーツ施設のマネジメントの大きく4つの視点からスポーツマネジメントの基本的な考え方や理論を習得する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　スポーツマネジメントの発展**
【　到達目標　】
(1)スポーツの様々な捉え方について理解する。
(2)スポーツマネジメントの考え方、活動領域について理解する。

【授業時間外学習】
経営、管理、マネジメントとはどのような活動であるか、自分なりに整理する。(4.0hr)

**第２回　マネジメントの誕生とスポーツのビジネス化**
【　到達目標　】
(1)マネジメントの誕生（科学的管理法）ついて理解する。
(2)スポーツのビジネス化とその背景、要因について理解する。

【授業時間外学習】
スポーツのビジネス化の背景について身近な事例を調べる。(4.0hr)

**第３回　スポーツビジネス（企業）の目的と責任**
【　到達目標　】
(1)企業の目的について理解する。
(2)マネジメントの使命や役割、社会的責任について理解する。

【授業時間外学習】
スポーツ関連企業の経営理念や組織体制など、IR情報を調べる。(4.0hr)

**第４回　スポーツマーケティングの意義と役割**
【　到達目標　】
(1)マーケティングとセリングの違いを理解する。
(2)マーケティングにおける市場細分化とターゲッティングを理解する。

【授業時間外学習】
スポーツ企業がおこなっているマーケティング活動について具体的に調べる。(4.0hr)

**第５回　マーケティング戦略とスポーツプロダクト**
【　到達目標　】
(1)マーケティング戦略のプロセスとマーケティング・ミックスについて理解する。
(2)スポーツプロダクト（有形・無形）の捉え方について理解する。

【授業時間外学習】
ヒット商品を具体的に浮かべ、なぜ売れるかをその要因について整理する。(4.0hr))

**第６回　スポーツ事業の経営戦略**
【　到達目標　】
(1)代表的な環境分析の手法を理解する。
(2)基本的な経営戦略（競争戦略）について理解する。

【授業時間外学習】
成功している企業の経営戦略（競争戦略）について調べる。(4.0hr)

**第７回　スポーツ組織のマネジメント**
【　到達目標　】
(1)組織とは何かを理解する。
(2)組織成立の要件を理解する。

【授業時間外学習】
組織はどのようなものか、集団や群衆との違いについて整理する。(4.0hr)

**第８回　スポーツ組織の人間的（情緒的）側面**
【　到達目標　】
(1)経営管理における人間関係論を理解する。
(2)人材をマネジメントする際の情緒的側面の重要性を理解する。

【授業時間外学習】
組織における人間関係や規範（暗黙のルール）の影響について整理する。(4.0hr)

**第９回　スポーツ組織のモチベーション・マネジメントⅠ**
【　到達目標　】
(1)モチベーションとはなにかについて理解する。
(2)モチベーションの内容論について理解する。

【授業時間外学習】
何が満たされるとやる気になるのか、についてこれまでの経験を基に考えてみる。(4.0hr)

**第10回　スポーツ組織のモチベーション・マネジメントⅡ**
【　到達目標　】
(1)モチベーションの過程論（プロセス論）について理解する。
(2)身近な組織のモチベーション・マネジメントに向けた効果的な改善策を立案する。

【授業時間外学習】
どのようにモチベーションが生起し、変化するのか、考えてみる。(4.0hr)

**第11回　スポーツ組織におけるリーダーシップ**
【　到達目標　】
(1)リーダーシップの役割、機能について理解する。
(2)リーダーシップの代表的理論（特性論・行動理論）を理解する。

【授業時間外学習】
優れたリーダーはどのような特性を有しているのかについて整理する。(4.0hr)

**第12回　組織変革とリーダーシップ**
【　到達目標　】
(1)変革型リーダーシップについて理解する。
(2)組織におけるリーダーシップとマネジメントの違いについて理解する。

【授業時間外学習】
リーダーとマネジャーの違いについて、身近な事例から整理する。(4.0hr)

**第13回　チーム作りとチームビルディング**
【　到達目標　】
(1)チームビルディングの手法について理解する。
(2)チームワークを育むコミュニケーションについて理解する。

【授業時間外学習】
チームが機能するとはどのような状態か、身近な事例から整理する。(4.0hr)

**第14回　スポーツ施設の運営と管理**
【　到達目標　】
(1)我が国のスポーツ施設の現状を理解する。
(2)スポーツ施設の管理・運営に関する制度や法令を理解する。

【授業時間外学習】
身近なスポーツ施設の運営者と管理者について調べる。(4.0hr)

**第15回　スポーツ施設のデザインとユーザビリティ**
【　到達目標　】
(1)ユニバーサルデザイン（UD）の視点を理解する。
(2)ユーザビリティを高めるための改善手法を理解する。

【授業時間外学習】
誰もが快適に、安全に利用できる施設や空間の設計・デザイン等について整理する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

パワーポイントを使用して講義をおこなう。また、必要に応じて関連資料やVTR等の補助教材を用い、具体的事例からマネジメントに関する理解を深めていく。受講生は積極的に講義に参加するとともに自主的な予習・復習や情報収集に努めること。特に、講義で学んだ視点や理論、知識を身近な組織（部活動やアルバイト）に当てはめて考える、応用すること。毎回の講義後には学生の理解度や疑問点を把握するためのミニッツペーパー（レスポンスカード）を実施し、次回の講義時にフィードバックをおこなう。さらに、時間外での主体的な学びを促すための課題レポートも課し、評価コメントを付して受講生にフィードバックする。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に定めない。
＜参考書＞「スポーツマネジメント（改訂版）」原田宗彦、小笠原悦子（編著）大修館書店、2015年。
※その他の参考文献や参考資料は講義時に紹介する（適宜、配布する）。

**【成績評価方法】**

課題レポート（講義内での小レポート含む）を40%、定期試験の結果を60%として総合評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 発育発達論 | | | 担当者 | 井 筒 紫 乃 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Growth and Development | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・必修 | 専門基礎・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR107 | | |

【目的とねらい】

ヒトの一生における発育発達と老化の特性についての知識を身につけるとともに、それぞれの年齢においての発育発達特性を考慮した運動をはじめとする身体活動と健康関連指標との関係と運動指導の重要性を理解する。更に、不活動とは区別されている座位行動と健康関連指標との関係を理解し、その抑制の重要性を理解する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　発育発達とは、心理的特徴**

【　到達目標　】

(1)発育発達の概念を理解する。

(2)身体計測の測定法を理解する。

【授業時間外学習】

受講前に、「発育発達論」では何を学びたいのか、意見をまとめてくること。(4.0hr)

**第２回　発育発達期の身体的特徴（身長）1**

【　到達目標　】

(1)身体計測値を用いて発育過程を図解できる。

【授業時間外学習】

受講前に、自身の小学校入学以降、現在までの身長を調べてくること。(4.0hr)

**第３回　発育発達期の身体的特徴（身長）2，骨成熟の評価法**

【　到達目標　】

(1)形態の発育の性差・個人差を理解する。

(2)生物学的成熟度について理解する。

【授業時間外学習】

受講前に、自身の身長、体重、および座高を計測してくること。(4.0hr)

**第４回　発育発達期の身体的特徴（体重・身体組成）**

【　到達目標　】

(1)肥満の弊害について理解する。

(2)やせの問題について理解する。

【授業時間外学習】

受講前に、子どもの肥満と痩身の出現率を調べ、各々の問題点をまとめてくること。(4.0hr)

**第５回　中高年齢者の身体的特徴（体重・身体組成）**

【　到達目標　】

(1)身体組成の測定法について理解する。

(2)中高年齢者の形態の特徴について理解する。

【授業時間外学習】

受講前に、身体組成の計測方法を調べてくること。(4.0hr)

**第６回 運動をはじめとする身体活動と座位行動の定義，ライフステージ別の特徴**

【　到達目標　】

(1)運動をはじめとする身体活動と座位行動の定義を理解する。

(2)身体活動量と座位行動のライフステージ別の特徴を理解する。

【授業時間外学習】

受講前に、身体活動と座位行動の計測方法を調べてくること。(4.0hr)

**第７回　体力の定義，成長期における筋力の発達と老化の過程**

【　到達目標　】

(1)体力の定義について理解する。

(2)スポーツ庁による体力・運動能力の測定法を理解する。

(3)筋力の発達と老化の過程を理解する。

【授業時間外学習】

受講前に、「何故、体力を高める必要があるのか」、意見をまとめてくること。(4.0hr)

**第８回　成長期における基本的動作スキルの発達**

【　到達目標　】

(1)成長期における基本的動作スキルの発達について理解する。

【授業時間外学習】

受講前に、文部科学省による基本的動作スキルの測定法を調べてくること。(4.0hr)

**第９回　日本と世界の身体活動量や座位行動の推奨値**

【　到達目標　】

(1)身体活動量や座位行動と健康関連指標との関係について理解する。

(2)日本と世界の身体活動量や座位行動の推奨値を理解する。

【授業時間外学習】

受講前に幼児期運動指針と健康づくりのための身体活動基準2013を調べてくること。(4.0hr)

**第10回　成長期における全身持久力の発達と老化の過程**

【　到達目標　】

(1)全身持久力の発達と老化の過程を理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ庁による全身持久力の測定法を調べてくること。(4.0hr)

**第11回　日本と世界の子どもの身体的特徴と生活習慣の現状**

【　到達目標　】

(1)日本と世界の子どもの身体活特徴と運動などの生活習慣の現状を理解する。

(2)47都道府県の子どもの身体活特徴と運動などの生活習慣の現状を理解する。

【授業時間外学習】

受講前に、世界の子どもの肥満者と痩身者の出現率を調べてくること。(4.0hr)

**第12回　発育発達期の運動プログラム**

【　到達目標　】

(1)発育発達期の運動プログラムの留意点を理解する。

(2)発育発達期の運動・スポーツの体力への効果を理解する。

【授業時間外学習】

子どもの運動プログラムを考える際､留意すべき点について意見をまとめてくること｡(4.0hr)

**第13回　中高年齢者とスポーツ**

【　到達目標　】

(1)中高年齢者の運動プログラムの留意点を理解する。

(2)中高年齢者の運動・スポーツの体力への効果を理解する。

【授業時間外学習】中高年者の運動プログラムを考える際、留意すべき点について意見をまとめてくること。(4.0hr)

**第14回　女性とスポーツ**

【　到達目標　】

(1)女性選手の三主徴について理解する。

(2)女性の痩せと低出生児について理解する。

【授業時間外学習】

受講前に､女性アスリートの指導上､留意すべき点について意見をまとめてくること｡(4.0hr)

**第15回　運動をはじめとする身体活動量促進と座位行動抑制**

【　到達目標　】

(1)運動をはじめとする身体活動量促進と座位行動抑制の方法を理解する。

【授業時間外学習】

受講前に､学校と家庭での身体活動量促進と座位行動抑制の方法をまとめてくること｡(4.0hr)

【学習上の留意点】

学習成果をあげるため、教科書・参考書、講義中に配布する資料などを用いて、授業時間外学習により予習・復習をそれぞれ講義時間相当量行うことが望まれる。

【教科書・参考書など】

教科書：2019年9月出版予定の書籍（杏林書院）を用いる予定である。参考書: 高石　昌弘（監修）樋口　満，佐竹　隆（編著）：からだの発達と加齢の科学. 大修館書店，2012，ISBN 9784469267402，　竹中晃二（編）:アクティブ・チャイルド 60 min ―子どもの身体活動ガイドライン―. （株）サンライフ企画，2010,ISBN 4904011244

【成績評価方法】

定期試験の成績90%、課題の提出10%で評価する。

なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 体操 | | | 担当者 | 木皿久美子・中澤　歩 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Gymnastics | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBR108 | | |

【目的とねらい】

健康運動指導士養成講習会カリキュラムに提示されているストレッチングと柔軟体操の実際、ウォーミングアップとクーリングダウンについて学習する。また、学校体育の教材として行われる、体ほぐしの運動と体力を高める運動（ストレッチ体操、徒手体操、トレーニング体操、リズム体操、手具体操）を取り上げ、見本となるデモンストレーションができるように良い動き方を習得する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーションと体きづき、体ほぐし**
【　到達目標　】
(1)体操のねらい、学習の方法、授業の進め方について理解する。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第２回　ストレッチ体操：アライメントチェックとストレッチの基本**
【　到達目標　】
(1)体のゆがみをチェックし、体操で整える方法を知る。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第３回　ストレッチ体操：2人組のストレッチ体操**
【　到達目標　】
(1)自分と相手の体と心に気づき、調整しながら運動が行える。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第４回　ストレッチ体操：PNFストレッチ**
【　到達目標　】
(1)PNFの原理を理解し、正しい幇助の仕方で実施する。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第５回　ストレッチ体操：音楽に合わせた一連の柔軟体操**
【　到達目標　】
(1)音楽に合わせた一連のストレッチ運動を覚えて実施する。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第６回　トレーニング体操：体ほぐしとレジスタンス系の体操**
【　到達目標　】
(1)自体重での運動と相手の体を利用した運動でトレーニングする。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第７回　トレーニング体操：体ほぐしとエアロビクス系の体操**
【　到達目標　】
(1)エアロビクスの原則を理解し、運動を実施する。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第８回　手具体操：フープを使った体ほぐしと体操**
【　到達目標　】
(1)フープの特性を知り、動きを開発したり発展させる。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第９回　手具体操：ボールを用いた体ほぐしと体操**
【　到達目標　】
(1)ボールの特性を理解し、動きを開発したり発展させる。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第10回　リズム体操：キット式リズム体操**
【　到達目標　】
(1)キットを覚え、良い動き方を習得する。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第11回　リズム体操：パターン式リズム体操**
【　到達目標　】
(1)パターンで動きを覚え、良い動き方を習得する。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第12回　保健体操：気功呼吸法とボディメンテナンス**
【　到達目標　】
(1)心と体の整え方を知り、応用できるようにする。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第13回　良い動きの習得：体操の目的と方法**
【　到達目標　】
(1)これまで習得した良い動きの一連の体操ができる。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第14回　良い動きの習得：動きの修正**
【　到達目標　】
(1)修正を加えながら良い動きの一連の体操ができる。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

**第15回　体操（良い動き）の発表**
【　到達目標　】
(1)自信を持って良い動きを発表できる。
【授業時間外学習】学習したストレッチ体操や徒手体操を日常生活に取り入れ、自身のからだを管理し、良い姿勢・立ち方・歩き方などの改善を図る。(1.0hr)

【学習上の留意点】

二人組や数人のグループで行う内容が多いので、互いに不快感を与えないような服装や身だしなみ、態度を大切にしてほしい。自分の「からだ」について理解を深め、ひとの動き方などを参考にして、できない動きや不慣れな動きのコツを習得できるよう工夫し、良い動き方を身に付けられるよう努める。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

関心・意欲・態度30%、実技テスト70%で総合的に評価する。

| 科目名 | 器械運動 | | | 担当者 | 佐藤麻衣子・森井　大樹 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Apparatus Exercise | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBR109 | | |

**【目的とねらい】**

達成スポーツとしての器械運動では、さまざまな運動が行われる。その運動は「技」と呼ばれ、「技」は運動構造によって易しいものからむずかしいものへと体系的に分類されている。その体系にしたがって基本的な技を正しく習得すると発展的な技の習得も容易となる。本授業では、器械運動の基本的な技について、その基礎技能も含めいろいろな段階的練習方法を通して身につけていく。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　マット運動の基礎技能**
【　到達目標　】
(1)器械運動に必要な動きと練習方法を理解する。
(2)マット運動の基礎技能の習熟を図る。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第２回　マット運動（倒立の基礎・接転系の技）①**
【　到達目標　】
(1)倒立の基礎知識・技能を習得する。
(2)前転、後転の基礎知識・技能を習得する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第３回　マット運動（倒立の基礎・接転系の技）②**
【　到達目標　】
(1)倒立の静止技能および歩行技能を習得する。
(2)前転、後転の変形技を習得する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第４回　マット運動（倒立の基礎・接転系の技）③**
【　到達目標　】
(1)倒立前転の技能を習得する。
(2)伸膝後転の技能を習得する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第５回　マット運動（倒立の基礎・接転系の技）④**
【　到達目標　】
(1)倒立前転の技能テスト
(2)伸膝後転の技能テスト

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第６回　マット運動（倒立回転系・倒立回転とびの技）①**
【　到達目標　】
(1)側方倒立回転習得のための基礎知識・技能を習得する。
(2)ハンドスプリング習得のための基礎知識・予備技能を習得する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第７回　マット運動（倒立回転系・倒立回転とびの技）②**
【　到達目標　】
(1)側方倒立回転の技能を習得する。
(2)ハンドスプリング習得のための基礎知識・予備技能を習得する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第８回　マット運動（倒立回転系・倒立回転とびの技）③**
【　到達目標　】
(1)側方倒立回転の技能テスト
(2)ハンドスプリングの技能を習得する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第９回　マット運動（倒立回転系・倒立回転とびの技）④**
【　到達目標　】
(1)ハンドスプリングの技能テスト

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第10回　とび箱運動（反転系の技の基礎技能）**
【　到達目標　】
(1)反転系の技の基礎知識・技能を習得する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第11回　とび箱運動（反転系の技・開脚とび）**
【　到達目標　】
(1)開脚とびの技能を習得する。
(2)開脚とびの技能テスト

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第12回　とび箱運動（反転系の技・閉脚とび）**
【　到達目標　】
(1)閉脚とびの技能を習得する。
(2)閉脚とびの技能テスト

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第13回　鉄棒運動（支持回転系の技）①**
【　到達目標　】
(1)鉄棒運動の基礎知識・技能を習得する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第14回　鉄棒運動（支持回転系の技）②**
【　到達目標　】
(1)支持回転系の技の技能を習得する。
(2)支持回転系の技能テスト

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**第15回　課題の達成度と身体知**
【　到達目標　】
(1)技の習得に必要な身体知について理解する。
(2)達成できた動きの身体知について理解する。

【授業時間外学習】各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)

**【学習上の留意点】**

課題として取り上げられた技は、体育教員として身につけておきたい最低限のものである。授業では、それぞれの技の感覚を順を追って習得していく。すでに、課題をできる受講生にとっては、あらためて動きができるための「道しるべ」を確認することになり、中学・高等学校時に器械運動の授業を受けていない学生にとっては、新たな「身体知」を獲得する場となる。積極的な参加を望む。

**【教科書・参考書など】**

＜参考書＞
「教師のための器械運動指導法シリーズ：マット運動、鉄棒運動、平均台・とび箱運動」金子明友（大修館書店）

**【成績評価方法】**

課題技の達成度　100%

| 科目名 | 陸上競技Ａ | | | 担当者 | 吉田　孝久・大橋　祐二<br>中野　美沙 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Track and Field A | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBR110 | | |

【目的とねらい】

陸上競技は走・跳・投運動による最大達成を競う種目である。多くの種目の中から、走種目として100m走、跳種目として走り幅跳び、投種目として砲丸投げを取り上げ、それぞれの種目を実習し、基本技能を習得する過程を経験することと、それぞれの種目の学習方法について理解することを目的とする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　授業内容の説明（採点表）**

【　到達目標　】

100m走、走り幅跳び、砲丸投げの種目特性を理解する。単位認定の条件（達成記録、習熟度）を確認する。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第２回　100m走の走り方：中間疾走**

【　到達目標　】

短距離走の走り方として、中間疾走を行う中で、まず支持局面を意識して実践してみる。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第３回　クラウチングスタートのしかた**

【　到達目標　】

自分にあったクラウチングスタートの方法を身につける。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第４回　スタート～加速のしかた**

【　到達目標　】

クラウチングスタートからトップスピードを作り出す加速局面で、問題点を把握してその改善を図る。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第５回　スタート、加速疾走、中間疾走**

【　到達目標　】

100m走記録測定の準備として、100mという距離を走る体験をする。その中で、前半と後半の身体への負担がどのようであるかを実感し、特に後半の走り方をイメージできるようにする。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第６回　100m走記録測定**

【　到達目標　】

100m走の記録測定を行う。達成記録がどのレベルにあるかを把握する。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第７回　走り幅跳びの基本技術とルール**

【　到達目標　】

走り幅跳びの一連の動きを実習しながら、基本技術及びルールを身につける。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第８回　短助走跳躍**

【　到達目標　】

短助走跳躍を実践する中で、自分にあった効果的な踏み切り技術を探り当てる。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第９回　全助走跳躍**

【　到達目標　】

自分にあったおおよその助走距離を見つけ、同時に踏み切り板に足が合う正確な距離を見つけ出す。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第10回　走り幅跳び記録測定１**

【　到達目標　】

走り幅跳びの記録測定を行う。達成距離がどのレベルにあるかを把握する。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第11回　走り幅跳び記録測定２**

【　到達目標　】

前回の達成距離を更新するために、改善点を見つけ出しより高いレベルにチャレンジする。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第12回　砲丸投げの基本技術とルール**

【　到達目標　】

砲丸投げの基本技術であるつき出し動作のドリルを実習することによって、つき出しの動き方を確認する。同時に、砲丸投げのルールを理解する。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第13回　メディシンボールによるつき出し**

【　到達目標　】

メディシンボールによるつき出し、砲丸を用いてのつき出しを繰り返し行うことによって、合理的なつき出し動作を身につける。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第14回　ホップ、グライドからの投げ**

【　到達目標　】

つき出しがより力強く行われるように、サークル内でホップ、ステップの「助走」をつけて行う。うまく加速できる方法を見つけ出す。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

**第15回　砲丸投げ記録測定**

【　到達目標　】

砲丸投げの記録測定を行う。その記録がどのレベルにあるかを把握する。

【授業時間外学習】日頃から､陸上競技の基本となるスプリント・ランニング運動に取り組み、これらの能力向上を目指すこと。(1.0hr)

【学習上の留意点】

過去の運動経験を生かし、より高いレベルの記録を達成するようにして欲しい。そのためには、陸上競技の専門性を理解し、その中で自分の運動経験を生かすようにすることが必要である。

【教科書・参考書など】

『教師のための運動学』金子明友・監修　吉田茂、三木四郎・編（大修館書店）

【成績評価方法】

各種目の実技試験における達成記録による評価を70%、動きの習熟度やルール等に関するテストによる評価を30%として評価する。

| 科目名 | 水泳 | | | 担当者 | 山川　啓介・兵藤　洋樹 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Swimming | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBR111 | | |

【目的とねらい】

水の特性に慣れることからはじめ、４種目泳法の各種技術練習を通して水泳の基本技能を修得すると共に、水泳運動の学習方法を理解する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　水慣れ**

【　到達目標　】

水に入る、浮く、沈む、歩く、走る、跳ぶ、泳ぐ。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール､背泳ぎ､平泳ぎ､バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第２回　けのび、グライダー姿勢、クロールの導入**

【　到達目標　】

正しいけのびの型を理解し、修得する。グライダー姿勢を理解し、修得する。クロールのバタ足を修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール､背泳ぎ､平泳ぎ､バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第３回　クロールの泳法実習**

【　到達目標　】

クロールのキックおよびストロークを修得する。
クロールの呼吸法を修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール､背泳ぎ､平泳ぎ､バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第４回　クロールの泳法実習と背泳ぎの導入**

【　到達目標　】

クロールにおいて随時呼吸を行い、正しいフォームを修得する。
背泳ぎの導入としての背浮きを修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール､背泳ぎ､平泳ぎ､バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第５回　背泳ぎの泳法実習**

【　到達目標　】

背泳ぎのキックおよびストロークを修得する。
背泳ぎの呼吸法を修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール､背泳ぎ､平泳ぎ､バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第６回　クロールと背泳ぎの完成**

【　到達目標　】

クロールおよび背泳ぎについて、競技規則に則った正しいフォームを完璧に修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール､背泳ぎ､平泳ぎ､バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第７回　平泳ぎの導入と泳法実習**

【　到達目標　】

平泳ぎのキックを修得する。
あおり足とかえる足の違いを理解する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール､背泳ぎ､平泳ぎ､バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第８回　平泳ぎの泳法実習とバタフライの導入**

【　到達目標　】

平泳ぎのストロークを修得し、手足のタイミングを整える。
バタフライのキックを修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール､背泳ぎ､平泳ぎ､バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第９回　バタフライの泳法実習**

【　到達目標　】

バタフライの呼吸法を修得する。
バタフライのストロークを修得し、手足のタイミングを整える。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第10回　平泳ぎとバタフライの完成**

【　到達目標　】

平泳ぎおよびバタフライにおいて、競技規則に則った正しいフォームを完璧に修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第11回　周辺技術（スタートおよびターン）の修得①**

【　到達目標　】

水面上からの飛び込み型スタートを段階的に修得する。
クロールおよび平泳ぎのターンを修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第12回　周辺技術（スタートおよびターン）の修得②**

【　到達目標　】

水面上からの飛び込み型スタートを段階的に修得する。
クロールおよび平泳ぎのターンを修得する。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第13回　４泳法のまとめとクロールのトレーニング**

【　到達目標　】

４泳法の競技規則に則ったフォームを再確認する。
100mクロールに向けたトレーニングを行う。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第14回　４泳法のまとめと平泳ぎのトレーニング**

【　到達目標　】

４泳法の競技規則に則ったフォームを再確認する。
100m平泳ぎに向けたトレーニングを行う。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

**第15回　100mクロールおよび100m平泳ぎの確認**

【　到達目標　】

100mクロールおよび100m平泳ぎを泳ぐ。

【授業時間外学習】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。(1.0hr)

【学習上の留意点】

プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー系の着用は不可とする。
水泳は、普段の生活とは異なる水中環境下での運動となるため、様々な身体への影響が生じる。そのため、実習への参加に際し、健康状態に配慮することが必要である。

【教科書・参考書など】

「水泳指導教本」　財団法人日本水泳連盟編、大修館書店
「基礎からの水泳」　柴田義晴著、ナツメ社

【成績評価方法】

１.泳法試験（70%）、２.クロールおよび平泳ぎの泳力試験（30%）とする。
評価は、上記に加えて受講態度を含め、総合的に判定する。

| 科目名 | バスケットボール | | | 担当者 | 柴田　雅貴・橋本　早予<br>茂泉　圭治 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Basketball | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBR112 | | |

【目的とねらい】

バスケットボールのゲームを行うために必要とされる基礎的な個人技術を習得し、その上でグループ・チーム戦術へと発展させ、ゲームの中で習得した個人技術、グループ・チーム戦術を発揮することが目的である。さらに、ルールを理解することも目的である。習得した個人技術、グループ・チーム戦術を実際に指導するための基礎作りが本実習のねらいとなる。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　授業のねらいと進め方**

【　到達目標　】

(1)授業のねらいと進め方、バスケットボールの特性を理解する。

(2)導入としてコーディネーショントレーニングの必要性を理解し、実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第２回　基礎的な個人技術　コントロール**

【　到達目標　】

(1)ボディコントロール（フットワークとハンドワークを含む）の技術を理解し、習得する。

(2)ボールコントロール（ボールハンドリング）の技術を理解し、習得する。

(3)ミニゲームを実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第３回　基礎的な個人技術　ワンハンドシュート①**

【　到達目標　】

(1)ゴールに近い場所でのワンハンドシュートの技術を習得する。

(2)ミニゲームを実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第４回　基礎的な個人技術　セットシュートとジャンプシュート**

【　到達目標　】

(1)セットシュートとジャンプシュートの違いを理解する。

(2)セットシュートとジャンプシュートそれぞれの技術を習得する。

(3)ミニゲームを実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第５回　基礎的な個人技術　パスとキャッチ**

【　到達目標　】

(1)ボールキャッチの技術を習得する。

(2)いろいろなパスの技術を習得する。

(3)ミニゲームを実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第６回　基礎的な個人技術　レイアップシュート①**

【　到達目標　】

(1)ドリブルからのレイアップシュートの技術を習得する。

(2)ミニゲームを実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第７回　基礎的な個人技術　ドリブル**

【　到達目標　】

(1)ドリブルのチェンジ･オブ･ディレクションの技術を習得する。

(2)ドリブルのチェンジ･オブ･ペースの技術を習得する。

(3)ミニゲームを実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第８回　基礎的な個人技術　リバウンド**

【　到達目標　】

(1)オフェンスリバウンドの技術を習得する。

(2)ミニゲームを実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第９回　基礎的な個人技術　フリースロー①**

【　到達目標　】

(1)ゲームの中でフリースローが起こる状況について理解する。

(2)フリースローの技術を習得する。

(3)ゲームを実践する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第10回　グループ戦術　パス&ラン**

【　到達目標　】

(1)グループ戦術としてのパス＆ランの原則を理解する。

(2)パス＆ランのグループ戦術を習得する。

(3)ゲームの中で個人技術、グループ戦術が発揮できる。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第11回　チーム戦術　ドライブ&合わせ**

【　到達目標　】

(1)グループ戦術としての１対１（ドライブ）とそこからの合わせの原則を理解する。

(2)ドライブ＆合わせのグループ戦術を習得する。

(3)ゲームの中で個人技術、グループ戦術が発揮できる。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第12回　基礎的な個人技術　ワンハンドシュート②**

【　到達目標　】(1)ゴールに近い場所でのワンハンドシュートの技術を習得する。

(2)いろいろなワンハンドシュート（フック系・フローター系）の技術を実践する。

(3)ゲームの中で個人技術、グループ戦術が発揮できる。

(4)ルールを理解する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第13回　基礎的な個人技術　レイアップシュート②**

【　到達目標　】(1)ドリブルからのレイアップシュートの技術を習得する。

(2)いろいろなレイアップシュート(バックシュート系・ステップの変化)の技術を実践する。

(3)ゲームの中で個人技術、グループ戦術が発揮できる。

(4)ルールを理解する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第14回　基礎的な個人技術　フリースロー②**

【　到達目標　】(1)フリースローの技術を習得する。

(2)ゲームの状況下でのフリースローを実践する。

(3)ゲームの中で個人技術、グループ戦術が発揮できる。

(4)ルールを理解する。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

**第15回　スキルの総合的検証**

【　到達目標　】

(1)本実習で習得した基礎的な個人技術ができる。

【授業時間外学習】各回で習得する技術･戦術について調べ､振り返る。また､バスケットボールのルールについて調べる。(1.0hr)

【学習上の留意点】

実習の授業となるため服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。アクセサリー類は決して身につけない。本実習はすべてグループ毎に活動するので、ただ参加するのではなく、積極的にグループの中で活動し、さらにはリーダーシップを取って授業を受ける。また、バスケットボールのルールを理解し、ゲームでは審判を行うこともあるので、ゲームの知識・理解を深めるように努める。

【教科書・参考書など】

参考書

「バスケットボール指導教本改訂版　上・下巻」（公財）日本バスケットボール協会編（大修館書店）

【成績評価方法】

平常授業での到達度を70%、スキルテストを30%として評価する。

| 科目名 | バレーボール | | | 担当者 | 湯澤　芳貴<br>ﾖｰｺ･ｶﾘﾝ･ｾﾞｯﾀｰﾗﾝﾄﾞ | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Volleyball | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBR113 | | |

【目的とねらい】

バレーボールでは個人の基礎技能(オーバーハンドパス・アンダーハンドパス・スパイク・サーブ)の定着を図り、バレーボールゲームをおこなう上で必要な基礎技術・戦術を理解・実践し、それらをチームとしての戦術へと発展させていきスムーズなゲームの完成を目指す。またルールやゲームの進め方および審判法を理解し、ゲームの運営について学ぶことも目的とする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　バレーボールの歴史と発展**
【　到達目標　】
(1)バレーボールの起源、発展、ルールの変遷等を理解する。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第２回　基礎技能の習得Ⅰ(オーバーハンドパス・アンダーハンドパス)**
【　到達目標　】
(1)各パスをおこなうための体の使い方を理解する。
(2)ボールを正確にコントロールする能力を身につける。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第３回　基礎技能の応用Ⅰ(各種レシーブ・トス)**
【　到達目標　】
(1)強いボールに対する対応、移動しながらの技能を身につける。
(2)方向転換していろいろな方向へコントロールできる。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第４回　基礎技能の習得Ⅱ(サーブ)**
【　到達目標　】
(1)アンダーハンドサーブ、フローターサーブの打ち方をマスターする。
(2)狙ったコースへコントロールできる。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第５回　基礎技能の習得Ⅲ(スパイク)**
【　到達目標　】
(1)助走のステップ、スイングを身につける。
(2)タイミングを合わせてボールを打つことができる。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第６回　集団技能の理解と集団での技術・戦術**
【　到達目標　】
(1)基礎技能と集団技能の結びつきについて理解する。
(2)集団で発揮する技術・戦術を理解する。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第７回　基本戦術の習得Ⅰ(3段攻撃)**
【　到達目標　】
(1)「レシーブ→トス→スパイク」の流れを理解・実践する。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第８回　基本戦術の習得Ⅱ(フォーメーション)**
【　到達目標　】
(1)基礎的な守備フォーメーションを理解・実践する。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第９回　ゲームの進め方・ルール・審判法の理解**
【　到達目標　】
(1)ゲームを行う上での主なルールを理解する。
(2)主審・線審の役割とシグナル方法を理解する。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第10回　ゲーム実践Ⅰ**
【　到達目標　】
(1)オフィシャルルールで実践する。
(2)すべてのポジションの役割を経験する。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第11回　ゲーム実践Ⅱ**
【　到達目標　】
(1)オフィシャルルールで実践する。
(2)すべてのポジションの役割を経験する。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第12回　個人技能の評価方法と技能修正方法**
【　到達目標　】
(1)個人技能の評価方法を理解し、実践できる。
(2)個人技能の正しい方法への修正をすることができる。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第13回　バレーボールのポジションとその役割の理解**
【　到達目標　】
(1)セッター・リベロ・スパイカーについて理解・実践する。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第14回　ゲーム実践Ⅲ**
【　到達目標　】
(1)セッター・リベロを設定してゲームをおこなう。
(2)ポジションの役割を理解してゲームを実践できる。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

**第15回　ゲーム実践Ⅳ**
【　到達目標　】
(1)セッター・リベロを設定してゲームをおこなう。
(2)ポジションの役割を理解してゲームを実践できる。

【授業時間外学習】基礎技能の反復練習をし、技能習得に努める。ゲームをおこなう際のルールや各種フォーメーションについて事前に理解を深めておく。(1.0hr)

【学習上の留意点】

実習の授業なので、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。特にアクセサリー類の着用は禁止とし、また髪が長い者は必ず束ねて授業に参加すること。バレーボールはチームスポーツである。そのため、基本的にグループ単位で活動するので、自分勝手な行動はせずに、グループの活動が効率良くできるように努めること。

不明な点はそのままにせず、教員に質問する等解決のための努力を怠らないようにすること。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

基礎技能の実技テストを80%、ゲーム実践の達成度を20%として評価する。

| 科目名 | スポーツ医学 | | | 担当者 | 夏　井　裕　明 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sports Medicine | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 専門基礎・選択 | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR201 | | |

**【目的とねらい】**

本講義は臨床スポーツ医学の後編（内科系）として位置づけられる。健康運動指導士・健康運動実践指導者・日本体育協会公認スポーツ指導者資格の共通科目Ⅰ・Ⅲ・Ⅳに関する内容を取り扱う。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション、健康の概念と医事法規**
【　到達目標　】
健康の概念と医事法規について理解する。
【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキスト　上　p 3 - 11　を読む。(4.0hr)

**第２回　女性とスポーツⅠ（受精から性成熟期まで）**
【　到達目標　】
女性の一生のうち、性成熟期までのスポーツ医学的問題を理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 256 - 260　を読む。(4.0hr)

**第３回　女性とスポーツⅡ（妊娠・出産から更年期まで）**
【　到達目標　】
女性の一生のうち、妊娠・出産および更年期におけるスポーツ医学的問題を理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 260 - 262　を読む。(4.0hr)

**第４回　内科的疾患とスポーツⅠ（循環器の急性疾患）**
【　到達目標　】
運動中の突然死とその対策について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 147 - 153、 187 - 198　を読む。(4.0hr)

**第５回　内科的疾患とスポーツⅡ（呼吸器・その他の急性疾患）**
【　到達目標　】
過換気症候群、運動誘発性喘息、自然気胸、運動誘発性アナフィラキシー、Side Stitchについて理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 163 - 171　を読む。(4.0hr)

**第６回　内科的疾患とスポーツⅢ（慢性疾患）**
【　到達目標　】
貧血、蛋白尿・血尿、糖尿病、てんかんについて理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 180 - 182、 201 - 202　を読む。(4.0hr)

**第７回　感染症とスポーツ**
【　到達目標　】
主な感染症とスポーツとの関わり、対策について理解する。
【授業時間外学習】
アスレティックトレーナー専門科目テキスト　4　p 38 - 59　を読む。(4.0hr)

**第８回　環境とスポーツⅠ（高温環境）**
【　到達目標　】
熱中症の要因・症状・応急処置・対策について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 153 - 157　を読む。(4.0hr)

**第９回　環境とスポーツⅡ（低温・低圧・高圧環境）**
【　到達目標　】
凍傷と低体温症、急性高山病、潜水事故について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 171 - 174、 221　を読む。(4.0hr)

**第10回　メディカルチェックとコンディショニング**
【　到達目標　】
メディカルチェックの重要性とコンディショニング、運動中止の判定について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 17 - 27　を読む。(4.0hr)

**第11回　皮膚・眼疾患とスポーツ**
【　到達目標　】
主な皮膚疾患及び眼疾患について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 223 - 235　を読む。(4.0hr)

**第12回　精神とスポーツ**
【　到達目標　】
オーバートレーニング症候群、統合失調症、気分障害、摂食障害、神経症、睡眠障害について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 182 - 184　を読む。(4.0hr)

**第13回　海外遠征のスポーツ医学**
【　到達目標　】
海外遠征の特殊性について理解する。
【授業時間外学習】スポーツ指導者養成テキスト　共通科目Ⅳ　p 18 - 22、アスレティックトレーナー専門科目テキスト　4　p 100 - 104　を読む。(4.0hr)

**第14回　ドーピング・コントロールⅠ（総論）**
【　到達目標　】
ドーピングについて、なぜいけないのか、歴史、現状を理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 13 - 17　を読む。(4.0hr)

**第15回　ドーピング・コントロールⅡ（各論）**
【　到達目標　】
禁止物質、検査の実際について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 13 - 17　を読む。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

本科目は健康運動指導士、健康運動実践指導者、日本体育協会公認スポーツ指導者共通科目、GFI（グループエクササイズ・フィットネス・インストラクター）資格取得のための必修科目である。１年次開講の「機能解剖学」、「スポーツ生理学」を履修済みであることを前提とする。２年次前期開講の「救急処置法」を履修していることが望ましい。

講義の最後に小テストを行い、講義内容の理解度を確認する。

**【実務経験のある教員による授業科目】**

医師としての臨床経験を生かし、臨床スポーツ医学の内科系の内容について講義を行う。

**【教科書・参考書など】**

参考書：「スポーツ指導者のためのスポーツ医学（第２版）」小出清一他編、南江堂、「健康運動指導士養成講習会テキスト上」公益財団法人　健康・体力づくり事業財団、「公認スポーツ指導者養成テキスト　共通科目Ⅰ・Ⅲ・Ⅳ」公益財団法人　日本体育協会、「アスレティックトレーナー専門科目テキスト　4」公益財団法人　日本体育協会

**【成績評価方法】**

試験成績（100%）で成績を評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 衛生学・公衆衛生学 | | | 担当者 | 助　友　裕　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Hygiene and Public Health | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR202 | | |

## 【目的とねらい】

我々の健康は、毎日呼吸する空気や飲む水、地球環境や自然的環境、毎日の生活習慣や人間関係、地域や国の社会経済的要因などから強く影響を受けている。これらと健康の関わりを科学的に理解し（衛生学）、地域や国民の健康を実現するための対策について理解する（公衆衛生）ことが、この授業の目的である。これらの内容は、自立した社会生活を営むためや、学校にかかわるすべての人々の健康、学校そのもののあり方、職場や地域を取り巻く社会のあり方の基礎である。こうした基本的理解づくりがこの授業のねらいである。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　健康と公衆衛生**
【　到達目標　】
(1)健康には様々な考え方があることを知る。
(2)公衆衛生の定義を知り、その成り立ちを理解する。

【授業時間外学習】
公衆衛生にかかわる身近なサービスについて調べておく。(4.0hr)

**第２回　保健統計の活用と応用：健康はどのようにして測られるか**
【　到達目標　】
(1)国民の健康状態を測る指標の多様性について理解する。

【授業時間外学習】
政府統計の総合窓口（e-Stat）で健康に関わる統計データを探しておく。(4.0hr)

**第３回　疫学：その健康情報はどこからくるか**
【　到達目標　】
(1)疫学の起源について知る。
(2)疫学による研究成果が健康情報となる過程を理解する。

【授業時間外学習】
喫煙の健康影響に関する記事・論文を調べておく。(4.0hr)

**第４回　ヘルスプロモーション**
【　到達目標　】
(1)ヘルスプロモーションの定義、活動方法について知る。

【授業時間外学習】
本学以外の友人や知人と健康づくりの方法について議論しレポートする。(4.0hr)

**第５回　世界と日本の健康戦略**
【　到達目標　】
(1)世界の健康戦略の流れを知る。
(2)世界と日本の健康戦略の流れを理解する。

【授業時間外学習】
教科書で健康指標の年次推移を示しているグラフを選び､説明できるようにしておく｡(4.0hr)

**第６回　健康の社会的決定要因**
【　到達目標　】
(1)健康の社会的決定要因とはどのようなものか理解する。

【授業時間外学習】
現在の自分の目標について、目標達成の過程における生活への影響をレポートする。(4.0hr)

**第７回　生活の場と健康**
【　到達目標　】
(1)健康に影響をおよぼすあらゆる生活の場について理解を深める。
(2)WHOのsettingsアプローチを理解する。

【授業時間外学習】
一週間のうちに自分が行った場所とその場所がもたらす健康影響を記録しておく。(4.0hr)

**第８回　がん対策**
【　到達目標　】
(1)がんが身近な疾病であることを理解する。
(2)我が国のがん対策の現状を知る。

【授業時間外学習】
がんに関する情報を収集しておく。(4.0hr)

**第９回　感染症対策**
【　到達目標　】
(1)感染症の成立の条件、予防の原理を理解する。
(2)主な感染症について理解する。

【授業時間外学習】
咳エチケットの方法とその理由について考えておく。(4.0hr)

**第10回　環境保健**
【　到達目標　】
(1)人間と環境のかかわりについて理解する。
(2)環境問題とその対策について知る。

【授業時間外学習】
地球環境の変化に関する記事・論文を調べておく。(4.0hr)

**第11回　産業保健**
【　到達目標　】
(1)労働者を取り巻く現状とその対策について知る。

【授業時間外学習】
働くことの意味について自分の考えをまとめておく。(4.0hr)

**第12回　メンタルヘルス対策**
【　到達目標　】
(1)精神疾患の現状とその対策について知る。

【授業時間外学習】
厚生労働省のメンタルヘルスwebsiteを閲覧しておく。URLは後日指示する。(4.0hr)

**第13回　親子保健**
【　到達目標　】
(1)我が国の母子保健の水準を知る。
(2)母子保健活動の動向について理解する。

【授業時間外学習】
自分の住んでいる自治体の母子保健サービスを調べておく。(4.0hr)

**第14回　地域保健**
【　到達目標　】
(1)地域の様々な保健活動を知る。
(2)健康なまちづくりについて理解する。

【授業時間外学習】
自分の住んでいる自治体の地域保健サービスを調べておく。(4.0hr)

**第15回　災害時の公衆衛生**
【　到達目標　】
(1)災害の種類とその備えについて知る。
(2)自地域の防災について関心を持ち、今できる防災活動について考える。

【授業時間外学習】
少子高齢社会の中で自他が健やかに生きるための方法についてレポートする。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

毎回の講義で、その回のキークエスチョンに関して、私見や講義内容を踏まえたミニレポートを提出する。これにより各回の授業内容を振り返る。授業の導入時と終了時で自分の意見がどう変化したのかも考慮に入れながら、授業内容について理解を深めてもらいたい。なお、この毎回のミニレポート内容については、講義内容を踏まえた受講者自身の気づきが記述されていることが重要である。ミニレポートは、ほぼ毎時間行い、次回の授業時に返却するとともに、必要に応じて授業内で優れた内容について全体共有する。

## 【実務経験のある教員による授業科目】

行政や公的機関等における公衆衛生学に関する講義・講演等の活動経験を活かし、地域や国民の健康を実現するための対策について講義を行う。

## 【教科書・参考書など】

『学生のための現代公衆衛生　第7版』　野中浩一編著　南山堂
このほかに適宜資料を配布する。

## 【成績評価方法】

授業中の課題達成度を30%、定期試験の結果を70%で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 体力トレーニング論 | | | 担当者 | 佐　伯　徹　郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory of Exercise Training | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBR203 | | |

**【目的とねらい】**

体力トレーニングの理論と実際について、パフォーマンス（運動能力、競技力）の構成要素である心技体の位置づけから理解し、トレーニングの原理原則および実施手順、そして体力および技術等に関するスポーツ科学的知見と関連付けて学習することを目的とする。また、体力の各要素および各トレーニング法について、体力学、バイオメカニクス、解剖学、運動生理学などの自然科学系の知識を活用して理解を深める。最終的に、受講生それぞれで体力トレーニング論が展開できることをねらいとする。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　授業概要の説明：体力トレーニングとは？**
【　到達目標　】
体力トレーニングに関わる各学問分野および実践現場との関連性について理解し、自分の考えを示せるようになる。

【授業時間外学習】
体力トレーニングについて幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第２回　体力の概念（パフォーマンスにおける位置づけなどを含む）**
【　到達目標　】
体力の概念や種類について、パフォーマンス（運動能力、競技力）の構成要素である心技体の位置づけについて理解し、説明できるようになる。

【授業時間外学習】
体力の概念、スポーツパフォーマンスについて調査・考察する。(4.0hr)

**第３回　体力の種類（要素、エネルギー系、一般性と専門性などを含む）**
【　到達目標　】
体力の概念や種類について、パフォーマンス（運動能力、競技力）の構成要素である心技体の位置づけについて理解し、説明できるようになる。

【授業時間外学習】
体力の種類について調査・考察する。(4.0hr)

**第４回　筋力トレーニング**
【　到達目標　】
体力の各要素およびトレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
筋力トレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第５回　スピードトレーニング**
【　到達目標　】
体力の各要素およびトレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
スピードトレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第６回　パワートレーニング**
【　到達目標　】
体力の各要素およびトレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
パワートレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第７回　柔軟性トレーニング**
【　到達目標　】
体力の各要素およびトレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
柔軟性トレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第８回　持久力トレーニング①：有酸素性能力**
【　到達目標　】
体力の各要素およびトレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
有酸素性能力のトレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第９回　持久力トレーニング②：無酸素性能力**
【　到達目標　】
体力の各要素およびトレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
無酸素性能力のトレーニング法について調査・考察する。(4.0hr)

**第10回　総合的な体力トレーニング**
【　到達目標　】
総合的な体力トレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
総合的な体力トレーニング法について調査・考察する。(4.0hr)

**第11回　体力トレーニングの進め方①：トレーニングの原理・原則**
【　到達目標　】
トレーニングの進め方について、原理・原則、実施手順などの面から理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
体力トレーニングの原理・原則について調査・考察する。(4.0hr)

**第12回　体力トレーニングの進め方②：トレーニングの実施手順**
【　到達目標　】
トレーニングの進め方について、原理・原則、実施手順などの面から理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
体力トレーニングの実施手順について調査・考察する。(4.0hr)

**第13回　対象者に応じた体力トレーニング①**
【　到達目標　】
対象者の特性に応じた体力トレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
体力トレーニングの実際について調査・考察する。(4.0hr)

**第14回　対象者に応じた体力トレーニング②**
【　到達目標　】
対象者の特性に応じた体力トレーニング法について理解し、実践現場での具体例と関連付けて考えられるようになる。

【授業時間外学習】
自分の体力トレーニング法を考え実践する。(4.0hr)

**第15回　体力トレーニングプログラムの作成**
【　到達目標　】
対象者の特性、目的・目標を考慮・配慮した体力トレーニングについて自分の考えを論じ、具体的なプログラムを作成できるかどうかチェックする。

【授業時間外学習】
対象者を想定した体力トレーニング法を考え自分で試し、指導する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

体力トレーニングに関わる専門用語に慣れ、理解することで覚えることを目指すこと。
受講生は、自分の体験を振り返り、科学的知見をトレーニング実践に活用することを考えながら、メモをとり、レポート作成に活かすようにすること。
試験は、教員採用試験、健康運動関連資格試験に近い内容や形式で行なう。
授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

**【教科書・参考書など】**

配布資料、ビデオ視聴などによる。

**【成績評価方法】**

小テストおよびレポートの結果を20%、期末テストの結果を80%として評価する。
試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | ダンスムーブメント | | | 担当者 | 八木ありさ・岩淵多喜子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Dance Movement | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBR204 | | |

【目的とねらい】

本授業では、ダンスの要素である「踊る、観る、創る」力をバランス良く養う。リズムダンスでは音楽に乗って基礎的なステップやビートに乗った体の使い方を習得し、創作ダンスでは、即興表現、簡単な作品創りを経験し、自己の表現の可能性を広げ、仲間と協力しながら創作する楽しみを味わう。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション、ウォーミングアップ**

【　到達目標　】

ダンスに取り組んでいく上での必要事項を確認し、全員が積極的に主体的に授業に取り組んでいくことを確認する。
仲間と交流しながら楽しく踊る。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第２回　リズムダンス①**

【　到達目標　】

ウォームアップの後、基礎的なステップを数種類クロスフロアーで学ぶ。
簡単なステップを組み合わせたリズムダンスを学び、音楽にのって楽しく踊れるようにする。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第３回　リズムダンス②**

【　到達目標　】

ウォームアップの後、基礎的なステップを数種類クロスフロアーで学ぶ。
簡単なステップを組み合わせたリズムダンスを学び、音楽にのって楽しく踊れるようにする。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第４回　創作ダンス①「集まる、離れる」**

【　到達目標　】

リズムダンスでのウォームアップ、ステップの復習の後、「集まる、離れる」を題材に、少人数のグループで創作を行う。選んだ題材の特徴を動きや体型の変化で表せるようにする。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第５回　創作ダンス②「スポーツ」**

【　到達目標　】

リズムダンスでのウォームアップ、ステップの復習の後、「スポーツ」を題材に、少人数のグループで創作を行う。選んだ題材の特徴を動きや体型の変化で表せるようにする。
特徴を大げさに表現するためのデフォルメやスローモーションについて理解する。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第６回　創作ダンス③「オノマトペ」**

【　到達目標　】

リズムダンスでのウォームアップ、ステップの復習の後、「オノマトペ」を題材に、少人数のグループで創作を行う。選んだ言葉の特徴を体の質感の変化で表現することを学ぶ。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第７回　ステップテスト**

【　到達目標　】

１～6回で学んできたリズムダンスの到達度を確認する。
順番や基本ステップのシステムを習得し、大きな動きで音楽やリズムに乗って楽しく踊る。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第８回　音楽とダンス**

【　到達目標　】

動きをぴったりあわせたり、わざと崩したり、無音で動いたりと、音楽とダンスの様々な関係を体験し、ダンスを豊かにする音楽の活用法を知る。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第9回　表現的なダンス①**

【　到達目標　】

表現的なイメージを表す動きをつなげた「波のダンス」を体験し、リズムダンスとは異なった体の使い方、表現の仕方を学ぶ。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第10回　表現的なダンス②**

【　到達目標　】

「波のダンス」から、2人組みでデュエットを創作する。
一緒に踊るユニゾンやネガティブスペースを利用した動きの利用方法を学ぶ。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第11回　洗濯機ダンス**

【　到達目標　】

「洗濯機」をテーマに、これまで習得したリズムダンス、基礎ステップ、即興的な表現、グループ創作を組み合わせた作品を踊り、一連の動きや場面の連なりで作品が成立することを学ぶ。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第12回　グループ創作①**

【　到達目標　】

最終試験(発表会）のための作品創り。
グループに分かれて、作品のテーマ、大まかな構成、音楽等について話し合う。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第13回　グループ創作②**

【　到達目標　】

テーマに合わせて、場面ごとのダンスを創り進める。
仲間と協力し、アイデアを形にしていく。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第14回　グループ創作③**

【　到達目標　】

全体を一貫して踊れるようにする。集中して踊りきるための練習をする。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

**第15回　発表と講評**

【　到達目標　】

発表と相互講評。発表会を行い、成果について意見交換をする。

【授業時間外学習】

実技の復習、文献研究、公演鑑賞を通してダンスムーブメントへの理解を深める。(1.0hr)

【学習上の留意点】

基礎になるステップの難易度を段階的に上げていくため、復習により各自の課題をクリアーして毎回の授業に臨む。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

提出物10%、実技試験30%、授業における課題達成度60%で総合的に評価する。

| 科目名 | ダンスエクササイズ | | | 担当者 | 蛭間純子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Dance Exercise | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・必修 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBR205 | | |

【目的とねらい】

エアロビックダンスの特性及び効果を知ると同時に、プログラムの基本構成を理解し、ステップを体得する。また音に合わせ、見本となりながら、指示を出す、エアロビックダンス特有の集団の指導法についても学ぶ。グループでステップを組み合わせたダンスエクササイズプログラムを作成し、発表する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　エアロビックダンスの歴史及びフィットネス概論**

【　到達目標　】

エアロビックダンスの歴史を学び、フィットネスを目的とするエアロビックダンスの考え方を理解する。エアロビックダンスの30分プログラムを体験する。

【授業時間外学習】日常生活の中でできるだけ積極的に身体を動かすことを心がけ、有酸素能力、筋持久力、柔軟性の向上に努める。(1.0hr)

**第２回　エアロビックダンスの基礎理論、基本構成、運動強度の考え方**

【　到達目標　】

エアロビックダンスプログラムの理論、基本構成について理解し運動強度についても正しい認識を持つ。エアロビックダンスの30分プログラムを体験する。

【授業時間外学習】日常生活の中でできるだけ積極的に身体を動かすことを心がけ、有酸素能力、筋持久力、柔軟性の向上に努める。(1.0hr)

**第３回　基本ステップの習得(ローインパクト)**

【　到達目標　】

基本ステップ(ローインパクト)を習い、正確に動けるように注意しながら30分プログラムを体験する。

【授業時間外学習】日常生活の中でできるだけ積極的に身体を動かすことを心がけ、学修したステップを正しく出来ることを目標に練習する。(1.0hr)

**第４回　基本ステップの習得(ハイインパクト)及び運動強度の変化要因**

【　到達目標　】

基本ステップ(ハイインパクト)を習い、正確に動けるようにする。また運動強度を変化させる要因についても理解する。運動強度の高い40分プログラムを体験する。

【授業時間外学習】日常生活の中でできるだけ積極的に身体を動かすことを心がけ、学修したステップを正しく出来ることを目標に練習する。(1.0hr)

**第５回　メインエクササイズの目的・効果の理解**

【　到達目標　】

メインエクササイズの目的・効果を理解する。エアロビックダンスの特性について学ぶ。40分プログラムを目標心拍数を計脈しながら体験する。

【授業時間外学習】
心拍変動を意識しながら、学修したステップを正確に動けるよう練習に努める。(1.0hr)

**第６回　ウォーミングアップの目的・効果の理解**

【　到達目標　】

ウォーミングアップの目的・効果を理解し、ウォームアップの各動作について確認する。より複雑な４0分プログラムを体験する。

【授業時間外学習】日常生活の中でできるだけ積極的に身体を動かすことを心がけ、正しく動的ストレッチングが出来るように努める。(1.0hr)

**第７回　エアロビックダンス指導法①（キューイングの理解・背面指導）**

【　到達目標　】

エアロビックダンス特有の見本の動きを実施しながら指導するテクニックを学び、グループ指導の演習をする。

【授業時間外学習】
動きの見本を見せながら、タイミングよく動きを指導する練習に努める。(1.0hr)

**第８回　エアロビックダンス指導法②　(規定コンビネーション指導)**
**クーリングダウンの目的・効果の理解**

【　到達目標　】演習してきた指導テクニックをもとに、規定の32カウントコンビネーションをグループに対して指導し、指導内容についてフィードバックを受ける。
クーリングダウンの目的・効果を理解する。
【授業時間外学習】フィードバックを参考に、タイミングのよい動きの指導に加え、動きの説明や注意も指導できる練習に努める。(1.0hr)

**第９回　エアロビックダンス指導法③　(32カウントコンビネーション作成)**

【　到達目標　】

エアロビックダンスのステップを組み合わせ32カウントのオリジナルコンビネーションを作成し、指導する演習を行う。

【授業時間外学習】
作成したオリジナルコンビネーションを記憶し、指導する練習に努める。(1.0hr)

**第10回　エアロビックダンス指導法④　(32カウントコンビネーション指導)**
**筋コンディショニングの目的、効果の理解**

【　到達目標　】

作成した32カウントコンビネーションをグループに対して指導し、指導内容についてフィードバックを受ける。筋コンディショニングの目的、効果を理解する。
【授業時間外学習】フィードバックを参考に、タイミングのよい動きの指導に加え、動きの説明や注意も指導出来るように練習に努める。(1.0hr)

**第11回　グループワーク　プログラムの理解**

【　到達目標　】

グループワーク・・・対象者や目的に合ったダンスエクササイズプログラムについて理解を深め、その方法を学ぶ。

【授業時間外学習】動きを選択し、どのようにステップを組み合わせて、目的のプログラムに構築するか考え、実際に動いてプログラムを確認する。(1.0hr)

**第12回　グループワーク　プログラムの作成・振り付け①**

【　到達目標　】

グループワーク・・・各自が32カウントコンビネーションを作成し、それをつなげたダンスエクササイズプログラムを作る。

【授業時間外学習】それぞれが考えたフレーズを組み合わせた動きを覚えて、スムーズに動く練習に努める。自分のパートは指導しながら動く練習を行う。(1.0hr)

**第13回　グループワーク　プログラムの作成・振り付け②**

【　到達目標　】

グループワーク・・・下肢の動きに、上肢の動き、方向の変化を加えるなど、バリエーションをつけたダンスエクササイズプログラムを完成する。

【授業時間外学習】空間の移動も加わったプログラムを覚え、スムーズに動く練習に努める。自分のパートは指導しながら動く練習を行う。(1.0hr)

**第14回　実技発表および評価**

【　到達目標　】

これまで取り組んできたダンスエクササイズプログラムを発表し、意見交換をする。

【授業時間外学習】他のグループの発表を参考に、自分たちのプログラムを再チェックし修正ポイントについて熟考し、再構成する。(1.0hr)

**第15回　理論理解の確認とエアロビックダンス指導者の心得**

【　到達目標　】

エアロビックダンス全般の理論を復習し､エアロビックダンス指導に必要なことを再確認する。

【授業時間外学習】今まで配布したレジメを参考にエアロビックダンスの目的、効果を再度確認し、指導のポイントや指導者の役割について復習する。(1.0hr)

【学習上の留意点】

積極的に取り組み、エアロビックダンスを身体で習得する必要がある。講義内容等は配布した講義ノートに記述する。ノートを回収し、チェックすると同時に、理解度確認テストを実施する。指導力の習得については、実技試験を行う。グループワークについては完成したダンスエクササイズプログラムを発表し、フィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

参考書：「健康運動実践指導者養成用テキスト」　財団法人健康・体力づくり事業財団 著
「ADBI、ADIのためのエアロビックダンスエクササイズ指導理論」(公社) 日本フィットネス協会 発行

【成績評価方法】

提出物20%、実技試験20%、筆記試験20%、授業における課題達成度40%で総合的に評価する。

| 科目名 | スポーツ運動学 | | | 担当者 | 石　塚　　浩 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Movement Theory | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 専門基礎・必修 | 専門基礎・必修 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・必修 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE101 | | |

**【目的とねらい】**

運動技術の階層概念について認識を深め、他の要因である体力や戦術との相互関係について、さらに体力の内容と技術や戦術との関連性が深い専門的体力について理解する。さらに、戦術の特性とそのゲシュタルトの捉え方について理解を深める。一方で、運動構造について局面構造を理解し、さらに動感（キネステーゼ）との関連から「コツ」や「カン」の発生について理解を深める。また、運動の習熟過程として「できない」から「いつでも上手にできる」に至るまでの位相構造について、実践的に理解する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　運動技能の構造**
【　到達目標　】
運動技能を構成する要因である「技術」「戦術」「体力」の関係について理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第２回　技術や戦術と専門的体力の関係**
【　到達目標　】
複合した要因となる専門的体力について技術の側面、また戦術の側面について理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第３回　運動技能と発育発達との関係**
【　到達目標　】
年齢段階によって運動技能を構成する要因を育成する方向性に変化があることを理解し、自己の経験と比較対照する。

【授業時間外学習】
中学・高校での「運動経験」と配布プリントの内容との照合。(4.0hr)

**第４回　宮本武蔵の「五輪書」や孫子の「兵法」における技術と戦術**
【　到達目標　】
武道という日本古来の古書から技術、戦術の分類をし、また中国の孫子の兵法からも理解を深める。

【授業時間外学習】
配布プリントの熟読と上映された映像との関係を比較検討。(4.0hr)

**第５回　戦術に関する要因とその具体例（１）**
【　到達目標　】
代表的なスポーツ種目における戦術を取り上げるとともに、戦略、作戦といった概念についても理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第６回　戦術に関する要因とその具体例（２）**
【　到達目標　】
技術の獲得と戦術を利用した指導場面から、その基礎となる「状況判断能力」と、その代表的なモデル例を理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントの熟読と上映された映像との関係を比較検討。(4.0hr)

**第７回　技術練習の方法**
【　到達目標　】
技術練習を行う際の手順に隠されている運動表象、運動投企、運動記憶といった概念を知り、動きのコツ獲得の方法論を理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントの熟読と上映された映像との関係を比較検討。(4.0hr)

**第８回　戦術練習の方法**
【　到達目標　】
戦術練習を行う際に必要な「アイコンタクト」「トライアングル」「サポーティング」「コーチング」という内容を理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントの熟読と上映された映像との関係を比較検討。(4.0hr)

**第９回　運動技能の構造に関する諸要因とその関連性**
【　到達目標　】
運動技能の構造に関する諸要因を理解し、個々の要因との関連を関連づけながら理解を深める。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第10回　運動の構造（局面構造に着目して）（１）**
【　到達目標　】
運動形式（循環性運動、非循環性運動、運動組み合わせ）から、その構造と実際のスポーツ場面での応用について理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第11回　運動の構造（リズム構造に着目して）（２）**
【　到達目標　】
運動の構造に関する具体例について分析・検討し、実習授業等で課題となっている内容について理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第12回　運動技能の上達過程「できない」から「できる」の階層**
【　到達目標　】
運動習熟におけるマイネルの位相理論をベースにし、粗協調段階の徴表や指導上の留意点について理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第13回　運動技能の上達過程「できる」から「上手にできる」の階層**
【　到達目標　】
運動習熟におけるマイネルの位相理論をベースにし、精協調段階の徴表や指導上の留意点について理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第14回　運動技能の上達過程「上手にできる」から「いつでも上手にできる」の階層**
【　到達目標　】
運動習熟におけるマイネルの位相理論をベースにし、最高精協調段階の徴表や指導上の留意点について理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**第15回　運動技能の上達過程における「コツ」と「カン」の獲得**
【　到達目標　】
運動技能の上達過程で発生する「コツ」や「カン」について、実践例を映像資料などから分析し、総合的に理解する。

【授業時間外学習】
配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

スポーツ運動学における発生論、構造論、伝承論の領域を相互関連的に理解する必要があり、パワーポイント画面を写すだけでは表層的な理解に留まる恐れがある。自らメモをとるとともに、自己のスポーツやダンスの経験と照らし合わせながら理解することが最も重要である。また、書く力、表現する力といった総合的な能力を陶冶することが求められる。数回のレスポンスカードによる確認を行なう。さらに、スポーツ運動学では、一つの正解を覚える、または、一つの正解しかないという発想を捨てることが求められる。

**【教科書・参考書など】**

教科書：「教師のための運動学」金子明友・監修　吉田茂、三木四郎・編（大修館書店）
参考書：「マイネル　スポーツ運動学」K．マイネル著、金子明友訳（大修館書店）
「スポーツ運動学序説」朝岡正雄・著（不昧堂出版）、「スポーツ運動学」金子明友・著（明和出版）

**【成績評価方法】**

全体の２０％は数回配付される授業内容の考察用紙の内容、小テストの結果、授業時の挙手による、または、指名による回答であり、残りの８０％はレポートもしくは試験の結果から評価する。試験の場合は、試験期間中に実施。

| 科目名 | スポーツ原論 | | | 担当者 | 都　筑　　真 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Principle of Sports | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 専門基礎・必修 | 専門基礎・必修 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE102 | | |

**【目的とねらい】**

本講義では、古代から現代に至るまでのスポーツや体育の展開を概観しながら、これまでのスポーツや体育の在り様や諸問題について理解を深めることを目的とする。これまでのスポーツや体育の在り様を学ぶことを通じて、現在のスポーツや体育が抱える諸問題をより深く理解し、さらにそのことを通じて、これからのスポーツや体育の在り方を考察することをねらいとする。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　ガイダンス**
【　到達目標　】
(1)講義の進め方、聴講上の留意点、評価の方法を確認する。

【授業時間外学習】
参考書の前文を熟読し、本講義で取り上げる学問分野やテーマについて理解する。(4.0hr)

**第２回　古代のスポーツ**
【　到達目標　】
(1)ギリシャやローマなどの古代のスポーツの在り様を理解し、現在のスポーツとの類似点や相違点について考察する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第３回　中世のスポーツ**
【　到達目標　】
(1)ヨーロッパや日本などの中世のスポーツの在り様を理解し、現在のスポーツとの類似点や相違点について考察する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第４回　近代のスポーツ①**
【　到達目標　】
(1)イギリスにおける近代スポーツの発展過程を理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第５回　近代スポーツ②**
【　到達目標　】
(1)近代スポーツが国際的に普及していく過程を理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第６回　近代オリンピックの創始**
【　到達目標　】
(1)近代オリンピックが何故創始されたのかを理解する。
(2)日本の近代オリンピックとの関わりを理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第７回　近代オリンピック開催を脅かしてきた様々な問題**
【　到達目標　】
(1)戦争、テロ、ボイコットなど近代オリンピックの開催を脅かしてきた問題について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第８回　体育とスポーツの違いと体育の目的**
【　到達目標　】
(1)体育とスポーツの概念を整理し、両者の違いを理解する。
(2)体育は何を目的として行われているのかを理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第９回　体育の理念の変遷**
【　到達目標　】
(1)体育の理念の変化と、体育において求められる人間像の変化について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第10回　社会変化と今後の体育**
【　到達目標　】
(1)社会の変化やスポーツ需要の変化を理解し、今後の体育の在り方について考察する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第11回　スポーツのグローバリゼーションとナショナリズム**
【　到達目標　】
(1)スポーツのグローバリゼーションの背景や具体例を踏まえ、この現象がもたらす長所や問題点について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第12回　スポーツと政治**
【　到達目標　】
(1)スポーツ界が掲げる「政治のスポーツへの不介入」という理想と現実の乖離について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第13回　スポーツとドーピング**
【　到達目標　】
(1)スポーツ界におけるドーピング問題とアンチ・ドーピングの取り組みを理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第14回　スポーツとジェンダー**
【　到達目標　】
(1)スポーツ界における男性中心主義とそれを解消する取り組みについて理解する。
(2)性の多様な在り方が引き起こす問題について考察する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第15回　「スポーツ・フォー・オール」運動**
【　到達目標　】
(1)ヨーロッパにおける「スポーツ・フォー・オール」運動の背景や展開、そしてその影響を受けて日本で展開されてきた「生涯スポーツ」の推進について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、指定した期日までに作成する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義では、パワーポイントで示した内容や、口頭で述べる補足事項を配布資料に書き込んでいくこと。講義毎に配布される資料はファイリングするなどして整理し、期末試験に備えること。講義ではほぼ毎回、講義内容に関する小レポートを課し、理解度の確認を行う。小レポートの結果は、次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。「スポーツ史」と併せて履修することが望ましい。

**【教科書・参考書など】**

特定の教科書は使用しない。適宜、資料を配布する。『体育・スポーツ史概論』（木村吉次編著、市村出版）と『教養としての体育原理』（友添秀則／岡出美則編、大修館書店）を講義の参考書として利用すること。

**【成績評価方法】**

講義毎に課す小レポート(10%)及び期末試験の結果(90%)で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 社会福祉 | | | 担当者 | 雨宮由紀枝 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Social Welfare | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE103 | | |

**【目的とねらい】**

生涯スポーツの基礎となる社会福祉の基本的知識を習得することを目的とする。
日本では少子高齢化が加速度的に進み、多様な生活問題のリスクが増えつつある。社会福祉は、すべての人が生きていく上で必ず利用する制度やサービスである。身近な問題を取り上げながら、ライフステージに応じた生活課題とその支援について理解することをねらいとする。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
(1)社会福祉の理念と歴史的変遷を理解する。
(2)現代社会における社会福祉の意義を考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第２回　少子高齢化社会**
【　到達目標　】
(1)少子高齢化の進行をめぐる社会の変容について理解する。
(2)少子高齢化社会への対応と今後の課題を考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第３回　現代の生活問題**
【　到達目標　】
(1)現代の生活問題とその対応について、多角的に理解する。
(2)日常的に社会福祉の動向と課題を捉え、主体的に考察できる。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第４回　権利擁護と虐待防止（１）**
【　到達目標　】
(1)「児童の権利条約」「障害者の権利条約」など、国際的取り組みについて理解する。
(2)児童虐待の防止、障害者の虐待防止に関する一連の取り組みについて理解する。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第５回　権利擁護と虐待防止（２）**
【　到達目標　】
(1)成年後見制度など、権利擁護に関する一連の取り組みについて理解する。
(2)高齢者の虐待防止、配偶者の暴力防止に関する一連の取り組みについて理解する。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第６回　子ども家庭分野の課題と支援（１）**
【　到達目標　】
(1)子ども・子育て支援施策、母子保健施策について理解する。
(2)子どもの豊かな育ちを支援することについて考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第７回　子ども家庭分野の課題と支援（２）**
【　到達目標　】
(1)要保護児童対策について理解する。
(2)非行児童等、要保護児童への支援について理解する。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第８回　貧困問題と社会的包摂**
【　到達目標　】
(1)「貧困」「格差」に関わる諸問題(ニート・ワーキングプア・ホームレスなど）を知る。
(2)生活保護制度、生活困窮者への支援について理解し、社会的包摂について考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第９回　障害者とスポーツ**
【　到達目標　】
(1)障害者スポーツの歴史を知る。
(2)障害のある人とスポーツの福祉的意義について、当事者を招いてともに考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第10回　障害分野の課題と支援（１）**
【　到達目標　】
(1)障害の概念、インクルージョン・共生社会・合理的配慮などの理念について理解する。
(2)発達障害のある子どもへの理解を深め、具体的な支援方法について知る。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第11回　障害分野の課題と支援（２）**
【　到達目標　】
(1)「障害者総合支援法」など、障害福祉施策について理解する。
(2)障害児者家族への支援について考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第12回　差別と偏見の解消**
【　到達目標　】
(1)「障害者差別解消法」について理解する。
(2)マイノリティとマジョリティについて、当事者を招いてともに考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第13回　生命倫理**
【　到達目標　】
(1)生殖補助医療の現状と課題を知る。
(2)出生前診断について考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第14回　高齢者への支援（１）**
【　到達目標　】
(1)高齢者福祉・介護福祉の歴史と概念について知る。
(2)介護保険制度について理解する。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**第15回　高齢者への支援（２）**
【　到達目標　】
(1)高齢者福祉のサービス体系について理解する。
(2)高齢者を支援することについて考える。

【授業時間外学習】
配布資料等の復習。福祉関連の報道に目を向ける。ボランティア体験推奨。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

社会福祉の内容は多岐にわたり、制度もサービスも複雑である。福祉関連の具体的課題を自身の生活と結びつけながら理解し、生涯スポーツについて学んでゆく際の基礎的知識として身につけてほしい。ほぼ毎時間、講義内容に関する小レポートを作成し、理解度を確認する。小レポートの結果は、次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。

**【教科書・参考書など】**

資料プリント、ビデオ教材等を使用。授業中に指示する。

**【成績評価方法】**

各回の授業時での課題60%、理解度確認のための試験結果を40%として評価する。
期末に試験を行う。

| 科目名 | 生涯スポーツA(ニュースポーツ) | | | 担当者 | 中　丸　信　吾 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Lifelong Sports A (New Sports) | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBE104 | | |

**【目的とねらい】**

この授業は、各種ニュースポーツの実践を通して、生涯に渡りスポーツを楽しむ素養を身に付けることを目的とし、各種ニュースポーツのルールや楽しみ方を理解すること、およびコミュニケーションを促進するためのゲームやチームビルディングなどに活かせるゲームを実践し、理解することをねらいとしている。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　ニュースポーツとは・アイスブレイク**
【　到達目標　】
(1)ニュースポーツと何かを理解する。
(2)アイスブレイクについて実践し理解する。

【授業時間外学習】
ニュースポーツについての情報収集を行う。(1.0hr)

**第２回　フライングディスク①**
【　到達目標　】
(1)フライングディスクのスローを実践し、理解する。

【授業時間外学習】
フライングディスクの歴史と成り立ちについて調べる。(1.0hr)

**第３回　フライングディスク②　ドッヂビー**
【　到達目標　】
(1)ドッヂビーのゲームを実践し、理解する。

【授業時間外学習】
なぜドッヂビーが考案されたかについて調べる。(1.0hr)

**第４回　フライングディスク③　アルティメット**
【　到達目標　】
(1)フライングディスクを用いたゲーム（アルティメット）を実践し、理解する。
(2)ディスクゴルフのルールを理解する。

【授業時間外学習】
アルティメットのルールについて調べる。(1.0hr)

**第５回　フライングディスク④　アルティメット　ゲーム**
【　到達目標　】
(1)アルティメットの戦術について実践し、理解する。

【授業時間外学習】
アルティメットの戦術について調べる。(1.0hr)

**第６回　スラックライン①**
【　到達目標　】
(1)スラックラインを実践し、楽しみ方を理解する。

【授業時間外学習】
スラックラインの歴史について調べる。(1.0hr)

**第７回　スラックライン②**
【　到達目標　】
(1)スラックラインにバランスよく上手に乗るための方法を理解する。

【授業時間外学習】
上手に乗るための体の使い方について事前学習する。(1.0hr)

**第８回　クップ①**
【　到達目標　】
(1)クップの実践を通してルールを理解する。

【授業時間外学習】
クップの歴史とルールについて調べる。(1.0hr)

**第９回　クップ②**
【　到達目標　】
(1)クップの戦術について実践し、理解する。

【授業時間外学習】
クップの戦術について調べる。(1.0hr)

**第10回　インディアカ①**
【　到達目標　】
(1)インディアカの実践を通してルールを理解する。

【授業時間外学習】
インディアカについて調べる。(1.0hr)

**第11回　インディアカ②**
【　到達目標　】
(1)ルールを改良してゲームを実践することで、ルールのあり方を理解する。

【授業時間外学習】
スポーツにおけるルールの必要性について調べる。(1.0hr)

**第12回　ボッチャ①**
【　到達目標　】
(1)ボッチャの実践を通してルールを理解する。

【授業時間外学習】
ボッチャの歴史とルールについて調べる。(1.0hr)

**第13回　ボッチャ②**
【　到達目標　】
(1)ボッチャのゲームを通して、障害者スポーツについて理解する。

【授業時間外学習】
障害の個人モデルと社会モデルについて調べる。(1.0hr)

**第14回　ASE (Action Socialzation Experience) ①**
【　到達目標　】
(1)ASEを実践し理解する。

【授業時間外学習】
ASEについて調べる。(1.0hr)

**第15回　ASE (Action Socialzation Experience) ②**
【　到達目標　】
(1)ASEを実践し、チームビルディングの過程を理解する。

【授業時間外学習】
チームビルディングについて調べる。(1.0hr)

**【学習上の留意点】**

実技授業のため運動ができる服装で参加すること。また、アクセサリー類は安全のため授業中は身につけないこと。授業内容よっては屋外で実施する（事前にアナウンスあり）。毎回の授業で、個人カードに小レポートの作成を行う。
授業では、各種目ごとにグループでの実習としアクティブラーニング形式で展開する。また、小レポートや期末レポートは授業内で解説によるフィードバックを行う。

**【教科書・参考書など】**

特に教科書は指定しない。

**【成績評価方法】**

授業への積極的な取り組み50%、小レポート30%、期末レポートの達成度20%。

| 科目名 | 生涯スポーツB(ボールゲーム屋内) | | | 担当者 | 中丸　信吾・落合　久夫 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Lifelong Sports B (Ball Game indoor) | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBE105 | | |

**【目的とねらい】**

生涯スポーツとして親しみやすい、屋内でのボールゲーム各種の特性や試合方法について理解する。
ゲームを行うのに必要な運動技能の向上を目指し、ゲームを楽しく実施できる能力を習得する。
授業を通して、体力の維持・増進に努める。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション、「姿勢」**
【　到達目標　】
(1)授業の進め方や注意事項について理解する。
(2)携帯で現在の姿勢を撮影。姿勢を良くする体操を行い、撮影をして比べる。

【授業時間外学習】
バドミントンとはどういうスポーツかを知る。(1.0hr)

**第２回　バドミントン**
【　到達目標　】
(1)シャトルを拾えるように、キャッチできるように。
(2)強く打つ、弱く打つ、二人で多く乱打出来るように。

【授業時間外学習】
うちわ等を使いラケットの返し方を研究する。(1.0hr)

**第３回　バドミントン概説（歴史等を学ぶ）**
【　到達目標　】
(1)やさしい生涯スポーツと、競技性の高いバドミントンを知る。
(2)バドミントンの歴史を学び、現在のバドミントン事情を知る。

【授業時間外学習】
歴史を調べて、手書きのレポートを提出する。(1.0hr)

**第４回　フライト（シャトルの飛翔）～スマッシュ、ネットリプライ**
【　到達目標　】
(1)サーブ・スマッシュ・レシーブ・ドロップを使い分ける。
(2)ネットリプライ（ヘアピン）細やかなラケットワークを覚える。

【授業時間外学習】
プロ野球などを見て、ボールの投げ方を研究する。(1.0hr)

**第５回　ゲーム**
【　到達目標　】
(1)いろいろなショットを使って半面のシングルスを行う。
(2)前面のシングルスリーグ戦。

【授業時間外学習】
バドミントンの映像を見てゲーム運びを研究をする。(1.0hr)

**第６回　ゲーム**
【　到達目標　】
(1)ダブルスのゲームをリーグ戦で行う。

【授業時間外学習】
映像を見て反省をする。(1.0hr)

**第７回　ソフトバレーボールに慣れる**
【　到達目標　】
(1)ソフトバレーボールに慣れる。
(2)オーバーパス・アンダーパス・サーブの練習。

【授業時間外学習】
歴史を調べて、手書きのレポートを提出する。(1.0hr)

**第８回　ソフトバレーボール（技術練習）**
【　到達目標　】
(1)チームでの練習（円陣パス・アタックとレシーブ）。
(2)ネットの張り方を覚えて、ゲーム練習。

【授業時間外学習】
映像を見てゲームのやり方等を学習する。(1.0hr)

**第９回　ソフトバレーボール（ゲーム練習）**
【　到達目標　】
(1)ゲーム練習（いろいろな人と組んでゲームをする）。

【授業時間外学習】
映像を見て戦術を学ぶ。(1.0hr)

**第10回　ソフトバレーボール（リーグ戦）**
【　到達目標　】
(1)ゲームリーグ戦。

【授業時間外学習】
映像を見て反省を知る。(1.0hr)

**第11回　卓球に慣れる**
【　到達目標　】
(1)卓球台の準備方法
(2)サーブ・レシーブ練習。

【授業時間外学習】
ラケットの持ち方と打ち方を調べて学習する(1.0hr)

**第12回　卓球（技術練習）**
【　到達目標　】
(1)サーブの種類（レシーブの仕方、ドライブ技術・カット技術）。

【授業時間外学習】
歴史を調べて、手書きのレポートを提出する。(1.0hr)

**第13回 卓球（応用練習とゲーム）**
【　到達目標　】
(1)シングルスのリーグ戦。

【授業時間外学習】
歴史を調べて、手書きのレポートを提出する。(1.0hr)

**第14回 卓球（ゲーム）**
【　到達目標　】
(1)ダブルスのリーグ戦。

【授業時間外学習】
ペアと上手くできるにはどうするかを考える。(1.0hr)

**第15回　バドミントン・ソフトバレーボール・卓球の歴史とルールの確認**
【　到達目標　】
(1)歴史とルールの理解度を確かめるテストを行う。
(2)授業を受けての反省と要望。レポートを提出する。

【授業時間外学習】
歴史とルールの復習をする。(1.0hr)

**【学習上の留意点】**

運動実技にふさわしい服装で授業に出席すること。普段から体調管理に気をつけ、万全な体調で授業に臨むこと。
対戦する相手に敬意を払いネットを挟み、誰とでも気軽に打ち合うことができるように心がけること。
各種目の初めの授業に「歴史とルール」のレポートを提出する。
ペア・チーム編成は、その日の係りに決めてもらう。班でキャプテンを決めてチームで作戦を立てる。

**【教科書・参考書など】**

屋内でのボールゲーム各種について、プリントを配布する。

**【成績評価方法】**

ゲーム実践の達成度50%、授業への積極的な取り組み度50%

| 科目名 | 生涯スポーツC(ボールゲーム屋外) | | | 担当者 | 小　林　敬　和 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Lifelong Sports C (Ball Game at Outdoor) | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBE106 | | |

**【目的とねらい】**

生涯スポーツとして屋外でのボールゲーム各種の実践を学ぶことは、自らの生涯における健康体力の維持増進ばかりでなく、他者への指導という観点からも重要である。そのために、競技の特性を理解し、マナーやルール、基礎技術や練習方法を習得することを目的とし、将来、年齢、性別に関わりなく誰とでもゲームを楽しむことを目標とする。本講義では、硬式テニス・ソフトボール・フットサルを中心に実施する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　硬式テニスの基礎（グループ編成、グリップ、スイング）**

【　到達目標　】

(1)ラケットの選び方を理解する。(2)グリップの種類とその違いを理解する。(3)ラケットスイングの軌道の種類と違いを理解する。(4)スイートスポットを理解する。(5)スイートスポットを意識してボールを扱うことができる。

【授業時間外学習】

硬式テニスの歴史や特性を調べる。（1.0hr）

**第２回　フォアハンドストローク**

【　到達目標　】

(1)手で投げられたボールをフォアハンドボレーで返球する。(2)2人でボレー&ボレーを20回以上連続しておこなう。(3)手で投げられたボールをフォアハンドストロークで返球する。(4)2人で10回以上ショートラリーを続ける。

【授業時間外学習】

手の平をラケットに例えてプレースメント（角度や高さ）をイメージしてみる。（1.0hr）

**第３回　バックハンドストローク**

【　到達目標　】

(1)手で投げられたボールをバックハンドボレーで返球する。(2)2人でボレー&ボレーを20回以上連続しておこなう。(3)手で投げられたボールをバックハンドストロークで返球する。(4)2人で10回以上ショートラリーを続ける。

【授業時間外学習】

手の平をラケットに例えてプレースメント（角度や高さ）をイメージしてみる。（1.0hr）

**第４回　サービス、連続ストローク**

【　到達目標　】(1)フォアやバックハンドストロークでラリーを15回以上続ける。(2)サービスの方法を理解する。サービスのルールを理解する。(3)サービスコートに入るサービスを打つ。(4)サーバーとレシーバーの役割を理解する。(5)サービスをリターンする。(6)サービスをインかフォルトかをジャッジする。

【授業時間外学習】

腕全体を使ってサーブ動作やストローク動作（以下スイングワーク）をイメージする。（1.0hr）

**第５回　ダブルスゲーム（簡易ゲーム）**

【　到達目標　】

(1)ダブルスゲームの審判をする。
(2)ダブルスゲームをする。
(3)ダブルスゲームをセルフジャッジでする。

【授業時間外学習】

ダブルスのゲームや審判法について調べ実際の試合をイメージする。（1.0hr）

**第６回　ソフトボールの基礎（グループ編成、投げる、捕る）**

【　到達目標　】

(1)ボールやバットなどの用具やフィールドの特性を理解する。
(2)ボールの投げ方の基礎を知る。
(3)ボールの捕り方の基礎を知る。

【授業時間外学習】

シャドウ（実際にボールを持たない）ピッチング、キャッチングをする。（1.0hr）

**第７回　キャッチボール**

【　到達目標　】

(1)対人で強弱をつけてキャッチボールをする。
(2)フライの捕り方、捕ってから投げる動作を習得する。
(3)ゴロの捕り方、捕ってから投げる動作を習得する。

【授業時間外学習】

投げる動作と捕ってから投げる動作のイメージをもつ。（1.0hr）

**第８回　バッティング**

【　到達目標　】

(1)正しいバットスウィングを習得する。
(2)トスされたボールをバットで捉える動作を習得する。
(3)投げられたボールをバットで捉える動作を習得する。

【授業時間外学習】

バットスウィングの動作をイメージする。（1.0hr）

**第９回　連携プレー**

【　到達目標　】

(1)投げられたボールを打つ（打撃）練習をする。
(2)打ったら走る（走塁）練習をする。
(3)捕ったら投げる（守備）練習をする。

【授業時間外学習】

異なる連続した動作を連携プレーをしてイメージする。（1.0hr）

**第10回　ゲーム（簡易ゲーム）**

【　到達目標　】

(1)試合形式でミニゲーム（簡易ゲーム）をする。
(2)対人プレー、連携プレーをゲームで活用する。
(3)ゲームの審判をする。

【授業時間外学習】

野球のテレビ観戦などで試合形式のイメージをもつ。（1.0hr）

**第11回　フットサルの基礎（グループ編成、キック、トラップなど）**

【　到達目標　】

(1)ボールやコートの特性を理解する。
(2)ボールの蹴り方の基礎を知る。
(3)ボールの止め方の基礎を知る。

【授業時間外学習】

シャドウ（実際にボールを持たない）キッキング、トラッピングをする。（1.0hr）

**第12回　ボールコントロール、対人パス**

【　到達目標　】

(1)ボールを甲ばかりでなく膝や頭で扱うコントロールを身につける。
(2)インサイド、アウトサイドなど様々なキックやパスを習得する。
(3)ボールを正確に止め、パス相手に正確に返球する練習をする。

【授業時間外学習】

常に動いているパス相手を意識したイメージのフットワークをする。（1.0hr）

**第13回　2対2の連携プレー**

【　到達目標　】

(1)オフェンス（攻撃）とディフェンス（防御）を2対2に分かれ練習する。
(2)オフェンス側（ボール保持する側）はオープンスペースを作る動作を連携をする。
(3)ディフェンス側（ボールを奪う側）はオープンスペースを作らせない連携をする。

【授業時間外学習】

常に動いているパス相手とディフェンダーを意識したイメージのフットワークをする。（1.0hr）

**第14回　3対3の連携プレー**

【　到達目標　】

(1)オフェンス（攻撃）とディフェンス（防御）を3対3に分かれ練習する。
(2)オフェンス側（ボール保持する側）はオープンスペースを作る動作を連携をする。
(3)ディフェンス側（ボールを奪う側）はオープンスペースを作らせない連携をする。

【授業時間外学習】

常に動いているパス相手とディフェンダー意識したイメージのフットワークをする。（1.0hr）

**第15回　ゲーム（簡易ゲーム）**

【　到達目標　】

(1)試合形式でミニゲーム（簡易ゲーム）をする。
(2)対人プレー、連携プレーをゲームで活用する。
(3)ゲームの審判をする。

【授業時間外学習】

サッカーのテレビ観戦などで試合形式のイメージをもつ。（1.0hr）

**【学習上の留意点】**

実技が中心となるため、靴や服装などはテニスにふさわしいものとし、単に出席するだけでは決して技術の習得はできないので、毎回各自で目標を持って積極的に授業を受けること。ルールやマナーを理解し、ゲームがスムースに進行できるように努める。本講義は実技科目であるので、アクティブラーニングとしての要素は高く、実技課題におけるグループ学習、戦術を議論するディスカッション、指導法などのデモンストレーション（模範）やプレゼンテーション（発表）などを積極的に実施する。また、毎回個人カード（レスポンスカード）を提出し、その都度フィードバックを行う。実技試験や課題レポートについては、実施直後にチェックシートを使用して客観的にフィードバックを行う。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に指定しない。参考書などは必要に応じて提示する。

**【成績評価方法】**

毎回の個人カード（レポート課題を含む）の評価（50%）、実技課題の最終的な達成度（20%）、筆記レポートによる各種目の理解度（30%）

| 科目名 | スキー | | | 担当者 | 中丸　信吾・森田　陽子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Skiing | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 専門基礎・選択 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 |
| 授業形態 | 実習 | | 科目ナンバー | HBE107 | | |

【目的とねらい】

スキー未経験者や初級者レベルを主な対象として、スキーの基本技術や理論、ルールやマナーを学習し、整地されたゲレンデで安全に楽しく滑降する技術を習得することを目的とする。今後、習得した技術をさらに積み重ね、生涯スポーツの一つとして自然のなかで大いに楽しむことができる基礎作りとなることをねらいとしている。

授業形態は、事前事後指導と、4泊5日の宿泊集中授業で行うので、併せて集団生活についても学習する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　スキー用具の取り扱い方、基本的な動作、操作**

【　到達目標　】

(1)スキー用具の取り扱い方法を理解する。
(2)スキー用具の装着方法を理解する。
(3)スキーを装着しての距離感覚を理解する。

**第２回　方向変換、歩行、滑走**

【　到達目標　】

(1)踏み替えによる方向変換法を理解する。
(2)平地歩行感覚を理解する。
(3)平地滑走感覚を理解する
(4)正しい転び方、立ち方を理解する。

**第３回　登行、直滑降、プルーク、制動と停止**

【　到達目標　】

(1)直滑降時の基本姿勢（スタンス）を理解する。(2)直滑降で滑べる。(3)プルーク時の基本姿勢を理解する。(4)プルークで滑る。(5)直滑降から制動プルークの方法を理解し、制動をおこなう。(6)プルークからさらにテールを押し開く動作を理解する。(7)階段登行時のインエッジとアウトエッジの使用方法を理解する。(8)開脚登行時のインエッジの使用方法を理解する。(9)階段登行、開脚登行で緩斜面を登る。

**第４回　登行、直滑降、プルーク、制動と停止**

【　到達目標　】

(1)直滑降時の基本姿勢（スタンス）を理解する。(2)直滑降で滑べる。(3)プルーク時の基本姿勢を理解する。(4)プルークで滑る。(5)直滑降から制動プルークの方法を理解し、制動をおこなう。(6)プルークからさらにテールを押し開く動作を理解する。(7)階段登行時のインエッジとアウトエッジの使用方法を理解する。(8)開脚登行時のインエッジの使用方法を理解する。(9)階段登行、開脚登行で緩斜面を登る。

**第５回　プルーク、プルークボーゲン**

【　到達目標　】

(1)直滑降→プルークの連続押し出しを理解する。
(2)直滑降→プルークの交互押し出しを理解する。
(3)プルークの山まわりで加重配分を理解する。
(4)左右スキーへの荷重移動で浅い連続回転を理解する。
(5)浅い連続回転でプルークボーゲンの初歩で滑る。

**第６回　プルークボーゲン**

【　到達目標　】(1)滑らかな脚の曲げ伸ばしで滑る方法を理解する。
(2)一定のリズムを保って中ターンで滑ることを理解する。
(3)プルークボーゲンで緩斜面を滑る。
(4)一定のリズムを保って中ターンで滑る。
(5)ショートターンのリズムを理解する。
(6)ショートターンで緩斜面を滑る。

**第７回　プルークボーゲン**

【　到達目標　】(1)滑らかな脚の曲げ伸ばしで滑る方法を理解する。
(2)一定のリズムを保って中ターンで滑ることを理解する。
(3)プルークボーゲンで緩斜面を滑る。
(4)一定のリズムを保って中ターンで滑る。
(5)ショートターンのリズムを理解する。
(6)ショートターンで緩斜面を滑る。

**第８回　プルークボーゲン、シュテムターン**

【　到達目標　】

(1)横ずれの少ないプルークボーゲンの操作方法を理解する。
(2)内スキーの引きよせの方法を理解する。
(3)シュテムターンの初歩で緩斜面を滑る。

**第９回　プルークボーゲン、シュテムターン**

【　到達目標　】

(1)横ずれの少ないプルークボーゲンの操作方法を理解する。
(2)内スキーの引きよせの方法を理解する。
(3)シュテムターンの初歩で緩斜面を滑る。

**第10回　シュテムターン、パラレルターン**

【　到達目標　】

(1)内スキーの引きよせのタイミングを理解する。
(2)シュテムターンで緩斜面を滑る。
(3)素早い内スキーの引きよせ
(4)一定のリズムを保ってパラレルターンの初歩で滑る。

**第11回　シュテムターン、パラレルターン**

【　到達目標　】

(1)内スキーの引きよせのタイミングを理解する。
(2)シュテムターンで緩斜面を滑る。
(3)素早い内スキーの引きよせ
(4)一定のリズムを保ってパラレルターンの初歩で滑る。

**第12回　パラレルターン**

【　到達目標　】

(1)中斜面をパラレルターンの初歩で滑る。
(2)中斜面をトレーンでパラレルターンの初歩で滑る。

**第13回　パラレルターン**

【　到達目標　】

(1)中斜面をパラレルターンの初歩で滑る。
(2)中斜面をトレーンでパラレルターンの初歩で滑る。

**第14回　総合滑走（スキー初級者として習得した技術を確認する）**

【　到達目標　】

(1)総合斜面を基礎技術や応用技術で自由に滑る。
(2)総合斜面を基礎技術や応用技術でデモンストレーションする。

**第15回　総合滑走（スキー初級者として習得した技術を確認する）**

【　到達目標　】

(1)総合斜面を基礎技術や応用技術で自由に滑る。
(2)総合斜面を基礎技術や応用技術でデモンストレーションする。

【授業時間外学習】

自由時間を利用し、各回の技術を理解・習得し、滑れるようになる。

【学習上の留意点】

事前・事後指導に参加し、2月に行うスキー実習（新潟参加者￥60,000程度、北海道参加者￥85,000程度)に参加すること。大学外で授業を展開するので、服装、言葉使いはもちろんのこと、日本女子体育大学の学生として相応しい行動をすることを心がける。宿泊を伴うので、集団生活のあり方を十分理解し、他人に迷惑がかからないように心配りをする。

実習はグループ毎に活動するので、グループの指導者に従い積極的に参加するようにし、リーダーシップを取ることを心がける。用具や用品は大切に取り扱い管理をきちんとすることを心がける。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。実習要項を配布する。

【成績評価方法】

レポート10%、スキー技術の習熟度80%、集団生活の適応度10%。

| 科目名 | スケート | | | 担当者 | 湯　田　　淳 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Skating | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 専門基礎・選択 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 |
| 授業形態 | 実習 | | 科目ナンバー | HBE108 | | |

【目的とねらい】

スケートの未経験者及び初級レベルを対象にして集中授業（3泊4日の学外実習）を実施する。スケートの概要（特性、歴史、用具、技術）、滑走の基礎技術、応用技術、グループスケーティング等について学習及び実習を行う。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　ガイダンス（事前ガイダンス（学内）１）**
【　到達目標　】
実習の全体像（宿泊場所、実施場所・施設、日程、時程）を理解する。

**第２回　スケートの概要（事前ガイダンス（学内）２）**
【　到達目標　】
ビデオで、スケートの全体構造及びリンクでの安全な行動法を理解する。

**第３回　リンクでの安全な行動法、基礎技術（前進滑走）（学外実習１）**
【　到達目標　】
氷上への安全な入退場、安全な転倒法、転倒後の立ち上がり法を実践する。前方への歩行、滑走をできるようにする。

**第４回　グループミーティング（目標設定、集団行動）（学外実習２）**
【　到達目標　】
実習での個々の目標を明確にする。集団行動についての理解を深める。

**第５回　講義（学外実習３）**
【　到達目標　】
スピードスケート、ホッケー、フィギュアスケート、アイスダンスについてビデオ鑑賞し、解説を行い、概略を理解する。

**第６回　基礎技術（前進滑走，後進滑走）（学外実習４）**
【　到達目標　】
前進滑走および後方への歩行、滑走をできるようにする。

**第７回　基礎技術（カーブ滑走）（学外実習５）**
【　到達目標　】
前進滑走から半円上を惰力滑走できるようにする。

**第８回　基礎技術（ターン滑走）（学外実習６）**
【　到達目標　】
前進滑走から後進滑走、後進滑走から前進滑走へ変換できるようにする。

**第９回　応用技術（連続滑走、停止）（学外実習７）**
【　到達目標　】
ストロークを大きくし、長い距離を滑走できるようにする。イの字あるいはハの字でブレーキング及び停止をできるようにする。

**第10回　グループスケーティング（学外実習８）**
【　到達目標　】
2～3人のグループで滑走できるようにする。

**第11回　グループミーティング（発表準備）（学外実習９）**
【　到達目標　】
編成したグループでの演技発表の内容を作成する。

**第12回　応用技術（組み合わせ滑走）、フォークダンス（学外実習１０）**
【　到達目標　】
前進、後進、カーブ、ターン滑走そして停止を組み合わせ、連続してできるようにする。フォークダンス（汽車）を音楽にのってできるようにする。

**第13回　グループスケーティング、ミニホッケー（導入）（学外実習１１）**
【　到達目標　】
実習班全員で音楽に合わせて滑走できるようにする。ミニホッケーに必要な基礎技術を実践する。

**第14回　試験課題の滑走、グループによる演技発表の準備（学外実習１２）**
【　到達目標　】
実習班ごとでの技術試験課題を実践する。編成したグループで演技構成したスケーティングを音楽に合わせて実践する。

**第15回　試験、グループによる演技発表（学外実習１３）**
【　到達目標　】
試験課題を達成できるようにする。編成したグループによるグループスケーティングを発表する。

【授業時間外学習】

自身の滑走動作改善のための課題を確認し、改善のための方策を検討する。

【学習上の留意点】

学外で宿泊して集団生活をしながら行う本実習では、一定期間における食事・睡眠など心身の健康の維持・管理（コンディショニング）が不可欠である。さらに他の学生や一般客そして従業員の方々との交流の中では礼儀やマナーのある行動を必要とする。寒冷な中での実習なので着衣するものに注意が必要である。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。参考書としては「アイススケーティングの基礎」（大学スケート研究会編）を推薦する。

【成績評価方法】

実技試験の達成度を40%、演技発表の完成度を40%、実習レポートの達成度を20%の割合として評価する。

| 科目名 | スポーツバイオメカニクス | | | 担当者 | 湯　田　　淳 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Biomechanics | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 専門基礎・選択 | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE209 | | |

## 【目的とねらい】

日常の動作からスポーツにいたる様々な身体運動を、力学的観点から解明する領域がスポーツバイオメカニクスである。本講義では、力学の基礎知識や必要な計測法などについて学び、それに基づいて具体的なからだの動きやスポーツ場面の運動について解説する。なお、本講義のより良い理解のためには、1年次で履修した機能解剖学による身体構造に関する基礎的知識の習得が必須である。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　スポーツバイオメカニクス概論（スポーツバイオメカニクスの位置づけ）**
【　到達目標　】
(1)スポーツバイオメカニクスとはどのような学問であり、何を学ぶかを理解する。

【授業時間外学習】
スポーツバイオメカニクスに関連する書籍を確認する。(4.0hr)

**第２回　スポーツバイオメカニクス概論（スポーツバイオメカニクスの捉え方）**
【　到達目標　】
(1)身体運動の分析へのバイオメカニクス的アプローチを把握する。

【授業時間外学習】
他の関連学問との分析方法の違いについて検討する。(4.0hr)

**第３回　スポーツバイオメカニクスの活用法（映像の活用法）**
【　到達目標　】
(1)定量的および定性的分析についてそれぞれの特徴を理解する。

【授業時間外学習】
各種計測機器の特徴を把握する。(4.0hr)

**第４回　スポーツバイオメカニクスの活用法（映像活用の実際）**
【　到達目標　】
(1)映像を用いた動作改善法について理解し、バイオメカニクスがスポーツ現場でどのように活用されているかを把握する。

【授業時間外学習】
様々なスポーツにおけるバイオメカニクス的分析の活用事例を把握する。(4.0hr)

**第５回　運動の力学（力の作用、ニュートンの運動の法則）**
【　到達目標　】
(1)力の要素について理解し、力の作用によってどのような運動が生じるかを説明できる。
(2)ニュートンの運動の法則を理解し、スポーツ活動における運動の説明に活用できる。

【授業時間外学習】
親学問となる力学について、関連書籍等を用いてその概要を把握する。(4.0hr)

**第６回　運動の力学（静的なつりあい、求心力、流体力）**
【　到達目標　】
(1)回転運動において発生する力について説明できる。
(2)流体力について理解し、空気抵抗について説明できる。

【授業時間外学習】
親学問となる力学について、関連書籍等を用いてその概要を把握する。(4.0hr)

**第７回　運動の力学（運動量と力積、運動と力のモーメント）**
【　到達目標　】
(1)運動量と力積の関係について説明できる。
(2)運動における力のモーメントの効果について説明できる。

【授業時間外学習】
親学問となる力学について、関連書籍等を用いてその概要を把握する。(4.0hr)

**第８回　運動の力学（運動と角運動量、よい動きのバイオメカニクス的原則）**
【　到達目標　】
(1)角運動量について理解し、それに影響を及ぼす要因について説明できる。
(2)よい動きのバイオメカニクス的原則について、例を用いて説明できる。

【授業時間外学習】
親学問となる力学について、関連書籍等を用いてその概要を把握する。(4.0hr)

**第９回　身体の構造**
【　到達目標　】
(1)様々な関節の特徴を動きと関連づけて把握する。
(2)筋の収縮様式を理解し、動きと関連づけて説明できる。

【授業時間外学習】
筋骨格系の構造について把握する。(4.0hr)

**第10回　上肢および肩甲帯の運動**
【　到達目標　】
(1)上肢の関節（肩、肘、手関節）および肩甲帯における動きを、それに関与する筋の働きとともに理解し、スポーツ現場におけるトレーニングに役立てることができる。

【授業時間外学習】
上肢の関節の運動に関係する筋を把握する。(4.0hr)

**第11回　下肢および骨盤帯の運動**
【　到達目標　】
(1)下肢の関節（股、膝、足関節）および骨盤帯における動きを、それに関与する筋の働きとともに理解し、スポーツ現場におけるトレーニングに役立てることができる。

【授業時間外学習】
下肢の関節の運動に関係する筋を把握する。(4.0hr)

**第12回　運動・動作の力学的解釈**
【　到達目標　】
(1)姿勢とモーメントの関係について理解し、説明できる。
(2)力学的データとパフォーマンスとの関係について理解し、スポーツバイオメカニクスにおける研究成果をスポーツ現場に活かす方法を学ぶ。

【授業時間外学習】スポーツ現場において、どのようなスポーツバイオメカニクス的データが収集されているか把握する。(4.0hr)

**第13回　スポーツバイオメカニクスにおける計測（動作分析におけるデータ収集法）**
【　到達目標　】
(1)動作分析が具体的にどのように行われるかを把握する。
(2)動作分析における様々な座標算出法について理解する。

【授業時間外学習】動作分析のためのデータ収集において、どのような機器が使用されているのかを把握する。(4.0hr)

**第14回　スポーツバイオメカニクスにおける計測（動作分析におけるデータ算出法）**
【　到達目標　】
(1)身体重心や関節角度などの各種パラメータの算出方法について把握する。

【授業時間外学習】スポーツバイオメカニクスにおいて、どのようなパラメータを算出することができるのかを把握する。(4.0hr)

**第15回　スポーツバイオメカニクスとスポーツ活動**
【　到達目標　】
(1)講義で取り上げたスポーツバイオメカニクスの学習内容について理解し、自己のスポーツ活動や関連領域における学習内容のより良い理解に役立てることができる。

【授業時間外学習】自身の専門とするスポーツ種目におけるバイオメカニクス的データの活用例を把握する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

授業はパワーポイントを用いて進められ、毎回の授業において内容に関する資料が配付される。受講者は講義内容における必要な箇所を素早く資料に書き取り、自分用のスポーツバイオメカニクスノートとしてまとめあげる努力が求められる。また、ほぼ毎回、その回の講義内容に関する小課題を実施する。受講者はただ単にノートをとるだけではなく、講義内容についての理解も求められる。小課題の結果は、次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。

## 【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。適宜、参考資料を配付する。
「スポーツバイオメカニクス20講」　阿江通良・藤井範久・著（朝倉書店）
「目でみる動きの解剖学　新装版」　ロルフ・ヴィルヘード・著、金子公宥・松本迪子・訳（大修館書店）

## 【成績評価方法】

小課題の達成度を60%、期末試験の点数を40%の割合として評価する（試験は試験期間中に別途実施）。

| 科目名 | スポーツ栄養学 | | | 担当者 | 古　泉　佳　代 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sports Nutrition | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE210 | | |

**【目的とねらい】**

日常の食生活が体格や健康状態に影響を及ぼすこと、すなわちウェイトコントロール、骨密度の増加、貧血を予防するためには日常生活において食生活と健康運動とのかかわりが重要であることに気付く。そして炭水化物、脂質、たんぱく質、ビタミン、ミネラル、水に関する知識を習得し、代謝のメカニズムを理解する。さらに身体活動量の定量方法に関する知識を習得し、理解する。栄養・食事アセスメントの目的、方法、栄養・食事ケアの結果を理解し、日常生活での実践を目指す。さらに、学校や地域での指導者としての能力を養う。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　ガイダンス**
【　到達目標　】
(1)「健康的な食事」について考えることができる。
(2)「食」とスポーツの関係を考えることができる。

【授業時間外学習】
一日の食事を見直す。(4.0hr)

**第２回　栄養バランスの評価①**
【　到達目標　】
(1)栄養バランスの評価方法を理解する。
(2)自分の一日の食事の栄養バランスを評価できる。

【授業時間外学習】
一日の食事の栄養バランスを見直す。(4.0hr)

**第３回　栄養バランスの評価②**
【　到達目標　】
(1)期分けによる食事の違いに気付く。
(2)様々な状況下での食事を考えることができる。

【授業時間外学習】
一日の食事の栄養バランスを見直す。(4.0hr)

**第４回　活動と栄養**
【　到達目標　】
(1)身体活動とエネルギーの関係について理解する。
(2)「基礎代謝量」について説明できる。
(3)「食事摂取基準」について説明できる。
【授業時間外学習】
教科書を見ながら様々な年代、性別の「基礎代謝量」を算出する。(4.0hr)

**第５回　身体組成の変化**
【　到達目標　】
(1)体重の増減とエネルギー消費と摂取の関係を理解できる。
(2)様々な身体組成の測定方法の長所と短所に気付く。

【授業時間外学習】
身体組成の測定をする。(4.0hr)

**第６回　からだづくりとウェイトコントロール①炭水化物**
【　到達目標　】
(1)糖質及び食物繊維の種類を理解する。
(2)「糖質エネルギー比」について説明できる。

【授業時間外学習】
教科書を見ながら様々な主食の量を計測して、適切な量を把握する。(4.0hr)

**第７回　からだづくりとウェイトコントロール②炭水化物**
【　到達目標　】
(1)炭水化物の種類と吸収の関係を理解できる。
(2)炭水化物の摂取方法について考えることができる。

【授業時間外学習】
教科書を見ながら様々な主食の量を計測して、適切な量を把握する。(4.0hr)

**第8回　からだづくりとウェイトコントロール③水分補給**
【　到達目標　】
(1)飲み物の糖度を測定し「味覚」に気付く。
(2)糖度や甘さと炭水化物の量の関係を理解する。

【授業時間外学習】
スポーツ中の水分補給を考え実践する。(4.0hr)

**第９回　からだづくりとウェイトコントロール④たんぱく質**
【　到達目標　】
(1)必須アミノ酸を説明できる。
(2)アミノ酸価を算出し、たんぱく質の質を理解できる。

【授業時間外学習】
「いつ」「何を」食べるかを考えて食事をする。(4.0hr)

**第10回　からだづくりとウェイトコントロール⑤ビタミン**
【　到達目標　】
(1)ビタミンの特徴を説明できる。
(2)食事におけるビタミンB群の摂取方法について考えることができる。

【授業時間外学習】
ビタミンB群を考えて献立を作成し、食生活を実践する。(4.0hr)

**第11回　からだづくりとウェイトコントロール⑥脂質**
【　到達目標　】
(1)脂質の代謝を理解する。
(2)「脂質エネルギー比」について説明できる。

【授業時間外学習】
教科書を見ながら脂質の調理法を考えた食生活を実践する。(4.0hr)

**第12回　からだづくりとウェイトコントロール⑦ミネラル**
【　到達目標　】
(1)ミネラルの種類、体内での働き及び代謝を理解する。
(2)貧血のアセスメントを理解し、予防方法を考えることができる。

【授業時間外学習】
教科書を見ながら鉄の量を意識した献立を考える。(4.0hr)

**第13回　エネルギー摂取と消費の関係からダイエットを考える①**
【　到達目標　】
(1)エネルギー消費量を把握する方法を説明できる。
(2)運動強度と時間の関係を理解できる。
(3)一日のエネルギー消費量を算出できる。
【授業時間外学習】
運動強度を意識した生活を考える。(4.0hr)

**第14回　エネルギー摂取と消費の関係からダイエットを考える②**
【　到達目標　】
(1)女性アスリートの三主徴の関係を説明できる。
(2)エネルギー有用性を理解できる。
(3)摂食障害について理解できる。
【授業時間外学習】
教科書を見ながら適切な量を意識した食事を考える。(4.0hr)

**第15回　エネルギー摂取と消費の関係からダイエットを考える③**
【　到達目標　】
(1)サプリメントとエルゴジェニックエイドの特徴を理解する。
(2)食事、食品の安全性に関する様々な視点を理解する。

【授業時間外学習】
サプリメント、エルゴジェニックエイドについてインターネットを利用し調べる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

パワーポイントを用いて講義の要点を示し、口頭で詳細を説明する。教科書で単語や事例を確認しながら理解を深めていく。本講義を理解するためには、自分自身の食生活を振り返りながら、受講することが大切である。また、授業内で学生同士のディスカッションや食体験を取り入れるため、自分だけなく他者の食生活にも興味を持ちながら受講することも大切である。講義内容に関する理解度確認テストを実施し、理解度の確認を行う。

**【教科書・参考書など】**

・「ビジュアルワイド食品成分表　文部科学省科学技術・学術審議会　資源調査分科会　報告　五訂増補日本食品標準成分表」東京書籍
・計算が苦手な受講者は電卓を用意しておくこと。
・参考図書に関しては授業内で適宜、紹介する。

**【成績評価方法】**

期末テスト達成度（80%）、レポート（20%）。なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 精神発達 | | | 担当者 | 倉盛美穂子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Developmental Psychology | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 専門基礎・選択 | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE201 | | |

【目的とねらい】

本講義では、ヒトが生まれてから死ぬまでの生涯に渡る心理的発達について概観し、各時期に生じる様々な問題についての理解を深めることを目的とする。これらの知見に基づいて、乳幼児や児童、生徒に対するのぞましい教育の在り方について考察することをねらいとする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　発達とは**
【　到達目標　】
(1)発達の定義、子ども観・発達観やその歴史、発達の原理について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第２回　胎児期と母胎環境**
【　到達目標　】
(1)胎児期の身体、脳、運動、知覚の発達と、それに対する母胎環境の影響について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第３回　乳幼児期の身体と知覚**
【　到達目標　】
(1)乳幼児期の身体と脳と知覚の発達について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第４回　乳幼児期の養育者とのつながり**
【　到達目標　】
(1)他者と関係を築くための基盤的能力について理解する。
(2)養育者への愛着とその要因について説明できる。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第５回　乳幼児期の言葉**
【　到達目標　】
(1)言語獲得の基礎やそのメカニズムについて理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第６回　乳幼児期の認知**
【　到達目標　】
(1)乳幼児期の認知の特徴を説明できる。
(2)認知発達段階について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第７回　乳幼児期の自己**
【　到達目標　】
(1)乳幼児期の自己認識や自己抑制の発達について説明できる。
(2)乳幼児期の感情の発達について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第８回　乳幼児期の仲間関係**
【　到達目標　】
(1)乳幼児期の仲間関係の特徴について説明できる。
(2)仲間関係に影響する要因について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第９回　乳幼児期の遊び**
【　到達目標　】
(1)乳幼児期の遊びの意義について説明できる。
(2)乳幼児期の各種の遊びの発達促進効果について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第10回　初期経験の影響**
【　到達目標　】
(1)ヒトの発達における初期経験の影響について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第11回　児童期の認知と学校への適応**
【　到達目標　】
(1)児童期の認知について理解する。
(2)学校教育への適応における問題について説明できる。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第12回　青年期の身体と認知**
【　到達目標　】
(1)青年期の第2次性徴と性行動について理解する。
(2)青年期の身体の変化と心の変化の関係について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第13回　青年期の自己の発達と社会化**
【　到達目標　】
(1)青年期のアイデンティティの確立について理解する。
(2)青年期の対人関係について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第14回　成人期の心理的特徴と発達課題**
【　到達目標　】
(1)成人期の身体の変化について理解する。
(2)成人期の社会的問題について理解する。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

**第15回　老年期の心理的特徴と発達課題**
【　到達目標　】
(1)エイジズムについて理解する。
(2)老年期の身体と認知の変化について説明できる。

【授業時間外学習】
事後学習として、講義で扱った内容の復習をする。(4.0hr)

【学習上の留意点】

講義ではパワーポイントを使用し、教科書を軸として展開する。パワーポイントそのものの資料は配布しないため、受講者は講義を聞きながらメモを取り、自分なりのノートを作成すること。なお、教科書に掲載されていない講義内容については適宜資料（図表のみ）を配布する。毎時間レスポンスカードを配布し、理解度の確認を行うと共に、質問に回答する。また、事後学習として、各回の講義で扱った内容の復習を受講者の義務とする。

【教科書・参考書など】

「発達心理学の最先端」　中澤　潤（編）　あいり出版

【成績評価方法】

授業時の提出物の内容を30%、期末試験の結果（試験は試験期間中に別途実施）を70%として評価する。

| 科目名 | 女性のライフステージと運動 | | | 担当者 | 沢　井　史　穂 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Life Stage and Physical Activity of Women | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 専門基礎・必修 | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE202 | | |

**【目的とねらい】**

ライフステージによって変わる女性の身体の構造と機能の特徴を知り、幼児期から老年期に至るまでの各ステージに応じた運動への取り組み方について考える。

また、女性の性機能と運動の関わり、女性特有の健康問題と運動との関わり、体力・運動能力の男女差、女性アスリートの健康問題等について理解を深める。そして、一生を通じて女性が運動・スポーツと関わることの意義や価値を考える。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション　女性と運動**
【　到達目標　】
(1)女性としての自分と運動・スポーツとの関わり方、年齢と運動との関係、女性スポーツ選手のイメージなど、いくつかのキーワードに沿って女性と運動について考える。

【授業時間外学習】
メディアや周囲の人が女性と運動との関わりをどうとらえているかを調べる。(4.0hr)

**第２回　女性のスポーツ参加の変遷**
【　到達目標　】
(1)社会環境の変化にともなう女性のスポーツ参加の変遷を理解する。

【授業時間外学習】女性の参加する各種競技会やスポーツイベントに関心を持ち、参加したり観戦したりする。(4.0hr)

**第３回　女性のスポーツ参加の現状**
【　到達目標　】
(1)成長期及び成人期女子の身体活動量、スポーツ参加率の現状を知り、改善策を考える。

【授業時間外学習】
スポーツ活動に参加したり、定期的な運動習慣を身につける。(4.0hr)

**第４回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（幼児期）**
【　到達目標　】
(1)幼児期の身体特性と運動との関わりについて理解する。
(2)現代の生活環境が幼児の健康に及ぼす影響について考える。

【授業時間外学習】
幼児の運動に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)

**第５回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（発育発達期）**
【　到達目標　】
(1)発育発達期における女子の身体特性と運動との関わりについて理解する。

【授業時間外学習】
発育発達期の運動に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)

**第６回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（成人期）**
【　到達目標　】
(1)現代の若い女性が抱える様々な健康問題と運動との関わりについて理解する。

【授業時間外学習】
若い女性の運動に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)

**第７回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（中高年期）**
【　到達目標　】
(1)中高年女性の身体特性を理解し、適切な運動習慣の取り入れ方について考える。
(2)肥満、メタボリックシンドローム、生活習慣病、うつの予防としての運動の効果について理解する。
【授業時間外学習】
中高年の健康と運動に関連する資料を探して読む。(4.0hr)

**第８回　一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（老年期）**
【　到達目標　】
(1)加齢にともなう身体機能の低下に応じた運動について理解する。
(2)高齢者の運動実施における留意点について理解する。

【授業時間外学習】
高齢者の健康と運動に関連する資料を探して読む。(4.0hr)

**第９回　女性の性機能と運動の関わり（女性ホルモンの働きと性周期）**
【　到達目標　】
(1)女性ホルモンの働きと性周期に伴う各種ホルモン、子宮、卵巣の変化を理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を整理し、復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

**第10回　女性の性機能と運動の関わり（月経と運動）**
【　到達目標　】
(1)月経周期、月経前症候群（PMS）、月経随伴症状について理解し、運動との関わり方について考える。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

**第11回　女性の性機能と運動の関わり（妊娠・出産と運動）**
【　到達目標　】
(1)妊娠・出産に伴う身体の変化について理解する。
(2)妊娠期および産褥期における運動への取り組み方について理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

**第12回　女性の性機能と運動の関わり（更年期障害と運動）**
【　到達目標　】
(1)閉経がもたらす影響と更年期障害について理解する。
(2)更年期女性にとっての運動の効果について理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習するとともに、次回の授業の準備をする。(4.0hr)

**第13回　女性アスリートの健康問題**
【　到達目標　】
(1)現代の女性アスリートが抱える様々な健康問題（月経異常、摂食障害、骨粗鬆症等）について理解を深める。

【授業時間外学習】
女性アスリートの健康問題に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)

**第14回　体格・身体組成・体力・運動能力における性差**
【　到達目標　】
(1)体格や身体能力の性差について、それが生じる要因とともに理解する。

【授業時間外学習】
運動場面で見られる性差について整理し、復習する。(4.0hr)

**第15回　女性スポーツの展望**
【　到達目標　】
(1)これからの女性とスポーツとの関わりについて、競技力向上、健康体力づくり、生きがいづくり等、様々な視点から、その意義と価値について考える。

【授業時間外学習】
授業の内容を復習し、自分自身の運動とのかかわり方について考え、行動する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

授業では、パワーポイントと配布資料を使って講義を行う。図表を多く引用するので、その意味するところを読み取り、そこから何がわかるかを考えることに重点をおく。毎回の講義で重要なポイントを確認しながら進めていくので、受け身ではなく積極的に学習する姿勢を持つこと。また、授業内で取り上げるテーマに応じて、適宜、視聴覚教材などを使用し、その内容に関する理解度と考察力を確認するためのレポートを作成する。その結果は、授業の中でフィードバックする。

**【教科書・参考書など】**

特に指定はない。授業内で適宜資料を配布する。

**【成績評価方法】**

授業内での課題達成度30%、定期試験(試験は試験期間中に別途実施する)70%で評価する。

| 科目名 | スポーツ産業論 | | | 担当者 | 芳　地　泰　幸 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Industry | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE203 | | |

**【目的とねらい】**

本講義では健康フィットネス産業やスポーツ用品産業、情報・メディア産業、スポーツ興行（クラブ・球団、スポーツイベント）など、数多くの事例についての理論的検討を通じて、我が国のスポーツビジネスの現状と課題を理解する。そして、近年のスポーツとICTの融合による新たな可能性やスポーツツーリズム、eスポーツなどの現代的トピックについても解説する。以上を通じて、マネジメントの視点からスポーツ産業に関わる様々なビジネスを効果的に展開するための基礎的理論や知識を習得する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　スポーツ産業の実像**
【　到達目標　】
(1)スポーツのビジネス化の背景を理解する。
(2)スポーツ産業とはなにかを理解する。

【授業時間外学習】
なぜスポーツがビジネス化し、産業化したのかについてその背景要因を調べる。(4.0hr)

**第２回　進化するスポーツ産業**
【　到達目標　】
(1)伝統的な日本のスポーツ産業の領域を理解する。
(2)新たなスポーツ産業領域を理解する。

【授業時間外学習】
新たなスポーツ産業領域における身近な事例を整理する。(4.0hr)

**第３回　スポーツ用品産業の現状**
【　到達目標　】
(1)スポーツ用品産業の歩みと現状を理解する。
(2)スポーツ用品市場の規模と推移を理解する。

【授業時間外学習】
スポーツメーカーの企業情報（IR情報）を調べる。(4.0hr)

**第４回　スポーツ用品メーカーのブランド戦略**
【　到達目標　】
(1)スポーツ用品の購買行動を知る。
(2)スポーツ用品メーカーのブランド戦略を理解する。

【授業時間外学習】
最近、購入したスポーツ用品の購入理由を考えてみる。(4.0hr)

**第５回　スポーツ施設・空間産業の現状と課題**
【　到達目標　】
(1)スポーツ施設・空間産業の現状を理解する。
(2)公共スポーツ施設の管理・運営の現状と課題を理解する。

【授業時間外学習】
身近なスポーツ施設の利用料や管理者、運営者について調べる。(4.0hr)

**第６回　スポーツ施設の管理と財源**
【　到達目標　】
(1)スポーツ施設に関する現代的潮流（PPP）を理解する。
(2)スポーツ施設のマネジメントに関する法制度を理解する。

【授業時間外学習】
PFI方式、指定管理者制度によって建設・運営されているスポーツ施設を整理する。(4.0hr)

**第７回　スポーツ施設・空間のデザイン**
【　到達目標　】
(1)ユニバーサルデザイン（UD）、ピクトグラムを理解する。
(2)ユーザビリティを高めるための改善手法を理解する。

【授業時間外学習】
誰もが快適に利用できる施設や空間の設計・デザインと改善手法について整理する。(4.0hr)

**第８回　スポーツ施設・空間の安全管理**
【　到達目標　】
(1)スポーツ事故の発生メカニズムを理解する。
(2)スポーツ事故の原因分析手法を理解する（４M分析）。

【授業時間外学習】
スポーツ事故を防止するための具体的対策を立案する。(4.0hr)

**第７回　スポーツエンターテインメント産業Ⅰ（プロ野球ビジネス）**
【　到達目標　】
(1)プロ野球のビジネスモデルを理解する。
(2)プロ野球ビジネスの現状と課題を理解する。

【授業時間外学習】
各球団のHPなどから、プロ野球の収益構造や球団の企業情報について調べる。(4.0hr)

**第８回　スポーツエンターテインメント産業Ⅱ（プロサッカービジネス）**
【　到達目標　】
(1)Jリーグのビジネスモデルと現状、課題を理解する。
(2)その他のプロスポーツビジネスの現状と課題を理解する。

【授業時間外学習】
各クラブのHPや公開資料から、収益構造やクラブの企業情報について調べる。(4.0hr)

**第11回　スポーツ・スポンサーシップ**
【　到達目標　】
(1)スポーツ・スポンサーシップの発展と現状を理解する。
(2)企業が期待する効果、ベネフィットについて理解する。

【授業時間外学習】
スポーツイベントやスタジアムにある協賛広告を調べる。(4.0hr)

**第12回　権利ビジネスとスポーツ**
【　到達目標　】
(1)スポーツと企業のかかわりを理解する。
(2)スポーツと企業における様々な「権利タイプ」と「契約形態」を理解する。

【授業時間外学習】
関連グッズや広告、スタジアム名など企業とスポーツとの関わりを調べる。(4.0hr)

**第13回　スポーツツーリズム**
【　到達目標　】
(1)スポーツツーリズムとはなにかについて理解する。
(2)スポーツツーリズム産業の現状と今後の期待、可能性を理解する。

【授業時間外学習】
スポーツ関連ツアーやスポーツ・アクティビティを調べる。(4.0hr)

**第14回　スポーツイベントと地域活性化**
【　到達目標　】
(1)スポーツイベントと地域活性化について理解する。
(2)地域密着型のスポーツによる地域活性化について理解する。

【授業時間外学習】
地域密着型球団（クラブ）の地域貢献活動やスポーツイベントについて調べる。(4.0hr)

**第14回　スポーツとICTの融合による新たな可能性**
【　到達目標　】
(1)スポーツとICTの融合による新たな可能性を理解する。
(2)eスポーツの発展と可能性を理解する。

【授業時間外学習】
スポーツとICTの融合による新たな可能性を整理する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

パワーポイントを使用して講義をおこなう。また、必要に応じて関連資料やVTR等の補助教材を用い、具体的事例からスポーツ産業に関する理解を深めていく。講義内で紹介した企業や組織のホームページ（HP）に自主的にアクセスし、経営理念や組織体制、事業内容 、IR情報などを収集し、経営の様子を理解すること。毎回の講義後には学生の理解度や疑問点を把握するためのミニッツペーパー（レスポンスカード）を実施し、次回の講義時にフィードバックをおこなう。さらに、課題レポートも課し、評価コメントを付して受講生にフィードバックする。

**【教科書・参考書など】**

「スポーツ産業論（第6版）」原田宗彦（編著）、杏林書院、2015年
※その他の参考文献や参考資料は講義時に紹介する（適宜、配布する）。

**【成績評価方法】**

課題レポート（講義内での小レポート含む）を40%、定期試験の結果を60%として総合評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | スポーツ法学 | | | 担当者 | 中　村　安　菜 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sports Law | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE204 | | |

**【目的とねらい】**

スポーツ事故をはじめ、スポーツと法律の接する領域は少なくない。特に、学校体育における事故をめぐる法律問題は、その典型的な領域である。この講義では、こうした問題領域についての理解を深めることを中心としつつ、スポーツに関わるその他の法的論点をも取り上げてゆく。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　スポーツと法律が関わる領域**
【　到達目標　】
(1)スポーツと法律が関わるのはどのような場合かについて理解する。その中で、この講義で取り上げる問題領域について理解する。

【授業時間外学習】
スポーツと法律が関連する具体例を考える。(4.0hr)

**第２回　法的責任とは何か**
【　到達目標　】
(1)民事責任、刑事責任、行政責任の違いについて理解する。
(2)それぞれの責任を問う仕組みの違いについて理解する。

【授業時間外学習】
民事事件と刑事事件とは何かを調べる。(4.0hr)

**第３回　刑事責任について**
【　到達目標　】
(1)スポーツに関係して刑事責任が問われる場合について理解する。
(2)競技に関してなされた加害行為の法的特殊性について理解する。

【授業時間外学習】
スポーツにおいて刑事責任を負うことになった事例を調べる。(4.0hr)

**第４回　民事責任概説**
【　到達目標　】
(1)スポーツに関係して民事責任が問われる場合について理解する。
(2)民事責任の種類について理解する。

【授業時間外学習】
スポーツにおいて民事責任を負うことになった事例を調べる。(4.0hr)

**第５回　不法行為の要件**
【　到達目標　】
(1)不法行為とはどのようなことなのかについて理解する。
(2)不法行為責任が認められるのはどのような場合なのかについて理解する。

【授業時間外学習】
不法行為について規定している条文を調べ、コピーする。(4.0hr)

**第６回　不法行為の効果**
【　到達目標　】
(1)不法行為責任の法的効果について理解する。
(2)過失相殺等の意味について理解する。

【授業時間外学習】
スポーツ以外の場面で不法行為責任を負う事例を調べ、箇条書きでまとめる。(4.0hr)

**第７回　損害賠償責任を負うのは誰か**
【　到達目標　】
(1)責任無能力者に対する監督義務者等の責任について理解する。
(2)使用者責任、国・地方公共団体等の責任について理解する。

【授業時間外学習】
公立学校における体育授業中に起きた事故の事例を1つ調べる。(4.0hr)

**第８回　施設等が原因となって発生した事故と法律**
【　到達目標　】
(1)施設などの欠陥を原因とする事故の責任について理解する。
(2)器具などの製造者に負わせられる責任について理解する。

【授業時間外学習】
器具の故障などが問題となった事件を新聞などで調べる。(4.0hr)

**第９回　判例を読む①**
【　到達目標　】
(1)スポーツに関する事故を扱った判決の読み方を身につける。
中学校の正課体育の時間に発生した事故における教員の責任

【授業時間外学習】
授業前に判例を熟読する。(4.0hr)

**第10回　判例を読む②**
【　到達目標　】
(1)スポーツに関する事故を扱った判決の読み方を身につける。
施設内で発生した事故におけるスポーツジムの責任

【授業時間外学習】
授業前に判例を熟読する。(4.0hr)

**第11回　判例を読む③**
【　到達目標　】
(1)スポーツに関する事故を扱った判決の読み方を身につける。
大会参加者と第三者との間に発生した事故における主催者の責任

【授業時間外学習】
授業前に判例を熟読する。(4.0hr)

**第12回　スポーツと体罰**
【　到達目標　】
(1)スポーツに関連して発生する体罰の特殊性と求められる対策について理解する。

【授業時間外学習】
体罰を防止するために効果的な手段を考える。(4.0hr)

**第13回　スポーツとセクシュアル・ハラスメント**
【　到達目標　】
(1)スポーツに関連して発生するセクシュアル・ハラスメントの特殊性と求められる対策について理解する。

【授業時間外学習】
セクシュアル・ハラスメントを防止するために効果的な手段を考える。(4.0hr)

**第14回　スポーツをめぐる紛争解決の工夫**
【　到達目標　】
(1)スポーツに関して発生する紛争を解決するために設けられている紛争解決機関の現状と課題について理解する。

【授業時間外学習】
日本仲裁スポーツ機構のホームページを授業前に確認し、その活動を理解する。(4.0hr)

**第15回　スポーツ指導者の責任と法**
【　到達目標　】
(1)この講義が目指した到達目標の達成度を確認する。

【授業時間外学習】
授業を通して自分が関心をもった事項について、ミニ・レポートにまとめる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義をよく聴き、メモ・ノートをしっかりとること。講義において興味を持った事柄について、自らすすんで調べてみること。

**【教科書・参考書など】**

開講時に指示する。

**【成績評価方法】**

期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提です）。

| 科目名 | スポーツ史 | | | 担当者 | 都　筑　　真 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport History | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE205 | | |

【目的とねらい】

本講義では、社会の変化に伴うスポーツのこれまでの変化について理解を深めることを目的とする。各時代毎ではなく、現代のスポーツを理解する上で重要と思われるテーマ毎に、これまでのスポーツの在り様を理解していくことを通じて、今後のスポーツの在り方を考察していくことをねらいとする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　ガイダンス**
【　到達目標　】
(1)講義の進め方、聴講上の留意点、評価の方法を確認する。

【授業時間外学習】
参考書の前文を熟読し、本講義で取り上げる学問分野やテーマについて理解する。(4.0hr)

**第２回　スポーツ史を学ぶ意義**
【　到達目標　】
(1)スポーツ史がどのような学問分野であるかを理解する。
(2)スポーツ史を学ぶ意義について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第３回　スポーツのルーツへのまなざし**
【　到達目標　】
(1)スポーツのルーツが人間のどのような活動にあるかを理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第４回　各時代の社会におけるスポーツ**
【　到達目標　】
(1)スポーツの時代毎の変化と現代のスポーツとの相違点を理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第５回　スポーツ種目の誕生と変容**
【　到達目標　】
(1)われわれの身近にあるスポーツ種目がなぜ誕生し、どのように変化してきたのかを理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第６回　欧米スポーツの日本への移入**
【　到達目標　】
(1)欧米スポーツの日本への導入・普及過程について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第７回　体操、身体教育、スポーツ教育**
【　到達目標　】
(1)古代の体操、近代の身体教育、現代のスポーツ教育に関する理論と歴史的過程を理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第８回　スポーツの技術、戦術、ルールの歴史的変容**
【　到達目標　】
(1)スポーツの技術、戦術、ルールがどのように変化してきたのかについて理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第９回　近代の戦争と体育・スポーツ**
【　到達目標　】
(1)近代における体育・スポーツと戦争との関係について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第10回　オリンピックムーブメントと世界平和**
【　到達目標　】
(1)オリンピックムーブメントがどのような運動であるかを理解する。
(2)オリンピックが国際親善や世界平和につながる理由について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第11回　日本のスポーツ振興政策とスポーツ基本法**
【　到達目標　】
(1)日本のスポーツ振興政策を概観しながら、スポーツ基本法制定へと至る過程や理由について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第12回　スポーツ産業の歴史的発展とスポーツの経済効果**
【　到達目標　】
(1)スポーツの発展に貢献しているスポーツに関連した「モノ」「場」「サービス」の歴史とスポーツの経済効果について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第13回　女性スポーツの展開と現在**
【　到達目標　】
(1)女性にとってスポーツ文化がこれまでどのようなものであったのか、そして現在どのようなものとなっているかを理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第14回　スポーツとメディア**
【　到達目標　】
(1)スポーツとメディアの歴史的関係やスポーツメディアの特性について理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、次の授業までに作成する。(4.0hr)

**第15回　スポーツと環境問題**
【　到達目標　】
(1)スポーツと環境問題の関係を理解する。
(2)スポーツ界における環境保全の取り組みを理解する。

【授業時間外学習】
到達目標に関連したレポートを、指定した期日までに作成する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

講義では、パワーポイントで示した内容や、口頭で述べる補足事項を配布資料に書き込んでいくこと。講義毎に配布される資料はファイリングするなどして整理し、期末試験に備えること。講義では毎回、講義内容の理解を深めるために、小レポートを課す。
「スポーツ原論」と併せて履修することが望ましい。

【教科書・参考書など】

特定の教科書は使用しない。適宜、資料を配布する。
『体育・スポーツ史概論』(木村吉次編著、市村出版)と『スポーツの歴史と文化』(新井博／榊原浩晃編著、道和書院)を講義の参考書として利用すること。

【成績評価方法】

講義毎に課す小レポート(10%)及び期末試験の結果(90%)で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 野外教育論 | | | 担当者 | 中　丸　信　吾 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory on Outdoor Education | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE206 | | |

【目的とねらい】

本授業は、野外教育の概念や意義、教育的価値を学ぶことを目的とし、実際の活動を通した学びである体験学習によって行われる野外教育の特性を理解すること、および野外教育における指導者の資質やリスクマネジメントについて理解することをねらいとしている。授業では体験学習について学ぶとともに、国内外の野外教育に関する理論から野外教育の概念や意義、教育的価値、学校教育における自然体験活動の位置づけについて学習する。また、指導者としてのあり方や自己表現・コミュニケーション、対象理解、リスクマネジメントについても学習する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　野外教育とは**

【　到達目標　】

(1)野外教育の概念について理解する。

(2)野外教育の教育的価値について理解する。

【授業時間外学習】

野外教育の概念、定義、教育的価値について調べて整理する。(4.0hr)

**第２回　体験学習①　体験から学ぶ**

【　到達目標　】

(1)野外教育の基礎となる体験からの学びについて理解する。

(2)自身の体験を振り返り、体験から学ぶことの重要性を理解する。

【授業時間外学習】体験からの学びについて、自身の体験を振り返るとともに、体験から学ぶことの価値を調べる。(4.0hr)

**第３回　体験学習②　体験学習法**

【　到達目標　】

(1)野外教育の手法の一つである体験学習法について理解する。

(2)自身の体験および実践事例を用いて、体験学習法の理解を深める。

【授業時間外学習】

体験学習法、体験学習サイクル、PDCAサイクルについて調べる。(4.0hr)

**第４回　冒険教育と環境教育**

【　到達目標　】

(1)野外教育における冒険教育の意義と教育的価値について理解する。

(2)野外教育における環境教育の意義と教育的価値について理解する。

【授業時間外学習】

冒険教育・環境教育について調べる。(4.0hr)

**第５回　指導者を考える①　自己表現**

【　到達目標　】

(1)指導者の資質としての、自己表現について理解する。

(2)対人コミュニケーションの言語的および非言語的要素について理解する。

【授業時間外学習】

対人コミュニケーションの言語的および非言語的要素について調べる。(4.0hr)

**第６回　指導者を考える②　自己開示**

【　到達目標　】

(1)対人コミュニケーションのための自己開示について理解する。

(2)対人コミュニケーションのための、他者からのフィードバックについて理解する。

【授業時間外学習】

ジョハリの4つの窓について調べる。(4.0hr)

**第７回　指導者を考える③　指導の資格とスキル**

【　到達目標　】

(1)指導者のスキルについて理解する。

(2)指導者におけるハードスキル・ソフトスキルの必要性について理解する。

【授業時間外学習】

ハードスキルおよびソフトスキルについて調べる。(4.0hr)

**第８回　野外教育の対象①　さまざまな対象**

【　到達目標　】

(1)さまざまな対象における野外教育について、実践例を通して理解する。

(2)対象に合わせた指導の必要性について理解する。

【授業時間外学習】

さまざまな対象に行われている、キャンプなどの野外活動について実践例を調べる。(4.0hr)

**第９回　野外教育の対象②　対象を理解する**

【　到達目標　】

(1)青少年の発育年代と精神的発達について理解する。

(2)対象を理解するための観点について理解する。

【授業時間外学習】

青少年の発育年代と精神的発達について調べる。(4.0hr)

**第10回　リスクマネジメント①　リスクマネジメント概論**

【　到達目標　】

(1)リスクとハザード、ハインリッヒの法則について理解する。

(2)リスクマネジメントの考え方について理解する。

【授業時間外学習】

リスクとハザード、ハインリッヒの法則について調べる。(4.0hr)

**第11回　リスクマネジメント②　指導者として安全を考える**

【　到達目標　】

(1)安全の考え方について、安全教育と安全管理を通して理解する。

(2)事故事例を通して、指導者としての安全の観点を理解する。

【授業時間外学習】

KYT、安全教育と安全管理について調べる。(4.0hr)

**第12回　リスクマネジメント③　社会におけるリスクマネジメント**

【　到達目標　】

(1)リスクマネジメントには社会的信頼の獲得も含まれることを理解する。

(2)自分自身へのリスクマネジメントの考え方について理解する。

【授業時間外学習】

社会的信頼とは何か調べる。自身の加入している保険を調べる。(4.0hr)

**第13回　野外教育のプログラム①　自然体験や自然学習**

【　到達目標　】

(1)自然体験や自然学習をねらいとしたプログラムについて理解する。

(2)実践事例を通して、プログラムのねらいや指導のポイントを理解する。

【授業時間外学習】

パッケージドプログラムについて調べる。(4.0hr)

**第14回　野外教育のプログラム②　人と関わる**

【　到達目標　】

(1)人と関わることをねらいとしたプログラムについて理解する。

(2)実践事例を通してプログラムのねらいや指導のポイントを理解する。

【授業時間外学習】

アイスブレイクおよびASE（Action Socialzation Experience）について調べる。(4.0hr)

**第15回　野外教育特別講義**

【　到達目標　】

(1)野外教育に関連する分野で活動している講師の講義を通して野外教育の考え方を深める。

(2)これまでの体験をもとに、自己に置き換えて野外教育を理解する。

【授業時間外学習】

予め提示された内容について調べる。(4.0hr)

【学習上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。授業では、学習内容の理解を深めるために、個人ワークやグループワーク、学生による発表などのアクティブラーニングを含めて展開する。授業では、講義内容に関する小レポートや理解度テストを行う。テスト結果は、授業内で解説によるフィードバックを行う。

野外教育の理解を深めるため、野外活動を履修することが望ましい。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。適宜プリントを配布する。

参考書：『野外教育の理論と実践』自然体験活動研究会編(小森伸一　責任編集)/杏林書院(2011)、『キャンプ指導者入門』日本キャンプ協会

【成績評価方法】

レポート試験（2回実施）60%、小テスト（数回実施）20%、小レポート（毎授業実施）20%

| 科目名 | 陸上競技Ｂ | | | 担当者 | 大　橋　祐　二 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Track and Field B | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBE208 | | |

【目的とねらい】

陸上競技種目の中でも技術的な要素が高い種目から、走種目としてハードル走を、跳種目として走り高跳びを取り上げる。さらに、トラック種目の中からチームで行う種目であるリレーを取り上げ、それぞれの種目の特性を理解するとともに、各種目の技能向上を目指していく。また、技能向上のための段階的な練習方法について理解し、安全に留意し実践できることを目的とする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　ハードル走の特性**
【　到達目標　】
(1)ハードル走の特性について理解し、最終的な目標を設定する。

【授業時間外学習】
最終的な目標について確認する。(1.0hr)

**第２回　リズム走としてのハードル走**
【　到達目標　】
(1)一定のインターバルをリズムよく走ることができる。
(2)ミニハードルでリズムよく走ることができる。

【授業時間外学習】
リズムよく走ることができたかを確認する。(1.0hr)

**第３回　ハードリングの基礎ドリル**
【　到達目標　】
(1)リード脚・抜き脚のドリルを正確に行うことができる。
(2)ハードリングに注意して走ることができる。

【授業時間外学習】
ハードル走のドリルの手順について確認する。(1.0hr)

**第４回　自分に適したインターバルでのハードル走**
【　到達目標　】
(1)リズムよく、ハードリングに注意して走ることができる。

【授業時間外学習】
ハードリングについて確認する。(1.0hr)

**第５回　スタートからのアプローチ走**
【　到達目標　】
(1)スタートから１台目までスムーズに走ることができる。
(2)スタートから２台目、５台目、ゴールまで走ることができる。

【授業時間外学習】
スタート動作からゴールまでの流れについて確認する。(1.0hr)

**第６回　ハードル走の計時**
【　到達目標　】
(1)役割分担を決め、記録を計時することができる。
(2)目標記録に到達できるように走ることができる。

【授業時間外学習】
役割分担と目標記録が到達できたかを確認する。(1.0hr)

**第７回　走り高跳びの特性**
【　到達目標　】
(1)走り高跳びの特性について理解し、最終的な目標を設定する。

【授業時間外学習】
最終的な目標について確認する。(1.0hr)

**第８回　ベリーロールによる走り高跳び**
【　到達目標　】
(1)助走、踏切り準備、踏み切り、空中動作、着地について理解し、技能を身につける。

【授業時間外学習】
各局面における習熟度についてまとめる。(1.0hr)

**第９回　背面跳びによる走り高跳び①**
【　到達目標　】
(1)助走、踏切り準備、踏み切り、空中動作、着地について理解し、技能を身につける。

【授業時間外学習】
各局面における習熟度についてまとめる。(1.0hr)

**第10回　背面跳びによる走り高跳び②**
【　到達目標　】
(1)助走、踏切り準備、踏み切り、空中動作、着地の練習を行うことができる。
(2)高さを上げながら記録に挑戦する。

【授業時間外学習】
高さに挑戦することができたかを確認する。(1.0hr)

**第11回　走り高跳びの記録測定**
【　到達目標　】
(1)役割分担を決め、記録測定の準備をする。
(2)自分に適した跳躍スタイルにより、目標記録に挑戦する。

【授業時間外学習】
役割分担と目標記録が到達できたかを確認する。(1.0hr)

**第12回　リレーのチーム編成とオーダー**
【　到達目標　】
(1)リレー種目の特性を理解する。
(2)チームを編成し、オーダーを編成できる。

【授業時間外学習】
チームの中で作戦を考える。(1.0hr)

**第13回　テークオーバーゾーンでのパスワーク**
【　到達目標　】
(1)正確にパスワークができるようにする。

【授業時間外学習】
パスワークがうまくできたかを確認する。(1.0hr)

**第14回　チームの目標設定と競争**
【　到達目標　】
(1)役割分担を決め、レースの準備をする。
(2)チームの目標を決め、予選・決勝とレースをすることができる。

【授業時間外学習】
役割分担と目標記録が到達できたかを確認する。(1.0hr)

**第15回　目標達成の確認**
【　到達目標　】
(1)ハードル走、走り高跳び、リレーについて技能が身につき、目標記録に到達できたかを確認する。

【授業時間外学習】
最終的な目標記録に到達できたかを確認する。(1.0hr)

【学習上の留意点】

各種目の技能習得と方法が主な目的になるため、ふさわしい服装とシューズを使用すること。また、陸上競技場は全天候走路のため、目標とする記録の到達を上げる手段としてスパイクシューズを使用することが望ましい。スパイクシューズの使用は、安全上の観点からも必要である。各種目の記録測定は、各々に役割を与えグループ毎に行う。適宜、ルール等に関する小テストを実施する。そのテスト結果は、次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。

【成績評価方法】

目標記録の達成度を70%、理解度を30%の割合として評価する。

| 科目名 | 野外活動 | | | 担当者 | 中丸　信吾 ・ 森田　陽子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Outdoor Activities | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 |
| 授業形態 | 実習 | | 科目ナンバー | HBE207 | | |

**【目的とねらい】**

野外スポーツの内容は非常に多岐にわたる。この授業は自然を活用しておこなうキャンプ（3泊4日）を実施する。キャンプでの体験学習を通して、キャンプに必要な基礎的技能を習得することや、自然を利用した諸活動を体験することを目的としている。また、自然とヒトとの関わりなどを学ぶことで、自然について深く考えることができるようになることをねらいとしている。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　キャンプ授業の概要**

【　到達目標　】

(1)授業の目的や意義について理解する。
(2)自然との関わりについて理解する。

**第２回　グループ編成と役割**

【　到達目標　】

(1)グループ活動の意義を理解する。
(2)グループ編成をする。
(3)各役割の内容を理解する。
(4)最適な役割を担う。

**第３回　テントの設営・撤収法**

【　到達目標　】

(1)テント設営場所の選び方を理解する。
(2)テントの設営作業手順を理解する。
(3)テントの撤収手順を理解する。
(4)グループでテント設営、撤収をする。
(5)グループでテント宿泊をする。

**第４回　野外炊事**

【　到達目標　】

(1)炊事用具の確認をする。(2)かまどの確認をする。(3)調理法の確認をする。(4)飯盒の使用法を理解する。(5)薪の割方を理解する。(6)火の付け方や薪のたし方を理解する。(7)薪でご飯を炊き、おかずを作る。(8)ガスコンロの使い方を理解する。(9)ガスコンロでご飯を炊き、おかずを作る。

**第５回　野外炊事**

【　到達目標　】

(1)炊事用具の確認をする。(2)かまどの確認をする。(3)調理法の確認をする。(4)飯盒の使用法を理解する。(5)薪の割方を理解する。(6)火の付け方や薪のたし方を理解する。(7)薪でご飯を炊き、おかずを作る。(8)ガスコンロの使い方を理解する。(9)ガスコンロでご飯を炊き、おかずを作る。

**第６回　ハイキング**

【　到達目標　】

(1)ハイキングの意義や、参考コースを理解する。
(2)ハイキング係を中心にグループでコースを検討、決定する。
(3)計画書を提出しコースを歩く。

**第７回　ハイキング**

【　到達目標　】

(1)ハイキングの意義や、参考コースを理解する。
(2)ハイキング係を中心にグループでコースを検討、決定する。
(3)計画書を提出しコースを歩く。

**第８回　ハイキング**

【　到達目標　】

(1)ハイキングの意義や、参考コースを理解する。
(2)ハイキング係を中心にグループでコースを検討、決定する。
(3)計画書を提出しコースを歩く。

**第９回　登山**

【　到達目標　】

(1)登山の意義やルートを理解する。
(2)登山係を中心にグループで計画をする。
(3)計画書を提出しコースを歩く。

**第10回　登山**

【　到達目標　】

(1)登山の意義やルートを理解する。
(2)登山係を中心にグループで計画をする。
(3)計画書を提出しコースを歩く。

**第11回　ハンドクラフト**

【　到達目標　】

(1)キャンプでのクラフトの意義を理解する。
(2)小枝を用いた作品の作り方を理解する。
(3)ひもを用いた作品の作り方を理解する。
(4)小石を用いた作品の作り方を理解する。
(5)各自で作品を制作する。

**第12回　ハンドクラフト**

【　到達目標　】

(1)キャンプでのクラフトの意義を理解する。
(2)小枝を用いた作品の作り方を理解する。
(3)ひもを用いた作品の作り方を理解する。
(4)小石を用いた作品の作り方を理解する。
(5)各自で作品を制作する。

**第13回　天文観察**

【　到達目標　】

(1)夏の星座を理解する。
(2)天体望遠鏡で確認する。
(3)各自で興味あることについて質問をする。

**第14回　キャンプファイヤー**

【　到達目標　】

(1)キャンプファイヤーの意義を理解する。
(2)キャンプファイヤー係を中心に実施する。

**第15回　地域交流**

【　到達目標　】

(1)郷土料理法を地元の方から指導を受ける。

**【授業時間外学習】**

各回の授業内容を理解し、実践につなげられるようにする。キャンプ実習のレポートを提出する。

**【学習上の留意点】**

事前・事後指導に参加し、9月に行うキャンプ実習（¥30,000程度）に参加すること。大学外で授業を展開するので、服装、言葉使いはもちろんのこと、日本女子体育大学の学生として相応しい行動を心がける。

キャンプ中はグループ毎に活動することが非常に多いので、積極的にグループに貢献するようにし、各自に役割があるのでリーダーシップを取ることを心がける。用具や用品は大切に取り扱い管理をきちんとすることを心がける。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に指定しない。実習要項を配布する。

**【成績評価方法】**

レポート40%、野外教育の理解とそれに伴う技術の習熟度30%、グループへの貢献度30%。

| 科目名 | スポーツリハビリテーション論 | | | 担当者 | 永　野　康　治 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Rehabilitation | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 専門・選択 | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE301 | | |

## 【目的とねらい】

本講義の目的は、スポーツ外傷・障害の概念や発症要因について理解し、それぞれの病態についての特徴や基本的対応策を学ぶことである。さらにスポーツ外傷・障害からスポーツ復帰に向けてのリハビリテーション(アスレティックリハビリテーション)に関する基礎的な知識と進め方について学習する。本講義を通して、スポーツ現場においてスポーツ外傷・障害の予防や発症した際の処置を行えること、さらに自身や対象者のスポーツ復帰に向けたリハビリテーションを計画できることが本講義のねらいである。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　アスレティックリハビリテーションに必要な機能解剖学**
【　到達目標　】
(1)本講義の学修に必要な機能解剖学知識を同定する。
(2)自身の外傷・障害を振り返り、リハビリテーションの必要性を考える。
【授業時間外学習】
機能解剖学の苦手分野について復習する。(4.0hr)

**第２回　アスレティックリハビリテーション概論**
【　到達目標　】
(1)アスレティックリハビリテーションの特徴、段階を説明できる。
(2)アスレティックリハビリテーションに関わる職種を挙げられる。
(3)アスレティックリハビリテーションで用いる手法とその内容を挙げられる。
【授業時間外学習】
アスレティックリハビリテーションの考え方を整理する。(4.0hr)

**第３回　スポーツ外傷とスポーツ障害**
【　到達目標　】
(1)スポーツ外傷とスポーツ障害の違いを説明できる。
(2)スポーツ外傷とスポーツ障害の疾患を列挙できる。
(3)外傷・障害の環境要因と外傷・障害の発生との関連を述べられる。
【授業時間外学習】
スポーツ外傷とスポーツ障害の違いについて整理する。(4.0hr)

**第４回　前十字靭帯損傷の病態および評価**
【　到達目標　】
(1)前十字靭帯の役割を挙げられる。
(2)前十字靭帯損傷の特徴を説明できる。
(3)前十字靭帯損傷の危険因子を挙げられる。
【授業時間外学習】
膝関節の機能解剖について復習しておく。(4.0hr)

**第５回　前十字靭帯損傷に対するアスレティックリハビリテーション1**
【　到達目標　】(1)前十字靭帯損傷の訓練前期における関節可動域エクササイズを挙げることができる。
(2)各エクササイズの注意点を説明できる。
(3)前十字靭帯損傷の訓練前期における協調性トレーニングを挙げることができる。
【授業時間外学習】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

**第６回　前十字靭帯損傷に対するアスレティックリハビリテーション2**
【　到達目標　】
(1)前十字靭帯損傷の訓練後期～復帰期のリハビリ内容について、具体的なエクササイズを挙げることができる。
(2)各エクササイズの注意点を説明できる。
【授業時間外学習】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

**第７回　膝関節障害の病態および評価**
【　到達目標　】
(1)各膝関節障害の原因を説明できる。
(2)膝関節障害に対するアライメント評価を説明できる。
(3)各タイトネステストの目的筋を挙げることができる。
【授業時間外学習】
膝関節障害に含まれる疾患について整理する。(4.0hr)

**第８回　膝関節障害に対するアスレティックリハビリテーション**
【　到達目標　】
(1)膝障害のリハビリトレーニングの目的を説明できる。
(2)膝障害の代表的なトレーニングを挙げられる。
(3)膝障害のリハビリトレーニングの注意点を説明できる。
【授業時間外学習】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

**第９回　投球障害の病態および評価**
【　到達目標　】
(1)肘関節障害・肩関節障害のメカニズムを説明できる。
(2)野球肘に特徴的なフォームを挙げられる。
(3)肩関節障害の評価法を挙げられる。
【授業時間外学習】
肩関節の機能解剖について復習しておく。(4.0hr)

**第10回　投球障害に対するアスレティックリハビリテーション**
【　到達目標　】
(1)投球障害の状態にあわせたストレッチを挙げることができる。
(2)投球障害に対する筋力トレーニングメニューを挙げることができる。
(3)投球障害に対するフォームの修正方法を説明できる。
【授業時間外学習】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

**第11回　足関節捻挫の病態および評価**
【　到達目標　】
(1)足関節捻挫の病態を説明できる。
(2)足関節不安定性テストを挙げることができる。
【授業時間外学習】
足関節の機能解剖について復習する。(4.0hr)

**第12回　足関節捻挫に対するアスレティックリハビリテーション**
【　到達目標　】
(1)足関節捻挫に対するリハビリテーション内容を説明できる。
(2)各リハビリテーションメニューの目的を挙げることができる。
【授業時間外学習】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

**第13回　腰痛の病態および評価**
【　到達目標　】
(1)腰部疾患の病態を説明できる。
(2)腰痛を4つのパターンに分類できる。
(3)腰痛に対する評価法を挙げられる。
【授業時間外学習】
腰部・体幹の機能解剖について復習しておく。(4.0hr)

**第14回　腰痛に対するアスレティックリハビリテーション**
【　到達目標　】
(1)体幹深層筋の代表例とトレーニング法を挙げることができる。
(2)各種目毎の腰痛に対するリハビリテーションの方法を説明できる。
【授業時間外学習】
リハビリテーションメニューを整理し実践を行う。(4.0hr)

**第15回　最新のアスレティックリハビリテーション**
【　到達目標　】
(1)最新のアスレティックリハビリテーションに関する知識を得る。
(2)最新のアスレティックリハビリテーションで用いられる器具を挙げることができる。
【授業時間外学習】
自らのトレーニング等を見直し、改善する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

授業開始時にその日の内容に関するクイズにWeb上で回答し、集計結果と自身の回答を確認する。授業は配布される講義ノートへの記述を中心に授業を進める。その際に使用したプレゼンテーション資料はWeb上に公開するので、復習に用いること。授業の中盤、および終了時に理解度確認テストを行い内容を整理する。また、復習用の課題を7、13回目にし、課題に取り組むことで知識の定着を図る。その際の回答、質問はWeb上から入力し、授業中にフィードバックを行う。

## 【実務経験のある教員による授業科目】

理学療法士としての実務経験を生かし、スポーツ外傷・障害の概念や発症要因、またそれぞれの病態についての特徴や基本的対応策について講義を行う。

## 【教科書・参考書など】

参考書：スポーツ外傷・障害の理学診断・理学療法ガイド(文光堂)、ランニング障害のリハビリテーションとリコンディショニング(文光堂)、走動作のファンクショナルトレーニング(文光堂)、ファンクショナルトレーニング(文光堂)、野球 肩・ひじ・腰の鍛え方・治し方(日本文芸社)、ビジュアル実践リハ 整形外科リハビリテーション(羊土社)、腰痛のリハビリテーションとリコンディショニング(文光堂)、運動器の徒手検査法(文光堂)

## 【成績評価方法】

課題　20%
期末試験（試験は試験期間中に別途実施）80%

| 科目名 | 学校保健 | | | 担当者 | 沢田真喜子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | School Health | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学専攻 | 舞踊学専攻 | 健康スポーツ学専攻 | 幼児発達学専攻 |
| 履修年次 | 3 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE302 | | |

【目的とねらい】

学校保健安全法に基づく保健教育、保健管理、保健組織活動及び安全教育、安全管理の必要性と現代的課題について理解し、その目的と具体的な取組に関する基礎的知識を身につけることをねらいとする。特に、学校管理下で発生する事件や事故及び災害の実情を踏まえ、危機管理や事故対応を含む学校安全の必要性について理解すること、子どもの現代的健康課題の実情と子どもの健康を取り巻く課題に対応する保健教育及び保健管理の取組について理解することを通して、地域や関連専門機関との連携を基盤とした学校保健安全活動についての理解を深めることを目指す。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　学校保健安全法とその意義**

【　到達目標　】

学校保健の意義、改正された学校保健安全法を基に全ての教職員が推進する必要性について理解する。

【授業時間外学習】

テキスト第1章1節を読み、p1「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第２回　学校保健行政**

【　到達目標　】

学校保健の行政組織と特徴について理解し、学校保健行政の現状と課題について、資料をもとに比較・分析し、組織体制について理解する。

【授業時間外学習】

テキスト第1章2節を読み、p1「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第３回　学校保健の組織活動と教職員等の責任**

【　到達目標　】

学校保健に関する組織活動の必要性、学級担任、養護教諭、保健主事、校長等管理職の役割と学校医、学校歯科医、学校薬剤師及びその他の専門職の役割について、理解する。

【授業時間外学習】

テキスト第1章3～5節を読み､p1「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む｡(4.0hr)

**第４回　保健学習と保健指導**

【　到達目標　】

実践する力につながる保健の知識の習得について、学習指導要領に基づく保健学習と学校における保健指導の位置づけについて理解する。

【授業時間外学習】テキスト第2～3章を読み、p35・83「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第５回　教育課程に基づく保健指導**

【　到達目標　】

教育課程に基づく性に関する指導について、変遷やねらい、指導に当たっての配慮事項、様々な機会に行われる性に関する指導と課題について理解する。

【授業時間外学習】

テキスト第4章を読み、p91「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第６回　学校安全の意義と管理**

【　到達目標　】

学校安全の意義、学校における安全管理・安全教育について、児童生徒の事故及び災害の実態をもとに理解する。

【授業時間外学習】

テキスト第13章を読み、p235「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第７回　教育課程に基づく安全教育**

【　到達目標　】

保健学習及び特別活動には限定されない安全教育について、小学校、中学校の内容をもとに理解し、家庭、地域、関連機関と連携した安全教育の方法について考えることができる。

【授業時間外学習】

テキスト第7章を読み、p123「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第８回　児童生徒の健康状態の把握**

【　到達目標　】

健康観察の意義と方法、健康相談及び個別の保健指導の在り方、保健調査と健康診断について理解し、校内連携及び専門職や保護者との連携方法について考えることができる。

【授業時間外学習】

テキスト第8章を読み、p139「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第９回　児童生徒の発育発達**

【　到達目標　】

現代の子どもの発育発達の特徴、児童生徒の体力の現状と課題について理解した上で、被災地における幼児、児童生徒の体力・運動能力向上のための取組みについて整理し、学校保健活動に組み込む方法を考えることができる。

【授業時間外学習】

テキスト第7章を読み、p123「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第10回　児童生徒の健康状態の把握**

【　到達目標　】

健康診断結果に基づく、児童生徒にみられる疾病・異常、現代的健康課題の特徴について理解する。

【授業時間外学習】

テキスト第9章1節を読み､p159「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第11回　学校生活管理指導表を活用した対応**

【　到達目標　】

学校生活管理指導表について、心疾患、腎臓・糖尿病疾患、アレルギー疾患の特徴を踏まえ、学校生活管理指導表を活用した指導と対応について理解する。

【授業時間外学習】テキスト第9章2～3節を読み、p123「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第12回　児童生徒のメンタルヘルスケア**

【　到達目標　】

児童生徒の自殺、いじめ、不登校の実態について各種統計調査結果をもとに理解し、児童生徒の心の問題への対応における基本的な考え方を考えることができる。

【授業時間外学習】テキスト第10章1～3節を読み、p183「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第13回　いじめ防止対策と教職員の責任**

【　到達目標　】

いじめ防止対策に関する国の施策、学校長や教職員の責任・役割等について理解し、いじめ自殺等の過去の事例をもとに教職員の責任と役割について考える。

【授業時間外学習】テキスト第10章2～4節を読み、p183「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第14回　特別に配慮を要する児童生徒と特別支援教育**

【　到達目標　】

特別支援教育の理念及び現状と課題について理解し、その推進のための体制づくりについて、医療福祉、その他の関連専門機関との連携事例を踏まえ理解する。

【授業時間外学習】テキスト第11章1節を読み、p201「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

**第15回　特別に配慮を要する児童生徒への健康上の支援**

【　到達目標　】

障害のある児童生徒への健康上の支援のあり方について、学校保健安全上の諸課題から考え理解する。

【授業時間外学習】テキスト第11章2節を読み、p201「学習のポイント」をまとめ「演習課題」に取り組む。(4.0hr)

【学習上の留意点】

児童生徒の健康と安全を守り、高めることのできる教員としての資質や能力の基盤となるよう、主体的な学習に取り組むことを期待する。具体的には、学校保健や学校安全に関連する法律や指針を参照したり、統計資料をもとに比較し問題点を抽出したりできるようペアワークや課題学習を取り入れ、教科書及び配布資料にもとづき講義内容の要点をパワーポイントで示しながら進めていく。授業時間外学習においては、文部科学省や厚生労働省等のホームページや資料を閲覧し、ニュース等から情報を収集する等の課題意識をもって理解を深めてもらいたい。

【実務経験のある教員による授業科目】

養護教諭および助産師としての実務経験を活かし、学校保健および学校安全に関する教員としての役割や、課題に対応するための実践的指導力および組織的対応力について講義を行う。

【教科書・参考書など】

教科書は、第１回授業前に掲示し、参考書は授業時に適宜紹介する。

【成績評価方法】

授業内容の習得度（10%）、課題レポート（30%）、試験（60%）の加重平均にて総合的に評価する。
試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 精神保健 | | | 担当者 | 角　田　和　也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Mental Health of Adolescence | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE303 | | |

## 【目的とねらい】

昨今、「メンタルヘルス」「心の健康」という言葉を、日常生活の中でよく耳にするようになった。社会全体が個々の精神面の健康状態を以前よりも大切にしていこうとする風潮にあるとともに、不登校やうつによる自殺の増加といった現実的な問題に直面していることも背景にあると考えられる。こうした状況の中で、今日私たちが直面している自身および子どもたちの心の健康の問題について、その実態を学ぶとともに対処方法を検討していく。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション／「精神保健」とは**
【　到達目標　】
(1)「精神保健」の意義を理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第２回　「精神的健康」と現代社会**
【　到達目標　】
(1)社会問題にもなっている「心の健康」にかかわる事象について、その実態を理解するとともにその要因について理解する。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成／次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第３回　ライフサイクルと精神保健①　出生前期に受ける影響**
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである出生前期の心の健康について理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第４回　ライフサイクルと精神保健②　乳児期に受ける影響**
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである乳児期の心の健康について理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第５回　ライフサイクルと精神保健③　幼児期に受ける影響**
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである幼児期の心の健康について理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第６回　ライフサイクルと精神保健④　学童期に受ける影響**
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである学童期の心の健康について理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第７回　ライフサイクルと精神保健⑤　思春期に受ける影響**
【　到達目標　】
(1)ライフサイクルの視点から、要因の１つである思春期の心の健康について理解する。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成／次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第８回　生活環境と精神保健①　家族から受ける影響**
【　到達目標　】
(1)生活環境の視点から、要因の１つである「家族」の質的変化について理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第９回　生活環境と精神保健②　食生活から受ける影響**
【　到達目標　】
(1)生活環境の視点から、要因の１つである食生活の影響について理解するとともに、望ましい食生活についても理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第10回　生活環境と精神保健③　住環境から受ける影響**
【　到達目標　】
(1)生活環境の視点から、要因の１つである住居の影響について理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第11回　生活環境と精神保健④　空気環境から受ける影響**
【　到達目標　】
(1)生活環境の視点から、要因の１つである空気環境について理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第12回　生活環境と精神保健⑤　睡眠から受ける影響①**
【　到達目標　】
(1)生活環境の視点から、要因の１つである睡眠の影響について理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第13回　生活環境と精神保健⑥　睡眠から受ける影響②**
【　到達目標　】
(1)引き続き、睡眠の影響について理解するとともに、望ましい睡眠のあり方についても理解する。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成／次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第14回　発達障がい①**
【　到達目標　】
(1)発達障がいの種類やその特徴を理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第15回　発達障がい②**
【　到達目標　】
(1)引き続き、発達障がいの特徴を理解するとともに、発達障がい児（者）の心の健康を保持するために必要な支援・援助のあり方について理解する。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

①基本的には、毎回、板書の代わりにPCおよびプロジェクターを使用して授業を行います。板書に費やす時間を省略するのが主なねらいです。
②授業内容の理解を深めることを目的とした課題レポートの作成を、授業時間外学習で課します。この作成したレポートは後日提出してもらい、評価に反映させていきます（下欄「成績評価方法」の「提出物の評価」に該当します）。課題レポートの結果は、次回以降の授業の内容に反映させ、授業内容の説明を通じてフィードバックします。
③期末試験は、授業で伝えた内容の理解度を確認するためだけではなく、その知識をもとにした実践力を問うためにも実施しています。受講の際にメモをとるだけでなく、普段からの自主的な学習・復習が単位取得には必要です。

## 【教科書・参考書など】

・１回目の授業時に、本授業用に作成したテキストを販売します。受講する学生は、必ず購入してください。
・テキストには、各回ごと、授業内容に基づいた参考文献を示してありますので、そちらを参考にしてください。

## 【成績評価方法】

・提出物の評価……50%　　期末試験の結果……50%
・試験は試験期間中に別途実施します。

| 科目名 | 障害者スポーツ論 | | | 担当者 | 松　原　　豊 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory of Adapted Sports | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE304 | | |

【目的とねらい】

ノーマライゼーションやバリアフリーなどの言葉が社会に定着しつつあり、障害の有無に関わらず全ての人が楽しめるスポーツ環境を整えていくことが重要になってきている。障害者スポーツはリハビリテーションを目的とした活動だけではなく、競技スポーツや生涯スポーツへと拡がり、さらに共生や交流を目的としたインクルーシブ・スポーツのニーズが高まってきている。本講義では、障害について正しく理解し、障害の特性に応じた体育・スポーツの意義や具体的な実践方法に関する知識を習得することを目的とする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　障害理解について**
【　到達目標　】
障害についての全般的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第２回　ノーマライゼーション、バリアフリー、ユニバーサルデザイン**
【　到達目標　】
現代的な課題であるノーマライゼーション、バリアフリー、ユニバーサルデザインの意味を理解し、具体的なイメージを習得する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第３回　ICFの概念について**
【　到達目標　】
WHOのICFの概念を学び､障害のある人たちにとって活動､参加､環境因子の重要性を理解する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第４回　障害者スポーツの歴史（リハビリから競技スポーツへ）**
【　到達目標　】
障害者スポーツの歴史について、リハビリテーションから競技スポーツへの発展拡大についての基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第５回　障害者スポーツの現状（パラリンピックを中心に）**
【　到達目標　】
障害者スポーツの現状として、パラリンピックについての知識を習得すると共に課題となる事柄について考察する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第６回　Adapted Physical Activitiesの理念と具体例**
【　到達目標　】
Adapted Physical Activitiesの理念を学び、具体的な方法に関する知識を習得する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第７回　視覚障害と体育・スポーツ**
【　到達目標　】
視覚障害の特性を理解し、スポーツ・体育における支援方法の基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第８回　聴覚障害と体育・スポーツ**
【　到達目標　】
聴覚障害の特性を理解し、スポーツ・体育における支援方法の基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第９回　肢体不自由と体育・スポーツ（脳性障害を中心に）**
【　到達目標　】
肢体不自由（脳性障害）の特性を理解し、スポーツ・体育における支援方法の基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第10回　肢体不自由と体育・スポーツ（筋無力症を中心に）**
【　到達目標　】
肢体不自由（筋無力症）の特性を理解し、スポーツ・体育における支援方法の基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第11回　知的障害と体育・スポーツ**
【　到達目標　】
知的障害の特性を理解し、スポーツ・体育における支援方法の基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
シラバスを参考にして次回授業の教科書該当箇所を一読する。(4.0hr)

**第12回　重症心身障害と体育・スポーツ**
【　到達目標　】
重症心身障害の特性を理解し、スポーツ・体育における支援方法の基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第13回　発達障害と体育・スポーツ**
【　到達目標　】
発達障害の特性を理解し、スポーツ・体育における支援方法の基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第14回　インクルーシブ体育・スポーツ**
【　到達目標　】
障害の有無に関わらず共に体育・スポーツを楽しむインクルーシブ体育についての基礎的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第15回　将来への展望と課題、学習の振り返り**
【　到達目標　】
障害者スポーツの将来への展望と課題について考察すると共に、これまでの内容を振り返りながら習得した知識の確認を行う。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

【学習上の留意点】

パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。講義資料としてワークシートを配布し、グループ学習やディスカッションによってキーワードや課題を記入する。授業内で解説によるフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

参考書：教養としてのアダプテッド体育・スポーツ学　齊藤まゆみ編著　大修館書店

【成績評価方法】

授業における課題達成度に対する評価（20%）　レポートによる評価（20%）　試験による評価（60%）
試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | スポーツ施設管理論 | | | 担当者 | 小野里真弓 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Facilities Management | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE305 | | |

【目的とねらい】

運動・スポーツ施設は、人々にスポーツ活動を生起させる基本的な場の提供として不可欠なものである。我が国においても明治時代から野球や柔道などの競技場が建設され、現代では、各種のスポーツや競技に対応したスポーツ施設が整備されている。本講義では、人々のスポーツ活動におけるスポーツ施設の基本的な機能を理解するとともに、スポーツ施設での効率的な管理運営となるマネジメントの役割および、現代的なスポーツファシリティマネジメントの基本理論を学ぶ。さらに、具体的なスポーツ施設を取り上げ、スポーツ施設のマネジメントについて理解を深める。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　講義ガイダンス・スポーツ施設の管理、マネジメントの概要**
【　到達目標　】
(1)スポーツ施設管理論の講義で学習する内容について理解する。

【授業時間外学習】
シラバス等を活用し、講義内容を確認する。(4.0hr)

**第２回　人々のスポーツ活動とスポーツ施設（１）**
【　到達目標　】
(1)人とスポーツのかかわり方を理解する。
(2)スポーツ施設マネジメントの目標と特性について理解する。

【授業時間外学習】人とスポーツのかかわり方について、自分のスポーツ活動を振り返りながら考えてみる。(4.0hr)

**第３回　人々のスポーツ活動とスポーツ施設（２）**
【　到達目標　】
(1)スポーツ施設の歴史的発展について知る。
(2)スポーツの歴史的発展との関連性を理解する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第４回　人々のスポーツ活動とスポーツ施設（３）**
【　到達目標　】
(1)伝統的なスポーツ事業論とスポーツ施設の役割について理解する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第５回　スポーツ施設マネジメントの実際（１）**
【　到達目標　】
(1)スポーツ施設の運営組織や指定管理者制度について理解する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容について復習する。(4.0hr)

**第６回　スポーツ施設マネジメントの実際（２）**
【　到達目標　】
(1)民間フィットネスクラブの施設について知る。
(2)フィットネスクラブにおけるサービス展開との関連性を理解する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第７回　スポーツ施設マネジメントの実際（３）**
【　到達目標　】
(1)各種スポーツ施設のサービス展開を理解する。
(2)スポーツプロダクトとしてのスポーツサービスを検討する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第８回　スポーツ施設マネジメントの実際（４）**
【　到達目標　】
(1)スポーツ施設マネジメントにおけるマーケティングについて理解する。
(2)スポーツとマーケティングの関係について理解する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第９回　スポーツ施設マネジメントの課題（１）**
【　到達目標　】
(1)運営組織のマネジメントの課題について理解する。
(2)一般的な経営学における組織論とスポーツ組織について検討する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第10回　スポーツ施設マネジメントの課題（２）**
【　到達目標　】
(1)スポーツ政策とスポーツ施設の課題について理解する。
(2)スポーツ政策の経緯や基本スタンスを理解する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第11回　スポーツ施設マネジメントの課題（３）**
【　到達目標　】
(1)メガスポーツイベントとスポーツ施設の課題について理解する。
(2)スポーツイベントにおけるスポーツ施設のサービスづくりを検討する。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第12回　スポーツ施設マネジメントの課題（４）**
【　到達目標　】
(1)学校や公共スポーツ施設の課題について理解する。
(2)学校スポーツや生涯スポーツにおける今日的なスポーツの在り方について考える。

【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容とテキストの該当頁を復習する。(4.0hr)

**第13回　スポーツ施設のリサーチ（１）**
【　到達目標　】
(1)スポーツ施設に関するレポートをプレゼンテーションできる。
(2)発表者へのコメント・ディスカッションができる。

【授業時間外学習】
発表者のプレゼンテーションを参考にし、自身のレポートを検討する。(4.0hr)

**第14回　スポーツ施設のリサーチ（２）**
【　到達目標　】
(1)スポーツ施設に関するレポートをプレゼンテーションできる。
(2)発表者へのコメント・ディスカッションができる。

【授業時間外学習】
プレゼンテーションのポイントを理解し、自身のレポート課題に取り組む。(4.0hr)

**第15回　本講義の総括・スポーツ施設マネジメントの課題と展望**
【　到達目標　】
(1)本講義で学習した内容について理解できたことなどを確認する。
(2)レポート課題作成について理解を深める。

【授業時間外学習】
講義で学習した内容を整理し、今後の課題や展望について考えてみる。(4.0hr)

【学習上の留意点】

講義では、テキストやパワーポイントによる資料を用いて講義内容の要点を説明する。受講者は、説明された内容を理解するだけではなく、現代的なスポーツ施設の状況や課題について調べることや実際のスポーツ施設に足を運んでみることなど、実際のスポーツ施設について関心を持つことが望まれる。また、具体的なスポーツ施設についてインターネット等を活用して情報を収集し、学生によるプレゼンテーションやディスカッションに取り組む。毎回ではないが講義の際に数回、小テスト及びレポート課題を提示し、次回の授業内で内容のポイントの解説をフィードバックする。

【教科書・参考書など】

テキスト：「基本・スポーツマネジメント」畑 攻、小野里真弓（編著）、大修館書店
テキストを中心に必要に応じて資料を講義の際に配布する。

【成績評価方法】

講義中に数回実施する小テスト及びレポート課題を４０％、定期試験として提示するレポート課題の取り組みを６０％として総合評価する。

| 科目名 | 保健科教育法Ⅰ | | | 担当者 | 助　友　裕　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Teaching Methods in Health Education Ⅰ | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HTE306 | | |

**【目的とねらい】**

保健科教育について、その特質を理解するとともに、保健体育科教員としての資質を身につけることが目的である。本科目では、学習指導要領の位置づけや内容、指導上の留意点、学習評価の考え方についての基礎的な知識を身につけることをねらいとする。

学習指導案の作成と模擬授業の実施およびその振り返りを通じて、授業改善の視点を身に付け、授業設計の向上に取り組むことのできる技術の習得をめざす。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　保健科教育とは（概論）**
【　到達目標　】
保健科教育、健康教育の意義と方向性について理解を深める。
【授業時間外学習】
保健体育科（保健分野）ならびに科目保健を教える上で不安な点を整理しておく。(4.0hr)

**第２回　現代社会における健康問題および他教科等との関連**
【　到達目標　】
現代の健康問題の動向と保健科教育におけるそれらの位置について考察し、発展的な学習内容について探求する。
【授業時間外学習】
中央教育審議会答申を読んでおく。(4.0hr)

**第３回　保健の目標と内容**
【　到達目標　】
小学校、中学校、高等学校学習指導要領における保健の目標や内容の違いを理解し、全体構造を把握する。
【授業時間外学習】
中・高の学習指導要領解説の保健体育科（保健分野）と科目保健の項を読んでおく。(4.0hr)

**第４回　保健の指導計画**
【　到達目標　】
指導計画作成の意義、種類、作成上の基本および指導上の留意点について理解するとともに、学習指導案の構成を理解する。
【授業時間外学習】
学習指導案で取り上げる単元の選定、教材研究を行う。(4.0hr)

**第５回　保健科教育の実際Ⅰ**
【　到達目標　】
知識を活用する学習活動を通じて、生徒の認識・思考、学力等の実態を視野に入れた授業設計の重要性、保健科教育の特性に応じた情報機器及び教材の効果的な活用法を理解する。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

**第６回　保健科教育の実際Ⅱ**
【　到達目標　】
ブレインストーミングなど具体的な指導方法を習得し、生徒の認識・思考、学力等の実態を視野に入れた授業設計の重要性、保健科教育の特性に応じた情報機器及び教材の効果的な活用法を理解する。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

**第７回　保健の学習評価**
【　到達目標　】
評価の意義、局面、観点、規準などについて理解する。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

**第８回　教材研究Ⅰ**
【　到達目標　】
保健科教育と背景となる学問領域との関係性を踏まえた上で、教材研究の目的、過程、方法について理解する。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、副教材の作成を進める。(4.0hr)

**第９回　教材研究Ⅱ**
【　到達目標　】
保健科教育と背景となる学問領域との関係性を踏まえた上で、保健の指導計画に応じた教材研究の工夫について理解を深める。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、副教材の作成を進める。(4.0hr)

**第10回　保健科教育のための研究方法**
【　到達目標　】
保健科教育における実践研究の動向や発展的な学習内容の事例を知り、現場ニーズに応じた保健科教育の工夫について理解を深める。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

**第11回　小学校の保健の授業**
【　到達目標　】
中学校と高等学校の保健の基礎となる小学校の内容および指導上の留意点について理解する。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

**第12回　中学校の保健の授業**
【　到達目標　】
個人生活における健康・安全に関する内容および指導上の留意点について説明できる。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

**第13回　高等学校の保健の授業**
【　到達目標　】
個人及び社会生活における健康・安全に関する内容及び指導上の留意点について説明できる。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

**第14回　学習指導案の作成**
【　到達目標　】
１時間の学習指導案を作成できるようにする。
【授業時間外学習】
学習指導案の作成、副教材の作成、教材研究を進める。(4.0hr)

**第15回　保健の授業研究**
【　到達目標　】
模擬授業の様子を観察し、授業技術のポイントを理解するとともに、発展的な学習内容を探求したり授業設計の向上に取り組むことができる。
【授業時間外学習】
授業で記入した「保健の授業研究」を復習し、模擬授業のイメージ形成を図る。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

おもにパワーポイントや配布資料で要点を示し、詳細は口頭にて説明する。高い意識を持ち、毎回の授業に積極的に参加することで、将来自らが授業づくりの担い手になることへの強い認識が求められる。このことから、授業への出席が大前提となる。遅刻や無断欠席、授業中の私語は慎むことが必須である。

**【実務経験のある教員による授業科目】**

行政や公的機関等における公衆衛生学に関する講義・講演等の活動経験のある教員が、保健科教育の具体的な指導方法、授業づくり、評価などについて、学習指導要領に基づき基礎的な知識について講義を行う。

**【教科書・参考書など】**

森良一編著『保健科教育法』東洋館出版社
文部科学省『高等学校学習指導要領解説 保健体育編』（最新版）
文部科学省『中学校学習指導要領解説 保健体育編』（最新版）　中学校と高等学校で使用した保健の教科書を各自準備する。このほかに適宜資料を配布する。

**【成績評価方法】**

原則として、授業中の課題達成度50%と定期試験の結果50%（試験は試験期間中に別途実施）として評価する。

| 科目名 | 保健科教育法Ⅱ | | | 担当者 | 沢田真喜子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Teaching Methods in Health Education Ⅱ | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HTE307 | | |

**【目的とねらい】**

保健科教育について、その特質を理解するとともに、保健体育科教員としての資質を身につけることが目的である。本科目は、保健科教育法Ⅰと既修の健康科学論、衛生学・公衆衛生学、学校保健などによる知識を応用し、ICTや教材研究への効果的な活用、生徒の認識・思考、学力等の実態を視野に入れた授業設計、学習指導案の構成を理解する。学習指導案の作成と模擬授業の実施およびその振り返りを通じて、授業改善の視点を身に付け、授業設計の向上に取り組むことのできる技術の習得をめざす。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション（模擬授業の手順、授業への心構えなど）**
【　到達目標　】
作成した学習指導案をもとに、構成及び生徒の実態に応じた具体的な授業設計について理解を深め、改善できる。

【授業時間外学習】保健科教育法Ⅰで作成した学習指導案を用いて、生徒の学ぶ意欲を高めるような工夫、思考・判断を深めるような工夫についてまとめる。(4.0hr)

**第２回　学習指導要領解説と保健の授業研究①**
【　到達目標　】
学習指導要領解説と保健の教科書を比較し、学習内容の取り上げられ方の理解を深めるとともに、具体的な授業設計に生かす。

【授業時間外学習】
学習指導要領解説を熟読し、不明な点を明らかにし内容を把握しておく。(4.0hr)

**第３回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第４回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第５回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第６回　学習指導要領解説と保健の授業研究②**
【　到達目標　】
学習指導要領解説と保健の教科書を比較し、学習内容の系統性と取り上げられ方の理解を深めるとともに、具体的な授業設計に生かす。

【授業時間外学習】学習指導要領解説を熟読し、不明な点を明らかにし、内容の系統性・順序性を把握しておく。(4.0hr)

**第７回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第８回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第９回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第10回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第11回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第12回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第13回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第14回　模擬授業（マイクロティーチング）**
【　到達目標　】
教師役と生徒役それぞれの立場で分析・評価し、授業技術・授業改善の視点を身につける。

【授業時間外学習】模擬授業の準備とともに、所定の期限内に学習指導案および授業者用レポートを提出する。(4.0hr)

**第15回　保健の授業運営のまとめ**
【　到達目標　】
自他の模擬授業を振り返り、保健授業における課題、発問、板書計画、情報機器活用等の授業スキルや教師の役割について説明できる。

【授業時間外学習】
模擬授業で得たフィードバックをもとに、学び続ける教員としての役割をまとめる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

班ごとに割り当てられた模擬授業の準備・実施を通して保健の授業に必要な技術を習得する。高い意識を持ち、毎回の授業に積極的に参加することで、将来自らが授業づくりの担い手になることへの強い認識が求められる。このことから、授業への出席が大前提となる。遅刻や無断欠席、授業中の私語は慎むことが必須である。

**【実務経験のある教員による授業科目】**

看護師および養護教諭としての実務経験を活かし、保健科の授業を担当できる技術の習得を目的とし、既修の科目や知識を応用した模擬授業を実施し、実践的に指導を行う。

**【教科書・参考書など】**

森良一編著『保健科教育法』東洋館出版社
文部科学省『高等学校学習指導要領解説 保健体育編』（最新版）
文部科学省『中学校学習指導要領解説 保健体育編』（最新版）　中学校と高等学校で使用した保健の教科書を各自準備する。このほかに適宜資料を配布する。

**【成績評価方法】**

授業中の課題達成度50%と定期試験の結果50%（試験は試験期間中に別途実施）として評価する。

| 科目名 | 体育科教育法Ⅰ | 担当者 | 高　橋　修　一 |
|---|---|---|---|
| 英文名 | Teaching Methods in Physical Education Ⅰ | | |

| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 履修年次 | 3 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HTE308 | | |

## 【目的とねらい】

本講義では、保健体育科における、中学校体育分野、高等学校科目体育に関する目標・内容・方法を総合的に学んでいく。具体的には、講義、体育授業のVTR視聴、模擬授業、指導案作成等を通して、学校体育が置かれている現状をはじめとして、生徒にとって意味のある「良い体育授業」を計画、実践するための基礎的知識と技術を習得することがねらいとなる。また、模擬授業の反省会等を通して、授業改善や教師としての実践的力量を高めるための体育授業の効果的な反省方法も習得していく。これらの学習を通して、「授業で勝負することのできる保健体育教師」、「学び続けることのできる保健体育教師」という教師観の確立を目指す。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　本講義の目的、学校体育の現状、被教育体験期の体育授業イメージとの照合**
【　到達目標　】
(1)本講義の目的を理解し、学習の見通しを立てることができる。
(2)被教育体験の体育授業イメージを想起することができる。
【授業時間外学習】
体育教育法Ⅰ・Ⅱにおける1年間の授業時間外学習の計画を立てる。(4.0hr)

**第２回　保健体育科の目標論**
【　到達目標　】
(1)体育目標の歴史的変遷、目標構造を理解する。
【授業時間外学習】
体育目標の歴史的変遷、目標構造について学習する。(4.0hr)

**第３回　保健体育科の教育課程論(1)：学習指導要領の内容(1)**
【　到達目標　】
(1)学習指導要領の性格を理解する。
(2)学習指導要領における運動部活動と体育授業の関連性や位置付けについて理解する。
(3)次期学習指導要領の要点を理解する。
【授業時間外学習】
学習指導要領の性格について予習・復習する。(4.0hr)

**第４回　保健体育科の教育課程論(2)：学習指導要領の内容(2)**
【　到達目標　】
(1)中学校学習指導要領の内容構成を理解する。
【授業時間外学習】
中学校学習指導要領の内容構成について予習・復習する。(4.0hr)

**第５回　保健体育科の教育課程論(3)：学習指導要領の内容(3)**
【　到達目標　】
(1)高等学校学習指導要領の内容構成を理解する。
【授業時間外学習】
高等学校学習指導要領の内容構成について予習・復習する。(4.0hr)

**第６回　体育授業の教材・教具論（1）（ICTの活用を含む）**
【　到達目標　】
(1)体育授業における教材・教具の果たす役割を具体的に説明できる。
(2)体育授業におけるICTの活用の役割について具体的に説明できる。
【授業時間外学習】素材－目標－学習内容－教材―教具の関係性及び、ICTの役割について予習・復習する。(4.0hr)

**第７回　体育授業の教材・教具論（2）（ICTの活用を含む）**
【　到達目標　】
(1)体育授業における効果的な教材や教具について具体例を用いて説明できる。
(2)体育授業におけるICTの活用について、具体例を挙げながら説明できる。
【授業時間外学習】
効果的な教材・教具及び、ICT活用の具体例を挙げておく。(4.0hr)

**第８回　体育授業の学習指導方法論(1)（アクティブラーニングの視点を含む）**
【　到達目標　】
(1)体育教師の4大教師行動について理解できる。
(2)アクティブラーニングの利点と学習指導方法への応用の仕方について説明できる。
(3)特別の支援を必要とする生徒を配慮した学習指導方法について理解できる。
【授業時間外学習】
体育教師の4大教師行動、アクティブラーニングについて予習・復習する。(4.0hr)

**第９回　体育授業の学習指導方法論(2)（アクティブラーニングの視点を含む）**
【　到達目標　】
(1)体育授業における学習指導のポイントを理解し、具体的に説明できる。
(2)アクティブラーニングを取り入れた体育授業の学習指導方法について具体的に説明できる。
(3)特別の支援を必要とする生徒を配慮した学習指導方法の具体例を挙げることができる。
【授業時間外学習】
学習指導のポイント及び、アクティブラーニングを理解し、具体例を挙げておく。(4.0hr)

**第10回　体育授業の観察、分析、評価**
【　到達目標　】
(1)期間記録、相互作用行動を記録する意義を理解する。
(2)テスト映像で適切に記録することができる。
【授業時間外学習】
体育授業を観察・分析することの意義や視点について予習・復習する。(4.0hr)

**第11回　マイクロティーチング（1）**
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学習】
マイクロティーチングの計画、反省を行う。(4.0hr)

**第12回　マイクロティーチング（2）**
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学習】
マイクロティーチングの計画、反省を行う。(4.0hr)

**第13回　マイクロティーチング（3）**
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学習】
マイクロティーチングの計画、反省を行う。(4.0hr)

**第14回　マイクロティーチング（4）**
【　到達目標　】
(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。
(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。
(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。
【授業時間外学習】
マイクロティーチングの計画、反省を行う。(4.0hr)

**第15回　マイクロティーチングまとめ**
【　到達目標　】
(1)効果的な指導、教材・教具について効果的に反省できる。
【授業時間外学習】マイクロティーチングの経験を踏まえ、改めて良い体育授業の特徴について考察する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

教育実習において、学校現場の生徒に少なからぬ影響を与えることを十分に自覚し、教職免許を取るのにふさわしい態度で講義に臨むこと。毎回の講義は相互に関連しているので、講義内容について集中してノートをとり、予習・復習を行っていくことが必要になる。グループでの指導案作成、模擬授業、テスト、レポートにも積極的に取り組むことが大切である。

## 【教科書・参考書など】

高橋健夫編著『体育科教育学入門』大修館書店(2010年)
文部科学省『中学校学習指導要領解説－保健体育編－』（2018年）東山書房
文部科学省『高等学校学習指導要領解説－保健体育編／体育編－』（2019年）東山書房

## 【成績評価方法】

模擬授業や指導案作成等のグループによる活動の課題達成度と提出物20%、テスト80%として評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 体育科教育法Ⅱ | | | 担当者 | 須　甲　理　生 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Teaching Methods in Physical Education Ⅱ | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HTE309 | | |

## 【目的とねらい】

本講義では、保健体育科における、中学校体育分野、高等学校科目体育に関する目標・内容・方法を総合的に学んでいく。具体的には、講義、体育授業のVTR視聴、模擬授業、指導案作成等を通して、学校体育が置かれている現状をはじめとして、生徒にとって意味のある「良い体育授業」を計画、実践するための基礎的知識と技術を習得することがねらいとなる。また、模擬授業の反省会等を通して、授業改善や教師としての実践的力量を高めるための体育授業の効果的な反省方法も習得していく。これらの学習を通して、「授業で勝負することのできる保健体育教師」、「学び続けることのできる保健体育教師」という教師観の確立を目指す。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　体育の授業づくり論(1)：単元計画、指導案の作成手順(1)**
【　到達目標　】
(1)単元計画及び指導案作成の原理、原則を理解する。
【授業時間外学習】
学習指導案作成の意義や方法について予習・復習する。(4.0hr)

**第２回　体育の授業づくり論(2)：単元計画、指導案の作成手順(2)**
【　到達目標　】
(1)単元計画及び指導案作成の手続きを理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
学習指導案作成の意義や方法について予習・復習する。(4.0hr)

**第３回　体育の授業づくり論(3)：教材づくりの視点**
【　到達目標　】
(1)教材づくりの視点を理解し、具体的に説明できる。
【授業時間外学習】学習指導案における授業の明確な目標を設定し、その目標達成のための教材を計画する。(4.0hr)

**第４回　体育の授業づくり論(4)：指導と評価の一体化**
【　到達目標　】
(1)指導計画への評価の組み込み方を理解する。
【授業時間外学習】
具体的な指導と評価の計画を立てる。(4.0hr)

**第５回　体育の授業づくり論(5)：単元計画、指導案、教材・教具の作成(1)**
【　到達目標　】
(1)適切な計画を立てるためにグループ内で積極的に討論できる。
【授業時間外学習】
グループ内で議論しながら学習指導案を作成する。(4.0hr)

**第６回　体育の授業づくり論(6)：単元計画、指導案、教材・教具の作成(2)**
【　到達目標　】
(1)グループ内で適切な計画を立てることができる。
【授業時間外学習】
グループ内で議論しながら学習指導案を作成する。(4.0hr)

**第７回　模擬授業の反省会 (1)**
【　到達目標　】
(1)模擬授業の観察データから授業の改善点を説明できる。
【授業時間外学習】e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

**第８回　模擬授業の反省会(2)**
【　到達目標　】
(1)模擬授業の観察データから授業の改善点を説明できる。
【授業時間外学習】e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

**第９回　模擬授業の反省会(3)**
【　到達目標　】
(1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。
(2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。
【授業時間外学習】e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

**第10回　模擬授業の反省会(4)**
【　到達目標　】
(1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。
(2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。
【授業時間外学習】e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

**第11回　模擬授業の反省会(5)**
【　到達目標　】
(1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。
(2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。
【授業時間外学習】e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)

**第12回　優れた実践に学ぶ(1)：体育授業VTRの視聴と解説(1)**
【　到達目標　】
(1)優れた体育授業のVTRから、効果的な指導のポイントをあげることができる。
【授業時間外学習】
模擬授業と優れた授業実践を比較し、自身の課題について考察する。(4.0hr)

**第13回　優れた実践に学ぶ(2)：体育授業VTRの視聴と解説(2)**
【　到達目標　】
(1)優れた体育授業のVTRから、効果的な教材・教具について説明できる。
【授業時間外学習】
模擬授業と優れた授業実践を比較し、自身の課題について考察する。(4.0hr)

**第14回　体育授業の存在意義**
【　到達目標　】
(1)体育授業の存在意義について説明できる。
【授業時間外学習】
体育授業の存在意義について考察する。(4.0hr)

**第15回　スポーツ基本法、スポーツ基本計画、スポーツ立国戦略からみた体育授業**
【　到達目標　】
(1)我が国のスポーツ政策における体育授業の位置付けを理解する。
【授業時間外学習】
我が国のスポーツ政策における体育授業の位置付けを理解する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

教育実習において、学校現場の生徒に少なからぬ影響を与えることを十分に自覚し、教職免許を取るのにふさわしい態度で講義に臨むこと。毎回の講義は相互に関連しているので、講義内容について集中してノートをとり、予習・復習を行っていくことが必要になる。グループでの指導案作成、模擬授業、テスト、レポートにも積極的に取り組むことが大切である。

## 【教科書・参考書など】

高橋健夫編著『体育科教育学入門』大修館書店（2010年）
文部科学省『中学校学習指導要領解説－保健体育編－』（2018年）東山書房
文部科学省『高等学校学習指導要領解説－保健体育編／体育編－』（2019年）東山書房

## 【成績評価方法】

模擬授業や指導案作成等のグループによる活動の課題達成度と提出物20%、テスト80%として評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | テーピング・マッサージ | | | 担当者 | 永野　康治・津田　清美 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Taping and Massage | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HBE306 | | |

【目的とねらい】

本科目では、機能解剖学に基づいた正しい疲労回復のためのマッサージの技法および知識の獲得、ならびに足関節内反捻挫予防をはじめとした代表的なテーピング技能について実技を中心に行い、テーピングおよびマッサージに関する基礎的知識の習得を目的とする。本科目のねらいは運動後のコンディショニングおよびセルフケアの方法としてのマッサージ技法を活用できるようになること、およびスポーツ活動や指導の場面で外傷・障害の予防や再発予防のためのテーピングを実施できるようになることである。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　テーピング・マッサージ概論**
【　到達目標　】
(1)スポーツ活動におけるテーピング・マッサージの有用性を説明できる。
(2)テーピング・マッサージの経験から、その必要性をまとめる。

【授業時間外学習】
これまでのテーピング・マッサージ経験を振り返る。(4.0hr)

**第２回　マッサージ総論**
【　到達目標　】
(1)マッサージの効果を挙げることができる。
(2)マッサージ実施上の注意点を挙げることができる。
(3)マッサージで用いられる手技を挙げることができる。
【授業時間外学習】
マッサージの各手技を実践する。(4.0hr)

**第３回　下腿、足底のマッサージ**
【　到達目標　】
(1)下腿、足底のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)下腿、足底のマッサージを実施できる。

【授業時間外学習】
下腿、足底のマッサージを実践する。(4.0hr)

**第４回　大腿前面、内転筋のマッサージ**
【　到達目標　】
(1)大腿前面、内転筋のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)大腿前面、内転筋のマッサージを実施できる。

【授業時間外学習】
大腿前面、内転筋のマッサージを実践する。(4.0hr)

**第５回　大腿後面・臀部のマッサージ**
【　到達目標　】
(1)大腿後面・臀部のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)大腿後面・臀部のマッサージを実施できる。

【授業時間外学習】
大腿後面・臀部のマッサージを実践する。(4.0hr)

**第６回　腰背部のマッサージ**
【　到達目標　】
(1)腰背部のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)腰背部のマッサージを実施できる。

【授業時間外学習】
腰背部マッサージを実践する。(4.0hr)

**第７回　上肢・肩・首のマッサージ**
【　到達目標　】
(1)上肢・肩・首のマッサージの対象とする筋の走行、機能を説明できる。
(2)上肢・肩・首のマッサージを実施できる。

【授業時間外学習】
上肢・肩・首のマッサージを実践する。(4.0hr)

**第８回　マッサージ手技の選択と実践**
【　到達目標　】
(1)マッサージで対象とする筋毎に適切な手技を選択できる。
(2)マッサージで対象とする筋毎に適切な手技を実施できる。

【授業時間外学習】
マッサージを対象に併せて選択し、実施する。(4.0hr)

**第９回　テーピング総論**
【　到達目標　】
(1)テーピングの目的を説明できる。
(2)テーピング実施上の注意点を列挙できる。
(3)アンダーラップ、ホワイトテープを対象者に巻くことができる。
【授業時間外学習】
アンダーラップ、ホワイトテープの巻き方を実践する。(4.0hr)

**第10回　足関節内反捻挫予防のためのテーピング（ホースシュー、ステアアップ）**
【　到達目標　】
(1)足関節内反捻挫予防のためのホースシュー、ステアアップの手順を説明できる。
(2)足関節内反捻挫予防のためのホースシュー、ステアアップを対象者に実施できる。

【授業時間外学習】
ホースシュー、ステアアップの巻き方を実践する。(4.0hr)

**第11回　足関節内反捻挫予防のためのテーピング（ヒールロック・フィギュアエイト）**
【　到達目標　】(1)足関節内反捻挫予防のためのヒールロック・フィギュアエイトの手順を説明できる。
(2)足関節内反捻挫予防のためのヒールロック・フィギュアエイトを対象者に実施できる。

【授業時間外学習】
ヒールロック、フィギュアエイトの巻き方を実践する。(4.0hr)

**第12回　足関節捻挫予防のためのテーピング（応用編）**
【　到達目標　】
(1)対象者の状態にあわせた足関節捻挫予防のテーピング法が選択できる。
(2)対象者の状態にあわせた足関節捻挫予防のテーピング法を実施できる。

【授業時間外学習】
足関節捻挫予防の巻き方を実践する。(4.0hr)

**第13回　膝前十字靭帯損傷に対するテーピング**
【　到達目標　】
(1)膝関節前十字靭帯損傷に対する再発予防のテーピングの手順を説明できる。
(2)膝関節前十字靭帯損傷に対する再発予防のテーピングを対象者に実施できる。

【授業時間外学習】
膝前十字靭帯損傷に対するテーピングの巻き方を実践する。(4.0hr)

**第14回　肉離れに対するテーピング**
【　到達目標　】
(1)肉離れに対するテーピングの手順を説明できる。
(2)肉離れに対するテーピングを対象者に実施できる。

【授業時間外学習】
肉離れに対するテーピングの巻き方を実践する。(4.0hr)

**第15回　テーピング手技の実践**
【　到達目標　】
(1)指定されたテーピング手技を制限時間内に実施できる。
(2)指定されたテーピング手技を正しい手順で実施できる。
(3)指定されたテーピング手技をたるみやしわなく実施できる。
【授業時間外学習】
制限時間内に正しく実施できるように繰り返し練習する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

授業は主に実技形式で行い、マッサージとテーピングを前半(2～8回)と後半(9～15回)にわけて行う。マッサージではボディランドマークを正確に把握するために薄手のズボン、Tシャツでの受講が望ましい。テーピングでは対象部位（足部および膝）の肌を露出できるような服装を原則とする。第2回目の授業日に使用するテーピングを販売するため、3,500円ほどの代金が必要となる。各回の授業後に振り返りシートを記入しその回で学修した内容を整理する。シートには質問等も記載し、次回授業時にフィードバックする。

【実務経験のある教員による授業科目】

理学療法士としての実務経験を生かし、機能解剖学とスポーツ傷害発生のメカニズムを基に、テーピングおよびマッサージに関する基礎的知識と技術について指導する。

【教科書・参考書など】

教科書：特に指定しない
参考書：基礎から学ぶ!スポーツマッサージ(ベースボールマガジン社)

【成績評価方法】

筆記試験50%
実技試験50%

| 科目名 | スポーツ指導演習（体つくり運動） | | | 担当者 | 木 皿 久 美 子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Teaching Method (Gymnastics) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HBE307 | | |

**【目的とねらい】**

学習指導要領に明記されている「体つくり運動」は、その内容が体ほぐしの運動と体力を高める運動である。しかし、学校教育現場における体ほぐし運動の展開は不十分である。その理由が他領域の指導に時間をかけたい、体操は準備運動で充分である、といった教師の指導力や指導法に課題がある。そこで準備運動の工夫を中心に指導案を作成し、その展開を通して体つくり運動の活用・構成と指導方法を学習する。

**【授業内容・到達目標など】**

| | |
|---|---|
| **第１回　指導計画：進め方、評価の方法、グルーピング**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業のねらいや進め方について理解し、指導の方法をイメージする。<br>【授業時間外学習】<br>学習指導要領第７節保健体育の内容「体つくり運動」を読んで概要を把握する。(4.0hr) | **第９回　指導実習２**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業をするー受けるー評価する。<br>【授業時間外学習】<br>自分の指導に役立てる内容をメモする。(4.0hr) |
| **第２回　「体つくり運動」の内容の理解：体ほぐし運動と体力を高める運動**<br>【　到達目標　】<br>(1)体ほぐし運動を理解し、運動遊びから教材を構成する。<br>【授業時間外学習】<br>体ほぐしの意味や意義を確認しながら、子ども時代の運動遊びを思い出す。(4.0hr) | **第10回　指導実習３**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業をするー受けるー評価する。<br>【授業時間外学習】<br>自分が指導するときの留意点を把握する。(4.0hr) |
| **第３回　体つくり運動の活用法：準備運動と整理運動**<br>【　到達目標　】<br>(1)準備運動と整理運動の役割を理解し、運動を構成する。<br>【授業時間外学習】<br>中学校・高等学校時代の準備運動の内容と本時の学習内容を比較して考察する。(4.0hr) | **第11回　指導実習４**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業をするー受けるー評価する。<br>【授業時間外学習】<br>自分の指導の手順をシミュレーションする。(4.0hr) |
| **第４回　体つくり運動の活用法：スポーツ導入の体操と補強運動**<br>【　到達目標　】<br>(1)各運動領域を把握し、導入に適した運動を構成する。<br>【授業時間外学習】<br>本時以外のスポーツ導入の運動について考える。(4.0hr) | **第12回　指導実習５**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業をするー受けるー評価する。<br>【授業時間外学習】<br>自分の指導を振り返り、今後の修正点を明確にする。(4.0hr) |
| **第５回　体つくり運動の活用法：表現系の体ほぐし運動と体力を高める運動**<br>【　到達目標　】<br>(1)ダンスウォーミングアップに展開できる動き方を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>本時の内容以外のリズム遊びを考える。(4.0hr) | **第13回　指導実習６**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業をするー受けるー評価する。<br>【授業時間外学習】<br>他者の指導に助言できるように準備する。(4.0hr) |
| **第６回　体つくり運動の指導の理論：対象別特性、運動の配列**<br>【　到達目標　】<br>(1)対象別特性と運動の配列について考え、合理的な指導の方法を検討する。<br>【授業時間外学習】<br>中高時代の生徒の特徴など、実態を思い出してみる。(4.0hr) | **第14回　指導実習７**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業をするー受けるー評価する。<br>【授業時間外学習】<br>他者に助言できるように準備する。(4.0hr) |
| **第７回　学習指導案の作成**<br>【　到達目標　】<br>(1)指導案の作成手順を理解し、作成する。<br>【授業時間外学習】<br>学習指導案作成について、必要資料を持参する。(4.0hr) | **第15回　体つくり運動の指導の確認**<br>【　到達目標　】<br>(1)体つくり運動の展開とその指導法について確認する。<br>【授業時間外学習】<br>自身を振り返り、指導者としての課題点や修正点をまとめておく。(4.0hr) |
| **第８回　指導実習１**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業をするー受けるー評価する。<br>【授業時間外学習】<br>自分が指導するときの心構えをつくる。(4.0hr) | |

**【学習上の留意点】**

これまで中学校・高等学校で経験してきた「体操」を振り返りながら、学習者の実態に応じた運動提案について研究・開発する心構えをもつ。また、常に指導者としての身だしなみや言動に関心をもち、教師としての役割や自覚を高めるように努める。

**【教科書・参考書など】**

随時資料等プリント配布。

**【成績評価方法】**

教材の研究と指導案作成50%、模擬授業30%、レポート20%で総合的に評価する。

| 科目名 | スポーツ指導演習（器械運動） | | | 担当者 | 小海　隆樹・佐藤麻衣子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Teaching Method (Apparatus Exercise) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HBE308 | | |

**【目的とねらい】**

器械運動の指導法を学習するために、学校体育で扱われる器械運動の基礎的な技を取り上げ、学習指導案の作成と実際の指導を通して指導方法論を学ぶ。そこから、器械運動に必要な「指導のコツ」と「コツの指導」を明らかにし、さらに、それぞれの技の望ましい指導段階の組み方や技の観察ポイント（評価ポイント）を明らかにしていく。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　指導に必要な知識**
【　到達目標　】
(1)指導のマネジメント能力の必要性を理解する。
(2)コツの指導の必要性を理解する。

【授業時間外学習】
第1回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第２回　器械運動の練習場面の設定と幇助法**
【　到達目標　】
(1)技の指導に必要な場の設定の基本的考え方を理解する。
(2)技の指導に必要な基本的な幇助法について理解する。

【授業時間外学習】
第2回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第３回　学生による模擬授業（マット運動）とその検討①**
【　到達目標　】
(1)「倒立」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「倒立」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第3回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第４回　学生による模擬授業（マット運動）とその検討②**
【　到達目標　】
(1)「前転」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「前転」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第4回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第５回　学生による模擬授業（マット運動）とその検討③**
【　到達目標　】
(1)「後転」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「後転」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第5回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第６回　学生による模擬授業（マット運動）とその検討④**
【　到達目標　】
(1)「側方倒立回転」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「側方倒立回転」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第6回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第７回　学生による模擬授業（マット運動）とその検討⑤**
【　到達目標　】
(1)「ハンドスプリング」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「ハンドスプリング」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第7回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第８回　マット運動の指導**
【　到達目標　】
(1)マット運動の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)マット運動の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第8回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第９回　学生による模擬授業（とび箱運動）とその検討①**
【　到達目標　】
(1)「開脚とび」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「開脚とび」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第9回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第10回　学生による模擬授業（とび箱運動）とその検討②**
【　到達目標　】
(1)「閉脚とび」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「閉脚とび」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第10回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第11回　学生による模擬授業（とび箱運動）とその検討③**
【　到達目標　】
(1)「はねとび」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「はねとび」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第11回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第12回　学生による模擬授業（平均台運動）とその検討**
【　到達目標　】
(1)「平均台の基礎技能」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「平均台の基礎技能」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第12回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第13回　学生による模擬授業（鉄棒運動）とその検討**
【　到達目標　】
(1)「鉄棒の基礎技能」の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)「鉄棒の基礎技能」の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第13回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第14回　とび箱、平均台、鉄棒運動の指導**
【　到達目標　】
(1)とび箱、平均台、鉄棒運動の指導場面の設定とその課題を理解する。
(2)とび箱、平均台、鉄棒運動の動感指導に必要な知を理解する。

【授業時間外学習】
第14回目の授業内容に関してノートにまとめる。(4.0hr)

**第15回　器械運動の指導**
【　到達目標　】
(1)器械運動で行われる技の動感について理解する。
(2)できない人の動感について理解する。

【授業時間外学習】
授業全体を通して得た知見を実際の指導に活かせるよう準備する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

この授業は、体育教員を目指す学生のためのものである。担当指導時間の学習指導案を具体的なシミュレーションをもとに作成する必要がある。担当授業（教師役）に関しては、授業マネジメントに関する知識と、技のコツに関する知識とそれを達成させる「道しるべ」の設定が不可欠であり、十分な準備が必要となる。また、生徒役の学生も、授業を受ける側の視点から、行われた授業について、いろいろな角度から問題点・課題を検討する必要がある。毎回の授業内容をノートにまとめながら、指導に活かせる自分なりの「指導ノート」を作成する。

**【教科書・参考書など】**

＜参考書＞
「教師のための器械運動指導法シリーズ：マット運動、鉄棒運動、平均台・とび箱運動」金子明友（大修館書店）

**【成績評価方法】**

授業内容の記録ノート　70%　・　指導技術　30%

| 科目名 | スポーツ指導演習（陸上競技） | | | 担当者 | 渡　部　　誠 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Teaching Method (Track and Field) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HBE309 | | |

**【目的とねらい】**

ハードル走と走り幅跳びを中心に、その特性を理解するとともに指導する際に必要な指導の能力の向上を目指していくことが目的である。そして、学習者が自己の能力を把握でき、適切な目標を設定し、目標を達成するための練習方法や学習の進め方についての指導方法について、指導案を作成し実践していく。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　陸上競技の指導のねらいと進め方**
【　到達目標　】
(1)陸上競技の指導の進め方について理解する。
【授業時間外学習】
陸上競技の指導の進め方について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第２回　ハードル走の特性と指導の方法**
【　到達目標　】
(1)ハードル走の指導方法の段階について理解する。
【授業時間外学習】
段階的なハードル走の指導方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第３回　ハードル走の指導とその改善①**
【　到達目標　】
(1)ハードル走の導入としての指導方法を理解する。
【授業時間外学習】
導入としてのハードル走の指導方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第４回　ハードル走の指導とその改善②**
【　到達目標　】
(1)ハードリングの指導方法を理解する。
【授業時間外学習】
段階的なハードリングの指導方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第５回　ハードル走の指導とその改善③**
【　到達目標　】
(1)インターバルとその走り方についての指導方法を理解する。
【授業時間外学習】
インターバルと走り方の指導の段階について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第６回　ハードル走の指導とその改善④**
【　到達目標　】
(1)スタートからのアプローチ走についての指導方法を理解する。
【授業時間外学習】
アプローチ走の指導の段階について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第７回　ハードル走の指導とその改善⑤**
【　到達目標　】
(1)記録会の運営と評価について理解する。
【授業時間外学習】
記録会の運営と評価の仕方を確認し、指導場面に活かせるよう準備をする。(4.0hr)

**第８回　走り幅跳びの特性と指導の方法**
【　到達目標　】
(1)走り幅跳びの指導方法の段階について理解する。
【授業時間外学習】
段階的な走り幅跳びの指導方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第９回　走り幅跳びの指導とその改善①**
【　到達目標　】
(1)安全な着地の仕方について、その指導方法を理解する。
【授業時間外学習】
安全な着地の仕方についての指導方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第10回　走り幅跳びの指導とその改善②**
【　到達目標　】
(1)短助走跳躍の指導方法について理解する。
【授業時間外学習】
段階的な短助走跳躍の指導方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第11回　走り幅跳びの指導とその改善③**
【　到達目標　】
(1)空中動作の指導方法について理解する。
【授業時間外学習】
空中動作の指導方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第12回　走り幅跳びの指導とその改善④**
【　到達目標　】
(1)全助走跳躍の指導方法について理解する。
【授業時間外学習】
全助走跳躍の指導方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第13回　走り幅跳びの指導とその改善⑤**
【　到達目標　】
(1)記録会の運営と評価について理解する。
【授業時間外学習】
記録会の運営と評価の仕方を確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第14回　ハードル走と走り幅跳びの指導のまとめ**
【　到達目標　】
(1)改善した指導案についてレポートとして提出する。
【授業時間外学習】
改善した指導案のレポートを作成し、指導場面に活かせるように準備をする。(4.0hr)

**第15回　陸上競技指導の応用**
【　到達目標　】
(1)ルールや状況に応じた指導方法を理解する。
【授業時間外学習】
ルールや状況に応じた指導方法を確認し、指導場面に活かせるように準備をする。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

実技を中心に行うので、ふさわしい服装とシューズ(スパイクシューズの場合あり)を使用すること。また、作成した指導案については、事前に確認を受け、安全に留意して指導できること。指導者役と生徒役に分かれて行うので、指導方法について指導者側と生徒側の立場から積極的に参加すること。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に指定しない。

**【成績評価方法】**

指導案の作成と指導内容を70%、理解度を30%の割合として評価する。

| 科目名 | スポーツ指導演習（水泳） | | | 担当者 | 山　川　啓　介 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Teaching Method (Swimming) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HBE310 | | |

**【目的とねらい】**

水泳の初心者指導法や4種目泳法の指導法およびスタート、ターンの指導法について理論的な背景を理解し、指導実践の場で検証することを目的とする。また、安全管理の方法についても学習する。

**【授業内容・到達目標など】**

| | |
|---|---|
| **第１回　水泳指導の原則**<br>【　到達目標　】<br>水泳指導の原則や水泳の指導手段等について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>水の特性に関する理解を深める。(4.0hr) | **第９回　指導実践**<br>【　到達目標　】<br>各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。<br>【授業時間外学習】<br>模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr) |
| **第２回　水泳の初心者指導**<br>【　到達目標　】<br>水の特性を踏まえた初心者指導法について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>初心者指導に関する理解を深める。(4.0hr) | **第10回　指導実践**<br>【　到達目標　】<br>各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。<br>【授業時間外学習】<br>模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr) |
| **第３回　各種泳法指導法（初級）**<br>【　到達目標　】<br>各種泳法の初級者を対象とした指導法について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>４泳法の技術に関する理解を深める。(4.0hr) | **第11回　指導実践**<br>【　到達目標　】<br>各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。<br>【授業時間外学習】<br>模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr) |
| **第４回　指導計画の作成と評価**<br>【　到達目標　】<br>水泳指導の計画の立て方と評価法について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>水泳指導の計画の立て方と評価の仕方に関する理解を深める。(4.0hr) | **第12回　指導実践の反省と検討**<br>【　到達目標　】<br>これまで行ってきた指導実践についてディスカッションし、各々が改善すべき点を明確に理解する。<br>【授業時間外学習】これまでに作成した水泳指導に必要な資料を、他者評価を基にさらに洗練させる。(4.0hr) |
| **第５回　指導実践**<br>【　到達目標　】<br>各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。<br>【授業時間外学習】<br>模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr) | **第13回　水泳事故**<br>【　到達目標　】<br>水泳事故の発生原因について理解し、水泳事故を防ぐための方策について学習する。<br>【授業時間外学習】<br>水泳を含む水辺での事故に関する理解を深める。(4.0hr) |
| **第６回　指導実践**<br>【　到達目標　】<br>各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。<br>【授業時間外学習】<br>模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr) | **第14回　水泳に関する傷害・疾病**<br>【　到達目標　】<br>水泳における傷害・疾病について理解し、その対処法を学習する。<br>【授業時間外学習】<br>書籍等を活用して、水泳の医学に関する理解を深める。(4.0hr) |
| **第７回　指導実践**<br>【　到達目標　】<br>各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。<br>【授業時間外学習】<br>模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr) | **第15回　プール施設・用具の管理**<br>【　到達目標　】<br>プールにおける施設や水泳等で使われる用具の使い方や管理方法について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>書籍等を活用して、水泳の医学に関する理解を深める。(4.0hr) |
| **第８回　指導実践**<br>【　到達目標　】<br>各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。<br>【授業時間外学習】<br>模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr) | |

**【学習上の留意点】**

本演習は、水泳の指導者としての第一歩を踏み出す内容であり、指導者としての心構えも含めた内容を修得する。そのため、指導者とはどうあるべきかを考えた受講態度が求められる。プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー類の着用は不可とする。また、指導実践においては他の学生の指導内容にも関心を持ち、評価する視点を持つことが大切である。ほぼ毎時間、学習者同士によるグループ学習の時間を設ける。各回の学習活動および指導実践の内容は、その授業終了時にフィードバックを行う。

**【教科書・参考書など】**

「水泳指導教本」　日本水泳連盟編、大修館書店
「水泳の医学（Ⅰ、Ⅱ）」　武藤芳照著、ブックハウスHD

**【成績評価方法】**

1.指導実習の計画書（30%）、2.指導実習の実践（40%）、3.水泳指導に関する筆記試験（30%）。

| 科目名 | スポーツ指導演習（バスケットボール） | | | 担当者 | 柴　田　雅　貴 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Teaching Method (Basketball) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HBE311 | | |

**【目的とねらい】**

学校体育におけるバスケットボールについて、主な対象となる初心者が個人技術やグループ・チーム戦術の習得を目指す教科体育の指導法を学ぶことが目的である。さらには、単元計画の立案や学習指導案の作成方法についても学ぶ。作成した学習指導案にそって実際に指導を展開し、指導後に反省・検証を行って進めていく。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　授業のねらいと進め方**
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方を理解する。

【授業時間外学習】
バスケットボールの授業において求められる内容について調べる。

**第２回　単元計画の立案**
【　到達目標　】
(1)単元計画について理解し、単元計画を立案する。

【授業時間外学習】
体育授業における単元計画の立案方法について調べる。

**第３回　学習指導案の作成①**
【　到達目標　】
(1)単元計画をもとに、学習指導案を作成する。

【授業時間外学習】
学習指導案の作成方法について調べる。

**第４回　学習指導案の作成②**
【　到達目標　】
(1)単元計画をもとに、学習指導案を作成する。

【授業時間外学習】
学習指導案の作成方法について調べる。

**第５回　実際の指導展開と検証①**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第６回　実際の指導展開と検証②**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第７回　実際の指導展開と検証③**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第８回　実際の指導展開と検証④**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第９回　実際の指導展開と検証⑤**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第10回　実際の指導展開と検証⑥**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第11回　実際の指導展開と検証⑦**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第12回　実際の指導展開と検証⑧**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第13回　実際の指導展開と検証⑨**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第14回　実際の指導展開と検証⑩**
【　到達目標　】
(1)実際の指導実践を通して指導法を習得する。
(2)実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。

**第15回　総合的検証**
【　到達目標　】
(1)これまでの指導実践を通して行った指導法について分析し、今後の指導法について検証する。

【授業時間外学習】
教育実習に行くことを想定し、授業で得られた情報の整理を行う。

**【学習上の留意点】**

実習も行う授業となるため服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。アクセサリー類は決して身につけない。本演習はすべてグループ毎に活動するので、ただ参加するのではなく、積極的にグループの中で活動し、さらにはリーダーシップを取って授業を受ける。また、毎時間グループでディスカッションを行うので、積極的に発言し、論理的に話しができるよう努めることが求められる。

**【教科書・参考書など】**

特に教科書は指定しない。
参考書：「バスケットボールの指導教本」日本バスケットボール協会編（大修館書店）

**【成績評価方法】**

平常授業での到達目標に対する到達度を70%、単元計画および学習指導案を30%として評価する。

| 科目名 | スポーツ指導演習（バレーボール） | | | 担当者 | 湯　澤　芳　貴 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Teaching Method (Volleyball) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HBE312 | | |

【目的とねらい】

学校体育における教材としてのバレーボールに焦点を当て、バレーボールの競技特性と生徒の特性を効果的に融合させた学習活動を展開するための基本的な単元計画を考慮した学習指導案を作成し、その指導展開について実践的に学習する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　バレーボールの競技特性と指導理論**
【　到達目標　】
(1)バレーボールの競技特性を考慮した指導理論を理解する。

【授業時間外学習】
バレーボールの競技特性を考慮した指導理論について理解しておく。(4.0hr)

**第２回　学校体育におけるバレーボール指導の留意点と安全管理**
【　到達目標　】
(1)学校体育の場における指導上の留意点を理解する。
(2)学校体育の場におけるバレーボールの安全管理を理解する。

【授業時間外学習】
学校体育でおこなわれるバレーボールの意義・目的について理解しておく。(4.0hr)

**第３回　指導実践Ⅰ(オーバーハンドパス)**
【　到達目標　】
(1)オーバーハンドパスに関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
事前にオーバーハンドパスの技能構造を理解しておく。(4.0hr)

**第４回　指導実践Ⅱ(アンダーハンドパス)**
【　到達目標　】
(1)アンダーハンドパスに関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
事前にアンダーハンドパスの技能構造を理解しておく。(4.0hr)

**第５回　指導実践Ⅲ(パス技術の応用)**
【　到達目標　】
(1)パス技術の応用に関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
事前にパス技術の応用にはどのようなものがあるかについて理解しておく。(4.0hr)

**第６回　指導実践Ⅳ(サーブ)**
【　到達目標　】
(1)サーブに関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
事前にサーブの技能構造を理解しておく。(4.0hr)

**第７回　指導実践Ⅴ(スパイク)**
【　到達目標　】
(1)スパイクに関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
事前にスパイクの技能構造を理解しておく。(4.0hr)

**第８回　指導実践Ⅵ(集団技能)**
【　到達目標　】
(1)集団技能に関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
事前にバレーボールの集団技能について理解しておく。(4.0hr)

**第９回　指導実践Ⅶ(ゲームの進め方・ルール・審判法)**
【　到達目標　】
(1)ゲームの進め方・ルール・審判法等の指導を実践できる。

【授業時間外学習】
事前にバレーボールのルールや審判法等について理解しておく。(4.0hr)

**第10回　指導実践Ⅷ(技能レベルに応じたゲーム)**
【　到達目標　】
(1)技能レベルに応じたゲームに関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
技能レベルに応じた様々なルールの工夫について適切に判断できるようにする。(4.0hr)

**第11回　指導実践Ⅸ(技能レベルに応じたゲーム)**
【　到達目標　】
(1)技能レベルに応じたゲームに関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
技能レベルに応じた様々なルールの工夫について適切に判断できるようにする。(4.0hr)

**第12回　指導実践Ⅹ(オフィシャルルールでのゲーム)**
【　到達目標　】
(1)オフィシャルルールでのゲームに関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
オフィシャルルールでゲームをおこなう際の指導上のポイントを理解しておく。(4.0hr)

**第13回　指導実践ⅩⅠ(オフィシャルルールでのゲーム)**
【　到達目標　】
(1)オフィシャルルールでのゲームに関する指導を実践できる。

【授業時間外学習】
オフィシャルルールでゲームをおこなう際の指導上のポイントを理解しておく。(4.0hr)

**第14回　バレーボールの評価方法**
【　到達目標　】
(1)学校体育の場におけるバレーボールの技能評価を理解する。

【授業時間外学習】
事前に基本的な技能評価方法について理解しておく。(4.0hr)

**第15回　指導上の問題点の研究**
【　到達目標　】
(1)指導実践で明らかになった問題点の解決法を理解する。
(2)学校体育の場での指導ポイントを明らかにすることができる。

【授業時間外学習】
初心者指導でのつまづきとそれに対する適切な指導について理解しておく。(4.0hr)

【学習上の留意点】

学校体育の場におけるバレーボールの初心者を対象にした指導をおこなうために、基礎知識としてバレーボールⅠで身につけた基礎知識をしっかりと理解しておく必要がある。不安なものはしっかりと復習しておくようにすること。また基本的にグループに分かれての演習形式で活動するので、自分勝手な行動はせずに、グループの活動が効率良くできるように努めること。毎回の授業の最後に振り返りをおこない、授業内容について理解を深める。

【教科書・参考書など】

教科書は特になし。

【成績評価方法】

指導理論の理解を20%、学習指導案作成を30%、指導実践を50%として評価する。

| 科目名 | ダンス・メソッド | | | 担当者 | 坂本　秀子・髙野美和子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Dance Method | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HBE313 | | |

【目的とねらい】

学校教育におけるダンス授業の指導法に焦点をあて、学齢期生徒の心身の発達に合わせたダンス授業の指導内容と方法について、実践を通じて理解する。具体的には、学習指導要領に基づいたダンス授業の基本的な単元計画のあり方や指導法、評価法について学習する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション、リズムのダンスによる導入・題材**

【　到達目標　】

授業の概要、ダンス教育の歴史的展開と現状、意義について理解する。
導入の題材としてのリズム系ダンスを学ぶ。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第２回　表現、創作課題①**

【　到達目標　】

ものを使って即興的に踊りながら、ひと流れの動きを体験する創作ダンスへの導入方法を学ぶ。ひと流れを意識させる示範を検討する。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第３回　表現、創作課題③**

【　到達目標　】

対極の動きの連続を手がかりにした基本的な課題から、指導法を学ぶ。
極限を引き出す示範の方法を検討する。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第４回　表現、創作課題④**

【　到達目標　】

対極の動きの連続を手がかりにした基本的な課題から、指導法を学ぶ。
極限を引き出す示範の方法を検討する。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第５回　表現、創作課題⑤**

【　到達目標　】

群・構成の基本的な課題からの創作、指導法を学ぶ。
群・構成の変化を引き出す方法を検討する。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第６回　表現、創作課題⑤**

【　到達目標　】

身近な生活や日常動作を手がかりにした基本的な題材からの創作、指導法を学ぶ。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第７回　表現、創作課題⑥**

【　到達目標　】

クラス作品、発表会に向けた創作、指導法を学ぶ。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第８回　現代的なリズムのダンス①**

【　到達目標　】

リズムを手がかりにして自由に自分のダンスを踊る題材の指導法と簡単な踊り合いの指導法を学ぶ。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第９回　現代的なリズムのダンス②**

【　到達目標　】

リズムを手がかりにして自由に自分のダンスを踊る題材の指導法と簡単な踊り合い、見せ合いの指導法を学ぶ。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、学習した内容について教科書を基に復習しておく。(4.0hr)

**第10回　フォークダンス①**

【　到達目標　】

代表的なフォークダンスの踊り方と指導法を学ぶ。
指導実習に向け、学習指導案の書き方について学ぶ。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、指導実習で行う課題を教科書により検討する。(4.0hr)

**第11回　フォークダンス②**

【　到達目標　】

代表的なフォークダンスの踊り方を体得し、指導法を学ぶ。
指導実習で取り組むべき内容について学ぶ。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、教科書を基に指導実習の準備を行う。(4.0hr)

**第12回　指導実習に向けた準備活動**

【　到達目標　】

指導実習に向けた準備および具体的な指導の練習、リズム太鼓の叩き方等を体得する。
指導実習のシュミレーションを行う。

【授業時間外学習】

授業の要点をまとめ、教科書を基に指導案の練習、掲示物の作成を行う。(4.0hr)

**第13回　指導実習①**

【　到達目標　】

グループ毎の指導案に基づいた指導実践および他グループの指導を体験しながら、内容を検討できる。

【授業時間外学習】

指導実習内容を振り返り、教科書を基に要点を整理する。(4.0hr)

**第14回　指導実習②**

【　到達目標　】

グループ毎の指導案に基づいた指導実践および他グループの指導を体験しながら、内容を検討できる。

【授業時間外学習】

指導実習内容を振り返り、教科書を基に要点を整理する。(4.0hr)

**第15回　指導と評価のポイント**

【　到達目標　】

授業全体を振り返り、ダンス授業における指導方法と評価のポイントを確認、理解することができる。

【授業時間外学習】

授業全体を振り返り、教科書や資料を基に要点をまとめる。提出レポートを作成する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

ダンスは中学校では全領域必修となっている。保健体育教員免許取得希望者・教員志望者はぜひ受講してほしい。中学校でのダンス指導法を学びつつ、高等学校や、小学校などでの指導や、社会体育、レクリエーションなど、さまざまな場面での指導において、応用できるような力をつけてほしい。授業は実技が中心である。指導者としての心構えを持って受講すること。毎時間、授業に対する振り返りを個人記録ノートに記入、提出し、次回の授業にてフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

教科書として「明日からトライ！ダンスの授業」全国ダンス・表現運動授業研究会編（大修館書店）を使う。毎時間、授業内で使用する。
参考書：「ダンスの教育学」徳間書店、「女子体育」（公社）日本女子体育連盟発行

【成績評価方法】

毎回の授業における活動内容と指導実習を80%、授業内記録カード、提出レポートを20%の割合で評価する。

| 科目名 | ソフトボール | | | 担当者 | 笹　倉　清　則 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Softball | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBE314 | | |

【目的とねらい】

ベースボール型球技であるソフトボールは投・打・走・捕の運動が含まれるスポーツ種目である。本授業では、ソフトボールのルールおよび基本的な技術、戦術を理解、習得することでゲームを行えるようにする。また生徒への指導を視野に入れ、指導方法や練習方法、安全上の留意点についても身につける。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　ガイダンス**

【　到達目標　】

本授業の目的や評価の方法、具体的な内容、天候による実施内容の変更など授業に関わる留意点を理解する。またソフトボールのルールについて理解する。

【授業時間外学習】

ソフトボールについてルールや試合映像を事前に学習する。(1.0hr)

**第２回　ソフトボールの基本的な技術　投と捕**

【　到達目標　】

ソフトボールの基本的な投げ方と安全な捕球の仕方を理解し、習得する。
また、ポジションによる投動作の違いも理解する。

【授業時間外学習】

ソフトボールにおけるキャッチボールについて事前に調べておく。(1.0hr)

**第３回　ソフトボールの基本的な技術　打撃**

【　到達目標　】

バットの握り方、スイングの仕方について理解し、習得する。
ティーバッティングなどの基本的なドリルを行い、ボールをバットの芯に当てることを習得する。

【授業時間外学習】

ソフトボールの打撃について調べ、イメージを掴んでおく。(1.0hr)

**第４回　ソフトボールの守備　打球の捕球**

【　到達目標　】

ゴロやフライの捕球の仕方について理解し、習得する。
キャッチボールを行いながら、ゴロやフライの状況を作り出しグラブの使い方を習得する。

【授業時間外学習】ソフトボールではどのような打球の種類があるのかを映像などを通して理解しておく。(1.0hr)

**第５回 ソフトボールの守備　連携**

【　到達目標　】

内外野の守備位置を理解し、打球を捕球してから送球することを実践し、習得する。
ランナーの有無や打球の種類によってアウトにする方法が選択できるようになる。

【授業時間外学習】ソフトボールにおけるアウトの状況を事前学習し、守備の連携について理解しておく。(1.0hr)

**第６回　ソフトボールの攻撃　打順と攻撃の狙い**

【　到達目標　】

攻撃における打順の意味を理解し、それぞれの場面における打撃の狙いや走塁について実践を通して理解し、習得する。

【授業時間外学習】

ソフトボールにおける攻撃の戦術について事前に学習し、理解しておく。(1.0hr)

**第７回　ゲーム実践①　ミニゲーム**

【　到達目標　】

ゲームを通して、攻守の作戦の立案やより良いゲームを行うための課題を理解する。

【授業時間外学習】

ソフトボールのゲームの流れを映像などを通して理解しておく。(1.0hr)

**第８回　集団の防御技術　内外野の連携**

【　到達目標　】

カバーリングやベースカバーなど守備におけるボールを持たない人の動きを理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学習】

守備位置や連携した送球の状況について事前学習し、理解しておく。(1.0hr)

**第９回　戦術的な攻撃　バントや走塁を用いた攻撃**

【　到達目標　】

バントやヒットエンドランなどの戦術を理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学習】

ソフトボールにおける攻撃の戦術について事前に学習しておく。(1.0hr)

**第10回　ゲーム実践②　初級者に合わせたルールでのミニゲーム**

【　到達目標　】

投球位置や攻守交代のルールを調整したゲームを行い、初級者でも楽しめるゲームについて理解し、実践できるようにする。

【授業時間外学習】

初級者の躓くポイントについて事前に想定をしておく。(1.0hr)

**第11回　ゲーム実践③　通常のルールでのゲーム（チーム活動）**

【　到達目標　】

ゲーム経験を踏まえて、個人やチームの課題を検討、抽出することができるようになる。
その上で、課題を克服する練習方法について考えることができる。

【授業時間外学習】

ゲームにおけるポジションごとの役割について事前に学習しておく。(1.0hr)

**第12回　課題に応じた練習　（チーム活動）**

【　到達目標　】

前回の試合で出た課題について、個人やチームで練習を行い、試合に向けた準備ができるようになる。

【授業時間外学習】

個人やチームの課題に対する練習方法について検討しておく。(1.0hr)

**第13回　ゲーム実践④　通常のルールでのゲーム（チーム活動）**

【　到達目標　】

課題に対して行った練習を生かしながら、ゲームを行い、さらに改善点を見つけることができる。

【授業時間外学習】

個人やチームの課題を今一度整理し、より良いゲームができるように準備しておく。(1.0hr)

**第14回 ゲーム実践⑤　通常のルールでのゲーム（チーム活動）**

【　到達目標　】

課題に対して行った練習を生かしながら、ゲームを行い、さらに改善点を見つけることができる。

【授業時間外学習】

個人やチームの課題を今一度整理し、より良いゲームができるように準備しておく。(1.0hr)

**第15回　スキルチェックとまとめ**

【　到達目標　】

授業を通して理解、習得した内容について表現することができる。

【授業時間外学習】

授業全体を通して取り組んできた内容について振り返りを行う。(1.0hr)

【学習上の留意点】

実習が中心となるため、適した服装を準備し、アクセサリーなどは身につけず安全に配慮すること。屋外での活動が多いため、体調管理を徹底し日差しや熱中症対策を各自で行うこと。

【教科書・参考書など】

特になし。

【成績評価方法】

技術や戦術的な達成度50%、ルール理解や練習方法の検討について50%の割合で評価を行う。

| 科目名 | 柔道 | | | 担当者 | 佐　藤　雄　哉 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Judo | | | | | |
| 単位数 | 1 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | |
| 授業形態 | 実技 | | 科目ナンバー | HBE315 | | |

【目的とねらい】

スポーツ種目の一つである柔道の基礎技能（受身の仕方、投げ技、固め技など）を習得する。併せて柔道の歴史的発展についての知識も学習する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション（授業展開について）**
【　到達目標　】
授業の全体像を把握する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第２回　柔道の基本動作、受身（後受身）、固め技（袈裟固、乱取）**
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第３回　受身（横受身・前回受身）、固め技（袈裟固の逃れ方、乱取）**
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第４回　受身（前回受身）、固め技（崩れ袈裟固め、横四方固、乱取）**
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第５回　投げ技の基本動作（姿勢、組み方、進退動作、崩しー作りー掛け）、投げ技（膝車）**
【　到達目標　】
基本動作を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第６回　投げ技（膝車、小内刈）、固め技（上四方固、乱取）**
【　到達目標　】
投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第７回　投げ技（大外刈り、背負投）、固め技（縦四方固、乱取）**
【　到達目標　】
投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第８回　投げ技（釣込腰、払腰）、固め技（各種抑え技の逃れ方、乱取）**
【　到達目標　】
投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第９回　受身試験**
【　到達目標　】
正確な動作を習得し、安全確保について理解する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第10回　投げ技（大腰）、固め技（関節技、乱取）**
【　到達目標　】
投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第11回　投げ技（払い腰、約束練習）、固め技（絞め技、乱取）**
【　到達目標　】
投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第12回　投げ技（体落とし、約束練習）、固め技（様々な姿勢での攻防、乱取）Ⅰ**
【　到達目標　】
基本動作を用いて相手の動きに応じた攻防ができる。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第13回　投げ技（連絡技、乱取）、固め技（様々な姿勢での攻防、乱取）Ⅱ**
【　到達目標　】
基本動作を用いて相手の動きに応じた攻防ができる。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第14回　試験（投げ技、固め技）**
【　到達目標　】
正確な動作を身につけ、柔道に関して理解する。

【授業時間外学習】
参考書を用いて技術の理解を深める。(1.0hr)

**第15回　簡易な試合**
【　到達目標　】
柔道全般を理解する。

【授業時間外学習】
参考書と学習指導要領を用いて指導法の理解を深める。(1.0hr)

【学習上の留意点】

安全面に留意する。授業の際は、集中して取り組むこと。また、「何故？」という課題、疑問を持って授業に参加すること。
状況に応じて映像教材や資料を提示し、論理的な技術体系の解説を施しながら柔道に対する理解を深めていく。本講義を理解するためには、感覚的な技術の習得と併せて、論理的な技術体系の理解が重要である。レポートや理解度確認テストを通して明らかとなった課題を解説、フィードバックし、課題の解決に取り組むことが求められる。

【教科書・参考書など】

木村昌彦著『よくわかる柔道受け身のすべて』ベースボールマガジン社、木村昌彦著『いちばんわかりやすい！柔道の教科書』土屋書店、
木村昌彦著『女子のための柔道の教科書』土屋書店、文部科学省『中学校学習指導要領解説 保健体育編』（最新版）

【成績評価方法】

レポート（30%）と試験（70%）で評価する。

| 科目名 | スポーツ社会学 | | | 担当者 | 溝　口　紀　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Introduction to Sociology of Sport | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 | 専門基礎・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HBE316 | | |

**【目的とねらい】**

スポーツの歴史や文化史を通して、スポーツの社会的役割、文化的意義について考察する。グローバル社会の多様な側面や文化的特徴についてスポーツという切り口から理解を深める。「人種・民族」「ジェンダー」「暴力」「マスメディア」「ドーピング」「政治」の視点からスポーツがどのように社会や人と関わりを持っているのかを社会学の視点から考察する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　ガイダンス（授業の進め方　スポーツ権）**

【　到達目標　】

スポーツ社会学におけるスポーツのとらえ方、考え方及び社会学の学問的性格について理解する。

【授業時間外学習】

現代社会におけるスポーツの抱える問題について、自分なりに整理し書き出してみる。(4.0hr)

**第２回　遊びとスポーツ　－「ホモ・ルーデンス」・「遊びと人間」を読み解く－**

【　到達目標　】

スポーツの定義、遊び、eスポーツについて理解する。

【授業時間外学習】

eスポーツについて調べる。(4.0hr)

**第３回　スポーツの近代化と武道の誕生**

【　到達目標　】

スポーツの誕生から近代スポーツの誕生、そして現在のグローバル化社会におけるスポーツの急速な変容について理解する（小レポートを実施）。

【授業時間外学習】武士道、武道の違いについて、文献やインターネット等で調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

**第４回　スポーツとナショナリズム**

【　到達目標　】

スポーツと政治の親和性について考えていく。ナショナリズムや国家的なスポーツ政策について、メディアとの関係性も踏まえて理解する。

【授業時間外学習】スポーツと政治の関係性に関して文献で調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

**第５回　スポーツと体育**

【　到達目標　】

スポーツと教育の関係性について、社会学的観点から議論できるようになる。スポーツと体育の関係性、課外活動における諸問題等も社会学的観点から理解する(小レポートを実施）。

【授業時間外学習】

自分のスポーツ経験・体験について、教師や指導者との関係性に関してまとめてみる。(4.0hr)

**第６回　冷戦とスポーツ五輪とボイコット**

【　到達目標　】

スポーツが政治とどのように結びつくのか、冷戦時代を例にボイコットについて取り上げる。

【授業時間外学習】

五輪ボイコットに関して文献で調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

**第７回　スポーツと映像文化について**

【　到達目標　】

民族の祭典、美の祭典の映画鑑賞、スポーツ文化について取り上げる。

【授業時間外学習】

「民族の祭典、美の祭典」について調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

**第８回　スポーツと事故リスク、安全配慮について**

【　到達目標　】

スポーツと事故、安全配慮について、社会学的観点から議論できるようになる。スポーツと体育の関係性、課外活動における諸問題等も社会学的観点から理解する(小レポートを実施）。

【授業時間外学習】

自分のスポーツ経験・体験について、教師や指導者との関係性に関してまとめてみる。(4.0hr)

**第９回　1964年東京オリンピック**

【　到達目標　】

1964年東京五輪の当時の時代背景、スポーツ政策はいかに進められたかを理解する。

【授業時間外学習】

1964年の東京五輪について調べ、授業時にコメント等に反映できるようにする。(4.0hr)

**第10回　スポーツの文化触変**

【　到達目標　】

1964年の東京五輪がその後日本人の生活にどのような影響を及ぼしたかを議論する。

【授業時間外学習】

自分の住む地域の地域スポーツの実態に関して調査する。(4.0hr)

**第11回　スポーツとジェンダー**

【　到達目標　】

女性アスリートのメディア・イメージやパターナリズムの理解から、スポーツにおけるジェンダーの課題と展望について論じることができるようにする（小レポート実施）。

【授業時間外学習】スポーツに限定せず、自分が経験した、または社会に存在するジェンダーバイアスに関して整理する。(4.0hr)

**第12回　メディアスポーツ**

【　到達目標　】

メディアスポーツが文化として成立するための文化的構成要素とその社会的担い手の特徴や変化をめぐる課題について理解する。

【授業時間外学習】

メディアスポーツとは何か、これまでの講義内容からまとめてみる。(4.0hr)

**第13回　スポーツと倫理－ドーピングの問題性とスポーツの本質**

【　到達目標　】

ドーピング問題とは何かについて理解し、スポーツにおけるドーピング問題を社会秩序の観点から論じることができるようにする。

【授業時間外学習】

パラドーピング、日本選手のドーピング事件を調べる。(4.0hr)

**第14回　スポーツと体罰**

【　到達目標　】

スポーツと社会的逸脱の関係性について、ドーピング問題、スポーツと暴力等の問題をもとに理解を深めていく。

【授業時間外学習】

体罰の問題に関して、特に関心のある領域に関して小レポートをまとめる。(4.0hr)

**第15回　これからの社会とスポーツの使命・可能性**

【　到達目標　】

スポーツが担うべきミッションについて各自が理解し、今後の展望について、社会学的観点から独自の議論を展開できるようになる。

【授業時間外学習】

スポーツ社会学のパースペクティブについて理解し、整理する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

1.個別的な種目を離れて、スポーツの全体を捉えるようにする。
2.テキストの難しい言葉については、あらかじめ読み方と意味を調べておく。
3.現代スポーツの動きや問題について関心を持つようにする。
4.静かな授業環境を維持するためのルール、マナー、エチケットに各自が留意する。

**【教科書・参考書など】**

教科書は使用しないが、必要に応じて、資料等を配布する。
参考図書：「現代スポーツのパースペクティブ」菊幸一他編著（大修館書店）2006 、「性と柔一女子柔道史から問うー」溝口紀子著（河出書房新社）2013、「よくわかるスポーツ文化論」 井上俊・菊幸一編著（ミネルヴァ書房）2012、「日本の柔道　フランスのJUDO」溝口紀子著（高文研）2015

**【成績評価方法】**

1.試験：60%（試験は試験期間中に別途実施。持込不可）
2.授業中の小レポート（3回）及びリアクションペーパーへの記述内容：40%
3.良好な出席状況は、当然の前提である。

| 科目名 | 運動処方論 | | | 担当者 | 定　本　朋　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory of Exercise Prescription | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HMR201 | | |

## 【目的とねらい】

習慣的な運動・スポーツは、人の健康および体力の保持増進に有効な働きをもつ。一方、運動には、怪我などのリスクも伴う。したがって運動を実践する際には、その効果を最大限に引き出し、リスクを最小限に押さえる適切な運動を処方する必要がある。本講義では、運動の種類、強度、持続時間、頻度、および進め方等を決める「運動処方」について学ぶ。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　運動処方論とは？**
【　到達目標　】
(1)なぜ、運動処方が必要なのかを理解する。
(2)運動処方論で取り扱う内容の概略を理解する。

【授業時間外学習】
現在の日本人における生活習慣病患者とハイリスク群の割合を調べる。(4.0hr)

**第２回　運動処方に必要な生理学的知識（呼吸循環機能）**
【　到達目標　】
(1)酸素運搬に働く呼吸系の基本的構造と機能を理解する。
(2)心臓、血管、血液の基本的構造と機能を理解する。

【授業時間外学習】
運動と呼吸循環機能に関する配布資料を復習する。(4.0hr)

**第３回　運動処方のためのメディカル・チェックと身体組成の測定**
【　到達目標　】
(1)メディカルチェックの手順と内容を理解する。
(2)身体組成（体脂肪率）測定法や肥満判定について説明できる。

【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第４回　運動処方のための体力測定**
【　到達目標　】
(1)新体力測定について説明できる。
(2)最大酸素摂取量と健康との関わりを理解する。
(3)健康関連体力について説明できる。
【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第５回　エアロビクスの運動強度の表し方（1）**
【　到達目標　】
(1)種々の強度表示（例：METs、%HRreserve、RPE）を理解する。
(2)ターゲット運動強度が算出できる。
(3)%HRmax と %HRreserveの計算式と違いが説明できる。
【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第６回　エアロビクスの運動強度の表し方（2）**
【　到達目標　】
(1)METsとRPEによる運動強度表示を理解する。
(2)METsを用いたカロリー計算法が説明できる。
(3)無酸素性作業閾値の指標を理解する。
【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第７回　エアロビクスを用いた運動処方の基本原則（ACSM指針）とその効果**
【　到達目標　】
(1)ACSMのガイドラインを説明できる。
(2)運動の強度、時間、頻度の基本原則を具体的に説明できる。
(3)有酸素性運動の種々の効果について説明できる。
【授業時間外学習】
ACSMのガイドラインを覚え、Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第８回　生活習慣病予防のための新しい運動基準**
【　到達目標　】
(1)健康づくりのための身体活動水準2013の概要を理解する。
(2)アクティブガイドのポイントを説明できる。

【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第９回　ウォーミングアップとクーリングダウンの効果**
【　到達目標　】
(1)ウォーミングアップの手順と効果について説明できる。
(2)クーリングダウンの手順と効果について説明できる。

【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第10回　筋力増強運動のための基礎知識（筋機能）**
【　到達目標　】
(1)筋収縮様式と筋力規定因子について理解する。
(2)筋力トレーニングの効果について理解する。

【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第11回　レジスタンス運動を用いた運動処方の原則(ACSM指針)**
【　到達目標　】
(1)1RM（最大挙上重量）について説明できる。
(2)ACSMのガイドラインを説明できる。

【授業時間外学習】
ACSMのガイドラインを覚え、Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第12回　発育に応じた運動のあり方**
【　到達目標　】
(1)PHV年齢と3つの他力要素の発育について説明できる。
(2)小学、中学、高校期における運動のあり方を理解する。

【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第13回　加齢に応じた運動のあり方**
【　到達目標　】
(1)加齢に伴う身体の変化の特徴を理解する。
(2)加齢に伴う体力や運動能力の低下を具体的に説明できる。

【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第14回　女性の特性と運動のあり方**
【　到達目標　】
(1)体力や運動能力における性差について理解する。
(2)女性の運動指導における留意点について説明できる。

【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

**第15回　運動処方に関わる安全対策と留意事項**
【　到達目標　】
(1)運動する環境、運動機器、運動実施順の留意事項を理解する。
(2)運動実施者のリスクに関する留意事項を理解する。

【授業時間外学習】
Keyword & Question を中心に、配布資料を復習する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

講義はパワーポイントを用いて学習内容を説明する。講義内容の資料は全て配布するので、受講者は集中して講義を聴き、講義内容を理解するように努めてほしい。背景にある科学的根拠を理解するように学習してほしい。授業時間外の学習として、重要事項に関する問いであるKeyword & Questionの用紙を各授業時間に配布するので、与えられたQuestionへの解答案を次回までに作成する。この自主的学習により、受講生各自の積極的な理解を深める。解答案に対する答えのフィードバックは、次の授業時の解説によって行う。

## 【教科書・参考書など】

指定の教科書は無い。必要な資料を配布する。参考書としては、「健康運動実践指導者養成用テキスト（書名）、健康・体力づくり事業団発行、2017年」、「健康運動指導士テキスト（書名）の上下巻、健康・体力づくり事業団発行、2019年」や「新版運動処方－理論と実際（書名）、池上晴夫（著者）、朝倉書店発行、1990年」などがある。

## 【成績評価方法】

定期試験期間中に試験を別途実施し、その結果に基づいて成績を評価する。

| 科目名 | 健康運動指導論 | | | 担当者 | 佐　伯　徹　郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory of Exercise guiding for Health | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HMR202 | | |

【目的とねらい】

様々な対象者の身体的・精神的特性を把握し、各人の目的や状況を考慮した、健康の維持・増進、体力の維持・増進のための原則と方法について、多様な側面から学ぶことを目的とする。また、健康体力の維持増進を目的・目標とする具体的な運動・スポーツプログラムの作成法および指導法について学習する。

【授業内容・到達目標など】

| | |
|---|---|
| **第１回　健康運動指導の意義と目的**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動指導の意義と目的について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導の意義と目的について調査・考察する。(4.0hr) | **第９回　健康運動指導の計画立案**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動指導の計画立案について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導の計画立案について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第２回　健康運動指導の実際**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動指導の実際を知り、自分の考えをまとめる。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導の実際について調査・考察する。(4.0hr) | **第10回　健康運動指導の計画実行：記録のつけ方・活用法**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動指導の記録のつけ方を理解し、活用できる。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導の記録のつけ方について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第３回　健康運動指導の対象者の特性**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動指導の対象者の特性について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導の対象者について性別、年代、生活状況などから調査・考察する。(4.0hr) | **第11回　健康運動指導法①：運動技能の上達過程**<br>【　到達目標　】<br>(1)運動技能の上達過程について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>運動技能の上達過程について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第４回　健康運動指導の効果**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動指導の効果について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導の効果について体力面、精神面、社会面から調査・考察する。(4.0hr) | **第12回　健康運動指導法②：運動指導の実際**<br>【　到達目標　】<br>(1)運動指導の実際について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>運動指導の実際について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第５回　健康運動プログラムの作成法①：実施手順**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動の実施手順について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動の合理的な実施手順について調査・考察する。(4.0hr) | **第13回　健康運動指導能力の高め方**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動指導能力の高め方について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導能力の高め方について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第６回　健康運動プログラムの作成法②：現状把握と目標設定**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動における現状把握法と目標設定法について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動における現状把握法と目標設定法について調査・考察する。(4.0hr) | **第14回　健康運動指導の成果の評価法**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動指導の成果の評価法について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導の成果の評価法について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第７回　健康運動指導の手段①：エクササイズ**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動手段としてのエクササイズについて理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動手段としてのエクササイズについて調査・考察する。(4.0hr) | **第15回　健康運動指導のプログラム作成**<br>【　到達目標　】<br>(1)講義内容について理解度を確認し、各自の考えを提示する。<br>(2)健康運動指導のプログラムを作成する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導のプログラム作成について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第８回　健康運動指導の手段②：スポーツ**<br>【　到達目標　】<br>(1)健康運動手段としてのスポーツについて理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動手段としてのスポーツについて調査・考察する。(4.0hr) | |

【学習上の留意点】

毎回の内容についてよく考え理解し自分の意見を出す努力をすること。
「聞く・考える・書く」に積極的に取り組むこと。
配布資料が多いので紛失等に気をつけて整理しておくこと。
授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

【教科書・参考書など】

配布資料、ビデオ視聴などによる。

【成績評価方法】

最終課題70%、授業ノートの記入状況30%で評価する。

| 科目名 | スポーツ健康科学演習 | | | 担当者 | 大　澤　拓　也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR301 | | |

**【目的とねらい】**

スポーツ科学および健康科学の現場では、形態や体力、運動能力の測定、解析、統計的処理、プレゼンテーション、フィードバックの技術が必須であり、この分野のエキスパートとして活躍するにはこれらの取得が望まれる。本演習においては1）形態、専門的体力運動能力の測定技術の習得、2）コンピュータを用いたデータ解析・統計処理技術の習得、3）解析データを論理的にまとめプレゼンテーションする技術の習得、を目的とする。この目的を達成するため、基礎的な知識の教授から実践的な応用まで幅広く演習を通して理解することを目的とする。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　ガイダンス**
【　到達目標　】
授業の進め方・概要を理解する。
これまでの関連科目に関する理解の確認をする。

【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第２回　形態測定Ⅰ理論編（身長、体重、体脂肪率）**
【　到達目標　】
講義形式により、身長、体重、体脂肪率測定に関する知識を理解する。

【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第３回　形態測定Ⅰ　実践編（身長、体重、体脂肪率）**
【　到達目標　】
実習形式により実際の形態測定を各自が被検者または検者となり行い、その技術を習得する。

【授業時間外学習】
実習により測定したデータをまとめてくる。(4.0hr)

**第４回　形態測定Ⅱ　理論編（肢長・周径囲）**
【　到達目標　】
講義形式により、各部の肢長・周径囲測定に関する知識を理解する。

【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第５回　形態測定Ⅱ　実践編（肢長・周径囲）**
【　到達目標　】
実習形式により、各部の肢長・周径囲測定を実際に行い技術を習得する。

【授業時間外学習】
実習により測定したデータをまとめてくる。(4.0hr)

**第６回　体力・運動能力測定Ⅰ　理論編（室内測定）**
【　到達目標　】
講義形式により、室内で行われる体力・運動能力測定（無酸素パワー、筋持久力など）に関する知識を理解する。

【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第７回　体力・運動能力測定Ⅰ　実践編（室内測定）**
【　到達目標　】
実習形式により、室内で行われる体力・運動能力測定（無酸素パワー、筋持久力など）の測定技術を習得する。

【授業時間外学習】
実習により測定したデータをまとめてくる。(4.0hr)

**第８回　体力・運動能力測定Ⅱ　理論編（屋外測定）**
【　到達目標　】
講義形式により、屋外で行われる体力・運動能力測定（スプリント、全身パワー、全身持久力）の知識を理解する。

【授業時間外学習】
授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)

**第９回　体力・運動能力測定Ⅱ　実践編（屋外測定）**
【　到達目標　】
実習形式により、屋外で行われる体力・運動能力測定（スプリント、全身パワー、全身持久力）技術を習得する。

【授業時間外学習】
実習により測定したデータをまとめてくる。(4.0hr)

**第10回　データ解析Ⅰ**
【　到達目標　】
実習により測定した形態・運動能力データの処理に関する基礎知識・技術を理解する。実際に表計算ソフト（エクセル）を用いて行う。

【授業時間外学習】
事前にエクセルの基本的な使い方を理解してくる。(4.0hr)

**第11回　データ解析Ⅱ**
【　到達目標　】
データのまとめかた、平均、標準偏差、ばらつきなどの算出法を理解する。

【授業時間外学習】
基礎的な統計用語を事前に理解してくる。(4.0hr)

**第12回　統計処理**
【　到達目標　】
基礎的な統計手法（分散、T検定、有意差検定、相関）などの基礎知識および技術を習得する。

【授業時間外学習】
基礎的な統計用語を事前に理解してくる。(4.0hr)

**第13回　図表の作成**
【　到達目標　】
自らが解析したデータを用いて表および図を作成する技術を習得する。

【授業時間外学習】
エクセルによるグラフの作り方を事前に理解してくる。(4.0hr)

**第14回　プレゼンテーション資料作成**
【　到達目標　】
パワーポイントを用いたプレゼンテーション資料の作成技術を習得する。

【授業時間外学習】
パワーポイントの基本的な操作法を事前に理解してくる。(4.0hr)

**第15回　データカンファレンス・プレゼンテーション**
【　到達目標　】
自らが作成したプレゼンテーション資料を用いたデータカンファレンスを行い、理解を深める。

【授業時間外学習】
自分で作成した資料をまとめ、プレゼンテーションできる形にしてくる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

演習・実践形式の授業であるため、授業への出席は必須である。また、授業内で実際に形態・体力の測定を行う。データの収集解析のためコンピュータを使用することもある。

**【教科書・参考書など】**

授業内で適宜紹介する。

**【成績評価方法】**

レポート（70%）、プレゼンテーション（30%）により評価する。

| 科目名 | スポーツ健康科学演習 | | | 担当者 | 佐　伯　徹　郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR301 | | |

## 【目的とねらい】

運動・スポーツに取り組んでいる人の目的はさまざまである。本演習では、その中でも、体力の保持・増進を図ることに焦点を当て、体力トレーニングの実施手順をもとに、“実践する人”に即した合理的なトレーニング活動のために必要となる原理・原則について学ぶことを目的とする。また、作成したトレーニングプログラムを実行し、その結果の分析・評価から、各種トレーニング目標を達成するために有効な考え方や行動の仕方について検討する。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　体力トレーニングの実施手順**
【　到達目標　】
(1)体力トレーニングの実施手順について理解する。
【授業時間外学習】
体力トレーニングの実施手順について調査・考察する。(4.0hr)

**第２回　各自のプログラムおよび記録紙の作成**
【　到達目標　】
(1)実施手順に基づいてプログラムを作成する。
(2)プログラム実行の記録紙を作成する。
【授業時間外学習】
運動・スポーツプログラムの作成方法について調査・考察する。(4.0hr)

**第３回　運動・スポーツの記録のつけ方**
【　到達目標　】
(1)運動・スポーツの記録のつけ方について理解する。
【授業時間外学習】
運動・スポーツの記録のつけ方について調査・考察する。(4.0hr)

**第４回　トレーニングの原理・原則**
【　到達目標　】
(1)トレーニングの原理・原則を理解する。
【授業時間外学習】
トレーニングの原理・原則について調査・考察する。(4.0hr)

**第５回　トレーニング効果を出すための条件**
【　到達目標　】
(1)トレーニング効果を出すための条件を理解する。
【授業時間外学習】
トレーニング効果について調査・考察する。(4.0hr)

**第６回　トレーニングと食事**
【　到達目標　】
(1)トレーニングと食事の関係について理解する。
【授業時間外学習】
トレーニングと食事の関連性について調査・考察する。(4.0hr)

**第７回　運動・スポーツに関する実践研究について**
【　到達目標　】
(1)運動・スポーツ実践の研究方法について理解する。
【授業時間外学習】
運動・スポーツ実践の研究方法、体育学の研究方法について調査・考察する。(4.0hr)

**第８回　各自のプログラム実行状況の中間報告**
【　到達目標　】
(1)運動・スポーツ実践の中間報告を実施する。
【授業時間外学習】
運動・スポーツ実践の報告の仕方について調査・考察する。(4.0hr)

**第９回　中間報告の分析・評価→計画の修正**
【　到達目標　】
(1)中間報告を活かした計画を作成し、実行できる。
【授業時間外学習】
実践報告・分析評価・計画修正について調査・考察する。(4.0hr)

**第10回　失敗から学び成長するためには**
【　到達目標　】
(1)トレーニングにおける失敗の原因と対策を理解する。
(2)独自の考え方と具体的方策を提示できる。
【授業時間外学習】
物事の失敗から学ぶ方法・事例について調査・考察する。(4.0hr)

**第11回　目標達成できる考え方と行動の仕方について**
【　到達目標　】
(1)目標達成できる考え方と行動の仕方について理解する。
(2)独自の考え方と具体的方策を提示できる。
【授業時間外学習】
目標達成の様々な説・ノウハウについて調査・考察する。(4.0hr)

**第12回　年末年始対策プログラムの作成**
【　到達目標　】
(1)食べ過ぎ・運動不足の対策を考える。
【授業時間外学習】
いわゆる年末年始における食べ過ぎ・飲み過ぎについて調査・考察する。(4.0hr)

**第13回　年末年始対策プログラムの評価**
【　到達目標　】
(1)食べ過ぎ・運動不足の対策の実行状況と成果を評価する。
【授業時間外学習】
年末年始に限らず運動・食事の状況把握・報告・評価について調査・考察する。(4.0hr)

**第14回　プログラム実行結果のプレゼンテーション①**
【　到達目標　】
(1)運動・スポーツ実践の結果について報告する。
【授業時間外学習】
プログラムの実行結果についてのプレゼンテーションについて調査・考察する。(4.0hr)

**第15回　プログラム実行結果のプレゼンテーション②**
【　到達目標　】
(1)運動・スポーツ実践の結果について報告する。
(2)授業のねらいが達成されたか評価する。
【授業時間外学習】
プレゼンテーションの方法や評価の仕方について調査・考察する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

毎回の内容についてよく理解し考えて自分の意見を出す努力をすること。「聞く・考える・書く・話す」に積極的に取り組むこと。
配布資料が多いので紛失等に気をつけて整理しておくこと。
運動・スポーツに関するプログラムを作成し、記録をつけながら実行する授業を展開する。
授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

## 【教科書・参考書など】

配布資料、ビデオ視聴などによる。

## 【成績評価方法】

中間課題30%、最終課題70%で評価する。

| 科目名 | スポーツ健康科学演習 | | | 担当者 | 定　本　朋　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR301 | | |

**【目的とねらい】**

運動時の身体の働き、身体組成、体力、運動処方、トレーニング効果といった分野における書籍や論文を題材にして、実験系の研究アプローチの手法および科学的な事象の理解について学ぶ。また論文の読み方、抄録のまとめ方などに関する基礎的知識・技術を修得する。さらに調べた内容を分かりやすく発表し、適切な意見交換をする能力を育成する。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　関連分野の概説**
【　到達目標　】
(1)健康スポーツ学に関連する科学的研究分野を理解する。
(2)演習と発表の重要性を理解する。

【授業時間外学習】
指定した入門書、総説などから紹介したい文献を検索する。(4.0hr)

**第２回　総説的題材の収集法と抄録作成法**
【　到達目標　】
(1)入門となる概説書や総説論文の収集法を知る。
(2)総説や概説書の抄録作成のポイントを理解する。

【授業時間外学習】
検索した文献の抄録を大まかに作成してみる。(4.0hr)

**第３回　抄録を作成する：総説的題材（1）を用いて**
【　到達目標　】
(1)サンプルの抄録における問題点や留意事項について理解する。
(2)選択した文献の説明と抄録を合わせる。

【授業時間外学習】
検索した文献の抄録作成を完成させる。(4.0hr)

**第４回　作成した抄録を発表する：総説的題材（2）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。

【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第５回　作成した抄録を発表する：総説的題材（3）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。
(3)分かりやすい発表法について理解する。
【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第６回　作成した抄録を発表する：総説的題材（4）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。
(3)適切な質問の仕方と答え方について理解する。
【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第７回　作成した抄録を発表する：総説的題材（5）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。
(3)適切な質問の仕方と答え方について理解する。
【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第８回　研究論文における題材の収集法と論文の構造**
【　到達目標　】
(1)研究論文の収集法について知る。
(2)研究論文の基本構造を理解する。

【授業時間外学習】
指定した学術雑誌から紹介したい文献を検索する。(4.0hr)

**第９回　研究論文の抄録作成法：研究論文（1）を用いて**
【　到達目標　】
(1)研究の目的、方法、結果、論議、結論のまとめ方を理解する。
(2)エビデンス（図表）の見方や活用の仕方を理解する。
(3)研究論文（1）を基に抄録を作成する。
【授業時間外学習】
検索した論文の抄録作成を完成させる。(4.0hr)

**第10回　作成した抄録を発表する：研究論文（2）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。
(3)論理的な説明の仕方を理解する。
【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第11回　作成した抄録を発表する：研究論文（3）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。
(3)質問や議論のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第12回　作成した抄録を発表する：研究論文（4）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。
(3)質問や議論のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第13回　作成した抄録を発表する：研究論文（5）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。
(3)質問や議論のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第14回　作成した抄録を発表する：研究論文（6）を用いて**
【　到達目標　】
(1)受講生の抄録発表の説明を正確に聞き取る。
(2)発表の良い所、再確認したいところ、疑問点などについて質問する。
(3)質問や議論のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
配布するコメント表に、発表内容と学んだことについてまとめる。(4.0hr)

**第15回　レポートにおける図表、文献の作成法**
【　到達目標　】
(1)レポートの作成法と図表や文献などの記載方法について学ぶ。

【授業時間外学習】
配布する図表および文献資料を適切に整理・記載したレポートを作成する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

本科目は「演習」であるため、資料収集、資料の読解、抄録作成などを受講生各自が行う。その作業・体験の過程を通して、健康スポーツ科学に関わる最新情報や課題について学ぶ。また受講生によるプレゼンテーションとディスカッションを中心に進めるので、適切な説明方法や学術的な意見交換法の力を身につけるようにしてほしい。また受講生は、能動的に取り組み積極的に情報交換をするようにしてほしい。授業時間外学習としては、指定された課題あるいはその日に学んだ事項について小レポートにまとめ、次回の授業で提出する。提出された小レポートへ助言等など付記して次々回の授業時に学生へ返却する。

**【教科書・参考書など】**

指定の教科書はない。必要な資料は配布するか，各自が図書館の文献検索により取得する。

**【成績評価方法】**

抄録作成、プレゼンテーションとディスカッションにおける達成度を合計して60%、そして最後のレポート40%を加えて評価する。

| 科目名 | スポーツ健康科学演習 | | | 担当者 | 沢　井　史　穂 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR301 | | |

**【目的とねらい】**

健康スポーツの実践・指導・研究を行う上で必要となる基礎情報(身体特性や健康関連体力)について理解するとともに、具体的な測定法の原理とテクニック、データの解釈と評価法、健康スポーツのプログラム作成基準などの理論と技能について、実習を交えて学習する。さらに、グループで健康やスポーツに関する分野で関心のあるテーマを選び、資料や文献を調べて発表することで、情報の集め方、まとめ方、発表の仕方、質疑応答の仕方について学ぶ。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
(1)授業の進め方、準備、課題について理解する。

【授業時間外学習】
健康スポーツに関する関心事や調べてみたいことを各自考えてくる。(4.0hr)

**第２回　健康スポーツの実践・指導・研究のための基礎知識と技能**
【　到達目標　】
(1)健康づくりのためのスポーツの実践や指導、研究を進める上で知っておくべき基礎知識と技能について理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習し、次回の測定実習に備える。(4.0hr)

**第３回　インフォームドコンセント・体調チェック**
【　到達目標　】
(1)人を対象とする調査・測定に関する研究倫理とインフォームドコンセントを理解する。
(2)健康スポーツを実施する前の体調チェック項目について理解する。

【授業時間外学習】
自分の測定結果を記録・整理しておくこと。(4.0hr)

**第４回　形態計測**
【　到達目標　】
(1)形態特性を知るための計測法を学習する。

【授業時間外学習】
自分の測定結果を記録・整理しておくこと。(4.0hr)

**第５回　身体組成の推定**
【　到達目標　】
(1)身体組成を推定するための代表的な方法を学習し、体脂肪率・除脂肪量の計算を行う。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習しておくこと。(4.0hr)

**第６回　身体組成の評価**
【　到達目標　】
(1)身体組成を知ることの意味と主な推定法の原理を理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習しておくこと。(4.0hr)

**第７回　体力測定と評価**
【　到達目標　】
(1)健康関連体力とは何かを知り、体力を評価する意味を考える。
(2)体力測定の種類、測定法、妥当性と限界について理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習しておくこと。(4.0hr)

**第８回　日常生活活動量の評価法**
【　到達目標　】
(1)歩数計を用いて自分の生活活動量を客観的に評価する。

【授業時間外学習】
歩数計を用いて、一週間の歩数計測を行う。(4.0hr)

**第９回　立位姿勢の評価と分類**
【　到達目標　】
(1)写真撮影により自分の立位姿勢の特徴を知る。
(2)良い姿勢の判断基準と姿勢の分類について学習する。

【授業時間外学習】
自分の測定結果を記録・整理する。(4.0hr)

**第10回　健康スポーツのプログラム作成基準**
【　到達目標　】
(1)性・年齢・目的・身体特性・体力レベル等に応じた健康スポーツのプログラム作成基準について理解する。

【授業時間外学習】
授業で扱った内容を復習し、今後の運動プログラム作成時に役立てる。(4.0hr)

**第11回　ケーススタディ**
【　到達目標　】
(1)具体的な事例について、健康上の問題点、体力レベルの評価法や勧められる運動内容について考察する。

【授業時間外学習】
健康やスポーツに関する情報を集め、関心のあるテーマについての発表準備をする。(4.0hr)

**第12回　グループ発表①**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
グループ発表に備えて準備する。発表後は内容やプレゼンを振り返り、評価する。(4.0hr)

**第13回　グループ発表②**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
グループ発表に備えて準備する。発表後は内容やプレゼンを振り返り、評価する。(4.0hr)

**第14回　グループ発表③**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
グループ発表に備えて準備する。発表後は内容やプレゼンを振り返り、評価する。(4.0hr)

**第15回　DVD視聴**
【　到達目標　】
(1)健康スポーツに関連した番組や映像を視聴し、自分の意見をまとめる。

【授業時間外学習】
授業全体を振り返り、自己評価する。各自の興味を深め、文献や資料を探して読む。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

測定実習、データ分析、資料の収集、内容の理解と発表方法の工夫、実際の発表、他の人の発表への意見表明など、グループワーク、ディスカッション、プレゼンテーションを取り混ぜながら健康スポーツの実践・指導につながる理論と方法論を体験的に学習する機会を提供するので、毎回の演習内容に自発的、意欲的に参加し、積極的に取り組むこと。

**【教科書・参考書など】**

とくになし。必要な資料はその都度配布する。

**【成績評価方法】**

毎回の演習での活動状況と課題の提出で50%、発表内容とプレゼンテーションで50%。

| 科目名 | スポーツ健康科学演習 | | | 担当者 | 助　友　裕　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR301 | | |

【目的とねらい】

健康に関する分野の情報を集め、文献などを読んで自分で考える力を身につけることを目的とする。衛生学・公衆衛生学で扱う内容について、自分で資料や文献を調べることで関心を広げ、興味を深めることがねらいである。扱う内容は、年代別・性別などに応じた個別の健康課題、主な感染症、環境問題をはじめ、自治体や学校、職場でのヘルスプロモーション活動の実践事例まで、各自の関心あるテーマを選ぶ。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション：科学情報の集め方**
【　到達目標　】
(1)情報の集め方、文献検索の方法、検索文献の入手方法、ネットによる情報収集の注意点などについて理解する。

【授業時間外学習】
文献検索データベースを用いて、検索文献を入手し、読んでおく。(4.0hr)

**第２回　各自の興味ある健康情報の共有**
【　到達目標　】
(1)日頃関心をもっている健康に関する情報について、皆の前で明確に発表できる。聞き手はそれについて意見を述べられる。

【授業時間外学習】
文献検索データベースを用いて、検索文献を入手し、読んでおく。(4.0hr)

**第３回　研究論文の読み方と抄録作成法**
【　到達目標　】
(1)公衆衛生学、健康教育関連の研究論文の読み方を理解する。
(2)研究論文を紹介するための抄録の作成ができるようになる。

【授業時間外学習】
テーマ、目的、方法まで抄録を書き始める。(4.0hr)

**第４回　各自の課題設定とその共有**
【　到達目標　】
(1)この演習で自分が調べたいテーマを具体的に絞り、何をテーマにどのような方法で調べたいかを発表できる。

【授業時間外学習】
テーマ、目的、方法まで抄録を書いておく。(4.0hr)

**第５回　文献紹介　学校における健康づくり**
【　到達目標　】
(1)学校を取り巻く健康課題について文献や資料を通して理解する。
(2)健康づくりの新たな課題について考えることができる。

【授業時間外学習】
自らが設定した研究方法にしたがって、調査を行い、結果をまとめる。(4.0hr)

**第６回　文献紹介　企業における健康づくり**
【　到達目標　】
(1)企業を取り巻く健康課題について文献や資料を通して理解する。
(2)健康づくりの新たな課題について考えることができる。

【授業時間外学習】
自らが設定した研究方法にしたがって、調査を行い、結果をまとめる。(4.0hr)

**第７回　文献紹介　地域における健康づくり**
【　到達目標　】
(1)地域を取り巻く健康課題について文献や資料を通して理解する。
(2)健康づくりの新たな課題について考えることができる。

【授業時間外学習】
自らが設定した研究方法にしたがって、調査を行い、結果をまとめる。(4.0hr)

**第８回　文献紹介　家庭における健康づくり**
【　到達目標　】
(1)家族を取り巻く健康課題について文献や資料を通して理解する。
(2)健康づくりの新たな課題について考えることができる。

【授業時間外学習】
自らが設定した研究方法にしたがって、調査を行い、結果をまとめる。(4.0hr)

**第９回　各自の発表①**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
抄録をまとめ、発表用パワーポイントを作成し、レポートを執筆する。(4.0hr)

**第10回　各自の発表②**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
抄録をまとめ、発表用パワーポイントを作成し、レポートを執筆する。(4.0hr)

**第11回　各自の発表③**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
抄録をまとめ、発表用パワーポイントを作成し、レポートを執筆する。(4.0hr)

**第12回　各自の発表④**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
抄録をまとめ、発表用パワーポイントを作成し、レポートを執筆する。(4.0hr)

**第13回　各自の発表⑤**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
抄録をまとめ、発表用パワーポイントを作成し、レポートを執筆する。(4.0hr)

**第14回　各自の発表⑥**
【　到達目標　】
(1)抄録やパワーポイント資料を使用して、明確に発表する。
(2)発表者以外は、発表内容を評価してコメントを作成する。

【授業時間外学習】
抄録をまとめ、発表用パワーポイントを作成し、レポートを執筆する。(4.0hr)

**第15回　全体討論　全体レポート提出**
【　到達目標　】
(1)演習を通して、健康への問題意識を深められた事を確認する。

【授業時間外学習】
提出したレポートをもとに、3年次以降の卒業研究計画を立てておく。(4.0hr)

【学習上の留意点】

文献検索、資料の収集、内容の理解と発表方法の工夫、実際の発表、他の人の発表への意見表明などの、毎回の演習内容に積極的に参画すること。プレゼンテーションへの意見表明は、所定のレポート用紙に記入し、次回の授業時に発表者本人にフィードバックする。

【教科書・参考書など】

『事例分析でわかるヘルスプロモーションの「５つの活動」～Health Promotion Action Means～』　健康社会学研究会編　ライフ出版社
このほか必要な資料はその都度配布する。

【成績評価方法】

毎回の演習での活動状況と毎回の活動報告レポートで50%、発表内容と発表内容に関するレポートで50%。

| 科目名 | スポーツ健康科学演習 | | | 担当者 | 永　野　康　治 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR301 | | |

**【目的とねらい】**

本演習では、スポーツ健康科学におけるスポーツリハビリテーション、機能解剖分野の実践、指導、研究を行う上で必要な基本的技能の学習を行う。演習前半では、具体的な測定およびそのデータ処理、解釈等を行う。後半では関心のあるテーマについて測定計画の立案、測定の実施、まとめ、発表を行い研究活動の基礎を身につける。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　スポーツ外傷・障害の調査**
【　到達目標　】
(1)スポーツ外傷・障害の発生状況調査法を計画できる。
(2)スポーツ外傷・障害の発生状況について調査する。

【授業時間外学習】
対象者のスポーツ外傷･障害の状況をまとめる。(4.0hr)

**第２回　姿勢・アライメントの計測**
【　到達目標　】
(1)姿勢・アライメントの計測方法を説明できる。
(2)姿勢・アライメントの計測を実施する。

【授業時間外学習】
姿勢・アライメントの計測結果をまとめ、その原因を考察する。(4.0hr)

**第３回　身体部位の計測**
【　到達目標　】
(1)周径、四肢長の計測方法を説明できる。
(2)周径、四肢長の計測を実施する。

【授業時間外学習】
周径、四肢長の計測結果をまとめ、その原因を考察する。(4.0hr)

**第４回　バランスの計測**
【　到達目標　】
(1)スポーツ現場で実施可能なバランスの計測方法を説明できる。
(2)バランスの計測を実施する。

【授業時間外学習】
バランスの測定結果をまとめ、その原因を考察する。(4.0hr)

**第５回　関節可動域の計測　上肢1**
【　到達目標　】
(1)上肢の関節可動域の計測方法を説明できる。
(2)上肢の関節可動域の計測を実施する。

【授業時間外学習】
関節可動域の計測結果をまとめ、その原因を考察する。(4.0hr)

**第６回　関節可動域の計測　上肢2・下肢1**
【　到達目標　】
(1)上肢、下肢の関節可動域の計測方法を説明できる。
(2)上肢、下肢の関節可動域の計測を実施する。

【授業時間外学習】
関節可動域の計測結果をまとめ、その原因を考察する。(4.0hr)

**第７回　関節可動域の計測　下肢2**
【　到達目標　】
(1)下肢の関節可動域の計測方法を説明できる。
(2)下肢の関節可動域の計測を実施する。

【授業時間外学習】
関節可動域の計測結果をまとめ、その原因を考察する。(4.0hr)

**第８回　筋力の計測　上肢**
【　到達目標　】
(1)上肢筋力の計測方法を説明できる。
(2)上肢筋力の計測を実施する。

【授業時間外学習】
筋力の計測結果をまとめ、その原因を考察する。(4.0hr)

**第９回　筋力の計測　下肢**
【　到達目標　】
(1)下肢筋力の計測方法を説明できる。
(2)下肢筋力の計測を実施する。

【授業時間外学習】
筋力の計測結果をまとめ、その原因を考察する。(4.0hr)

**第10回　計測計画の立案**
【　到達目標　】
(1)これまでの測定結果に関する考察を列挙する。
(2)上記の考察内容を検証する実験計画を立てる。

【授業時間外学習】
これまでの測定結果に関する疑問点をまとめる。(4.0hr)

**第11回　計測の実施**
【　到達目標　】
(1)立案した測定を実施する。
(2)測定した結果の図表を作成する。

【授業時間外学習】
図表のまとめ、およびデータの傾向をまとめる。(4.0hr)

**第12回　計測結果のまとめ**
【　到達目標　】
(1)計測結果についてその原因を考察する。
(2)発表資料の作成を行う。

【授業時間外学習】
プレゼンテーション資料の作成を行う。(4.0hr)

**第13回　プレゼンテーション1**
【　到達目標　】
(1)パワーポイントを使用して、計測結果をまとめて発表する。
(2)発表者以外は質疑、発表内容の評価を行う。

【授業時間外学習】プレゼンテーション資料の作成を行う。他グループのプレゼン内容を振り返る。(4.0hr)

**第14回　プレゼンテーション2**
【　到達目標　】
(1)パワーポイントを使用して、計測結果をまとめて発表する。
(2)発表者以外は質疑、発表内容の評価を行う。

【授業時間外学習】プレゼンテーション資料の作成を行う。他グループのプレゼン内容を振り返る。(4.0hr)

**第15回　プレゼンテーション3**
【　到達目標　】
(1)パワーポイントを使用して、計測結果をまとめて発表する。
(2)発表者以外は質疑、発表内容の評価を行う。
(3)今後の研究活動と本演習で学んだ手法を関係づける。
【授業時間外学習】プレゼンテーション資料の作成を行う。他グループのプレゼン内容を振り返る。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

2回目から9回目は実際に測定を行う場合が多いので、その際は上肢、下肢を出すことのできる服装で参加すること。測定方法については実施時に適時フィードバックを行い、精度の高い測定を目指す。グループでの計測を行うので、欠席を極力しないこと。欠席してしまった場合は各自での補習が必要となる。各回の内容について、小レポートを提示する(1～9回)。小レポートの内容を踏まえて、期末レポートを提示する。プレゼンテーションはグループ毎に行い、測定の意義、結果の提示方法、わかりやすさを教員および他グループが評価する。

**【教科書・参考書など】**

特になし。

**【成績評価方法】**

小レポート　40%
レポート　　40%
プレゼンテーション(他発表への参加も含む)20%

| 科目名 | スポーツ健康科学演習 | | | 担当者 | 夏　井　裕　明 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR301 | | |

**【目的とねらい】**

スポーツ医学の研究方法、研究のまとめ方、研究発表の方法などを実践を通じて体得する。

**【授業内容・到達目標など】**

| | |
|---|---|
| **第１回　オリエンテーション**<br>【　到達目標　】<br>講義の目的、進め方、単位認定の方法について理解する。受講に際しての注意点を理解する。研究の班分けを行う。<br><br>【授業時間外学習】ノートパソコンを準備し、Excel、PowerPointをインストールしておく。<br>ノートパソコンがインターネットに接続できるように、情報処理センターで手続きを済ませておく。（4.0hr） | **第９回　研究の実施①**<br>【　到達目標　】<br>研究計画に沿って研究を実行する。<br><br>【授業時間外学習】<br>学内施設を利用して、研究を実行する。（4.0hr） |
| **第２回　スポーツ医学との研究方法**<br>【　到達目標　】<br>医学の不確実性、医学専門領域の細分化、医学とスポーツの接点、健康スポーツ関連資格について理解する。<br><br>【授業時間外学習】健康・スポーツ科学のための研究方法　研究計画の立て方とデータ処理方法　p 2 - 86　を読む。（4.0hr） | **第10回　研究の実施②**<br>【　到達目標　】<br>研究の進捗状況を報告し、さらに研究計画に沿って研究を実行する。<br><br>【授業時間外学習】<br>学内施設を利用して、研究を実行する。（4.0hr） |
| **第３回　研究データの処理法とグラフ作成法**<br>【　到達目標　】<br>ノートパソコンを用いて、Excelを使った研究データの処理法とグラフ作成法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】健康・スポーツ科学のための研究方法　研究計画の立て方とデータ処理方法　p 88 - 104　を読む。（4.0hr） | **第11回　研究の実施③**<br>【　到達目標　】<br>研究の進捗状況を報告し、さらに研究計画に沿って研究を実行する。<br><br>【授業時間外学習】<br>学内施設を利用して、研究を実行する。（4.0hr） |
| **第４回　統計学的検討法**<br>【　到達目標　】<br>ノートパソコンを用いて、Excelを使った統計学的検討法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】健康・スポーツ科学のための研究方法　研究計画の立て方とデータ処理方法　p 105 - 183　を読む。（4.0hr） | **第12回　研究の実施④**<br>【　到達目標　】<br>研究の進捗状況を報告し、さらに研究結果をまとめる。<br><br>【授業時間外学習】<br>学内施設を利用して、研究を実行する。（4.0hr） |
| **第５回　研究論文の構成と参考文献の探し方**<br>【　到達目標　】<br>研究論文の構成を理解し、インターネットを使った参考文献の探し方を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>インターネット接続環境を整備しておく。（4.0hr） | **第13回　研究結果のまとめ①**<br>【　到達目標　】<br>研究結果をまとめて、グラフを作成する。<br><br>【授業時間外学習】<br>ノートパソコンを用いて、グラフを作成する。（4.0hr） |
| **第６回　研究発表の方法**<br>【　到達目標　】<br>PowerPointを使った研究発表の方法について理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>ノートパソコンにPowerPointを導入しておく。（4.0hr） | **第14回　研究結果のまとめ②**<br>【　到達目標　】<br>研究結果をまとめて、統計学的検討を行う。<br><br>【授業時間外学習】<br>ノートパソコンを用いて、統計学的検討を行う。（4.0hr） |
| **第７回　研究計画の立案①**<br>【　到達目標　】<br>与えられた研究テーマに沿って研究計画を立案する。<br><br>【授業時間外学習】<br>研究テーマに関する教科書を捜して、理解しておく。（4.0hr） | **第15回　研究発表会**<br>【　到達目標　】<br>研究結果を発表する。<br><br>【授業時間外学習】<br>ノートパソコンを用いて、発表資料を作成する。（4.0hr） |
| **第８回　研究計画の立案②**<br>【　到達目標　】<br>立案した研究計画を発表し、修正を加える。<br><br>【授業時間外学習】<br>研究テーマに関する文献を探して、理解しておく。（4.0hr） | |

**【学習上の留意点】**

講義は教員からの一方通行ではなく、ディスカッション形式で行うので、積極的な研究への取り組みが望まれる。
授業進行にあたっては、ノートパソコンを使用する。ノートパソコンは、学内でインターネットに接続可能となるように設定しておく。ノートパソコンにはExcel、PowerPointがインストールされていること。
トレーニングセンターの利用手続きを済ませておくこと。

**【教科書・参考書など】**

参考書：「健康・スポーツ科学のための研究方法　研究計画の立て方とデータ処理方法」、出村愼一著、杏林書院

**【成績評価方法】**

研究発表会の内容（100%）で成績を評価する。

| 科目名 | スポーツ健康科学演習 | | | 担当者 | 芳　地　泰　幸 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR301 | | |

**【目的とねらい】**

本演習では、スポーツマネジメント領域における学術的問いを探求するための基本的な知識、能力、態度の習得を目指す。そのため本演習では、スポーツマネジメントに関する現代的なテーマについて各グループごとに関連文献等を調べ、プレゼンテーションとディスカッションをおこなう。さらに、身近な疑問を解き明かすための調査も企画し、①調べる（調査・取材）、②データをまとめる（集計・分析）、③発表する（プレゼン・成果物作成）といった活動を通じて、スポーツマネジメント分野の研究課題や研究方法についての理解を深めるだけでなく、効果的な資料作成の方法（技法）や論理的に物事を考える能力を身に着ける。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　スポーツマネジメント研究を俯瞰する**
【　到達目標　】
(1)本演習のねらいと方法、進め方について理解する。
(2)スポーツマネジメント領域の中心的テーマを理解する。

【授業時間外学習】
自身の興味・関心、疑問について整理する。(4.0hr)

**第２回　テーマを設定する**
【　到達目標　】
(1)自身の興味・関心、疑問を掘り下げる。
(2)自身が担当するテーマを選択する。

【授業時間外学習】
自身の興味・関心、疑問点を掘り下げ、自身が取り組むテーマを設定する。(4.0hr)

**第３回　文献・資料の収集方法**
【　到達目標　】
(1)テーマに関する、文献の収集方法を理解する。
(2)担当するテーマの発表に向けた資料を作成する。

【授業時間外学習】
自身の担当テーマに関する資料を収集し、発表に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第４回　テーマ発表①：ミッション（組織、企業の目的）**
【　到達目標　】
(1)組織におけるミッションについて理解する。
(2)組織や企業の目的について理解する。

【授業時間外学習】
関連資料を精読する。発表担当者は発表に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第５回　テーマ発表②：人材マネジメント**
【　到達目標　】
(1)組織の人材マネジメントに関する研究動向を理解する。
(2)人材マネジメントに関する諸理論、鍵概念を理解する。

【授業時間外学習】
関連資料を精読する。発表担当者は発表に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第６回　テーマ発表③：組織マネジメント**
【　到達目標　】
(1)組織マネジメントに関する研究動向を理解する。
(2)組織マネジメントに関する諸理論、鍵概念を理解する。

【授業時間外学習】
関連資料を精読する。発表担当者は発表に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第７回　テーマ発表④：イノベーション**
【　到達目標　】
(1)イノベーションに関する研究動向を理解する。
(2)イノベーションと関連する諸理論、鍵概念を理解する。

【授業時間外学習】
関連資料を精読する。発表担当者は発表に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第８回　テーマ発表⑤：戦略**
【　到達目標　】
(1)組織戦略に関する研究動向を理解する。
(2)組織戦略に関する諸理論、鍵概念を理解する。

【授業時間外学習】
関連資料を精読する。発表担当者は発表に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第９回　テーマ発表⑥：マーケティング**
【　到達目標　】
(1)マーケティングに関する研究動向を理解する。
(2)マーケティング関する諸理論、鍵概念を理解する。

【授業時間外学習】
関連資料を精読する。発表担当者は発表に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第10回　講義：研究・調査の基礎**
【　到達目標　】
(1)研究の意義と具備すべき要件や手続き、構成要素について理解する。
(2)基本的な調査手法・方法を理解する。

【授業時間外学習】
課題資料を精読し、研究とはなにか？について考える。(4.0hr)

**第11回　調査の立案と計画**
【　到達目標　】
(1)リサーチクエスチョンを明確にする。
(2)調査の計画を立案する。

【授業時間外学習】
組織の身近な疑問・興味・関心の深掘りし、調査テーマを考える。(4.0hr)

**第12回　調査の実施と分析**
【　到達目標　】
(1)調査を実施する。
(2)調査データの分析方法を理解する。

【授業時間外学習】
調査実施に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第13回　調査結果のまとめ**
【　到達目標　】
(1)調査データを分析する。
(2)調査結果を考察する。

【授業時間外学習】
調査データの入力など、分析に向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第14回　調査結果のプレゼンテーション**
【　到達目標　】
(1)調査結果を効果的にまとめ、発表する。

【授業時間外学習】
発表資料等、プレゼンテーションに向けた準備をおこなう。(4.0hr)

**第15回　成果物の作成**
【　到達目標　】
(1)プレゼンテーションを踏まえ、最終的な成果物を作成する。

【授業時間外学習】
最終的な成果物の作成。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

基礎科目である「スポーツマネジメント」を踏まえて、より応用的・研究的なスタンスからスポーツマネジメント分野の研究課題や研究方法についての理解を深める。本演習科目では各テーマに基づくプレゼンテーションとディスカッションを活発におこない、身近な疑問を解き明かすための調査（取材）も実施予定である。なお、プレゼンテーションの準備や、調査（取材）に関する各種資料の作成、調査の実施、成果物の作成などは時間外学習となる。また、本科目は実習の為、グループ学習やプレゼンテーション、ルーブリックを用いた相互評価などのアクティブラーニングの手法を積極的に導入し、能動的な学びを促進する。また、状況に応じてプロジェクトの企画・運営（PBL）等も実施予定である。

**【教科書・参考書など】**

特に定めない。
※参考書や参考資料は授業時に紹介する（適宜、配布する）。

**【成績評価方法】**

テーマに基づくプレゼンテーション（ディスカッション含む）を30%、調査の実施とプレゼンテーションを30%、最終的な成果物を40%として総合評価する。

| 科目名 | スポーツプログラミング演習 | | | 担当者 | 大　橋　祐　二 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Program | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR302 | | |

**【目的とねらい】**

陸上競技・陸上運動の特性および理論を踏まえ、陸上競技・陸上運動のプログラム作成や発表を行う。さらに、その問題点を解決しながら、より実践的なプログラミング法を習得する。

**【授業内容・到達目標など】**

| | |
|---|---|
| **第１回　オリエンテーション：授業の進め方、陸上競技・陸上運動の特性**<br>【　到達目標　】<br>陸上競技・陸上運動の特性を理解し、授業内容・展開を把握する。<br><br>【授業時間外学習】<br>陸上運動の特性について、書籍やメディアを活用して理解を深める。（4.0hr） | **第９回　跳運動の発表・指導実践・検討③**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した跳運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>跳運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） |
| **第２回　走運動プログラムの作成**<br>【　到達目標　】<br>走運動の特性および理論を理解する。<br>走運動プログラムの指導上の留意点を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） | **第10回　投運動プログラムの作成**<br>【　到達目標　】<br>投運動の特性および理論を理解する。<br>投運動プログラムの指導上の留意点を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>投運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） |
| **第３回　走運動の発表・指導実践・検討①**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した走運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） | **第11回　投運動の発表・指導実践・検討①**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した投運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>投運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） |
| **第４回　走運動の発表・指導実践・検討②**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した走運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） | **第12回　投運動の発表・指導実践・検討②**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した投運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>投運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） |
| **第５回　走運動の発表・指導実践・検討③**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した走運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） | **第13回　投運動の発表・指導実践・検討③**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した投運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>投運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） |
| **第６回　跳運動プログラムの作成**<br>【　到達目標　】<br>跳運動の特性および理論を理解する。<br>跳運動プログラムの指導上の留意点を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>跳運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） | **第14回　指導実践の総括・問題点の検討**<br>【　到達目標　】<br>各プログラムの振り返りを行い、改善点を明確にする。<br><br>【授業時間外学習】指導実践に関する自己評価および他者評価により、指導内容の問題点を抽出してその対策と共に整理する。（4.0hr） |
| **第７回　跳運動の発表・指導実践・検討①**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した跳運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>跳運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） | **第15回　陸上競技・陸上運動プログラムの発展**<br>【　到達目標　】<br>自身が実施した陸上競技・陸上運動プログラムを発展させ、応用プログラムを作成する。<br><br>【授業時間外学習】<br>応用プログラムを作成し、今後のスポーツ指導場面に活かせるよう準備する。（4.0hr） |
| **第８回　跳運動の発表・指導実践・検討②**<br>【　到達目標　】<br>担当グループが企画した跳運動プログラムを実施し、その内容や指導方法を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>跳運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr） | |

**【学習上の留意点】**

グループごとに作成・企画した陸上競技・陸上運動プログラムを実施するため、「走・跳・投」運動に適したシューズや服装を準備すること。また、より実践的な指導力を身につけるために、指導する側だけでなく指導を受ける側も積極的に授業に参加すること。

本講義では、陸上競技・陸上運動の指導に関する理解をより深めるために、学習者同士のグループ学習の時間を設ける。さらに、学習活動および指導実践の内容について、各回の授業終了後にフィードバックを行う。

**【教科書・参考書など】**

「陸上競技の学習指導」　小木曽一之編著、道和書院
「基礎から身に付く陸上競技　初級編」　公益財団法人日本陸上競技連盟編、大修館書店

**【成績評価方法】**

プログラミングレポート50%、陸上競技・陸上運動プログラムの発表・指導実践50%として、総合的に評価する。

| 科目名 | スポーツプログラミング演習 | | | 担当者 | 木皿久美子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Program | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR302 | | |

【目的とねらい】

体づくり、動きづくり、健康づくりを目的にした体操の特性と理論をふまえて、特にリズムムーブメントの作成と発表を行う。さらに、その問題点を解決しながら実践的なプログラミング法と指導法を習得していく。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
(1)授業の進め方、評価の方法等を理解する。
【授業時間外学習】
全体の構成を把握する。(4.0hr)

**第２回　リズムムーブメントの特性と理論**
【　到達目標　】
(1)リズムムーブメントの特性を理解する。
【授業時間外学習】
世間一般でのリズム系運動について考えてみる。(4.0hr)

**第３回　リズムムーブメントの実際：体操型・キット式**
【　到達目標　】
(1)キット式の構成法を理解し、組み合わせたり発展させたりする楽しさを体験する。
【授業時間外学習】
既習のステップや動きを思い出す。(4.0hr)

**第４回　リズムムーブメントの実際：ダンス型・コラージュ式**
【　到達目標　】
(1)コラージュ式の構成法を理解し、イメージ通りに動く面白さを体験する。
【授業時間外学習】
即興で動く面白さを思い出す。(4.0hr)

**第５回　リズムムーブメントの作成**
【　到達目標　】
(1)キット式のリズムムーブメントをグループで作成する。
【授業時間外学習】
動きを提案できるように準備する。(4.0hr)

**第６回　リズムムーブメント（１）の構成と工夫**
【　到達目標　】
(1)ねらいに応じたプログラムになるように運動の配列等を工夫する。
【授業時間外学習】
意見を提案できるように準備する。(4.0hr)

**第７回　リズムムーブメント（１）の修正と検討**
【　到達目標　】
(1)運動の強度や難易度の観点から修正を加える。
【授業時間外学習】
意見を発表できるように準備する。(4.0hr)

**第８回　リズムムーブメント（１）の発表**
【　到達目標　】
(1)構成したプログラムを発表する。
【授業時間外学習】
動きのイメージを膨らませておく。(4.0hr)

**第９回　プログラムの問題点と指導法の検討**
【　到達目標　】
(1)見せ合いから問題点を確認する。
【授業時間外学習】
意見を準備する。(4.0hr)

**第10回　リズムムーブメント（２）の構成**
【　到達目標　】
(1)コラージュ式のリズムムーブメントを作成する。
【授業時間外学習】
動きを提案できるように準備する。(4.0hr)

**第11回　リズムムーブメント（２）の修正と検討**
【　到達目標　】
(1)対象に応じた内容と指導法を検討する。
【授業時間外学習】
意見を発表できるように準備する。(4.0hr)

**第12回　リズムムーブメント（２）の指導**
【　到達目標　】
(1)指導する－指導を受ける－評価する。
【授業時間外学習】
指導場面をシミュレーションしておく。(4.0hr)

**第13回　ディスカッションによる授業の成果と問題点の検討**
【　到達目標　】
(1)リズムムーブメントの特性と運動効果について発表する。
【授業時間外学習】
自分の意見を準備しておく。(4.0hr)

**第14回　プログラミングのまとめ**
【　到達目標　】
(1)プログラミング法について理解して説明する。
【授業時間外学習】
他者に伝える内容と方法について準備する。(4.0hr)

**第15回　プログラミングの確認と発表**
【　到達目標　】
(1)リズムムーブメントの展開とその指導法について確認する。
【授業時間外学習】
授業内容を整理して、自分の理解を確認する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

プログラミングはグループになって行うため、人任せにしないで動き等を積極的に提案できるように心がける。指導には良い動き方のデモンストレーションと声掛けなどのインストラクションがある。どちらも習得できるようにグループで互いに支援し合って授業を受ける。

【教科書・参考書など】

随時プリント配布。

【成績評価方法】

発表内容40%、実技力40%、レポート20%で総合的に評価する。

| 科目名 | スポーツプログラミング演習 | | | 担当者 | 柴　田　雅　貴 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Program | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR302 | | |

**【目的とねらい】**

ボールゲームといわれるスポーツの特性および理論を踏まえて、グループごとに様々な対象者に応じたルールをアレンジしたり、新しいボールゲームを考案したりできる。その考案した新しいボールゲームを互いに発表、実施、評価し、問題点を解決しながら実践的なプログラミング法を習得することが目的である。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　授業のねらいと進め方**
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方を理解する。

【授業時間外学習】
ボールゲームにはどのような種目があるのかを調べる。

**第２回　ボールゲームの特性**
【　到達目標　】
(1)ボールゲームの特性について理解する。

【授業時間外学習】
興味関心のあるボールゲームについてルールや歴史について調べる。

**第３回　対象に応じた活動①**
【　到達目標　】
(1)対象者の発育発達段階やライフスタイルに合わせたスポーツ活動を提供する。
(2)既存のボールゲームを対象者に合わせてアレンジし、実践する。

【授業時間外学習】
考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第４回　対象に応じた活動②**
【　到達目標　】
(1)対象者の発育発達段階やライフスタイルに合わせたスポーツ活動を提供する。
(2)既存のボールゲームを対象者に合わせてアレンジし、実践する。

【授業時間外学習】
考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第５回 対象に応じた活動③**
【　到達目標　】
(1)対象者の発育発達段階やライフスタイルに合わせたスポーツ活動を提供する。
(2)既存のボールゲームを対象者に合わせてアレンジし、実践する。

【授業時間外学習】
考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第６回　対象に応じた活動④**
【　到達目標　】
(1)対象者の発育発達段階やライフスタイルに合わせたスポーツ活動を提供する。
(2)既存のボールゲームを対象者に合わせてアレンジし、実践する。

【授業時間外学習】
考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第７回　対象に応じた活動⑤**
【　到達目標　】
(1)対象者の発育発達段階やライフスタイルに合わせたスポーツ活動を提供する。
(2)既存のボールゲームを対象者に合わせてアレンジし、実践する。

【授業時間外学習】
考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第８回　対象に応じた活動⑥**
【　到達目標　】
(1)対象者の発育発達段階やライフスタイルに合わせたスポーツ活動を提供する。
(2)既存のボールゲームを対象者に合わせてアレンジし、実践する。

【授業時間外学習】
考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第９回　対象に応じた活動⑦**
【　到達目標　】
(1)対象者の発育発達段階やライフスタイルに合わせたスポーツ活動を提供する。
(2)既存のボールゲームを対象者に合わせてアレンジし、実践する。

【授業時間外学習】
考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第10回　新しいボールゲームの考案①**
【　到達目標　】
(1)ボールゲームの特性を踏まえ、新しいボールゲームを考案する。

【授業時間外学習】
新しく考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第11回　新しいボールゲームの考案②**
【　到達目標　】
(1)ボールゲームの特性を踏まえ、新しいボールゲームを考案する。

【授業時間外学習】
新しく考案したゲームについて、実施時間やグループ分けについてシミュレーションをする。

**第12回　グループ発表・実施・評価①**
【　到達目標　】
(1)考案したボールゲームの発表・実施・評価を通して、問題点を分析・評価する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて実践したゲームを振り返る。

**第13回　グループ発表・実施・評価②**
【　到達目標　】
(1)考案したボールゲームの発表・実施・評価を通して、問題点を分析・評価する。

【授業時間外学習】
それぞれの役割に応じて実践したゲームを振り返る。

**第14回　反省と問題点の検討**
【　到達目標　】
(1)発表・実施・評価から得られた問題点について理解し、考察できる。

【授業時間外学習】
発表の反省を踏まえ、ゲームをプログラムする際の留意点について考える。

**第15回　総合的検証**
【　到達目標　】
(1)本演習を通して習得したことを総合的に理解し、説明できる。

【授業時間外学習】
生涯スポーツの現場に立つことを想定して、授業で得られた情報の整理を行う。

**【学習上の留意点】**

本演習は全てグループでの活動となるため、ただ参加するだけでなく、積極的に活動し、さらにリーダーシップを取れるよう努めることが求められる。

**【教科書・参考書など】**

特になし。

**【成績評価方法】**

平常授業での到達度を50%、発表内容・レポート課題を50%として評価する。

| 科目名 | スポーツプログラミング演習 | | | 担当者 | 中　丸　信　吾 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Program | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR302 | | |

**【目的とねらい】**

この演習では、自然体験活動の特性と理論を踏まえてプログラミングができるようになることを目的とし、対象に合わせた自然体験活動を企画し実践できるようになることをねらいとしている。また、野外での活動は安全配慮が極めて重要であるため、活動におけるリスクマネジメントについても理解し、実践できるようになることをねらいとしている。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション、自然体験活動の特性**
【　到達目標　】
(1)授業の進め方を理解する。
(2)自然体験活動の特性を理解する。
【授業時間外学習】
自身の体験したことのある野外運動・自然体験活動を振り返り、まとめる。（4.0hr）

**第２回　自然体験活動の実践①　野外運動**
【　到達目標　】
(1)野外運動を取り上げ、実践を通して活動のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
野外運動にはどのようなものがあるか調べてまとめる。（4.0hr）

**第３回 自然体験活動の実践②　野外生活技術**
【　到達目標　】
(1)野外生活技術を取り上げ、実践を通して活動のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
野外生活技術にはどのようなものがあるか調べてまとめる。（4.0hr）

**第４回　リスクマネジメント①　リスクマネジメントとは**
【　到達目標　】
(1)自然体験活動におけるリスクマネジメントについて、実践事例から理解する。
【授業時間外学習】
自然体験活動におけるリスクマネジメントについて調べてまとめる。（4.0hr）

**第５回　リスクマネジメント②　KYT（危険予知トレーニング）**
【　到達目標　】
(1)自然体験活動における安全配慮について理解する。
【授業時間外学習】
ハインリッヒの法則、KYTについて調べてまとめる。（4.0hr）

**第６回　リスクマネジメント③　安全マニュアルの作成・発表**
【　到達目標　】
(1)自然体験活動における安全マニュアルを作成できる。
【授業時間外学習】
安全マニュアルに必要な要件について事前に調べてまとめる。（4.0hr）

**第７回　自然体験活動の指導実践①**
【　到達目標　】
(1)自然体験活動の指導のポイントを理解し、指導マニュアルを作成できる。
【授業時間外学習】
自然体験活動の指導マニュアルに必要な要件について、事前に調べてまとめる。（4.0hr）

**第８回　自然体験活動の指導実践②**
【　到達目標　】
(1)作成した指導マニュアルに沿って、自然体験活動の指導実践を行うことができる。
【授業時間外学習】
指導実践に向けて準備を行う。（4.0hr）

**第９回　アウトドアゲーム実践①　自然体験型ゲーム**
【　到達目標　】
(1)自然体験型ゲームの実践を通して、活動のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
子どもたちの自然体験活動の実態について調べてまとめる。（4.0hr）

**第10回　アウトドアゲーム実践②　自然学習型ゲーム**
【　到達目標　】
(1)自然学習型ゲームの実践を通して、活動のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
パッケージドプログラムについて調べてまとめる。（4.0hr）

**第11回　アウトドアゲーム実践③　課題解決型ゲーム**
【　到達目標　】
(1)課題解決型ゲームの実践を通して、活動のポイントを理解する。
【授業時間外学習】
チームビルディングについて調べてまとめる。（4.0hr）

**第12回　アウトドアゲーム創作①**
【　到達目標　】
(1)グループでのアウトドアゲームを作成できる。
【授業時間外学習】
アウトドアゲーム作成に向けてアイデアを創出する。（4.0hr）

**第13回　アウトドアゲーム創作②**
【　到達目標　】
(1)グループでのアウトドアゲームを作成できる。
【授業時間外学習】
ゲームの進行や安全配慮について考える。（4.0hr）

**第14回　アウトドアゲーム発表（指導指導）①**
【　到達目標　】
(1)グループでのアウトドアゲームを発表（指導体験）できる。
(2)アウトドアゲームの評価をすることができる。
【授業時間外学習】
発表に向けて準備を行う。（4.0hr）

**第15回　アウトドアゲーム発表（指導実践）②**
【　到達目標　】
(1)グループでのアウトドアゲームを発表（指導体験）できる。
(2)アウトドアゲームの評価をすることができる。
【授業時間外学習】
発表に向けて準備を行う。（4.0hr）

**【学習上の留意点】**

この授業は、個人または小グループでの実践やワーク・プレゼンテーション・指導などアクティブラーニング形式で展開する。実技の内容も含まれるため、運動ができる服装で参加すること（事前にアナウンスあり）。また、活動の特性上、安全配慮が極めて重要になることを常に心に留めて授業に参加すること。プレゼンテーションや指導実践・レポート課題に対して授業内で解説によるフィードバックを行う。

野外教育の理解を深めるために「野外活動」「野外教育論」を履修することが望ましい。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に指定しない。適宜プリントを配布する。
参考書：『野外教育の理論と実践』自然体験活動研究会編(小森伸一　責任編集)/杏林書院(2011)、『キャンプ指導者入門』日本キャンプ協会

**【成績評価方法】**

プログラミング内容の評価40%、プレゼンテーションおよび指導実践40%、レポート評価20%

| 科目名 | スポーツプログラミング演習 | | | 担当者 | 山 川 啓 介 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Program | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR302 | | |

【目的とねらい】

水泳・水中運動等の特性及び理論を踏まえ、水泳・水中運動等のプログラムの作成や発表を行う。さらに、その問題点を解決しながら実践的なプログラミング法を修得する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション：授業の進め方、水泳・水中運動の特性**
【　到達目標　】
授業の進め方を理解する。
水泳・水中運動等の特性を理解する。

【授業時間外学習】水中運動の特性について、書籍やメディアを活用して、陸上運動と対比させながら理解を深める。(4.0hr)

**第２回　水の特性と水泳・水中運動のプログラミングの実際**
【　到達目標　】
水の特性（浮力、水圧、水温、抵抗）を理解する。
水泳・水中運動プログラムの作成に関する基礎知識を理解する。

【授業時間外学習】
水中運動プログラムの実践事例について、書籍等を活用して理解を深める。(4.0hr)

**第３回　水泳・水中運動プログラムの構成と指導上の留意点**
【　到達目標　】
水泳・水中運動プログラムの構成を理解する。
水泳・水中運動プログラムの指導上の留意点を理解する。

【授業時間外学習】
水中運動プログラムの実践事例について、書籍等を活用して理解を深める。(4.0hr)

**第４回　水中運動実習（歩行、レクリエーション）**
【　到達目標　】
水中運動の基礎としての歩行および簡易的レクリエーションを実践および理解する。

【授業時間外学習】歩行動作の正しいフォームに関する書籍やメディアを活用し、鏡等を活用して自身のフォームを確認する。(4.0hr)

**第５回　各種泳法実習（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ）①**
【　到達目標　】
水泳・水中運動を指導する上での必要最低限と考えられる基礎的泳法を修得する。

【授業時間外学習】基礎的泳法の中で、特にクロールについて書籍やメディアを活用して、泳法イメージを具体化する。(4.0hr)

**第６回　各種泳法実習（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ）②**
【　到達目標　】
水泳・水中運動を指導する上での必要最低限と考えられる基礎的泳法を修得する。

【授業時間外学習】基礎的泳法の中で、特に背泳ぎについて書籍やメディアを活用して、泳法イメージを具体化する。(4.0hr)

**第７回　水遊び実習、各種泳法実習（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ）③**
【　到達目標　】
水慣れの一環としての水遊びを経験および理解する。
基礎的泳法の質を高め、修得する。

【授業時間外学習】基礎的泳法の中で、特に平泳ぎについて書籍やメディアを活用して、泳法イメージを具体化する。(4.0hr)

**第８回　ボールを用いた水中運動実習（水球、水中バレーボールなど）**
【　到達目標　】
ボールを用いた水中運動として、水球もしくは水中バレーボールを取り上げ、プログラム内容や指導方法を理解する。

【授業時間外学習】書籍やメディアを活用して水球およびバレーボールのゲームに対する理解を深める。(4.0hr)

**第９回　器具を用いた水中運動実習（ストレングス、スノーケルなど）**
【　到達目標　】
スノーケルを用いた水泳およびビート板やプールの端壁を用いた水中ストレングスのプログラム内容や指導方法を理解する。

【授業時間外学習】ダイビングの書籍やメディアを活用し、スノーケルの活用方法の理解を深める。(4.0hr)

**第10回　受講生による指導実習（心拍数の測定及び指導上の注意点）①**
【　到達目標　】
事前に作成した指導プログラムをもとに、指導実践を行う。
指導の中で適宜心拍数の測定および測定値の意味を説明する。

【授業時間外学習】
指導実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

**第11回　受講生による指導実習（心拍数の測定及び指導上の注意点）②**
【　到達目標　】
事前に作成した指導プログラムをもとに、指導実践を行う。
指導の中で適宜心拍数の測定および測定値の意味を説明する。

【授業時間外学習】
指導実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

**第12回　受講生による指導実習（心拍数の測定及び指導上の注意点）③**
【　到達目標　】
事前に作成した指導プログラムをもとに、指導実践を行う。
指導の中で適宜心拍数の測定および測定値の意味を説明する。

【授業時間外学習】
指導実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

**第13回　受講生による指導実習（心拍数の測定及び指導上の注意点）④**
【　到達目標　】
事前に作成した指導プログラムをもとに、指導実践を行う。
指導の中で適宜心拍数の測定および測定値の意味を説明する。

【授業時間外学習】
指導実践内容の評価および反省を整理する。(4.0hr)

**第14回　指導実習のまとめおよび問題点の検討**
【　到達目標　】
指導実習のまとめとして、受講生個々が他の受講生の指導を参考にしながら振り返り、今後の課題を明確にする。

【授業時間外学習】指導実践に関する自己評価および他者評価により、指導内容の問題点を抽出してその対策と共に整理する。(4.0hr)

**第15回　救助法および安全対策（着衣泳含む）**
【　到達目標　】
安全対策として、救助法の理論を理解し、基礎的実技を実践する。

【授業時間外学習】
書籍やメディアを活用し、救助法に関する理解を深める。(4.0hr)

【学習上の留意点】

指導者とはどうあるべきか、を考えた受講態度が求められる。そのため、指導実習をどうこなすかという指導能力に加え、他の受講生による指導実習の際の受講態度も非常に大切である。プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー系の着用は不可とする。ほぼ毎時間、水泳指導に関する理解をより深めるために、学習者同士によるグループ学習の時間を設ける。各回の学習活動および指導実践の内容は、その授業終了時にフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

「アクアフィットネス教本」　柴田義晴、原英喜編著、大修館書店
「安全水泳」　財団法人日本水泳連盟編、大修館書店

【成績評価方法】

1.プログラミングレポート（30%）、2.水泳・水中運動プログラムの発表・指導実践（40%）、3.水泳・水中運動に関する筆記試験（30%）。
評価は、上記に加えて受講態度を含め、総合的に判定する。

| 科 目 名 | スポーツプログラミング演習 | | | 担当者 | ﾖｰｺ･ｶﾘﾝ･ｾﾞｯﾀｰﾗﾝﾄﾞ | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | Seminar in Sports Program | | | | | |
| 単 位 数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR302 | | |

**【目的とねらい】**

集団で行う既存のボールゲームを研究し、理解した上でその種目の特性や運動としての特性を生かし、様々な対象に応じた新しい簡易スポーツや遊びをグループ毎に考察する。また、そのスポーツをお互いに実践し、相互に評価を行う。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
(1)授業の内容や進め方、注意事項について理解する。
(2)グループ分けを行う。

【授業時間外学習】
ボールゲームの種類・特性について調べる。(4.0hr)

**第２回　ボールゲームの特性と理論**
【　到達目標　】
(1)ボールゲームの種類・特性を理解し、グループごとに発表する。

【授業時間外学習】
発表されたボールゲームについてまとめる。(4.0hr)

**第３回　新しいボールゲームの考案**
【　到達目標　】
(1)グループごとに意見を出し合い、新しいボールゲームについてまとめる。

【授業時間外学習】
新たなボールゲーム考案となるための資料を準備する。(4.0hr)

**第４回　新しいボールゲームの発表・評価**
【　到達目標　】
(1)グループで決めた新たなボールゲームについてプレゼンテーションを行う。
(2)グループにて発表した新たなボールゲームを評価し合う。

【授業時間外学習】
プレゼンテーションの準備を行う。(4.0hr)

**第５回　新しいボールゲームの実施・評価①**
【　到達目標　】
(1)評価の高かったグループの新たなボールゲームの実践・評価を行う。

【授業時間外学習】
実施した内容の振り返りを行う。(4.0hr)

**第６回　新しいボールゲームの実施・評価②**
【　到達目標　】
(1)評価の高かったグループの新たなボールゲームの実践・評価を行う。

【授業時間外学習】
実施した内容の振り返りを行う。(4.0hr)

**第７回　新しいボールゲームの実施・評価③**
【　到達目標　】
(1)評価の高かったグループの新たなボールゲームの実践・評価を行う。

【授業時間外学習】
実施した内容の振り返りを行う。(4.0hr)

**第８回　新しいボールゲームの実施・評価④**
【　到達目標　】
(1)評価の高かったグループの新たなボールゲームの実践・評価を行う。

【授業時間外学習】
実施した内容の振り返りを行う。(4.0hr)

**第９回　年代別に合った新しいボールゲームの考案**
【　到達目標　】
(1)グループで年代別に合った新しいボールゲームについてまとめる。

【授業時間外学習】
新しいボールゲームについての資料を準備する。(4.0hr)

**第10回　年代別に合った新しいボールゲームの発表・評価**
【　到達目標　】
(1)グループで決めた新たなボールゲームについてプレゼンテーションを行う。
(2)グループにて発表した新たなボールゲームを評価し合う。

【授業時間外学習】
プレゼンテーションの準備を行う。　(4.0hr)

**第11回　年代別に合った新しいボールゲームの実施①**
【　到達目標　】
(1)評価の高かったグループの新たなボールゲームの実施・評価を行う。

【授業時間外学習】
実施した内容の振り返りを行う。　(4.0hr)

**第12回　年代別に合った新しいボールゲームの実施②**
【　到達目標　】
(1)評価の高かったグループの新たなボールゲームの実施・評価を行う。

【授業時間外学習】
実施した内容の振り返りを行う。　(4.0hr)

**第13回　年代別に合った新しいボールゲームの実施③**
【　到達目標　】
(1)評価の高かったグループの新たなボールゲームの実施・評価を行う。

【授業時間外学習】
実施した内容の振り返りを行う。　(4.0hr)

**第14回　年代別に合った新しいボールゲームの実施④**
【　到達目標　】
(1)評価の高かったグループの新たなボールゲームの実施・評価を行う。

【授業時間外学習】
実施した内容の振り返りを行う。　(4.0hr)

**第15回　まとめ**
【　到達目標　】
(1)授業で習得したことを発表し、意見交換を行う。
(2)課題を明確にし、今後に繋げる。

【授業時間外学習】
全体を通して学んだことをレポートにする。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

実習が中心となるため、服装・身だしなみは実技にふさわしいものとする。安全面の観点からフード付きのスウェットやジャケットの着用は避けること(フードが引っかかるなどして頭部や頸部の損傷を防止するため)。また、グループ単位で活動するため、役割を決め積極的に参加すること。

**【教科書・参考書など】**

特になし。随時授業にて資料を配布する。

**【成績評価方法】**

授業での理解度50%、レポート課題・グループ発表内容50%として評価する。

| 科目名 | スポーツプログラミング演習 | | | 担当者 | 渡　部　　誠 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports Program | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HMR302 | | |

**【目的とねらい】**

この演習では、陸上競技・運動の特性及び理論を踏まえ、様々な動きの経験を通して「走る・跳ぶ・投げる」の基本的な動きづくりを考案し発表できる能力を養成する。さらに、問題点を解決しながら正しいプログラミング法を習得していく。また、キッズアスレティックスについて理解し、企画し行うことができることを目的とする。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　陸上競技・運動の特性**
【　到達目標　】
(1)陸上競技・運動の特性を理解し、授業の内容について把握できる。
【授業時間外学習】
陸上競技・運動の特性について確認し、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第２回　走運動の考案・作成**
【　到達目標　】
(1)グループ毎に分かれ、走運動の一つの運動についてのねらい、用具、方法、注意点について明確にし、走運動を作成できる。
【授業時間外学習】
走運動について考案し、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第３回　走運動の発表・実施・検討①**
【　到達目標　】
(1)担当グループが企画した走運動を実施し、他のメンバーは理解して活動することができる。
【授業時間外学習】
実施した内容について改善点を明確し、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第４回　走運動の発表・実施・検討②**
【　到達目標　】
(1)３回目と同。
【授業時間外学習】
実施した内容について改善点を明確し、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第５回　跳運動の考案・作成**
【　到達目標　】
(1)グループ毎に分かれ、跳運動の一つの運動についてのねらい、用具、方法、注意点について明確にし、跳運動を作成できる。
【授業時間外学習】
跳運動について考案し、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第６回　跳運動の発表・実施・検討①**
【　到達目標　】
(1)担当グループが企画した走運動を実施し、他のメンバーは理解して活動することができる。
【授業時間外学習】
実施した内容について改善点を明確にし、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第７回　跳運動の発表・実施・検討②**
【　到達目標　】
(1)６回目と同。
【授業時間外学習】
実施した内容について改善点を明確にし、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第８回　投運動の考案・作成**
【　到達目標　】
(1)グループ毎に分かれ、投運動の一つの運動についてのねらい、用具、方法、注意点について明確にし、投運動を作成できる。
【授業時間外学習】
投運動について考案し、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第９回　投運動の発表・実施・検討①**
【　到達目標　】
(1)担当グループが企画した投運動を実施し、他のメンバーは理解して活動できる。
【授業時間外学習】
実施した内容について改善点を明確にし、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第10回　投運動の発表・実施・検討②**
【　到達目標　】
(1)９回目と同。
【授業時間外学習】
実施した内容について改善点を明確にし、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第11回　キッズアスレティックスの概要**
【　到達目標　】
(1)キッズアスレティックスについて理解できる。
【授業時間外学習】
キッズアスレティックスについて確認し、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第12回　キッズアスレティックスの作成・準備**
【　到達目標　】
(1)役割分担を決め、実施に必要な用器具と手順を理解できる。
【授業時間外学習】
役割分担と、実施に必要な用器具について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第13回　キッズアスレティックスの実際①**
【　到達目標　】
(1)手順に基づき、実施することができる。
【授業時間外学習】
実施した内容について改善点を明確にし、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第14回　キッズアスレティックスの実際②**
【　到達目標　】
(1)１３回目と同。
【授業時間外学習】
実施した内容について改善点を明確にし、次回の授業の準備を進める。（4.0hr）

**第15回　キッズアスレティックスの応用**
【　到達目標　】
(1)応用したプログラムを作成できる。
【授業時間外学習】
応用したプログラムを作成し、今後のスポーツ指導場面に活かせるよう準備をする。（4.0hr）

**【学習上の留意点】**

積極的に授業に参加し、企画・実施をすること。グループ毎の担当者が作成したプログラムのプレゼンテーションを行いながら各運動プログラムを行うので、シューズや服装は注意すること。グループ学習での実施になるので、役割分担を決めて他人任せにしないこと。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に指定しない。

**【成績評価方法】**

企画した内容について50%、プレゼンテーションを含む指導力について50%として評価する。

| 科目名 | スポーツサービス論 | | | 担当者 | 芳　地　泰　幸 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory of Sport Service | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HMR303 | | |

**【目的とねらい】**

経済社会の成熟化とサービス化に伴い、現代ではモノを消費するよりも体験することを重視した「コト消費」が増えている。そこで本講義ではサービス・マーケティングの諸理論を中心に、健康・スポーツといったサービス財を効果的に提供していくための基本的な理論や技法、考え方について学ぶ。具体的には、フィットネスクラブ、観戦型スポーツ、地域スポーツイベント、健康運動、スポーツ教室などを事例に、サービス・マーケティングの視点から対象者（消費者）のニーズを満たすスポーツ・プロダクトを効果的に提供するための基本的な理論や考え方を習得するとともに、具体的な改善・企画案を立案できるようになることを目指す。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　経済社会の成熟とサービス化**
【　到達目標　】
(1)経済社会の成熟とサービス化・ソフト化について理解する。
(2)サービス化社会を促進する環境的要因について理解する。

【授業時間外学習】
サービスとは何か、どのようなことかについて考えてみる。(4.0hr)

**第２回　消費者意識の変化とサービスの特質**
【　到達目標　】
(1)消費者意識の変化について理解する。
(2)製品の分類とサービス財の特質を理解する。

【授業時間外学習】
取引の対象としての身近なスポーツプロダクトの特質について整理する。(4.0hr)

**第３回　サービス・エンカウンター**
【　到達目標　】
(1)サービス・エンカウンターとは何かについて理解する。
(2)顧客と従業員の接点、サービス・エンカウンターの管理について理解する。

【授業時間外学習】
日頃の生活の中で、サービスと接する場面について調べる。(4.0hr)

**第４回　サービス・マネジメントの基本的な考え方**
【　到達目標　】
(1)マーケティングの役割と機能を理解する。
(2)マーケティング・マネジメントの体系を理解する。

【授業時間外学習】
効果的にサービスを提供するために必要な要素を整理する。(4.0hr)

**第５回　市場機会の発見に向けた環境分析**
【　到達目標　】
(1)環境分析の目的を理解する。
(2)3C分析、SWOT分析を理解する。

【授業時間外学習】
代表的な手法（3C・SWOT分析）を用いて身近な組織の環境分析を実施する。(4.0hr)

**第６回　STPマーケティング**
【　到達目標　】
(1)セグメンテーションとターゲッティングを理解する。
(2)ポジショニング戦略とポジショニングマップについて理解する。

【授業時間外学習】
身近な企業のターゲッティングについて調べる。(4.0hr)

**第７回　マーケティングにおける経営戦略**
【　到達目標　】
(1)代表的な経営戦略を理解する。
(2)代表的な事業戦略を理解する。

【授業時間外学習】
身近な企業の経営戦略（競争戦略・事業戦略）について整理する。(4.0hr)

**第８回　マーケティング・ミックス**
【　到達目標　】
(1)マーケティング・ミックスを理解する。
(2)製品（有形財・無形財）に応じたマーケティング・ミックスを理解する。

【授業時間外学習】
マーケティング・ミックスの視点から身近な企業（製品）の事例を整理する。(4.0hr)

**第９回　サービスの捉え方とサービス品質**
【　到達目標　】
(1)サービスのとらえ方（拡大製品概念）を理解する。
(2)サービスの品質、評価および、ブランドの影響力について理解する。

【授業時間外学習】
消費者の視点から、製品の購入や質を判断する際の要素を整理してみる。(4.0hr)

**第10回　サービスの価格設定**
【　到達目標　】
(1)カスタマバリューを理解する。
(2)価格設定に影響を及ぼす要因を理解する。

【授業時間外学習】
身近な製品の価格を調べ、価格設定に影響を及ぼす要因を分析する。(4.0hr)

**第11回　プロモーション戦略**
【　到達目標　】
(1)プロモーションの役割と消費者行動（購買行動モデル）を理解する。
(2)プロモーション手法とメディア選択を理解する。

【授業時間外学習】
プロモーションの目的（役割）および、使用メディアの長所・短所を整理する。(4.0hr)

**第12回　経験価値のマーケティング**
【　到達目標　】
(1)経験価値という考え方を理解する。
(2)経験価値の5つの要素について具体的な事例に基づき理解する。

【授業時間外学習】今日の企業活動において経験価値という概念が重要な意義を持つ理由について整理する。(4.0hr)

**第13回　サービス・プロフィット・チェーン**
【　到達目標　】
(1)サービス・プロフィット・チェーン（SPC）の考え方を理解する。
(2)顧客満足度と顧客ロイヤリティの関係について理解する。

【授業時間外学習】
顧客満足やロイヤリティを高めるために大切なことを整理する。(4.0hr)

**第14回　サービス・スタッフのマネジメント**
【　到達目標　】
(1)インターナル・マーケティングを理解する。
(2)従業員教育の重要性、従業員満足度と顧客満足との関係について理解する。

【授業時間外学習】
従業員の満足度や、やる気がどのように顧客満足に影響するか整理する。(4.0hr)

**第15回　ソーシャル・マーケティング**
【　到達目標　】
(1)企業の社会的責任について理解する。
(2)企業の社会貢献活動について理解する。

【授業時間外学習】
身近な企業の社会貢献活動について調べ、その意義と役割について考察する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

基礎科目である「スポーツマネジメント」を踏まえ、より実践的・専門的な視点からスポーツサービスを効果的に提供していくための諸理論や考え方を中心に解説する。履修学生は消費者（利用者）と提供者（企業）の双方の視点からスポーツサービスや企業活動について考えてほしい。毎回の講義後には学生の理解度や疑問点を把握するためのミニッツペーパー（レスポンスカード）を実施し、次回の講義時にフィードバックをおこなう。さらに、時間外での主体的な学びを促すための課題レポートも課し、評価コメントを付して受講生にフィードバックする。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に定めない。
＜参考書＞「サービス・マーケティング 第2版」生産性出版、2010年。「サービス・マーケティング入門」法政大学出版局、2009年。等
※その他の参考文献や参考資料は講義時に紹介する（適宜、配布する）。

**【成績評価方法】**

課題レポート（講義内での小レポート含む）を40%、定期試験の結果を60%として総合評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | スポーツ指導論 | | | 担当者 | 渡　部　　誠 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory of Sports Coaching | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | | | 専門・必修 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HMR401 | | |

**【目的とねらい】**

現代社会におけるスポーツ活動は、学校や地域社会においてライフスタイルをより充実させるために重要な役割を果たしている。本講義では、多種多様な世代・層の人たちに対し、それぞれの関心や目的に応じた指導ができる基本的な事項について学び、スポーツ指導の専門家としての資質能力を高めていくことを目的とする。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　スポーツ指導とは**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導における位置づけと意義について理解する。
【授業時間外学習】
コーチングとティーチングの違いについて確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第２回　スポーツの概念**
【　到達目標　】
(1)スポーツの概念及び定義・価値について理解する。
【授業時間外学習】
「黙示的なルール」について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第３回　スポーツ指導者の基本理論**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導者の基本理論について理解し、その指導タイプについて考える。
【授業時間外学習】
スポーツ指導者のタイプについて確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第４回　段階に応じたスポーツ指導**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導における一貫指導システムを理解し、発育・発達段階に応じた指導について考える。
【授業時間外学習】
経験したスポーツ活動について指導状況を確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第５回　ジュニア期のスポーツ指導**
【　到達目標　】
(1)長期的視点からのジュニア期のスポーツ指導について理解する。
【授業時間外学習】
動きづくりの具体的な方法について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第６回　スポーツ指導の安全指導・安全管理**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導における安全指導と安全管理について理解し、具体的な事例を説明できる。
【授業時間外学習】
安全管理上の問題について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第７回　スポーツ指導計画①**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導計画の重要性について理解し、その立案の基本的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
技術向上における練習手段について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第８回　スポーツ指導計画②**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導計画の時間的構造について理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
技能レベルと体力要素を高める指導計画を確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第９回　スポーツ指導の主題と実際**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導の前提となる、種目の特性を理解した上で、どのように指導したら良いのかを考えることができる。
【授業時間外学習】
スポーツ種目の競技性について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第10回　女性とスポーツ指導**
【　到達目標　】
(1)女性スポーツの始まりと発展について理解し、問題点とその改善の方法について考えることができる。
【授業時間外学習】
女性スポーツの問題点とその改善点について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第11回　スポーツ指導におけるミーティングについて**
【　到達目標　】
(1)ミーティングの方法について理解する。
【授業時間外学習】
実際に経験した、ミーティングについて確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第12回　スポーツ指導におけるモラルについて**
【　到達目標　】
(1)指導者としてのモラルについて考えることができる。
【授業時間外学習】
指導者としてのモラルについて確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第13回　スポーツ指導の活用**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導における具体的な基本スキルについて理解し、説明できる。
【授業時間外学習】
スポーツ指導における基本スキルについて確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第14回　スポーツ指導の評価**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導における評価の必要性について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ指導における評価について確認し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)

**第15回　スポーツ指導における改善点について**
【　到達目標　】
(1)スポーツ指導における改善点について考えることができる。
【授業時間外学習】
改善点について確認し、今後の指導場面に活かせるように準備する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義では、資料を配布しパワーポイントを中心に説明する。ただ、配布された資料やパワーポイントを見るのではなく、理解し確認していくことが大切である。ほぼ毎時間、講義内容に関する小レポートを作成し、理解度の確認を行う。小レポートの結果は。次回の授業時に解説によるフィードバックを行う。また、学習の進行状況に応じて最終レポートを提出する。スポーツ指導という重要な授業であるので積極的な参加が望まれる。

**【教科書・参考書など】**

教科書は特に指定しない。
日本体育協会公認スポーツ指導者用テキスト
『概説スポーツ　スポーツを学ぶ人のために』岡野進編著、渡部誠他共著（創文企画）

**【成績評価方法】**

課題に対する回答50%（小レポート含む）と最終レポート50%で評価する。

| 科目名 | 体力測定評価法 | | | 担当者 | 佐 伯 徹 郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Principles and Methods for Physical Fitness Test | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HME201 | | |

【目的とねらい】

体力あるいは運動能力についての基本的な考え方と、その測定方法と評価法について総合的な理解を深めることが目的である。講義では文部科学省の新体力テストすべての年齢についての実施方法や評価方法について学び、実際に成人と高齢者のテストを体験する。得られた測定値を用いて統計処理の基礎も学びながら、活用法を身につける。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション、体力・運動能力の概念**
【　到達目標　】
(1)授業の目標、予定、ルールを知る。
(2)体力・運動能力の概念について確認する。

【授業時間外学習】
体力・運動能力の概念について調査・考察する。(4.0hr)

**第２回　新体力テストの特徴**
【　到達目標　】
(1)体力・運動能力の測定・評価のねらいを理解する。
(2)新体力テストの特徴を理解する。

【授業時間外学習】
新体力テストについて調査・考察する。(4.0hr)

**第３回　新体力テスト「20歳～64歳まで」のテスト実施要項確認**
【　到達目標　】
(1)「20歳～64歳まで」のテスト実施要項を理解する。
(2)実施のための役割分担をする。

【授業時間外学習】
新体力テスト「20歳～64歳まで」の実際について調査・考察する。(4.0hr)

**第４回　「20歳～64歳まで」のテスト実施（験者/被験者）①**
【　到達目標　】
(1)験者・被験者になり実際に体力テストを体験する。

【授業時間外学習】
新体力テスト「20歳～64歳まで」の評価法について調査・考察する。(4.0hr)

**第５回　「20歳～64歳まで」のテスト実施（験者/被験者）②**
【　到達目標　】
(1)験者・被験者になり実際に体力テストを体験する。

【授業時間外学習】
新体力テスト「20歳～64歳まで」の活用法について調査・考察する。(4.0hr)

**第６回　幼児の運動能力測定について**
【　到達目標　】
(1)幼児の運動能力測定があることを知る。
(2)全国調査の結果から幼児の体力・運動能力について知る。

【授業時間外学習】
幼児の運動能力測定について調査・考察する。(4.0hr)

**第７回　「6歳～11歳」「12歳～19歳」「65歳～79歳」のテスト実施要項確認**
【　到達目標　】
(1)それぞれのテストについて実施要項を理解する。
(2)特に高齢者のADLについて理解する。

【授業時間外学習】
様々な年代の新体力テストについて調査・考察する。(4.0hr)

**第８回　高齢者3種目体験**
【　到達目標　】
(1)高齢者の6種目のうち3種目を体験する。

【授業時間外学習】
高齢者の体力テストについて調査・考察する。(4.0hr)

**第９回　高齢者の体力について**
【　到達目標　】
(1)加齢による体力の変化を知る。
(2)介護予防に関する体力測定法とその評価について知る。

【授業時間外学習】
高齢者の体力テストの評価法および活用法について調査・考察する。(4.0hr)

**第10回　測定結果の活用①**
【　到達目標　】
(1)体力測定の評価と活用法について知る。
(2)各自の測定値と全国の値とを比較する。

【授業時間外学習】
体力測定の評価法および活用法について調査・考察する。(4.0hr)

**第11回　測定結果の活用②**
【　到達目標　】
(1)各自のデータと日女体大の値を比較する。
(2)5段階得点、Zスコア、Tスコアを求める。

【授業時間外学習】
体力測定のデータの統計処理について調べて理解する。(4.0hr)

**第12回　身体組成（太りすぎとやせすぎ）**
【　到達目標　】
(1)簡単に身体組成を測定する方法について知る。
(2)簡単な計算で各自の肥満度を求める。

【授業時間外学習】
身体組成の測定評価について調査・考察する。(4.0hr)

**第13回　アスリートの体力について**
【　到達目標　】
(1)オリンピック選手の体力測定について知る。

【授業時間外学習】
アスリートの体力測定について調査・考察する。(4.0hr)

**第14回　様々な体力・運動能力測定について**
【　到達目標　】
(1)様々な体力・運動能力測定について知る。

【授業時間外学習】
様々な体力・運動能力測定について調査・考察する。(4.0hr)

**第15回　体力向上に関する施策について**
【　到達目標　】
(1)子どもの体力向上に関しての取り組みを知る。
(2)青少年・高齢者の体力向上に関しての取り組みを知る。

【授業時間外学習】
体力向上に関する施策について調査・考察する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

講義では毎回の内容に即したプリントを配布し、パワーポイントで補足説明を行なう。受講者は必要な事項を記録することにより、実践で活用できる資料として完成させていくこと。演習では実際に体力測定を行い各自のデータを得、活用することになる。数値のみならず、験者・被験者を通じて得た事柄をレポートすることにより、将来に役立つノウハウが身に付くよう努力してもらいたい。

授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

【教科書・参考書など】

教科書は特に使用しない。必要に応じて資料を配布する。

【成績評価方法】

小テストおよびレポートの結果を20%、期末テストの結果を80%として評価する。
試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 救急処置法 | | | 担当者 | 夏　井　裕　明 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | First Aid | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | 専門基礎・選択 | 専門・選択 | 専門基礎・選択 |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HME202 | | |

## 【目的とねらい】

本講義は臨床スポーツ医学の前編（外科系）として位置づけられる。健康運動指導士・健康運動実践指導者・日本体育協会公認スポーツ指導者資格の共通科目Ⅰ・Ⅲに関する内容を扱う。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション**

【　到達目標　】

講義の目的、進め方、単位認定の方法について理解する。受講に際しての注意点を理解する。

【授業時間外学習】

シラバスを参考にして、授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第２回 B：女性とスポーツⅠ（受精から性成熟期まで）K：外傷総論Y：女性とスポーツ**

【　到達目標　】

B：女性の一生のうち、性成熟期までのスポーツ医学的問題を理解する。
K：外傷とは何か、その受傷機転・症状・診断・治癒過程について理解する。
Y：女性の一生のうち、性成熟期までのスポーツ医学的問題を理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 29 - 36　を読む。(4.0hr)

**第３回　B：女性とスポーツⅡ（妊娠・出産から更年期まで）K：応急処置総論Y：成長・発達の一般原則**

【　到達目標　】

B：女性の一生のうち、妊娠・出産および更年期におけるスポーツ医学的問題を理解する。
K：RICE処置の内容・方法・効果について理解する。
Y：Scamonの発育曲線を学び、成長・発達の一般原則を理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 42 - 47　を読む。(4.0hr)

**第４回 B：応急処置総論K：　頭部のスポーツ外傷Y：外傷総論**

【　到達目標　】

B：RICE処置の内容・方法・効果について理解する。
K：意識障害の診かた、頭部外傷について理解する。
Y：外傷とは何か、その受傷機転・症状・診断・治癒過程について理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 36 - 39、 55 - 58、 157 - 160　を読む。(4.0hr)

**第５回　B：頭部のスポーツ外傷K：顔面のスポーツ外傷Y：応急処置総論**

【　到達目標　】

B：意識障害の診かた、頭部外傷について理解する。
K：顔面外傷、鼻出血、歯牙損傷について理解する。
Y：RICE処置の内容・方法・効果および止血法について理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 233 - 241　を読む。(4.0hr)

**第６回　B：上肢のスポーツ外傷・障害Ⅰ（鎖骨から肩関節）K：上肢のスポーツ外傷・障害Ⅰ（鎖骨から肩関節）Y：頭部外傷に対する応急処置**

【　到達目標　】

B：鎖骨から肩関節までのスポーツ外傷・障害について理解する。
K：鎖骨から肩関節までのスポーツ外傷・障害について理解する。
Y：意識障害の診かた、頭部外傷について理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 62 - 72　を読む。(4.0hr)

**第７回 B：上肢のスポーツ外傷・障害Ⅱ（上腕から手指）K：上肢のスポーツ外傷・障害Ⅱ（上腕から前腕）Y：上肢の外傷に対する応急処置**

【　到達目標　】

B：上腕から手指までのスポーツ外傷・障害について理解する。
K：上腕から前腕までのスポーツ外傷・障害について理解する。
Y：発育発達期に起こりやすい上肢の外傷を理解し、それに対する応急処置を学ぶ。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 72 - 83　を読む。(4.0hr)

**第８回　B：体幹のスポーツ外傷・障害（頸部から腰部）K：上肢のスポーツ外傷・障害Ⅲ（手関節から指）Y：下肢の外傷に対する応急処置**

【　到達目標　】

B：頸部から腰部までのスポーツ外傷・障害について理解する。
K：手関節から指までのスポーツ外傷・障害について理解する。
Y：発育発達期に起こりやすい下肢の外傷を理解し、それに対する応急処置を学ぶ。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 83 - 89　を読む。(4.0hr)

**第９回　B：下肢のスポーツ外傷・障害Ⅰ（膝関節）K：体幹のスポーツ外傷・障害Ⅰ（頸部から胸部）Y：学校生活における感染症対策**

【　到達目標　】

B：膝のスポーツ外傷・障害について理解する。
K：頸部から胸部までのスポーツ外傷・障害について理解する。
Y：学校感染症の種類と特徴を学び、出席停止期間の根拠を理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 58 - 61、 90　を読む。(4.0hr)

**第10回　B：下肢のスポーツ外傷・障害Ⅱ（大腿、下腿、足部）K：体幹のスポーツ外傷・障害Ⅱ（腰部から骨盤）Y：循環器・腎疾患・代謝性疾患と学校生活管理**

【　到達目標　】

B：大腿および下腿から足部までのスポーツ外傷・障害について理解する。
K：腰部のスポーツ外傷・障害について理解する。
Y：循環器疾患、腎疾患を理解し、学校生活管理指導票を学ぶ。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 89 - 100　を読む。(4.0hr)

**第11回　B：内科的疾患とスポーツⅠ（循環器・呼吸器の急性疾患）K：下肢のスポーツ外傷・障害Ⅰ（膝の外傷）Y：呼吸器疾患に対する応急処置**

【　到達目標　】

B：運動中の突然死、過換気症候群、運動誘発性喘息とその対策について理解する。
K：膝のスポーツ外傷について理解する。
Y：気管支喘息、運動誘発性喘息を理解し、喘息発作に対する応急処置を学ぶ。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 105 - 115　を読む。(4.0hr)

**第12回　B：内科的疾患とスポーツⅡ（慢性疾患と感染症）K：下肢のスポーツ外傷・障害Ⅱ（膝の障害、大腿部）Y：アナフィラキシーに対する応急処置**

【　到達目標　】

B：貧血と主な感染症について理解する。
K：膝のスポーツ障害と大腿部のスポーツ外傷について理解する。
Y：食物アレルギーを理解し、アナフィラキシー・ショックに対する応急処置を学ぶ。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 115 - 123　を読む。(4.0hr)

**第13回　B：内科的疾患とスポーツⅢ（熱中症）K：下肢のスポーツ外傷・障害Ⅲ（大腿・下腿・足部）Y：熱中症の応急処置**

【　到達目標　】

B：熱中症の要因・症状・応急処置・対策について理解する。
K：大腿および下腿から足部までのスポーツ外傷・障害について理解する。
Y：熱中症の要因・症状・応急処置・対策について理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 100 - 105、 123 - 139　を読む。(4.0hr)

**第14回　心肺蘇生法の理論**

【　到達目標　】

心肺蘇生法の理論について理解する。

【授業時間外学習】

スポーツ指導者のためのスポーツ医学　第２版　p 213 - 220　を読む。(4.0hr)

**第15回　心肺蘇生法実習**

【　到達目標　】

心肺蘇生法実習を通じて、BLS（Basic Life Support）ができるようになる。

【授業時間外学習】

BLSヘルスケアプロバイダー　マニュアル　を読む。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

本科目は選択科目ではあるが、教員免許（B・K）、健康運動指導士（K）、健康運動実践指導者（K）、日本体育協会公認スポーツ指導者共通科目（K）、GFI（グループエクササイズ・フィットネス・インストラクター）（K)資格取得のための必修科目である。１年次開講の「機能解剖学」、「スポーツ生理学」を履修済みであることを前提とする。２年次後期開講の「スポーツ医学（K)」も併せて履修することが望ましい。

講義の最後に小テストを行い、講義内容の理解度を確認する。

第15回の心肺蘇生法実習は夏休みの補講・集中講義期間中に実施する。

## 【実務経験のある教員による授業科目】

医師としての臨床経験を活かし、競技スポーツや学校体育、社会体育におけるスポーツの実践や指導に関連する臨床スポーツ医学のうち、外科系の内容について講義を行う。

## 【教科書・参考書など】

参考書：「スポーツ指導者のためのスポーツ医学（第２版）」、小出清一他編、南江堂
「健康運動指導士養成講習会テキスト上・下」、公益財団法人　健康・体力づくり事業財団
「公認スポーツ指導者養成テキスト　共通科目Ⅰ・Ⅲ」、公益財団法人　日本体育協会

## 【成績評価方法】

試験成績（100%）で成績を評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | スポーツ調査法 | | | 担当者 | 小野 里真弓 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Investigation Methods for Sports | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HME203 | | |

## 【目的とねらい】

健康・スポーツ科学領域では、多岐にわたるテーマや課題に対して様々なアプローチによる研究が進められている。その研究手法の多くは、測定や調査データを用いて現象を数値化するものであり、客観的なデータの統計処理に基づき検討されている。

本講義では、各種調査法およびデータ解析法を学び、Excelや統計ソフトSPSSを活用した基本的な統計の手法を実践的に学習するとともに、健康・スポーツ科学の分野における多様な研究テーマに対する調査のデザインやプロセスを理解する。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　講義ガイダンス・スポーツ調査法の概要**
【　到達目標　】
(1)スポーツ調査法の講義で学習する内容について理解する。
【授業時間外学習】
シラバス等を活用し、講義内容を確認する。(4.0hr)

**第２回　健康・スポーツ科学における調査研究について**
【　到達目標　】
(1)健康・スポーツ科学の研究分野で用いられている統計手法について理解する。
【授業時間外学習】
健康・スポーツ科学分野の様々な研究アプローチについて復習する。(4.0hr)

**第３回　統計解析の基本（１）（度数分布・クロス集計）**
【　到達目標　】
(1)データの特性（質的データ・量的データ）を理解する。
(2)度数分布やクロス集計について理解する。
【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容について復習する。(4.0hr)

**第４回　統計解析の基本（２）（$\chi^2$検定・ｔ検定）**
【　到達目標　】
(1) $\chi^2$検定・ｔ検定の意味を理解する。
【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容について復習する。(4.0hr)

**第５回　統計解析の基本（３）（Ｆ検定・分散分析）**
【　到達目標　】
(1)Ｆ検定・分散分析の意味を理解する。
【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容について復習する。(4.0hr)

**第６回　多変量解析による発展分析**
【　到達目標　】
(1)因子分析・重回帰分析・数量化などの多変量解析を用いた分析結果を考察する。
【授業時間外学習】
講義で配布された資料の内容について復習する。(4.0hr)

**第７回　調査研究の企画・研究計画**
【　到達目標　】
(1)健康・スポーツ科学の視点から、研究計画を検討する。
(2)グループワークにより研究調査計画書を作成する。
【授業時間外学習】
各グループで検討した研究テーマに関連する事項や情報を収集する。(4.0hr)

**第８回　調査票の作成と留意点**
【　到達目標　】
(1)研究計画を踏まえ、必要に応じた調査票の構成・作成を理解する。
【授業時間外学習】
各グループの調査テーマに即した調査票を作成する。(4.0hr)

**第９回　アンケート調査の実施（データ収集）**
【　到達目標　】
(1)受講生を対象とし、アンケート調査を実施する。
【授業時間外学習】
回収した調査票を整理し、回答状況を確認する。(4.0hr)

**第10回　データ処理・集計方法**
【　到達目標　】
(1)データ入力のためのコーディング、集計方法を理解する。
(2)Excelを活用したデータ入力の手法を理解する。
【授業時間外学習】
回収した調査票をデータ化し、Excelに入力する。(4.0hr)

**第11回　データ解析の理解（基礎集計・発展分析等）**
【　到達目標　】
(1)ExcelデータをSPSSに変換する手法を理解する。
(2)SPSSによるデータ集計（度数分布・クロス集計）を理解する。
【授業時間外学習】
統計ソフトSPSSを活用し、データを分析する。(4.0hr)

**第12回　調査結果のまとめ方・プレゼンテーションの作成**
【　到達目標　】
(1)分析結果のまとめ方（グラフの作成）を理解する。
(2)結果の考察、プレゼンテーションの作成ができる。
【授業時間外学習】
統計ソフトSPSSにより分析した結果をExcelを活用しグラフ化する。(4.0hr)

**第13回　調査報告プレゼンテーション（１）**
【　到達目標　】
(1)Power Pointを活用したプレゼンテーションができる。
(2)発表グループへのコメント・ディスカッションができる。
【授業時間外学習】
発表グループのプレゼンテーションを参考にし、自身のプレゼンテーションを作成する。(4.0hr)

**第14回　調査報告プレゼンテーション（２）**
【　到達目標　】
(1)Power Pointを活用したプレゼンテーションができる。
(2)発表グループへのコメント・ディスカッションができる。
【授業時間外学習】
プレゼンテーション作成のポイントを理解し、自身のレポート課題に取り組む。(4.0hr)

**第15回　本講義の総評・プレゼンテーションスキルの理解**
【　到達目標　】
(1)本講義で学習した内容について理解できたことなどを確認する。
(2)調査報告プレゼンテーションの作成について理解を深める。
【授業時間外学習】
より有効なプレゼンテーション作成のためのPower Point活用スキルを復習する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

講義では、配布資料やパワーポイントを用いて要点を示し、口頭でその詳細を説明する。受講者は、説明された内容を理解するだけではなく、グループワークによる調査研究計画の作成や調査の実践に取り組むことになるため各講義での到達目標をよく理解することが必要である。毎回ではないが、学習過程での理解度や調査課題の検討について課題を提示する。評価は次回の講義で解説する。パソコン等の活用が必須となるが、受講するにあたり特別なスキルは不要であり、講義での課題を通してExcelやSPSS、Power Point等のスキルを身に付けることが可能である。グループワークによる課題やプレゼンテーションの評価については、第15回講義の中でポイントを解説する。

## 【教科書・参考書など】

教科書は特に指定しない。適宜、参考資料を配布する。
＜参考書＞
「図解 アンケート調査と統計解析がわかる本」　酒井 隆 著（日本能率協会マネジメントセンター）、「SPSSのススメ①」　竹原 貞真 著（北大路書房）

## 【成績評価方法】

グループワークによる課題への取り組みを40%、各自で作成するレポート課題を60%として評価する。

| 科目名 | 健康スポーツ演習（アクアスポーツ） | | | 担当者 | 山　川　啓　介 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports for Health (Aquatic Sports) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME204 | | |

【目的とねらい】

健康の維持及び体力作りのための水泳・水中運動の考え方を理解し、安全管理と指導のための実践能力を養成する。

【授業内容・到達目標など】

| | |
|---|---|
| **第１回　オリエンテーション：授業の進め方、水中運動の効果**<br>【　到達目標　】<br>授業の進め方を理解する。<br>水中運動の特性を理解する。<br><br>【授業時間外学習】水中運動と陸上運動の相違点に関して、書籍やメディア等を利用して理解を深める。(4.0hr) | **第９回　受講生による指導実習②**<br>【　到達目標　】<br>受講生が事前に準備した指導計画に則り、指導実習を行う。<br>運動強度の指標としての心拍数を測定する。<br><br>【授業時間外学習】<br>指導実習の評価及び反省をまとめる。(4.0hr) |
| **第２回　水の特性と水中環境が及ぼす身体への影響**<br>【　到達目標　】<br>水の特性（浮力、水圧、水温、抵抗）を理解する。<br>水中環境が身体に与える影響を理解する。<br><br>【授業時間外学習】水中環境が身体に与える影響に関して、書籍やメディア等を利用して理解する。(4.0hr) | **第10回　受講生による指導実習③**<br>【　到達目標　】<br>受講生が事前に準備した指導計画に則り、指導実習を行う。<br>運動強度の指標としての心拍数を測定する。<br><br>【授業時間外学習】<br>指導実習の評価及び反省をまとめる。(4.0hr) |
| **第３回　水中運動プログラム作成上の実際および留意点**<br>【　到達目標　】<br>水中運動プログラム作成の実際を、留意点と共に理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>水中運動プログラム実践に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr) | **第11回　受講生による指導実習④**<br>【　到達目標　】<br>受講生が事前に準備した指導計画に則り、指導実習を行う。<br>運動強度の指標としての心拍数を測定する。<br><br>【授業時間外学習】<br>指導実習の評価及び反省をまとめる。(4.0hr) |
| **第４回　泳法実習（クロール）**<br>【　到達目標　】<br>水泳・水中運動指導者に必要な泳力を身につけるための泳法としてのクロールを修得する。<br><br>【授業時間外学習】<br>クロールの技術について、書籍やメディア等を活用して理解を深める。(4.0hr) | **第12回　受講生による指導実習⑤**<br>【　到達目標　】<br>受講生が事前に準備した指導計画に則り、指導実習を行う。<br>運動強度の指標としての心拍数を測定する。<br><br>【授業時間外学習】<br>指導実習の評価及び反省をまとめる。(4.0hr) |
| **第５回　泳法実習（背泳ぎ）**<br>【　到達目標　】<br>水泳・水中運動指導者に必要な泳力を身につけるための泳法としての背泳ぎを修得する。<br><br>【授業時間外学習】<br>背泳ぎの技術について、書籍やメディア等を活用して理解を深める。(4.0hr) | **第13回　受講生による指導実習⑥**<br>【　到達目標　】<br>受講生が事前に準備した指導計画に則り、指導実習を行う。<br>運動強度の指標としての心拍数を測定する。<br><br>【授業時間外学習】<br>指導実習の評価及び反省をまとめる。(4.0hr) |
| **第６回　泳法実習（平泳ぎ）**<br>【　到達目標　】<br>水泳・水中運動指導者に必要な泳力を身につけるための泳法としての平泳ぎを修得する。<br><br>【授業時間外学習】<br>平泳ぎの技術について、書籍やメディア等を活用して理解を深める。(4.0hr) | **第14回　指導実習のまとめおよび問題点の検討**<br>【　到達目標　】<br>指導実習のまとめとして、受講生個々が他の受講生の指導を参考にしながら振り返り、今後の課題を明確にする。<br><br>【授業時間外学習】<br>指導実習の自己評価および他者評価より、今後の課題を整理する。(4.0hr) |
| **第７回　水中運動実習（水中歩行、水中ストレングス）**<br>【　到達目標　】<br>水中運動の中から、ウォーキングとストレングスを取り上げ実践し、種目、目的や正しいフォームを理解する。<br><br>【授業時間外学習】ウォーキングやストレングスの書籍を読み、陸上にて自身のフォームを確認する。(4.0hr) | **第15回　救助法を含む、水泳・水中運動時の安全管理・対策**<br>【　到達目標　】<br>特にプール環境における安全管理および対策を理解する。<br>救助法の基礎を実践する。<br><br>【授業時間外学習】<br>水泳を対象とした安全教育に関する書籍を読み、理解を深める。(4.0hr) |
| **第８回　受講生による指導実習①**<br>【　到達目標　】<br>受講生が事前に準備した指導計画に則り、指導実習を行う。<br>運動強度の指標としての心拍数を測定する。<br><br>【授業時間外学習】心拍数の測定や評価法に関して事前に予習し、指導実習の評価及び反省をまとめる。(4.0hr) | |

【学習上の留意点】

本演習は、水泳・水中運動の指導者としての第一歩を踏み出す内容であり、科学的理論背景に基づいた指導を実践することに加え、指導者としての心構えも含めた内容も修得する。そのため、指導者とはどうあるべきか、を考えた受講態度が求められる。プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー系の着用は不可とする。ほぼ毎時間、水泳指導に関する理解をより深めるために、学習者同士によるグループ学習の時間を設ける。各回の学習活動および指導実践の内容は、その授業終了時にフィードバックを行う。

【教科書・参考書など】

「アクアフィットネス教本」　柴田義晴、原英喜編著、大修館書店
「安全水泳」　財団法人日本水泳連盟編、大修館書店

【成績評価方法】

1.指導実習の計画書（30%）、2.水泳・水中運動指導の実践（40%）、3.水泳・水中運動に関する筆記試験（30%）。
評価は、上記に加えて受講態度を含め、総合的に判定する。

| 科目名 | 健康スポーツ演習（ウォーキング・ジョギング） | | | 担当者 | 佐伯　徹郎・渡部　　誠 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sports for Health (Walking and Jogging) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME205 | | |

**【目的とねらい】**

ウォーキングとジョギングの身体的・精神的・社会的な効果に関する理論と方法について習得する。ウォーキング・ジョギングの運動特性を理解し、さまざまな効果を目指した実践法、指導法の習得を目的とする。なお、毎回の授業におけるウォームアップおよびクールダウンの生理学的な効果を理解し、主運動の内容に応じて適切に実践・指導できることも目指す。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　ウォーキング・ジョギングの特性と効果について**
【　到達目標　】
(1)ウォーキング・ジョギングの特性と効果について理解する。
(2)安全・効果的なウォーミングアップとクールダウンについて、その目的および意義と関連付けて理解し説明できる。
【授業時間外学習】
ウォーキング・ジョギングの特性と効果について調査・考察する。(4.0hr)

**第２回　ウォーキングのフォーム**
【　到達目標　】
(1)ウォーキングの良いフォームについて理解し実感する。
(2)ウォームアップとクールダウンの様々な方法（例えば、受動的および能動的方法について）を理解し説明できる。
【授業時間外学習】
ウォーキングのフォームについて調査・考察し、実践する。(4.0hr)

**第３回　ウォーキングのペース（強度）**
【　到達目標　】
(1)ウォーキングの最適ペースについて理解し実感する。
(2)ウォームアップの生理反応および期待される効果について理解し説明できる。
【授業時間外学習】
ウォーキングのペースについて調査・考察し、実践する。(4.0hr)

**第４回　最適ペースによるウォーキング**
【　到達目標　】
(1)最適ペースによる効果的なウォーキングを実践する。
(2)クールダウンの生理反応および期待される効果について理解し説明できる。
【授業時間外学習】
最適ペースによるウォーキングを実践または指導する。(4.0hr)

**第５回　ウォーキングの実際①：時間で歩く**
【　到達目標　】
(1)時間を目安にしたウォーキングを実践する。
(2)適切なウォームアップとクールダウンの生理反応と効果を理解・意識して実践する。
【授業時間外学習】
時間によるウォーキングを実践または指導する。(4.0hr)

**第６回　ウォーキングの実際②：距離で歩く**
【　到達目標　】
(1)距離を目安にしたウォーキングを実践する。
(2)適切なウォームアップとクールダウンの生理反応と効果を理解・意識して実践する。
【授業時間外学習】
距離によるウォーキングを実践または指導する。(4.0hr)

**第７回　いろいろなウォーキング法**
【　到達目標　】
(1)ねらいに応じたいろいろなウォーキングを実践する。
(2)ウォームアップとクールダウンの指導原則を理解し説明できる。
【授業時間外学習】
いろいろなウォーキング法について調査・考察し、実践する。(4.0hr)

**第８回　目的・対象に応じた指導法：ウォーキング**
【　到達目標　】
(1)ウォーキングの指導法について、ウォームアップとクールダウンを含めて理解し実践する。
【授業時間外学習】
ウォーキングの指導法について調査・考察し、指導する。(4.0hr)

**第９回　ジョギングのフォーム**
【　到達目標　】
(1)ジョギングの良いフォームについて理解し実感する。
(2)より強度の高い主運動のウォームアップとクールダウンについて、主運動関連的方法と非関連的方法を理解し実践できる。
【授業時間外学習】
ジョギングのフォームについて調査・考察し、実践する。(4.0hr)

**第10回　ジョギングのペース（強度）**
【　到達目標　】
(1)ジョギングの最適ペースについて理解し実感する。
(2)適切なウォームアップとクールダウンの生理反応と効果を理解・意識して実践する。
【授業時間外学習】
ジョギングのペースについて調査・考察し、実践する。(4.0hr)

**第11回　最適ペースによるジョギング**
【　到達目標　】
(1)最適ペースによる効果的なジョギングを実践する。
(2)適切なウォームアップとクールダウンの生理反応と効果を理解・意識して実践する。
【授業時間外学習】
最適ペースによるジョギングを実践または指導する。(4.0hr)

**第12回　ジョギングの実際①：時間で走る**
【　到達目標　】
(1)時間を目安にしたジョギングを実践する。
(2)適切なウォームアップとクールダウンの生理反応と効果を理解・意識して実践する。
【授業時間外学習】
時間によるジョギングを実践または指導する。(4.0hr)

**第13回　ジョギングの実際②：距離で走る**
【　到達目標　】
(1)距離を目安にしたジョギングを実践する。
(2)適切なウォームアップとクールダウンの生理反応と効果を理解・意識して実践する。
【授業時間外学習】
距離によるジョギングを実践または指導する。(4.0hr)

**第14回　いろいろなジョギング法**
【　到達目標　】
(1)ねらいに応じたいろいろなジョギングを実践する。
(2)適切なウォームアップとクールダウンの生理反応と効果を理解・意識して実践する。
【授業時間外学習】
いろいろなジョギング法について調査・考察し、実践する。(4.0hr)

**第15回　目的・対象に応じた指導法：ジョギング**
【　到達目標　】
(1)ジョギングの指導法について、その特性や対象者に応じた安全で効果的なウォームアップとクールダウンを含めて理解し実践する。
【授業時間外学習】
ジョギングの指導法について調査・考察し、指導する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

まず自身の健康管理に努めて授業参加すること。汗をかく、寒くなるなどの状況にも適切に対応すること。
自分が安全・効果的にウォーキング・ジョギングできることが目標だが、できるだけ指導する立場になって取り組むこと。
記録や筆算による計算も多いが、めげずにしっかり記入しながら取り組むこと。
授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

**【教科書・参考書など】**

配布資料による。

**【成績評価方法】**

毎回の課題記入状況70%、最終課題30%で評価する。

| 科目名 | 子どものスポーツ指導演習 | | | 担当者 | 木皿久美子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Sport Coaching Children | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME206 | | |

**【目的とねらい】**

子どもたちの体力や運動能力の低下が心配されている今日、子どもの発達を理解し運動指導ができる人材が求められている。子どもたちが主体的に身体を動かす意欲を育み、動くことの楽しさを体験することのできる運動遊びを設定するために、年齢に応じた運動発達の過程を理解する。

また、子どもとの遊びを実践的に行い、子どもの遊びと体力や運動能力について考える。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**

【　到達目標　】

授業の進め方、服装、持ち物等について理解する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第２回　子どもの心身の発達を促す豊かな楽しい運動遊びとは**

【　到達目標　】

子どもの年齢に応じた運動発達の過程を理解し支援していく方法について学ぶ。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第３回　身体操作系の楽しい運動遊び１　基本的な運動発達を促す動き**

【　到達目標　】

運動発達の中で最も基礎となる「歩く」「走る」「跳ぶ」の運動について楽しさを経験できる種目を工夫する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第４回　身体操作系の楽しい運動遊び２　楽しい身体表現遊び**

【　到達目標　】

子どもが想像や表現しやすい身近な題材を使い、器用さ、調整力、動きのリズムを獲得させるための動きを創作する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第５回　道具操作系の楽しい運動遊び１　ボール運動遊び**

【　到達目標　】

操作する動作の獲得に加え、自分のからだをコントロールする能力、柔軟性やリズム感を養う遊びを工夫する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第６回　道具操作系の楽しい運動遊び２　縄跳び遊び**

【　到達目標　】

縄跳びは一定のリズムを予測してからだを動かす必要がある遊びである。個人差の大きい遊びでもあり支援の方法を学ぶ。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第７回　道具操作系の楽しい運動遊び３　フープ遊び**

【　到達目標　】

フープの様々な操作を学び、巧緻性、空間認知能力の育成になるための動きを創作する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第８回　道具操作系の楽しい運動遊び４　生活用品を使った運動遊び**

【　到達目標　】

生活の中で触れる身近な用具は子どもの創造性を育む。いろいろな生活用品を用い、運動遊びを展開する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第９回　集団による楽しい運動遊び１　いろいろな鬼ごっこ**

【　到達目標　】

全身の運動能力向上を図るとともにルールも学んでいく。鬼ごっこのバリエーションを広げ、展開する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第10回　集団による楽しい運動遊び２　集団でのボール運動遊び**

【　到達目標　】

ボールから得られる多様な動作を楽しむ。また、自分と相手の役割を理解させるゲームを展開する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第11回　集団による楽しい運動遊び３　伝承遊び**

【　到達目標　】

伝承遊びは歌と遊びが一体となっていることが特徴である。多面的に子どもの発育発達を促す遊びであることを理解する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第12回　運動会の種目１　かけっこ・リレー**

【　到達目標　】

「走る」ことは、運動経験や体格等の個人差など発達の度合いによって差が生じやすいことを理解し、プログラムを工夫する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第13回　運動会の種目２　対抗ゲーム**

【　到達目標　】

様々な動きを加え遊びの要素を高めるためのプログラムづくりを行い、検討する。

【授業時間外学習】

子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)

**第14回　運動会の実際　ミニ運動会**

【　到達目標　】

プログラム・進行等、実際に運動会を企画しミニ運動会を行う。

【授業時間外学習】

授業で学んだ内容をレポートにまとめる。(4.0hr)

**第15回　徒手運動遊びのプログラムづくり**

【　到達目標　】

からだの部位をまんべんなく動かすための徒手遊びを創作し、発表する。

【授業時間外学習】

授業で学んだ内容をレポートにまとめる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

授業は実技を中心に行う。実際に子どもたちと一緒に遊ぶ場面もあることから、服装・身だしなみは実習にふさわしいものとする。

種目毎に実技試験と授業内容に関するレポートを作成し、理解度の確認を行う。

**【教科書・参考書など】**

教科書は使用しないが、参考図書等については授業内で説明する。

**【成績評価方法】**

授業における課題達成度70%、レポート30%で評価する。

| 科目名 | 健康福祉スポーツ論（高齢者） | | | 担当者 | 佐　伯　徹　郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory of Welfare Sports for Aged People | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HME301 | | |

**【目的とねらい】**

高齢者を対象とした運動・スポーツのあり方について、社会および個人の活動の実態を把握し、現状を理解することをねらいとする。また、現場のニーズに応える運動・スポーツプログラムが作成でき、実際に指導するための知識、理論、実技能力について学ぶことを目的とする。

**【授業内容・到達目標など】**

| | |
|---|---|
| **第１回　授業のねらいと進め方**<br>【　到達目標　】<br>(1)授業のねらいと進め方について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康福祉と運動・スポーツの関係、役割について調査・考察する。(4.0hr) | **第９回　高齢者の運動・スポーツプログラムに関するまとめ**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツプログラムの理解度を評価する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツプログラムについて友人とディスカッションする。(4.0hr) |
| **第２回　高齢者の運動・スポーツの実態①**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツの目的について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツの目的について調査・考察する。(4.0hr) | **第10回　高齢者の運動・スポーツ指導能力について**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツ指導能力について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツ指導能力について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第３回　高齢者の運動・スポーツの実態②**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツの方法について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツの方法について調査・考察する。(4.0hr) | **第11回　高齢者の運動・スポーツ指導能力の高め方①**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツの指導能力の高め方を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツ指導能力の高め方について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第４回　高齢者の健康体力の特徴①**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の健康体力の特徴について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の健康体力の特徴について調査・考察する。(4.0hr) | **第12回　高齢者の運動・スポーツ指導能力の高め方②**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツを実践・指導する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツ指導能力の実際について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第５回　高齢者の健康体力の特徴②**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の健康体力のトレーニング効果について理解する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の健康体力のトレーニング効果について調査・考察する。(4.0hr) | **第13回　高齢者の運動・スポーツの実践・指導能力の評価**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツの実践・指導の評価法を理解する。<br>【授業時間外学習】高齢者の運動・スポーツの実践能力および指導能力の評価法について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第６回　高齢者の運動・スポーツプログラムの作成法①**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツプログラムの作成法を学ぶ。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツプログラムについて調査・考察する。(4.0hr) | **第14回　高齢者の運動・スポーツプログラムの作成・実行①：発表①**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツプログラムを作成し、実践する。<br>【授業時間外学習】高齢者の運動・スポーツプログラムの作成法・実行法・指導法について調査・考察する。(4.0hr) |
| **第７回　高齢者の運動・スポーツプログラムの作成法②**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツプログラムを作成する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツプログラムの作成法について調査・考察する。(4.0hr) | **第15回　高齢者の運動・スポーツプログラムの作成・実行②：発表②**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツプログラムを作成し、実践する。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツプログラムの指導法について友人とディスカッションする。(4.0hr) |
| **第８回　高齢者の運動・スポーツプログラムの実際例**<br>【　到達目標　】<br>(1)高齢者の運動・スポーツプログラムの実際を知る。<br>【授業時間外学習】<br>高齢者の運動・スポーツプログラムの実際について調査・考察する。(4.0hr) | |

**【学習上の留意点】**

介護が必要な高齢者については対象としない。そのような高齢者の運動に興味関心ある学生は、健康福祉スポーツ演習（障害者）の受講を薦める。

高齢者の運動・スポーツに関する情報をもとに、プログラム作成に取り組むこと。グループごとの活動が中心となるので、協力して取り組めるかどうかが重要となる。

授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

**【教科書・参考書など】**

配布資料、ビデオ視聴などによる。

**【成績評価方法】**

中間課題30%、最終課題70%で評価する。

| 科目名 | 健康づくりのための運動生理学 | | | 担当者 | 定　本　朋　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Exercise Physiology for Health | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HME302 | | |

【目的とねらい】

本講義の目的は、生活習慣病を予防し、体力・健康を維持増進させる役割を担う運動指導の専門家（健康運動指導士）に必要とされる運動生理学領域の高度な専門的知識を学ぶことである。実践的な知識を効率的に習得するために、健康運動指導士養成のテキスト内容を中心に講義し、各テーマに関する模擬テストや受講生の発表を含む形式で進める。したがって、健康運動指導士資格試験を受験する人の受講が望ましい。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　健康づくりのための運動生理学とは？**

【　到達目標　】

(1)健康づくり運動の理論で取り扱う内容や分野を理解する。
(2)健康運動指導士等の運動指導の専門家の役割を理解する。

【授業時間外学習】

次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第２回　呼吸器系と運動**

【　到達目標　】

(1)呼吸器系の構造・機能、運動時の換気応答について理解する。
(2)持久性トレーニングに伴う変化について理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第３回　循環器系と運動（1）**

【　到達目標　】

(1)心臓の構造と機能について理解する。
(2)血管の構造と機能および動脈血圧について理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第４回　循環器系と運動（2）**

【　到達目標　】

(1)運動時の心拍出量の応答と血流再配分が説明できる。
(2)持久性トレーニングの効果について説明できる。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第５回　神経系と運動（1）**

【　到達目標　】

(1)運動の発現に関わる脳神経系の構造と機能を理解する。
(2)運動の発現と制御について理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第６回　神経系と運動（2）**

【　到達目標　】

(1)上達の生理学的仕組について理解する。
(2)運動が脳・神経系に与える効果について理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第７回　骨格筋系と運動（1）**

【　到達目標　】

(1)骨格筋の構造と機能について理解する。
(2)骨格筋の力学的特性とエネルギー供給機構について理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第８回　骨格筋系と運動（2）**

【　到達目標　】

(1)筋力を規定する要因について説明できる。
(2)筋力トレーニングに伴う変化について説明できる。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第９回　内分泌系と運動**

【　到達目標　】

(1)内分泌腺とそこから出る種々のホルモンについて説明できる。
(2)運動およびトレーニングに伴う内分泌の変化を理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第10回　運動と免疫能**

【　到達目標　】

(1)細胞性免疫と体液性免疫について説明できる。
(2)運動が免疫に及ぼす影響を理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第11回　筋力と筋量を増強するための運動条件とその効果**

【　到達目標　】

(1)健康づくり運動の基礎となるトレーニングの原理・原則を理解する。
(2)筋力と筋量を増強するための運動条件とその効果について理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第12回　筋パワーと筋持久力を高めるための運動条件とその効果**

【　到達目標　】

(1)筋パワー向上のための運動条件について理解する。
(2)筋持久力向上のための運動条件について理解する。
(3)筋パワーと筋持久力トレーニング実施時の留意点について理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第13回　全身持久力を高めるための有酸素性運動**

【　到達目標　】

(1)有酸素性運動と無酸素性運動の違いを理解する。
(2)有酸素性運動を高める運動条件について説明できる。
(3)有酸素性運動の強度表示について説明できる。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第14回　青少年期の成長発育と運動**

【　到達目標　】

(1)青少年期における体型と体組成の発育について説明できる。
(2)青少年期における神経系の発育について説明できる。
(3)青少年期の筋力および持久性機能の発育について説明できる。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

**第15回　女性の体力・運動能力の特徴および加齢に伴う体力低下と運動**

【　到達目標　】

(1)女性の身体的特徴、体力・運動能力および運動効果について理解する。
(2)加齢に伴う体力・運動能力の低下について理解し、運動効果について説明できる。
(3)女性や高齢者を対象とした場合における、指導上の留意点等について理解する。

【授業時間外学習】

復習用配布プリントを完成させて、次回の講義内容（テキスト）を読む。(4.0hr)

【学習上の留意点】

講義は指定教科書を用いて行うので、教科書を準備しておくこと。受講者は授業前に次回の講義内容を予習しておく。その際に専門用語等や分かりにくい点をマークしておく。したがって、この科目には講義前の予習時間が重要であることを念頭において学習してほしい。毎回の授業時間内に、その日の理解度をみる穴埋め方式プリントを配布し、授業時間に答え合わせをする。このように、プリントの設問への解答と補足説明を加えることによりフィードバックとする。

【教科書・参考書など】

指定教科書は「健康運動指導士養成講習会テキスト（書名）、健康・体力づくり事業団発行、2019年」である。健康運動指導士資格を目指す人はこのテキストが必須である。上・下巻の２冊で１セットになった高価な本であることに留意してほしい。本講義のテキストとしては上巻のみを用いる。

【成績評価方法】

確認テスト（50%）と期末のレポート（50%）の結果に基づいて評価する。

| 科目名 | エアロビクス・エクササイズ | | | 担当者 | 佐 伯 徹 郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Practice of Aerobic Exercise | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME303 | | |

【目的とねらい】

健康体力づくりからスポーツ能力向上まで、さまざまな目標達成に役立つエアロビクス・エクササイズ（有酸素性運動）の理論（VO2maxやATなど）を実践的に理解することを目的とする。そのために、代表的な有酸素性運動を中心として、さまざまな運動・スポーツにおける有酸素系の負荷特性を体感する。その際、それぞれの運動強度を心拍数応答および主観的運動強度（RPE）から検討し、プログラミングや指導に関する資料が作成できるようになることを目指す。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　授業のねらいと進め方**
【　到達目標　】
(1)授業のねらいと進め方について理解する。
【授業時間外学習】
エアロビクス・エクササイズについて調査・考察する。(4.0hr)

**第２回　有酸素性運動の理論**
【　到達目標　】
(1)有酸素性運動の理論について理解する。
【授業時間外学習】
有酸素性運動の理論について調査・考察する。(4.0hr)

**第３回　有酸素系能力の評価の実際①：実技**
【　到達目標　】
(1)有酸素系能力（AT）の評価を実践する。
【授業時間外学習】
ATの測定評価法（実技）について調査・考察する。(4.0hr)

**第４回　有酸素系能力の評価の実際①：理論**
【　到達目標　】
(1)有酸素系能力（AT）の評価法について理解する。
【授業時間外学習】
ATの測定評価法（理論）について調査・考察する。(4.0hr)

**第５回　有酸素系能力の評価の実際②：実技**
【　到達目標　】
(1)有酸素系能力（VO2max）の評価を実践する。
【授業時間外学習】
VO2maxの測定評価法（実技）について調査・考察する。(4.0hr)

**第６回　有酸素系能力の評価の実際②：理論**
【　到達目標　】
(1)有酸素系能力（VO2max）の評価法について理解する。
【授業時間外学習】
VO2maxの測定評価法（理論）について調査・考察する。(4.0hr)

**第７回　いろいろな運動の負荷特性①：実技**
【　到達目標　】
(1)いろいろな運動の有酸素系の負荷特性を実感する。
【授業時間外学習】
いろいろな有酸素性運動の種類について調査・考察する。(4.0hr)

**第８回　いろいろな運動の負荷特性①：解説**
【　到達目標　】
(1)いろいろな運動の有酸素系の負荷特性について理解する。
【授業時間外学習】
いろいろな運動の有酸素系の負荷特性および効果について調査・考察する。(4.0hr)

**第９回　いろいろな運動の負荷特性②：実技**
【　到達目標　】
(1)いろいろな運動の無酸素系の負荷特性を実感する。
【授業時間外学習】
いろいろな無酸素性運動の種類について調査・考察する。(4.0hr)

**第10回　いろいろな運動の負荷特性②：解説**
【　到達目標　】
(1)いろいろな運動の無酸素系の負荷特性について理解する。
【授業時間外学習】
いろいろな無酸素性運動の負荷特性および効果について調査・考察する。(4.0hr)

**第11回　有酸素性運動プログラムの作成法**
【　到達目標　】
(1)有酸素性運動のプログラムを作成する。
【授業時間外学習】
有酸素性運動のプログラムの理論や作成法について調査・考察する。(4.0hr)

**第12回　有酸素性運動プログラムの発表①：実技**
【　到達目標　】
(1)有酸素性運動のプログラムを体験し、評価する。
【授業時間外学習】
有酸素性運動のプログラムの実際について調査・考察する。(4.0hr)

**第13回　有酸素性運動プログラムの発表②：実技**
【　到達目標　】
(1)有酸素性運動のプログラムを体験し、評価する。
【授業時間外学習】
有酸素性運動のプログラムの実際についてさらに調査・考察し、理解を深める。(4.0hr)

**第14回　プログラムおよび指導法の評価①：個人**
【　到達目標　】
(1)有酸素性運動のプログラム作成および指導の評価法について理解する。
【授業時間外学習】
有酸素性運動の指導理論や習得法について調査・考察する。(4.0hr)

**第15回　プログラムおよび指導法の評価②：討論**
【　到達目標　】
(1)有酸素性運動のプログラム作成および指導の評価法について討論する。
【授業時間外学習】
有酸素性運動の指導法の実際についてさらに調査・考察する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

実技の内容を講義で確認（解説）する、という形をとるので、理論と実践を関連付けながら取り組むこと。
配布資料が多いので紛失等に気をつけて整理しておくこと。
実技の際は、しっかり記録をつけながら取り組むこと。
授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

【教科書・参考書など】

配布資料、ビデオ視聴などによる。

【成績評価方法】

毎回の課題記入状況40%、最終課題60%で評価する。

| 科目名 | レジスタンス・エクササイズ | | | 担当者 | 佐伯　徹郎・渡部　　誠<br>小林　敬和 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Practice of Resistance Exercise | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME304 | | |

【目的とねらい】

レジスタンスエクササイズ（筋力・パワー・筋持久力の向上をはかるエクササイズの総称）の理論と方法について習得することを目的とする。負荷のかけ方（静的、動的、自体重、パートナー、マシン、フリーウエイトなど）、動作の習得法、負荷の決め方（強度、反復回数、セット数）、プログラムの組み方（種目の選択、実施頻度、期間など）について理解し、さまざまな対象者の、さまざまな目的に応じたプログラムを作成し、実施・指導できる能力を養成する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　レジスタンス・トレーニングとは**
【　到達目標　】
(1)レジスタンス・トレーニングについて理解する。
【授業時間外学習】
レジスタンス・エクササイズについて調査・考察する。(4.0hr)

**第２回　レジスタンス・トレーニングの処方**
【　到達目標　】
(1)レジスタンス・トレーニングの処方について理解する。
【授業時間外学習】
レジスタンス・トレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第３回　マシン・トレーニング①**
【　到達目標　】
(1)マシン・トレーニングについて理解し実践する。
【授業時間外学習】
マシン・トレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第４回　マシン・トレーニング②**
【　到達目標　】
(1)マシン・トレーニングを用いたプログラムを作成する。
【授業時間外学習】
マシン・トレーニングのメニューを作り実践する。(4.0hr)

**第５回　フリーウエイト・トレーニング①**
【　到達目標　】
(1)フリーウエイト・トレーニングについて理解し実践する。
【授業時間外学習】
フリーウエイト・トレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第６回　フリーウエイト・トレーニング②**
【　到達目標　】
(1)フリーウエイト・トレーニングを用いたプログラムを作成する。
【授業時間外学習】
フリーウエイト・トレーニングのメニューを作り実践する。(4.0hr)

**第７回　器具を用いないレジスタンス・トレーニング①**
【　到達目標　】
(1)自体重によるトレーニングについて理解し実践する。
【授業時間外学習】
器具を用いないレジスタンス・トレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第８回　器具を用いないレジスタンス・トレーニング②**
【　到達目標　】
(1)バランストレーニングについて理解し実践する。
【授業時間外学習】
器具を用いないレジスタンス・トレーニングのメニューを作り実践する。(4.0hr)

**第９回　サーキット・トレーニングの種類と方法**
【　到達目標　】
(1)サーキット・トレーニングについて理解する。
【授業時間外学習】
サーキット・トレーニングについて調査・考察する。(4.0hr)

**第10回　サーキット・トレーニングの実際**
【　到達目標　】
(1)サーキット・トレーニングを実践する。
【授業時間外学習】
サーキット・トレーニングのメニューを作成し実践する。(4.0hr)

**第11回　目的別プログラムの作成・実行①**
【　到達目標　】
(1)対象者の特性・目標を想定したプログラムを作成し実行する。
【授業時間外学習】
自分の目的に合ったプログラムを作成し実践する。(4.0hr)

**第12回　目的別プログラムの作成・実行②**
【　到達目標　】
(1)対象者の特性・目標を想定したプログラムを作成し実行する。
【授業時間外学習】
対象者を想定してプログラムを作成し指導（サポート）する。(4.0hr)

**第13回　目的別プログラムの作成・実行③**
【　到達目標　】
(1)対象者の特性・目標を想定したプログラムを作成し実行する。
【授業時間外学習】
第12回と異なる対象者を想定してプログラムを作成し指導（サポート）する。(4.0hr)

**第14回　トレーニング効果の評価法**
【　到達目標　】
(1)筋力、持久力の評価法について理解し実践する。
【授業時間外学習】
トレーニング効果の評価法について調査・考察する。(4.0hr)

**第15回　トレーニングプログラムの作成・実施**
【　到達目標　】
(1)レジスタンス・トレーニングのプログラムを作成・実践し、その内容の良し悪しを評価する。
【授業時間外学習】
トレーニングプログラムについて調査・考察する。(4.0hr)

【学習上の留意点】

トレーニングに適した服装、室内シューズを用意し、過剰なアクセサリー等は控えること。
安全・効果的にトレーニングできるように体調管理に努めること。
グループおよび個人ごとの学習活動において、記録をつけながらの実技となる。
授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

【教科書・参考書など】

配布資料による。

【成績評価方法】

中間課題40%、最終課題60%で評価する。

| 科目名 | 健康福祉スポーツ演習（障害者） | | | 担当者 | 松　原　　豊 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Welfare Sports for Disabled | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME305 | | |

【目的とねらい】

福祉、医療の現場において身体運動、スポーツは健康増進、交流、レクリエーション、リハビリテーションなど様々な役割を期待されている。本演習では障害者を対象とした健康福祉スポーツの現状について知り、課題となっていることについて考察する。また、与えられた課題に対してグループ毎の討論や実践演習を通して障害の状態や興味など個別のニーズに応じた運動・スポーツプログラムの作成や指導方法に関する基礎的な知識を習得することを目的とする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　福祉、医療場面における身体運動、スポーツ**
【　到達目標　】
福祉、医療場面における身体運動、スポーツに関する用語など基本的な知識を習得する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第２回　障害者を対象とした健康福祉スポーツの現状と課題**
【　到達目標　】
障害者を対象とした健康福祉スポーツの意義や現状を理解し、課題となる事柄について考察する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第３回　じゃんけんのユニバーサルデザイン（グループ演習）**
【　到達目標　】
障害に応じたじゃんけんの方法をグループ毎に考えることでスポーツプログラム作成の基礎的な方法を習得する。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第４回　障害児の運動遊びについての考察（屋内編）**
【　到達目標　】
障害児の運動遊び（屋内）の基礎的な知識を学び指導の工夫などを考察する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第５回　障害児の運動遊びについての考察（屋外編）**
【　到達目標　】
障害児の運動遊び（屋外）の基礎的な知識を学び指導の工夫などを考察する。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第６回　視覚障害者に対するスポーツプログラム作成（グループ討論）**
【　到達目標　】
視覚障害者に対するスポーツプログラムをグループ毎の討論によって作成することができる。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第７回　視覚障害者に対するスポーツプログラム発表及び講評**
【　到達目標　】
作成したプログラムのミニティーチングを行い、講評を得ることで指導の工夫や支援方法などの基礎的な知識や技能を習得する。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第８回　車椅子使用者に対するスポーツプログラム作成（グループ討論）**
【　到達目標　】
車椅子使用者に対するスポーツプログラムをグループ毎の討論によって作成することができる。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第９回　車椅子使用者に対するスポーツプログラム発表及び講評**
【　到達目標　】
作成したプログラムのミニティーチングを行い、講評を得ることで指導の工夫や支援方法などの基礎的な知識や技能を習得する。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第10回　知的障害者に対するスポーツプログラム作成（グループ討論）**
【　到達目標　】
知的障害者に対するスポーツプログラムをグループ毎の討論によって作成することができる。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第11回　知的障害者に対するスポーツプログラム発表及び講評**
【　到達目標　】
作成したプログラムのミニティーチングを行い、講評を得ることで指導の工夫や支援方法などの基礎的な知識や技能を習得する。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第12回　ムーブメントプログラム作成（グループ討論）**
【　到達目標　】
ムーブメントプログラムをグループ毎の討論によって作成することができる。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第13回　ムーブメントプログラム発表及び講評**
【　到達目標　】
作成したムーブメントプログラムのミニティーチングを行い、講評を得ることで指導の工夫や支援方法などの基礎的な知識や技能を習得する。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第14回　障害者レクダンスの理解と活用**
【　到達目標　】
福祉現場のレクリエーションとして用いられることが多いレクダンス活動についての基礎的な知識と方法を習得する。
【授業時間外学習】
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。(4.0hr)

**第15回　将来への展望と課題、学習の振り返り**
【　到達目標　】
福祉スポーツの将来への展望と課題について考察すると共に、これまでの演習を振り返りながら習得した知識の確認を行う。
【授業時間外学習】
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

【学習上の留意点】

グループ学習により、障害者を対象とした健康スポーツプログラムの作成及び指導の実践を行う。作成したプログラム及び実践に対する評価は次回の授業でフィードバックを行う。また、課題に対する授業内での意見交換や発表だけではなく、レポートの提出も行う。

【教科書・参考書など】

参考書：『発達が気になる子の運動遊び88』　松原　豊編著　学研教育出版

【成績評価方法】

グループ討論の内容に関する評価（20%）　レポートによる評価（20%）　課題作成および実践による評価（60%）

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 雨宮由紀枝 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME401 | | |

**【目的とねらい】**

健康スポーツ学専攻での専門科目として講義と実習を統合して、実践的な知識や能力を拡大させることがねらいである。本科目では、障害のある子どもとその運動発達支援に関する基礎的な知識を習得するとともに、学外で実施されている障害のある子どもたちのスポーツ活動に参加し、実践的な学習を行う。平成30年度の実習先は、世田谷区スポーツ振興財団の障害児運動教室（学齢期）、NPO法人アダプティブワールドの障害児者運動教室（学齢期・青年期）であった。

**【授業内容・到達目標など】　※前期１５回分**

**第１回　実習準備（１）障害のある子どもの理解と支援**

【　到達目標　】

実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
身体障害、知的障害、発達障害に関する理解を深め、障害に応じた支援方法を理解する。

【授業時間外学習】

授業内容を復習して、実習に向け準備を進める。（4.0hr）

**第２回　実習準備（２）運動支援プログラムとアセスメント**

【　到達目標　】

実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
障害特性に応じた運動発達支援プログラムとアセスメント手法について理解する。

【授業時間外学習】

授業内容を復習して、実習に向け準備を進める。（4.0hr）

**第３回　実習準備（３）障害のある子どものムーブメントと遊びの活動**

【　到達目標　】

実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
障害のある子どものムーブメントと遊びの活動について、理論と実際を理解する。

【授業時間外学習】

授業内容を復習して、実習に向け準備を進める。（4.0hr）

**第４回　実習準備（４）実習先について**

【　到達目標　】

実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
実習先の特徴を理解し、活動内容を選択する。

【授業時間外学習】

授業内容を復習して、実習に向け準備を進める。（4.0hr）

**第５回　実習準備（５）実習先について**

【　到達目標　】

実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
実習先の特徴を理解し、活動内容を選択する。

【授業時間外学習】

実習先への理解を深め、最終準備を行う。（4.0hr）

**第６回　実習**

【　到達目標　】

それぞれの施設で実習を行い、実習内容について理解できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、目標に対する達成度と今後の課題をまとめる。（4.0hr）

**第７回　実習**

【　到達目標　】

それぞれの施設で実習を行い、実習内容について理解できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、目標に対する達成度と今後の課題をまとめる。（4.0hr）

**第８回　実習**

【　到達目標　】

それぞれの施設で実習を行い、実習内容について理解できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、目標に対する達成度と今後の課題をまとめる。（4.0hr）

**第９回　実習**

【　到達目標　】

それぞれの施設で実習を行い、実習内容について理解できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、目標に対する達成度と今後の課題をまとめる。（4.0hr）

**第10回　実習**

【　到達目標　】

それぞれの施設で実習を行い、実習内容について理解できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、目標に対する達成度と今後の課題をまとめる。（4.0hr）

**第11回　実習**

【　到達目標　】

それぞれの施設で実習を行い、実習内容について理解できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、目標に対する達成度と今後の課題をまとめる。（4.0hr）

**第12回　実習**

【　到達目標　】

それぞれの施設で実習を行い、実習内容について理解できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、目標に対する達成度と今後の課題をまとめる。（4.0hr）

**第13回　実習**

【　到達目標　】

それぞれの施設で実習を行い、実習内容について理解できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、目標に対する達成度と今後の課題をまとめる。（4.0hr）

**第14回　レポート作成（中間報告）**

【　到達目標　】

実習の内容について、レポートとしてまとめ中間報告できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、中間報告としてまとめる。（4.0hr）

**第15回　レポート作成（中間報告）**

【　到達目標　】

実習の内容について、レポートとしてまとめ中間報告できる。

【授業時間外学習】

実習を振り返り、中間報告としてまとめる。（4.0hr）

次ページに続く

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 雨宮由紀枝 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学専攻 | 舞踊学専攻 | 健康スポーツ学専攻 | 幼児発達学専攻 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |

【授業内容・到達目標など】　**※後期１５回分**

**第16回　実習**

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第17回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第18回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第19回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第20回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第21回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第22回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第23回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第24回　実習**

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第25回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な指導・指導補助ができる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第26回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な指導・指導補助ができる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）

**第27回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な指導・指導補助ができる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、指導の工夫・検討を行う。（4.0hr）

**第28回　実習**

【　到達目標　】
障害のある子どもの運動発達支援について、実務的な指導・指導補助ができる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、指導の工夫・検討を行う。（4.0hr）

**第29回　レポート作成（最終報告）**

【　到達目標　】
レポートとしてまとめ報告できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、最終報告としてまとめる。　（4.0hr）

**第30回　レポート作成（最終報告）**

【　到達目標　】
レポートとしてまとめ報告できる。

【授業時間外学習】
実習を振り返り、最終報告としてまとめる。（4.0hr）

**【学習上の留意点】**

専門機関の協力のもとに行っており、学外の参加者の安全に十分留意し、責任あるしっかりした態度で臨むこと。
特別支援学校教諭を目指すものは、特に履修することを勧める。履修後もボランティア活動として継続し、実践力をさらに高めることも可能である。実習報告・レポートをもとに、ディスカッションを行う。実践と理論を常に往還させながら、理解を深めていくことが大切である。

**【教科書・参考書など】**

資料プリント、ビデオ教材等使用。参考書は授業時に指示する。

**【成績評価方法】**

実習での取り組みが50%、レポート・報告が50%として評価する。

| 科 目 名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 大 澤 拓 也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単 位 数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME401 | | |

**【目的とねらい】**

健康スポーツ学専攻での専攻科目として講義と実習を統合して、実践的な知識や能力を拡大させることがねらいである。具体的には、学内及び学外で実施されている様々なスポーツ活動や健康・福祉活動に参加し、そのような機会を最大限に活用して実践的な業務を学習する。

**【授業内容・到達目標など】　※前期１５回分**

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
本講義の概要や目的を理解する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第２回　健康体力測定**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている体力測定について調べ、プログラムを作成する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第３回　健康体力測定**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている体力測定を実施する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第４回　健康体力測定**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている体力測定を実施する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第５回　陸上運動**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている陸上運動について調べ、プログラムを作成する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第６回　陸上運動**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている陸上運動を実施する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第７回　陸上運動**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている陸上運動を実施する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第８回 水中運動**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている水中運動について調べ、プログラムを作成する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第９回　水中運動**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている水中運動を実施する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第10回　水中運動**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている水中運動を実施する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第11回　健康体力測定**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている体力測定について、前回の顧みながら、改めて調べ、プログラムを作成する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第12回　健康体力測定**
【　到達目標　】
健康の維持・増進のために実施されている体力測定を実施する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第13回　プレゼンテーション**
【　到達目標　】
各自、実施した内容や得られた経験をプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、学生間でそれらを共有する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第14回　プレゼンテーション**
【　到達目標　】
各自、実施した内容や得られた経験をプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、学生間でそれらを共有する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第15回　プレゼンテーション**
【　到達目標　】
各自、実施した内容や得られた経験をプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、学生間でそれらを共有する。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

次ページに続く

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 大　澤　拓　也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学専攻 | 舞踊学専攻 | 健康スポーツ学専攻 | 幼児発達学専攻 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |

**【授業内容・到達目標など】　※後期１５回分**

**第16回　実習**
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第17回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第18回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第19回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第20回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第21回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第22回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第23回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第24回　実習**
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第25回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第26回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第27回　実習**
【　到達目標　】
学生がペアやグループを作り、お互いの運動プログラムを作成し、指導し合いながら実行する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第28回　プレゼンテーション**
【　到達目標　】
各自、実施した内容や得られた経験をプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、学生間でそれらを共有する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第29回　プレゼンテーション**
【　到達目標　】
各自、実施した内容や得られた経験をプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、学生間でそれらを共有する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**第30回　プレゼンテーション**
【　到達目標　】
各自、実施した内容や得られた経験をプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、学生間でそれらを共有する。

【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**
最低限のマナー(時間・服装・言葉遣いなど)を身に付けておくこと。
日常より、健康に関するニュースやテレビ番組、雑誌などに注意を払うこと。

**【教科書・参考書など】**
なし

**【成績評価方法】**
実習での取り組み40%、レポート30%、プレゼンテーション30%とする。

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 大　橋　祐　二 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME401 | | |

**【目的とねらい】**

健康スポーツ学専攻での専門科目として講義と実習を統合して、実践的な知識や能力を拡大させることがねらいである。具体的には、スポーツ実習を充実させ、それぞれの実習体験を通して、地域住民のスポーツ意識、年齢差や能力差を考慮した指導の方法、安全を留意した効果的なプログラムなどを理解するとともに、実習終了後に、各実習毎にその内容・指導者の様子・実習補助者の様子・受講者の様子等についてレポートとしてまとめ、プレゼンテーションを行うことができることを目的とする。

**【授業内容・到達目標など】　※前期１５回分**

**第１回　スポーツ教室の実習の目的**
【　到達目標　】
スポーツ教室の実習の目的について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ教室の実習の目的について確認し、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第２回　実習場所と対象者の把握**
【　到達目標　】
実習場所と対象者について把握し理解する。
【授業時間外学習】
実習場所と対象者について把握し確認し、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第３回　実習種目のルール**
【　到達目標　】
実習種目のルールについて理解する。
【授業時間外学習】
実習種目のルールについて確認し、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第４回　実習種目の基本的な技能**
【　到達目標　】
実習種目の基本的な技能について理解する。
【授業時間外学習】
実習種目の基本的な技能について確認し、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第５回　実習へ向けての準備**
【　到達目標　】
実習担当者に集合時間・場所など、実習へ向けての準備を確認し全体を把握する。
【授業時間外学習】
実習担当者に集合時間・場所など、実習へ向けての準備を確認し準備をする。（4.0hr）

**第６回　各スポーツ教室での実習１−１　活動の内容(ソフトバレー・ショートテニス・弓道・卓球など)**
【　到達目標　】
スポーツ教室の内容について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ教室の内容について確認し、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第７回　各スポーツ教室での実習１−２　指導者の指導方法**
【　到達目標　】
指導者の指導方法について理解する。
【授業時間外学習】
指導者の指導方法について実習日誌に記載をし、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第８回　各スポーツ教室での実習１−３　実際の指導**
【　到達目標　】
実際の指導について理解する。
【授業時間外学習】
実際の指導について実習日誌に記載をし、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第９回　各スポーツ教室での実習１−４　受講者の様子**
【　到達目標　】
受講者の様子について理解する。
【授業時間外学習】
受講者の様子について実習日誌に記載をし、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第10回　各スポーツ教室での実習２−１(なぎなた・バドミントン・ビリヤード・ボーリングなど)**
【　到達目標　】
スポーツ教室の内容について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ教室の内容について実習日誌に記載をし、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第11回　各スポーツ教室での実習２−２　指導者の指導方法**
【　到達目標　】
指導者の指導方法について理解する。
【授業時間外学習】
指導者の指導方法について実習日誌に記載をし、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第12回　各スポーツ教室での実習２−３　実際の指導**
【　到達目標　】
実際の指導について理解する。
【授業時間外学習】
実際の指導について実習日誌に記載をし、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第13回　各スポーツ教室での実習２−４　受講者の様子**
【　到達目標　】
受講者の様子について理解する。
【授業時間外学習】
受講者の様子について実習日誌に記載をし、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第14回　活動への評価**
【　到達目標　】
活動への評価をレポートとしてまとめることができる。
【授業時間外学習】
活動への評価をレポートとしてまとめ、プレゼンテーションの準備をする。（4.0hr）

**第15回　プレゼンテーション**
【　到達目標　】
プレゼンテーションを正確に行うことができる。
【授業時間外学習】
プレゼンテーションへの改善点を把握し、指導場面に活かせるように準備をする。（4.0hr）

次ページに続く

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 大　橋　祐　二 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学専攻 | 舞踊学専攻 | 健康スポーツ学専攻 | 幼児発達学専攻 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | | | |

**【授業内容・到達目標など】　※後期１５回分**

**第16回　イベント事業の目的**
【　到達目標　】
イベント事業の目的について理解する。

【授業時間外学習】
イベント事業の目的について確認し、イベントへ向けての準備をする。（4.0hr）

**第17回　イベントの場所と対象者の把握**
【　到達目標　】
イベントの場所と対象者について把握し理解する。

【授業時間外学習】
イベントの場所と対象者について確認し、イベントへの準備をする。（4.0hr）

**第18回　イベント事業への準備**
【　到達目標　】
イベント担当者に集合時間・場所など、イベントへ向けての準備を確認し全体を把握する。

【授業時間外学習】
イベント担当者に集合時間・場所など、イベントへ向けての準備をする。（4.0hr）

**第19回　イベント事業１−１　イベントの内容(多摩川ウォーク・親と子のつどい・かけっこクリニックなど)**
【　到達目標　】
イベントの内容について理解する。

【授業時間外学習】
イベントの内容について確認し、イベントへ向けての準備をする。（4.0hr）

**第20回　イベント事業１−２　活動の実際１**
【　到達目標　】
スタッフの指導について理解する。

【授業時間外学習】
スタッフの指導について実習日誌に記載をし、イベントへ向けての準備をする。（4.0hr）

**第21回　イベント事業１−３　活動の実際２**
【　到達目標　】
指導補助の仕方について理解する。

【授業時間外学習】
指導補助の仕方について実習日誌に記載をし、イベントへ向けての準備をする。（4.0hr）

**第22回　イベント事業１−４　活動の実際３**
【　到達目標　】
イベント参加者の様子について理解する。

【授業時間外学習】
実習日誌に記載をし、イベント事業へ活用できるよう準備をする。（4.0hr）

**第23回　イベント事業１−５　活動のまとめ**
【　到達目標　】
活動について理解度確認のためにレポートとしてまとめる。

【授業時間外学習】
レポートを作成し、イベント事業へ活用できるよう準備をする。（4.0hr）

**第24回　イベント事業２−１　イベントの内容(区民スポーツまつり・世田谷ハーフマラソン・子ども駅伝・ドッジボールなど)**
【　到達目標　】
イベントの内容について理解する。

【授業時間外学習】
イベントの内容について確認し、イベントへ向けての準備をする。（4.0hr）

**第25回　イベント事業２−２　活動の実際１**
【　到達目標　】
スタッフの指導について理解する。

【授業時間外学習】
スタッフの指導について実習日誌に記載をし、イベントへ向けての準備をする。（4.0hr）

**第26回　イベント事業２−３　活動の実際２**
【　到達目標　】
指導補助の仕方について理解する。

【授業時間外学習】
指導補助の仕方について実習日誌に記載をし、イベントへ向けての準備をする。（4.0hr）

**第27回　イベント事業２−４　活動の実際３**
【　到達目標　】
イベント参加者の様子について理解する。

【授業時間外学習】
実習日誌に記載をし、イベント事業へ活用できるよう準備をする。（4.0hr）

**第28回　イベント事業２−５　活動のまとめ**
【　到達目標　】
活動について理解したかをレポートとしてまとめる。

【授業時間外学習】
レポートを作成し、イベント事業へ活用できるよう準備をする。（4.0hr）

**第29回　プレゼンテーション用のスライドの作成**
【　到達目標　】
プレゼンテーション用のスライドを作成できる。

【授業時間外学習】
プレゼンテーション用のスライドを作成し、次回の授業の準備をする。（4.0hr）

**第30回　プレゼンテーション**
【　到達目標　】
プレゼンテーションを明瞭に行うことができる。

【授業時間外学習】
プレゼンテーションへの改善点を把握し、指導場面に活かせるように準備をする。（4.0hr）

**【学習上の留意点】**
世田谷区民の地域スポーツ活動での演習対象者であり、しっかりとした言葉と態度で臨み、また演習場所の施設が学外になることがあることに留意すること。

**【教科書・参考書など】**
特になし。

**【成績評価方法】**
演習における課題達成度50%、レポートとしての実習日誌の作成・報告及びプレゼンテーションが50%として評価する。

| 科 目 名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 木 皿 久 美 子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単 位 数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME401 | | |

**【目的とねらい】**

健康スポーツ学専攻での専門科目として講義と実習を統合して、実践的な知識や能力を拡大させることがねらいである。具体的には、健康な中高齢者を対象とした地域住民の健康体操教室や障害のある人の健康体操が行われている現場に参加し、指導幇助や指導を経験する。

**【授業内容・到達目標など】　※前期１５回分**

**第１回　実習計画**
【　到達目標　】
実習計画の確認と実習の割当をする。
実習の概要と授業の進め方を理解する。

【授業時間外学習】
授業内容と実習の心構えについて確認する。（4.0hr）

**第２回　中高齢者の身体特性と運動**
【　到達目標　】
中高齢者の身体特性や体力の実態を理解する。

【授業時間外学習】
教科書や書籍で一般的中高齢者の身体特性について確認する。（4.0hr）

**第３回　中高齢者の運動の実際：トレーニング系体操**
【　到達目標　】
中高齢者向けの体操の構成を理解し、実施できる。

【授業時間外学習】
トレーニングとしての運動強度を自身の身体で確認する。（4.0hr）

**第４回　中高齢者の運動の実際：リズム系体操**
【　到達目標　】
中高齢者向けの体操の構成を理解し、実施できる。

【授業時間外学習】
動きを変化させる方法について、自身の身体で確認する。（4.0hr）

**第５回　中高齢者の運動の実際：ゲーム系体操**
【　到達目標　】
中高齢者向けの体操の構成を理解し、実施できる。

【授業時間外学習】
ジャンケン等のゲーム性の高い運動の種類について自身の身体で確認する。（4.0hr）

**第６回　障がい者と運動の理論**
【　到達目標　】
障がいをもった人の運動効果を文献等で理解する。

【授業時間外学習】
他の文献を探したり、映像を通して知識を蓄える。（4.0hr）

**第７回　現場を知る（VTR鑑賞）**
【　到達目標　】
指導現場の実際を知る。

【授業時間外学習】
これまで学習した知識と実態との相違点を文献等で確認する。（4.0hr）

**第８回　生涯スポーツ指導の理論**
【　到達目標　】
言葉掛けや演示の方法等について理解する。

【授業時間外学習】
VTRで見た言葉掛け等について再確認する。（4.0hr）

**第９回　トレーニング系体操の構成**
【　到達目標　】
ねらいに応じた体操を構成し、工夫を加える。

【授業時間外学習】
トレーニングの理論にマッチングしているかについて教科書等で確認する。（4.0hr）

**第10回　リズム系体操の構成**
【　到達目標　】
ねらいに応じた体操を構成し、工夫を加える。

【授業時間外学習】
次の動きに入るための予備動作が適切かを中心に再構成する。（4.0hr）

**第11回　ゲーム系体操の構成**
【　到達目標　】
ねらいに応じた体操を構成し、工夫を加える。

【授業時間外学習】
チャレンジ系の動きが適切かを検討する。（4.0hr）

**第12回　模擬指導1：中高齢者**
【　到達目標　】
中高齢者用に構成した体操で指導する一受ける一評価する。

【授業時間外学習】
安全で効率良く効果が期待できる中高齢者のための体操について検討する。（4.0hr）

**第13回　模擬指導2：中高齢者**
【　到達目標　】
中高齢者用に構成した体操で指導する一受ける一評価する。

【授業時間外学習】中高齢者のための体操が安全で効率良く効果が期待できるかについての観点から検討する。（4.0hr）

**第14回　模擬指導3：障害者**
【　到達目標　】
障害をもった人用に構成した体操で指導する一受ける一評価する。

【授業時間外学習】中高齢者のための体操が安全で効率良く効果が期待できるかについての観点から検討する。（4.0hr）

**第15回　模擬指導4：障害者**
【　到達目標　】
中高齢者用に構成した体操で指導する一受ける一評価する。

【授業時間外学習】中高齢者のための体操が安全で効率良く効果が期待できるかについての観点から検討する。（4.0hr）

次ページに続く

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 木皿久美子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学専攻 | 舞踊学専攻 | 健康スポーツ学専攻 | 幼児発達学専攻 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |

【授業内容・到達目標など】　**※後期１５回分**

**第16回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
動きの中で陥りやすいつまずきを取り出し、幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第17回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
動きの中で陥りやすいつまずきを取り出し、幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第18回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
動きの中で陥りやすいつまずきを取り出し、幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第19回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
動きの中で陥りやすいつまずきを取り出し、幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第20回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
動きの中で陥りやすいつまずきを取り出し、幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第21回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
動きの中で陥りやすいつまずきを取り出し、幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第22回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
動きの中で陥りやすいつまずきを取り出し、幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第23回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
動きの中で陥りやすいつまずきを取り出し、幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第24回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】
出来る実感を体験させられる効果的な幇助や補助の方法を検討する。（4.0hr）

**第25回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】効果的で、確実に出来る実感を味わわせることの出来る幇助や補助の方法を理解する。（4.0hr）

**第26回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】効果的で、確実に出来る実感を味わわせることの出来る幇助や補助の方法を理解する。（4.0hr）

**第27回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】効果的で、確実に出来る実感を味わわせることの出来る幇助や補助の方法を理解する。（4.0hr）

**第28回　現場実習**
【　到達目標　】
現場における実務的な内容について理解でき、指導・指導幇助できる。

【授業時間外学習】効果的で、確実に出来る実感を味わわせることの出来る幇助や補助の方法を理解する。（4.0hr）

**第29回　実習報告とレポート作成**
【　到達目標　】
現場実習で学んだことをレポートとしてまとめ、報告できる。

【授業時間外学習】
実習での内省から、理論と実践の相違点や今後の課題等を明確にする。（4.0hr）

**第30回　実習報告とレポート作成**
【　到達目標　】
現場実習で学んだことをレポートとしてまとめ、報告できる。

【授業時間外学習】
実習での内省から、理論と実践の相違点や今後の課題等を明確にする。（4.0hr）

【学習上の留意点】
対象者・施設が学外になることがあるので、しっかりした態度で臨むこと。

【教科書・参考書など】
特になし。

【成績評価方法】
実習での取り組みが50%、レポート・報告が50%として評価する。

| 科 目 名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 佐 伯 徹 郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単 位 数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME401 | | |

**【目的とねらい】**

健康スポーツ学専攻での専門科目として講義と実習を統合して、実践的な知識や能力を拡大させることがねらいである。具体的には、学内及び学外で実施されている様々なスポーツ活動や健康・福祉活動に参加し、そのような機会を最大限に活用して実践的な業務の学習をする。

**【授業内容・到達目標など】　※前期１５回分**

**第１回　授業のねらいと進め方**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。（4.0hr）

**第２回　ウォーミングアップ①：講義**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーミングアップの理論について、調査・考察する。（4.0hr）

**第３回　ウォーミングアップ②：実技**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーミングアップを実践し記録する。（4.0hr）

**第４回　ウォーキング教室の実際①：講義**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキングの理論について、調査・考察する。（4.0hr）

**第５回　ウォーキング教室の実際②：実技**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキングを実践し記録する。（4.0hr）

**第６回　ウォーキング教室の実際③：討論**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング教室の運営について、調査・議論する。（4.0hr）

**第７回　ウォーキング教室アシスタント①**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング指導について、調査・考察する。（4.0hr）

**第８回　ウォーキング教室アシスタント②**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）

**第９回　ウォーキング教室アシスタント③**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）

**第10回　ウォーキング教室アシスタント④**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）

**第11回　ウォーキング教室アシスタント⑤**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）

**第12回　ウォーキング教室アシスタント⑥**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）

**第13回　ウォーキング教室の評価①：自己の取り組み方**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング教室について幅広く調査し、自分の取り組みと比較・考察する。（4.0hr）

**第14回　ウォーキング教室の評価②：他者および内容**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング教室について幅広く調査し、自分の取り組みと比較・考察する。（4.0hr）

**第15回　ウォーキング教室の評価③：討論**
【　到達目標　】
実習の目的を理解し、実習へ向けての準備ができる。
【授業時間外学習】
ウォーキング教室について幅広く調査し、自分の取り組みと比較・考察する。（4.0hr）

次ページに続く

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 佐　伯　徹　郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学専攻 | 舞踊学専攻 | 健康スポーツ学専攻 | 幼児発達学専攻 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |

【授業内容・到達目標など】　**※後期１５回分**

**第16回　ジョギング教室の実際①：講義**

【授業時間外学習】
ジョギングの理論について、調査・考察する。（4.0hr）

**第17回　ジョギング教室の実際②：実技**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギングを実践し記録する。（4.0hr）

**第18回　ジョギング教室の実際③：討論**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギング教室の運営について、調査・議論する。（4.0hr）

**第19回　ジョギング指導の実際①：フォーム**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギングのフォーム指導について、調査・考察する。（4.0hr）

**第20回　ジョギング指導の実際②：ペース**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギングのペース指導について、調査・考察する。（4.0hr）

**第21回　補強運動の実際および指導法**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
補強運動の理論と実技について、調査・考察する。（4.0hr）

**第22回　ジョギング教室アシスタント①**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギングの全般的な指導について、調査・考察する。（4.0hr）

**第23回　ジョギング教室アシスタント②**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギング教室について、広く調査・考察する。（4.0hr）

**第24回　ジョギング教室アシスタント③**

【授業時間外学習】
ジョギング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）

**第25回　ジョギング教室アシスタント④**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）

**第26回　ジョギング教室アシスタント⑤**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）

**第27回　ジョギング教室の評価①：自己の取り組み方**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギング教室について幅広く調査し、自分の取り組みと比較・考察する。（4.0hr）

**第28回　ジョギング教室の評価②：他者および内容**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギング教室について幅広く調査し、自分の取り組みと比較・考察する。（4.0hr）

**第29回　ジョギング教室の評価③：討論**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ジョギング教室について幅広く調査し、自分の取り組みと比較・考察する。（4.0hr）

**第30回　ウォーキング・ジョギング教室企画案作成**

【　到達目標　】
実務的な内容について理解し、実践できる。

【授業時間外学習】
ウォーキング・ジョギング教室の実際について広く調査し比較・考察する。（4.0hr）

【学習上の留意点】
地域の方を対象としたウォーキング・ジョギング教室、あるいは外部のイベントが学習の場になるので、しっかりした態度で臨むこと。
16～30回は集中授業となる。
授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。

【教科書・参考書など】
特に使用しない。

【成績評価方法】
準備段階25%、実技のアシスタント50%、評価段階25%で評価する。

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 森山進一郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME401 | | |

【目的とねらい】

学内及び学外で実施されている様々なスポーツ活動や健康・福祉活動に参加し、そのような機会を最大限に活用して実践的な業務を学習する。また、本授業で実施する実習は、健康運動指導士資格を取得するための「健康産業施設等現場実習」を兼ねる内容である。

【授業内容・到達目標など】　※前期１５回分

| | |
|---|---|
| **第１回　オリエンテーション**<br>【　到達目標　】<br>具体的な研修時期を確定し、現場実習の目的を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>健康運動指導士を目指す理由をノートなどに整理する。（4.0hr） | **第９回　運動指導時の安全管理・リスクマネージメント**<br>【　到達目標　】<br>健康産業施設等における緊急時の対応、運動時の事故・ケガの対応を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>一次救命処置に関する情報について、専門機関のwebを閲覧して理解を深める。（4.0hr） |
| **第２回　フィットネスクラブの役割**<br>【　到達目標　】<br>今日のフィットネスクラブ業界の実際を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>任意のフィットネスクラブのホームページなどを見て、理解を深める。（4.0hr） | **第10回　健康度測定（負荷心電図、呼吸機能検査、生活状況調査および体力測定など）への参加①**<br>【　到達目標　】<br>保健センター等で実施されている一般健診および体力測定に参加し、実際の測定を経験すると共に得られた測定データの活用法を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>一般検診の測定項目について、関連書籍等を参考に理解を深める。（4.0hr） |
| **第３回　健康運動指導士の役割**<br>【　到達目標　】<br>健康産業施設などにおける健康運動指導士の役割を理解する。<br>【授業時間外学習】健康・体力づくり事業財団のホームページの健康運動指導士に関する情報を理解する。（4.0hr） | **第11回　健康度測定（負荷心電図、呼吸機能検査、生活状況調査および体力測定など）への参加②**<br>【　到達目標　】<br>保健センター等で実施されている一般健診および体力測定に参加し、実際の測定を経験すると共に得られた測定データの活用法を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>体力測定の項目及びそれぞれの意味について、関連書籍等を参考に理解を深める。（4.0hr） |
| **第４回　健康産業施設等での接客・接遇方法の基礎**<br>【　到達目標　】<br>健康産業施設に在籍する会員等への接し方の基礎（笑顔、身だしなみ､挨拶､立ち居振る舞い、聞き方・話し方、接客上の注意点など）を理解する。<br>【授業時間外学習】<br>マナーに関する書籍を読み、重要と思われる箇所をまとめる。（4.0hr） | **第12回　学外の健康教室への参加①**<br>【　到達目標　】<br>これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。<br>なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。<br>【授業時間外学習】<br>実習対象となった教室の目的、内容、特記事項をまとめ、得た内容を振り返る。（4.0hr） |
| **第５回　健康産業施設等での接客・接遇方法の実践①**<br>【　到達目標　】健康産業施設などでの指導員としての立ち居振る舞いを実践し、いくつかの場面を設定してロールプレイすることで、指導現場での様々な状況への対応の仕方を理解する。また、指導者役を演じた後には、その内容や指導態度に対して自己評価および他者評価を行うことで、今後の指導に活用する資料を得る。<br>【授業時間外学習】<br>前回授業でまとめたマナーを適宜実践する。（4.0hr） | **第13回　学外の健康教室への参加②**<br>【　到達目標　】<br>これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。<br>なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。<br>【授業時間外学習】<br>実習対象となった教室の目的、内容、特記事項をまとめ、得た内容を振り返る。（4.0hr） |
| **第６回　健康産業施設等での接客・接遇方法の実践②**<br>【　到達目標　】健康産業施設などでの指導員としての立ち居振る舞いを実践し、いくつかの場面を設定してロールプレイすることで、指導現場での様々な状況への対応の仕方を理解する。また、指導者役を演じた後には、その内容や指導態度に対して自己評価および他者評価を行うことで、今後の指導に活用する資料を得る。<br>【授業時間外学習】<br>他者の発表で新たに得たマナーを項目毎にまとめる。（4.0hr） | **第14回　学外の健康教室への参加③**<br>【　到達目標　】<br>これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。<br>なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。<br>【授業時間外学習】<br>実習対象となった教室の目的、内容、特記事項をまとめ、得た内容を振り返る。（4.0hr） |
| **第７回　健康産業施設等での接客・接遇方法の実践③**<br>【　到達目標　】健康産業施設などでの指導員としての立ち居振る舞いを実践し、いくつかの場面を設定してロールプレイすることで、指導現場での様々な状況への対応の仕方を理解する。また、指導者役を演じた後には、その内容や指導態度に対して自己評価および他者評価を行うことで、今後の指導に活用する資料を得る。<br>【授業時間外学習】<br>他者より学んだマナーを適宜実践し、その状況とあわせて記録する。（4.0hr） | **第15回　健康教室での現場実習のまとめ**<br>【　到達目標　】<br>健康教室で学んだ内容について発表し、反省点を含めて討論することで、指導者として必要な資質などについての理解を深める。<br>【授業時間外学習】複数の健康教室への参加を通して学んだ内容を、施設担当者からの指導内容と共に整理してまとめる。（4.0hr） |
| **第８回　健康産業施設等での接客・接遇方法の実践に対するまとめ**<br>【　到達目標　】<br>３回のロールプレイに見られた事例をまとめ、事例ごとの自己評価および他者評価を再度行うことで、指導上の課題を明確にする。<br>【授業時間外学習】マナーに関して学んだ内容について､内容と理由をリストにして自分なりのノートを作成する。（4.0hr） | |

次ページに続く

| 科目名 | 健康スポーツ特別演習 | | | 担当者 | 森山進一郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Seminar on Sports Wellness Sciences | | | | | |
| 単位数 | 4 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学専攻 | 舞踊学専攻 | 健康スポーツ学専攻 | 幼児発達学専攻 |
| 履修年次 | 3 | | | | 専門・選択 | |

【授業内容・到達目標など】　※後期１５回分

**第16回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習1日目）**
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第17回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習1日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第18回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習1日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第19回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習2日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第20回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習2日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第21回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習2日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第22回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習3日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第23回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習3日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第24回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習3日目）**
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第25回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習4日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第26回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習4日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第27回　健康産業施設等での現場実習への参加（学外施設実習4日目）**
【　到達目標　】
これまで身につけた知識を基に、運動指導現場に触れることで、実務能力を身につける。
なお、健康運動指導士資格希望者は、健康運動指導士としての活動現場における役割などを体験し、理解する。
【授業時間外学習】
実習内容について、自身の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）

**第28回　健康産業施設等での現場実習の報告①**
【　到達目標　】
それぞれの施設で行った実習の内容と感想をプレゼンテーションし、理解を深めると共に、他の受講者と知識を共有する。
【授業時間外学習】
自身の経験との共通点や相違点の整理と、そこから学んだ内容をまとめる。（4.0hr）

**第29回　健康産業施設等での現場実習の報告②**
【　到達目標　】
それぞれの施設で行った実習の内容と感想をプレゼンテーションし、なお一層の理解を深めると共に、他の受講者と知識を共有する。
【授業時間外学習】
自身の経験との共通点や相違点の整理と、そこから学んだ内容をまとめる。（4.0hr）

**第30回　健康産業施設等での現場実習の報告③**
【　到達目標　】
それぞれの施設で行った実習の内容と感想をプレゼンテーションし、なお一層の理解を深めると共に、他の受講者と知識を共有する。
【授業時間外学習】自身の経験との共通点や相違点の整理と、そこから学んだ内容をまとめたものをレポートにする。（4.0hr）

【学習上の留意点】
○対象者・施設が学外になることがあるので、「報告・連絡・相談」の徹底など、他者との密なコミュニケーションが必要となる。
○授業内に提示した課題に対して、複数回のプレゼンテーションを行うことになる。その際、グループごとにディスカッションしたり、教員によるフィードバックを行ったりする。

【教科書・参考書など】
適宜プリントを配布する。

【成績評価方法】
授業や実習に取り組む姿勢が60%、報告会を含む、授業内プレゼンテーションが40%として評価する。

| 科目名 | スポーツ政策論 | | | 担当者 | 溝　口　紀　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sport Social Policy and Administration | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | 専門基礎・選択 | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HME307 | | |

**【目的とねらい】**

「スポーツ基本法」を中心にスポーツの普及や強化といったスポーツ政策について、スポーツに関わる法律や組織、財政等の制度を中心にスポーツが社会的・経済的・歴史的に影響を与える背景、環境について理解する。

スポーツ政策について、概念や仕組みから積み上げるだけではなく、スポーツに関わる最新の事例を取り上げ、意味と課題、解決方法について掘り下げる。スポーツが社会に与える影響、社会的価値についてとどう関わっているのか、またどう関わっていかなければならないかを考えるきっかけを提供したい。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　スポーツ政策論概説**
【　到達目標　】
(1)授業ガイダンス、スポーツ政策関連用語を理解する。
【授業時間外学習】
政策とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

**第２回　日本のスポーツ状況**
【　到達目標　】
(1)スポーツをめぐる政策史を理解する。
(2)「政策」からみたスポーツの歴史観を理解する。
【授業時間外学習】
政策とは何かをインターネットで調べる。(4.0hr)

**第３回　スポーツの関連法規**
【　到達目標　】
(1)スポーツ基本計画の全体構想と意義を理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ基本計画についてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第４回　スポーツ基本法とスポーツ基本計画**
【　到達目標　】
(1)スポーツ基本計画の下位施策の目標を理解する。
(2)スポーツ基本計画の下位施策の具体的展開を理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ基本計画についてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第５回　スポーツの政策とその構造**
【　到達目標　】
(1)スポーツ基本法を理解する。
(2)「みんなのスポーツ」を理解する。
【授業時間外学習】
スポーツ基本法についてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第６回　国内スポーツ政策の実際**
【　到達目標　】
(1)スポーツの公共性について理解する。
(2)スポーツによるコミュニティ形成について理解する。
【授業時間外学習】
地域におけるコミュニティ活動についてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第７回　戦後のスポーツ政と1964の東京五輪**
【　到達目標　】
(1)戦後の地方創生とスポーツ施設、まちづくりについて理解する。
【授業時間外学習】
コンセッションついてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第８回　2020東京オリンピック・パラリンピック以降のスポーツ政策**
【　到達目標　】
(1)2020年以降のスポーツ政策について理解する
(2)スポーツ団体の競技力向上政策について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツビジョンについてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第9回　海外のスポーツ政策概要（フランス）**
【　到達目標　】
(1)海外のスポーツ政策について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツフォートゥモローについてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第10回　女性活躍とスポーツ**
【　到達目標　】
(1)女性の取り巻くスポーツ環境について理解する。
【授業時間外学習】
スポーツのジェンダーバイアスについてインターネットで調べる。(4.0hr)

**第１１回　学生によるプレゼンテーション**
【　到達目標　】
(1)発表について評価する。課題を見つける。
【授業時間外学習】
発表の準備をする(4.0hr)

**第12回　学生によるプレゼンテーション**
【　到達目標　】
(1)発表について評価する。課題を見つける。
【授業時間外学習】
発表の準備をする(4.0hr)

**第13回　学生によるプレゼンテーション**
【　到達目標　】
(1)発表について評価する。課題を見つける。
【授業時間外学習】
発表の準備をする(4.0hr)

**第14回　学生によるプレゼンテーション**
【　到達目標　】
(1)発表について評価する。課題を見つける。
【授業時間外学習】
発表の準備をする(4.0hr)

**第15回　スポーツ政策の展望と課題**
【　到達目標　】
(1)我が国のスポーツの将来像を具体的に述べることができる。
(2)我が国のスポーツ法制度・行政制度を述べることができる。
(3)我が国の具体的スポーツ政策を述べることができる。
【授業時間外学習】
第1回目から第14回目までの授業内容を復習する。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

・授業中の私語、携帯電話使用、飲食を禁じる。
・授業はアクティブラーニング方式で行う（「グループ学習」「ディスカション」「学生によるプレゼンテーション」「レスポンス」等）
・課題のフィードバックはclasse roomを使用して行う。

**【教科書・参考書など】**

特に指定しない。
適宜、印刷物を配布する。

**【成績評価方法】**

授業における課題達成度(50%)、企画立案発表(50%)で評価する。

| 科目名 | 生活習慣と健康 | | | 担当者 | 刈　間　理　介 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Chronic Disease and Healthy Lifestyle | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | HME402 | | |

【目的とねらい】

生活習慣病と健康についての理解を深め、重要な生活習慣病についてそれぞれの疾患の定義や成因、病態や合併症について理解する。また、生活習慣を改善するための行動変容についての基本的な事項を理解し、生活習慣の修正による疾患の予防や治療における効果(特に運動による効果)について理解する。さらに国民の健康を向上させる取り組みにはどのようなものがあるか理解する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　生活習慣病概論－生活習慣病についての総括的理解**

【　到達目標　】

生活習慣病とは何か、生活習慣病に含まれる疾病について理解する。また、わが国の疾病構造や死亡原因の変化における生活習慣病が占める内容を理解する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第２回　生活習慣病の予防**

【　到達目標　】

生活習慣病の１次予防、２次予防、３次予防の内容について理解する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第３回　肥満症－肥満、肥満症の定義、成因、合併症**

【　到達目標　】

肥満および肥満症の定義、分類および疫学等について理解する。肥満症の成因や合併症について理解する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第４回　肥満症－肥満の予防と治療、運動の効果、運動療法**

【　到達目標　】

肥満症の予防や治療のための生活習慣の変容について、運動の効果を中心に理解する。また、運動療法の適応、運動の種類と強度、実施上の注意点などについて具体的に学ぶ。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第５回　メタボリックシンドローム－概念、予防と治療、運動の効果、運動療法**

【　到達目標　】

メタボリックシンドロームの概念を社会疫学的な背景を含めて理解する。メタボリックシンドロームの成因や病態についての知識を得て、予防や治療のための生活習慣の変容について運動の効果を中心に理解する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第６回　高血圧症－高血圧症の定義、成因**

【　到達目標　】

高血圧症の定義、診断分類、有病率などについて理解する。さらに、高血圧症のが生じる病態生理について理解する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第７回　高血圧症－高血圧症の合併症、予防と治療、運動療法**

【　到達目標　】

高血圧症の合併症と高血圧症を治療する意義について理解する。さらに、高血圧症の予防や治療における非薬物的アプローチ(減塩、運動、禁煙等)の基本事項について理解する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第８回　脂質異常症－定義、成因、予防と治療、運動の効果**

【　到達目標　】

血中脂質の分類を理解した上で、脂質異常症の定義や分類、有病率および合併症過について理解する。また、予防と治療における生活習慣変容の効果について、食事療法及び運動療法の効果を中心に学ぶ。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第９回　糖尿病－糖尿病の定義、成因、合併症**

【　到達目標　】

糖尿病の定義や分類、疫学について学ぶ。糖尿病の合併症や経過について知り、治療法の基本について理解する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第10回　糖尿病－糖尿病の予防と治療、運動の効果、運動療法**

【　到達目標　】

糖尿病の予防や治療に重要な生活習慣変容の効果について、食事療法及び運動療法を中心に学ぶ。また、それらの実践に有用な健康行動理論について、具体的なケースに基づいて理解を深める。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第11回　虚血性心疾患－虚血性心疾患の病態、症状、合併症**

【　到達目標　】

虚血性心疾患の病態と分類について、心疾患における位置づけや疫学的事項と合わせて理解する。虚血性心疾患の症状、合併症について理解する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第12回　虚血性心疾患－予防と治療、運動の効果**

【　到達目標　】

虚血性心疾患の危険因子についても理解し、予防と治療における運動療法の効果や、虚血性心疾患のリハビリテーションの基本事項について学ぶ。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第13回　認知症－分類と症状、予防と症状進行防止のための作業療法・運動療法**

【　到達目標　】

認知症の分類と症状について理解する。さらに、認知症の予防と症状進行防止のための作業療法・運動療法について学習する。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第14回　骨粗鬆症－骨粗鬆症の理解、骨への運動の影響、予防のための運動**

【　到達目標　】

骨粗鬆症の病態や診断治療法について理解する。骨粗鬆症に及ぼす生活習慣の影響を理解する。さらに、骨粗鬆症に関連した骨折についても学習し、転倒等の予防のための運動指導について学ぶ。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

**第15回　ロコモティブ症候群－症状と診断、予防のための運動**

【　到達目標　】

ロコモティブ症候群の病態やロコモ度テストについて理解する。さらに、ロコモティブ症候群の予防法について学ぶ。

【授業時間外学習】

配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)

【学習上の留意点】

疾患についての医学的な事項が多いため、配布資料をよく読み十分に復習をすること。

【教科書・参考書など】

「健康運動指導士養成講習会テキスト」　刊行：(財)健康・体力づくり事業財団
講義では資料を配布する。

【成績評価方法】

講義の最後に行う試験(資料持ち込み可)（100%）。

| 科目名 | 運動プログラム管理演習 | | | 担当者 | 夏井　裕明・大澤　拓也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Medical Management for Exercise Program | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME403 | | |

**【目的とねらい】**

メディカルチェックをはじめ、運動プログラム作成と管理に関わる医学的基礎知識を学び、種々の疾病予防のための運動プログラムの作成理論とプログラム実施時の留意点などについて演習および実習を行う。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
授業の進め方、講義内容に関わる背景を理解する。
健康運動指導士の資格および認定条件について理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストを購入し、内容を把握しておく。(4.0hr)

**第２回　運動プログラム作成の基本（1）**
【　到達目標　】
運動プログラム作成の基本原則を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.559-570を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第３回　運動プログラム作成の基本（2）**
【　到達目標　】
対象者に合わせた包括的運動プログラム作成の基本を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.559-570を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第４回　健診結果・安静時心電図の読み方（1）**
【　到達目標　】
健診項目、基準値を理解し、指導判定値を説明できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.571-583を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第５回　血圧検査・眼底検査・肺機能検査・心電図検査実習**
【　到達目標　】
各自が検者・被検者となって生理機能検査を行い、その測定原理を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.571-583を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第６回　健診結果・安静時心電図の読み方（2）**
【　到達目標　】
血圧検査・肺機能検査・心電図検査の結果を判定する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.571-583を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第７回　メディカルチェックの重要性**
【　到達目標　】
内科的メディカルチェックの重要性を理解し、リスクの層別化が行える。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.585-591を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第８回　服薬者の運動プログラム作成上の注意**
【　到達目標　】
生活習慣病患者が服用する薬が運動プログラム作成に及ぼす影響を理解し､内容を調整できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.593-601を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第９回　服薬者の運動プログラム作成上の注意**
【　到達目標　】
生活習慣病患者が服用する薬が運動プログラム作成に及ぼす影響を理解し、内容を調整できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.593-601を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第10回　生活習慣病に対する運動療法　プログラム作成実習（1）**
【　到達目標　】
包括的運動プログラムの基本例が作成できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.603-607を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第11回　生活習慣病に対する運動療法　プログラム作成実習（1）**
【　到達目標　】
包括的運動プログラムの基本例が作成できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.603-607を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第12回　生活習慣病に対する運動療法　プログラム作成実習（2）**
【　到達目標　】
過体重、肥満症を併発した患者に対する運動プログラムが作成できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.609-616を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第13回　生活習慣病に対する運動療法　プログラム作成実習（2）**
【　到達目標　】
高血糖、糖尿病を併発した患者に対する運動プログラムが作成できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.609-616を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第14回　生活習慣病に対する運動療法　プログラム作成実習（3）**
【　到達目標　】
高血圧及び脂質異常症患者に対する運動プログラムが作成できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.617-620を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第15回　生活習慣病に対する運動療法　プログラム作成実習（4）**
【　到達目標　】
変形性膝関節症・腰痛を抱える患者に対する運動プログラムが作成できる。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.621-626を事前に読んでくる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

この演習は、健康運動指導士の資格取得を目指す学生には必修科目であり、出席を極めて重視する。また、授業は、演習形式と実習形式を交えて行うため、教場が週毎に変更となることがあるので、教員からの指示に留意すること。また、学外への施設見学なども企画する場合もある。尚、教育実習などで演習への参加学生が少なくなる場合は、別途前期集中講義期間中に授業を行う場合もある。

**【教科書・参考書など】**

健康運動指導士養成会テキストは事前に受講者全員が購入すること。図書館などで「測定評価」「生理学」「生化学」「解剖学」などのテキストを借り参考にすること。
「健康運動指導士試験　要点整理と実践問題」監修：稲次潤子、編集：上岡尚代、野田哲由、田辺達磨、文光堂

**【成績評価方法】**

実習レポート（50%）、テキスト理解を確認するテスト（50%）により評価する。

| 科目名 | 運動負荷試験演習 | | | 担当者 | 夏井　裕明・大澤　拓也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Seminar in Exercise Testing | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME404 | | |

**【目的とねらい】**

［講義前半］運動負荷試験に関わる基本的知識およびその実際について、負荷試験実習を通して学ぶ。
［講義後半］運動負荷試験時や体力測定時に多用される計測方法について、実習やデモンストレーションを通して理解を深める。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　オリエンテーション**
【　到達目標　】
授業の進め方・運動負荷試験の概要を理解する。
健康運動指導士の役割について理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストを購入し、内容を把握しておく。(4.0hr)

**第２回　運動負荷試験の実際**
【　到達目標　】
運動負荷試験の目的を理解し、その実際を習得する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.629-634を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第３回　運動負荷試験の実際**
【　到達目標　】
運動負荷試験に用いられる測定方法・測定用プロトコールを理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.629-634を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第４回　運動負荷試験実習（1）トレッドミル編**
【　到達目標　】
トレッドミルによる運動負荷試験の実際を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.635-638を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第５回　運動負荷試験実習（1）トレッドミル編**
【　到達目標　】
トレッドミルによる運動負荷試験の実際を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.635-638を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第６回　運動負荷試験実習（1）トレッドミル編**
【　到達目標　】
トレッドミルによる運動負荷試験の実際を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.635-638を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第７回　運動負荷試験実習（1）トレッドミル編**
【　到達目標　】
トレッドミルによる運動負荷試験の実際を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.635-638を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第８回　運動負荷試験実習（2）自転車エルゴメータ編**
【　到達目標　】
自転車エルゴメータによる運動負荷試験の実際を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.639-644を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第９回　運動負荷試験実習（2）自転車エルゴメータ編**
【　到達目標　】
自転車エルゴメータによる運動負荷試験の実際を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.639-644を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第10回　運動負荷試験実習（2）自転車エルゴメータ編**
【　到達目標　】
自転車エルゴメータによる運動負荷試験の実際を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.639-644を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第11回　運動負荷試験実習（2）自転車エルゴメータ編**
【　到達目標　】
自転車エルゴメータによる運動負荷試験の実際を理解する。

【授業時間外学習】
健康運動指導士養成講習会テキストP.639-644を事前に読んでくる。(4.0hr)

**第12回　運動負荷試験実習応用編（1）**
【　到達目標　】
毎分換気量、酸素摂取量、二酸化炭素排出量などの計算方法を理解する。

【授業時間外学習】
事前に配布した資料を読んでくる。(4.0hr)

**第13回　運動負荷試験実習応用編（2）**
【　到達目標　】
呼吸交換比とMETSの理解、ATの算出を理解する。

【授業時間外学習】
事前に配布した資料を読んでくる。(4.0hr)

**第14回　運動負荷試験実習応用編（3）**
【　到達目標　】
負荷試験より得られたデータを患者にフィードバックする方法を理解する。

【授業時間外学習】
事前に配布した資料を読んでくる。(4.0hr)

**第15回　運動負荷試験実習応用編（4）**
【　到達目標　】
実習時のデータを用いたディスカッションを行い理解を深める。

【授業時間外学習】
事前に配布した資料を読んでくる。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

この演習は、健康運動指導士の資格取得を目指す学生には必須であり、出席を極めて重視する。また、授業は、演習形式と実習形式を交えて行うため、教員からの指示に留意すること。実習データをまとめる際にはPCを使用する。尚、教育実習などで演習への参加学生が少なくなる場合は、別途前期集中講義期間中に授業を行う場合もある。

**【教科書・参考書など】**

健康運動指導士養成会テキストは事前に受講者全員が購入すること。図書館などで「測定評価」「生理学」「生化学」「解剖学」などのテキストを借り参考にすること。
「健康運動指導士試験　要点整理と実践問題」監修：稲次潤子、編集：上岡尚代、野田哲由、田辺達磨、文光堂

**【成績評価方法】**

実習レポート（50%）、テキスト理解を確認するテスト（50%）により評価する。

| 科 目 名 | スポーツ・舞踊活動特別実習 | | | 担当者 | 柴　田　雅　貴 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | Specially Sport Methods in Club Activities | | | | | |
| 単 位 数 | 3 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1～3 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 実習 | | 科目ナンバー | HME306 | | |

**【目的とねらい】**

本学における部活動を通して得られた経験や成果をまとめ、より専門的なスポーツ活動に繋げることを目的とする。１年次から3年次にかけて年次ごとに報告書を作成し、さらに優れた実績に繋がるようにすることがねらいとなる。

履修者は上記のことを踏まえ、単に活動状況を報告するのではなく自らのパフォーマンス向上に繋がるような考察をすることが求められる。

**【授業内容】**

１．　１年次４月　ガイダンス

授業の目的やねらいについて説明を行う。また活動報告書の作成方法および提出についての説明を行う。

２．　１年次

各自の部活動を継続して行い、活動報告書を作成し提出する（１月）。１年次は主に高校と大学の活動の違いについて考察を行い、２年次以降の充実に繋がることを目的に報告書を作成する。また、４年次にどのような選手になっていたいかの目標についても記述する。１１～１２月にガイダンスを実施する。

３．　２年次

各自の部活動を継続して行い、活動報告書を作成し提出する（１月）。２年次は大学生競技者としての自分を振り返り、大学における残りの競技生活の目標や計画について考察する。また次年度の活動目標についても記述する。１１～１２月にガイダンスを実施する。

４．　３年次

各自の部活動を継続して行い、活動報告書を作成し提出する（１月）。３年次はこれまでの活動を振り返り、最終年次の活動を具体的に計画し報告書を作成する。またどのように大学での競技を終え、卒業後に大学での経験をどのように生かしていくのかについても記述する。１１～１２月にガイダンスを実施する。

**【到達目標】**

継続した活動を通して、競技者として競技力を向上させ、より優れた結果を残すことが到達目標となる。さらに大学生競技者として、年次を重ねるごとに人間的にも成長していることを実感できることが目標となる。卒業後、競技者の継続を希望する者、指導者を希望する者は将来の自分をイメージしながら日々の活動を行い、報告書を作成することが望ましい。

**【授業時間外学習】**

日々の部活動に対し目的意識を明確にして取り組み、さらに練習ノートなどにその日の練習内容に加えて気づいた点などを簡単にまとめる。さらに、自らの課題を解決するために必要な情報を書籍等を活用しながら積極的に取り入れ、これらを継続する中で競技力向上に対する興味関心を高めるとともに、根拠に基づいたトレーニングに取り組めるようにする。

**【学習上の留意点】**

大学でスポーツ活動を実施する学生が、さらにそのスポーツ活動を継続させて実施する場合に受講できる。受講を希望する学生は、スポーツ活動に関する書類を事前に提出し、受講可否の審査を受ける。受講学生は１年ごとに実施したスポーツ活動の内容について報告書を提出する（１月頃）。不定期でガイダンスを実施するので、掲示をよく見て必ず出席すること。また、学年をまたいでの課題提出はいかなる理由であっても認めない。その場合は次年度の履修を取り消すので注意すること。

**【教科書・参考書など】**

各競技種目に関する専門書や指導書など

| 科 目 名 | 卒業研究 | | | 担当者 | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英 文 名 | Graduation Thesis | | | | | |
| 単 位 数 | 6 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3～4 | | | | 専門・選択 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | HME405 | | |

**【目的とねらい】**

３年次からの２年間にわたる活動をとおして健康スポーツ学の理解をさらに深めるとともに、研究方法にふれながら、健康スポーツ学を展開する専門的な能力を高めることが目的である。2年次までに学修した基礎知識と技能を踏まえ、さらに、3年からの専門的な学習内容も活かしながら、自身の興味に基づいて研究テーマを設定し、具体的な研究手法の実践を通して論理的な物の見方・考え方を身につけ、それを文章にまとめ、発表できる能力を身につけることを目指す。4年間の学習の集大成ともいえる科目として位置づけられている。

**【授業内容】**

具体的な内容や方法は、各研究室の特色に応じて展開するが、以下のような内容・手順を基本とする。
１～15回（３年前期）：基本的な研究課題・内容、研究方法、研究手順の理解
16～30回（３年後期）：研究テーマと基本的な研究計画の設定、研究方法及び具体的な手法の確立
31～45回（４年前期）：研究活動の展開（実験、調査、資料収集・分析など）
46～60回（４年後期）：結果の考察とまとめ、論文の完成、研究成果の報告・発表

**【到達目標】**

１～15回：研究課題を考えることができ、研究方法、研究手順について理解できる。
16～30回：研究テーマを決定し、基本的な研究計画を設定でき、研究方法や手法について確立できる。
31～45回：各自のテーマに即した研究活動を展開することができる。
46～60回：研究結果の考察とまとめができ、論文として完成させる。また、研究成果を報告や発表できる。

**【授業時間外学習】**

１～15回：研究課題を明らかにし、研究方法、研究手順について考えよう。
16～30回：研究テーマを明らかにし、基本的な研究計画を立案し、研究方法や手法について考えよう。
31～45回：実験、調査、資料収集・分析などの手順について、確認しながら実行しよう。
46～60回：研究結果の考察を考え、論文としてまとめよう。また、研究成果を報告や発表の準備をし実行しよう。

**【学習上の留意点】**

興味や関心を持ち、積極的かつ継続的に研究を進めること。研究室での仲間との相互の学習などの機会を活用し総合的に専門性を高めること。

**【教科書・参考書など】**

各研究室により提示。

| 科目名 | 教職論 | | | 担当者 | 青　木　純　一 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Study of Teaching Profession | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 1 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE101・DTE101・HTE101 | | |

【目的とねらい】

教職論は、教職課程履修者がその仕事・職業の特質について理解を深めることが第１の課題である。その上で、履修学生一人ひとりが、教員免許取得を目指すかどうかを判断する機会を提供することも、課題としている。教師の主たる仕事である、授業や生徒指導等の理解を深めるとともに、学校の仕組みや運営体制、教職の専門性の意義と養成および採用制度について理解を深める。教職に関わる近年の改革動向と課題を理解する。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　教師という仕事**
【　到達目標　】
オリエンテーション。教師の仕事の特徴を理解し、本科目履修の意思を確認する。
【授業時間外学習】
最近の教職がおかれている状況について学ぶ。(4.0hr)

**第２回　「私が出会った教師」を思い出す**
【　到達目標　】
履修学生自身がこれまでに出会った教師について振り返り、教職免許取得にあたっての出発点とする。
【授業時間外学習】
過去に出会った教師についてそれぞれの個性や特徴を振り返る。(4.0hr)

**第３回　授業をつくる**
【　到達目標　】
教師が果たす仕事のうち、多くの比重を占めている授業実践について考察し、理解する。
【授業時間外学習】
授業づくりをする際の留意点について学ぶ。(4.0hr)

**第４回　特別活動と生徒指導**
【　到達目標　】
授業実践だけでなく、特別活動や生徒指導も教師の仕事として重要であることを理解する。
【授業時間外学習】
特別活動や生徒指導における留意点について学ぶ。(4.0hr)

**第５回　校務分掌や学校組織**
【　到達目標　】
学校の業務は校務分掌など組織全体を考えて円滑に運営することで大切である。また、スクールカウンセラーや学校司書といった外部スタッフとの連携・協力が今後ますます必要になることを理解する。
【授業時間外学習】
学校における校務分掌の在り方や運営する際の留意点について学ぶ。(4.0hr)

**第６回　同僚性と教師文化**
【　到達目標　】
同じ職場で働く同僚との協力によって、学校運営が円滑となり、児童生徒のよりよい成長が促されることを理解する。
【授業時間外学習】
学校という組織において教師の同僚性がいかに大切か、事例をもとに学ぶ。(4.0hr)

**第７回　教員養成制度―教職に就くまで**
【　到達目標　】
「専門職」としての教師を養成する制度である教員養成制度、とりわけ大学における教員養成のシステムを理解する。
【授業時間外学習】
養成、採用、研修を一体化した教育養成制度の在り方について学ぶ。(4.0hr)

**第８回　教師の資格と任用、採用試験の動向―教職に就くとき**
【　到達目標　】
免許制度と実際の学校に任用される採用試験制度を理解する。また、近年の採用試験の動向を理解する。
【授業時間外学習】
最近の教育採用の実態と特徴について学ぶ。(4.0hr)

**第９回　教師の研修―教職に就いてから**
【　到達目標　】
教師は教職に就いた後も様々な研修を受ける機会が保障されており、専門性を高めることが期待されていることを理解する。
【授業時間外学習】
教員にとって重要な研修について、法的根拠や制度の背景について学ぶ。(4.0hr)

**第10回　教師の仕事とジェンダー**
【　到達目標　】
学校は女性にとって働きやすい職場だといわれるが、その学校においても、性別役割分業が存在していることを理解する。
【授業時間外学習】とくに女性教員に焦点を当て、最近の教員の実態や問題点をジェンダーの視点から学ぶ。(4.0hr)

**第11回　教師の身分と服務**
【　到達目標　】
教師が職務上有している種々の権利や責任について、およびそれらを適切に行使することが必要であることを理解する。
【授業時間外学習】
教員の身分や服務について、実態を法律と絡めて学ぶ。(4.0hr)

**第12回　教師像の探求**
【　到達目標　】
時代とともに数多くの理想的教師像がつくられてきたことを、具体的な例とともに理解する。
【授業時間外学習】
明治以降の学校や社会がどのような「教師像」を求めていたかを学ぶ。(4.0hr)

**第13回　教育改革・学校改革の動向と教師の役割（１）**
【　到達目標　】
近年の教育改革・学校改革の動向についての理解を深め、新たに期待される教師の在り方について関心を持つ。
【授業時間外学習】
戦後の教育改革について、とくに教員政策を中心に学ぶ。(4.0hr)

**第14回　教育改革・学校改革の動向と教師の役割（２）**
【　到達目標　】
前回の続き。
【授業時間外学習】
とくに21世紀に入ってからの教育改革について、教員政策を中心に学ぶ。(4.0hr)

**第15回　現代の教職をめぐる課題**
【　到達目標　】
これまでの授業をもとに、各自現代の教職をめぐる課題を整理し、自らがめざす教師像をまとめる。
【授業時間外学習】
今日の教員に求められている資質・能力とはなにかについて学ぶ。(4.0hr)

【学習上の留意点】

本科目を履修することは、学生諸君が「教わる側」から「教える側」へと、立場を移す作業を始めることを意味する。その意味の重さを自覚し、単に出席するにとどまらず、積極的な授業参加を心がけること。また、この授業をきっかけにして、新聞やテレビなどから、教育に関する情報を手に入れる習慣を身につけてほしい。

【教科書・参考書など】

教科書：授業の初回に指示する。
参考書：適宜授業で指示する。

【成績評価方法】

小レポート（30%）および試験（70%）により評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 教育原論(教育課程を含む) | | | 担当者 | 小堀　哲郎・瀬川　　大 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Theory of Education (Theory of Curriculum) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE201・DTE201・HTE201 | | |

【目的とねらい】

教育の基本的概念や理念、教育に関する歴史や思想、教育課程の意義や編成原理、カリキュラムマネジメント等を学ぶ科目である。教育の歴史や思想の中で、教育の概念や理念がどのように変化、発展してきたのかを考察し、現代の教育課題を理解する。また、学習指導要領を基準として各学校において編成される教育課程について、その意義や編成の方法を理解するとともに、各学校の実情に即してカリキュラム・マネジメントを行うことの意義も理解できるようにする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　教育の基本的概念　（担当：小堀哲郎）**

【　到達目標　】

教育の基本的概念や理念、教育の目的などについて理解する。

【授業時間外学習】

教育の基本的概念についての理解を深めるために関連文献を読む。(4.0hr)

**第２回　教育の歴史　（担当：小堀哲郎）**

【　到達目標　】

教育の歴史について、古代から現代までの構造的な理解を進める。

【授業時間外学習】

教育の歴史についての理解を深めるために関連文献を読む。(4.0hr)

**第３回　教育の思想―ヨーロッパ　（担当：小堀哲郎）**

【　到達目標　】

ヨーロッパの代表的な教育思想を学び、教育の思想と実際の教育や学校とのかかわりについて理解する。

【授業時間外学習】

ヨーロッパの代表的な教育思想家の著作を読む。(4.0hr)

**第４回　教育の思想―日本古代から近世　（担当：小堀哲郎）**

【　到達目標　】

日本の古代から近世までの教育思想について学ぶ。日本の教育の独自の歴史、思想文化的な背景を理解する。

【授業時間外学習】

近世までの日本の教育思想についての理解を深めるために関連文献を読む。(4.0hr)

**第５回　学校の形成　（担当：小堀哲郎）**

【　到達目標　】

学校の成立過程について、古代から近世までを範囲として理解し、日本と諸外国の違いについて学ぶ。

【授業時間外学習】

学校の成立過程について理解を深めるために関連文献を読む。(4.0hr)

**第６回　近代教育制度の成立と展開　（担当：小堀哲郎）**

【　到達目標　】

近代の教育制度、学校制度の成立と現代にいたる教育と学校の変遷について理解する。

【授業時間外学習】

近代教育制度、学校制度について理解を深めるために関連文献を読む。(4.0hr)

**第７回　地域社会と学校　（担当：小堀哲郎）**

【　到達目標　】

地域社会と学校、家族と学校とのかかわりについて、歴史的経緯を踏まえて理解する。

【授業時間外学習】

地域社会や家族と学校とのかかわりについて理解を深めるために関連文献を読む。(4.0hr)

**第８回　現代社会における教育の課題　（担当：小堀哲郎）**

【　到達目標　】

社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉える。

【授業時間外学習】

現代社会における教育の課題について、新聞等を読み多角的に理解する。(4.0hr)

**第９回　教育課程の編成原理　（担当：瀬川大）**

【　到達目標　】

教育課程の編成原理にはいくつかある。ここでは、それらのうち代表的なものとして、「経験中心主義」と「学問中心主義」について理解する。

【授業時間外学習】

「経験中心主義」と「学問中心主義」についての文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第10回　教育課程編成と学習指導要領　（担当：瀬川大）**

【　到達目標　】

学校教育の教育課程における学習指導要領の役割を理解し、その構造を説明できる。

【授業時間外学習】学校教育の教育課程における学習指導要領の役割に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第11回　学習指導要領の変遷　（担当：瀬川大）**

【　到達目標　】

学習指導要領の改訂の変遷および改訂内容並びにその社会的背景を理解している。

【授業時間外学習】

学習指導要領の改訂の変遷に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第12回　学力問題　（担当：瀬川大）**

【　到達目標　】

近年の教育課程改革をもたらした「学力問題」について、その概要と本質を理解し、説明できる。

【授業時間外学習】

「学力問題」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第13回　教科横断的なカリキュラム編成　（担当：瀬川大）**

【　到達目標　】

教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示することができる。

【授業時間外学習】

教科横断的なカリキュラム編成に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第14回　新学習指導要領と「主体的・対話的で深い学び」　（担当：瀬川大）**

【　到達目標　】

今回行われた学習指導要領の改訂の中で、とりわけ重要視されている「主体的・対話的で深い学び」について、その内容と長期的な指導計画に組み入れる必要性について、理解する。

【授業時間外学習】

アクティブ・ラーニングに関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第15回　カリキュラムをどう評価するか　（担当：瀬川大）**

【　到達目標　】

教育課程を実践するに際しては評価が伴うこと、およびそのレベルや方法に様々な種類があることを理解し、説明できる。カリキュラム・マネジメントについても理解する。

【授業時間外学習】

教育評価、カリキュラム・マネジメントに関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

【学習上の留意点】

本科目によって、教育に関する基本原理や学校教育における教育課程の全体像を把握することが、教員として教育実践に携わるためには不可欠である。授業においては、できるだけわかりやすい説明を心がけるつもりである。また、講義に加え、グループワーク、ディスカッション、授業内における小レポートなどの方法を用いる予定である。学生諸君には、授業への積極的な参加を求めたい。

【教科書・参考書など】

・教科書：授業の初回に指示する。
・参考書：文部科学省『中学校・高等学校学習指導要領』（最新版）

【成績評価方法】

グループ討論、発表、小レポートなど（30%）、試験（70%）により評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 教育心理学 | | | 担当者 | 三　好　昭　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Educational Psychology | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE202・DTE202・HTE202 | | |

**【目的とねらい】**

本講義は、児童及び生徒の心身の発達及び学習の過程（障害のある児童及び生徒の心身の発達及び学習の過程を含む）に関する心理学を学習することを目的とする。教育の現場では、授業を行うだけでなく、子どもたちが示す様々な問題に対処していくことが望まれる。しっかりとした体系をもつ理論を学ぶことで、それらの問題の背景を正しく理解し、心理学に基づいた適切な対処法を考えることができるようになる。そのための基盤作りが本講義のねらいである。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　教育とは何か**
【　到達目標　】
(1)教育心理学の考え方を理解する。
【授業時間外学習】
教育心理学の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第２回　認知発達**
【　到達目標　】
(1)認知発達について理解する。
【授業時間外学習】
認知発達の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第３回　対人関係の発達**
【　到達目標　】
(1)友人関係の特徴や変化について理解する。
(2)恋愛関係の現状や特徴について理解する。
【授業時間外学習】
青年期の対人関係についての理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第４回　青年期におけるアイデンティティ発達**
【　到達目標　】
(1)エリクソンの発達理論について理解する。
(2)青年期におけるアイデンティティ発達について理解する。
【授業時間外学習】
青年期におけるアイデンティティ発達に関する課題を行う。(4.0hr)

**第５回　学習のメカニズム**
【　到達目標　】
(1)古典的条件づけについて理解する。
(2)オペラント条件づけ・観察学習について理解する。
【授業時間外学習】
学習理論の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第６回　内発的動機・外発的動機**
【　到達目標　】
(1)基本的な動機について理解する。
(2)内発的動機・外発的動機について理解する。
【授業時間外学習】
動機に関する課題を行う。(4.0hr)

**第７回　動機づけの理論**
【　到達目標　】
(1)動機づけの理論について理解する。
【授業時間外学習】
動機づけの理論の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第８回　学習動機**
【　到達目標　】
(1)学習動機について理解する。
(2)意欲を高める方法について理解する。
【授業時間外学習】
学習動機の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第９回　記憶の仕組み**
【　到達目標　】
(1)記憶のメカニズムについて理解する。
【授業時間外学習】
記憶の仕組みに関する課題を行う。(4.0hr)

**第10回　知識・スキルを獲得する**
【　到達目標　】
(1)記憶や知識の種類やその性質について理解する。
【授業時間外学習】
知識・スキルの獲得に関する課題を行う。(4.0hr)

**第11回　個に応じた教育**
【　到達目標　】
(1)認知やパーソナリティにおける個人差を理解し，個人差に応じた教授技法について理解する。
【授業時間外学習】
個に応じた教育の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第12回　授業**
【　到達目標　】
(1)授業の位置づけの変化について理解する。
(2)教えて考えさせる授業について理解する。
【授業時間外学習】
授業についての理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第13回　教育評価**
【　到達目標　】
(1)評価の目的・基準について理解する。
(2)学力・知能・性格を測定するための方法について理解する。
(3)性格検査の結果をもとに自己分析する。
【授業時間外学習】
教育評価の理解と性格検査による自己分析に関する課題を行う。(4.0hr)

**第14回　発達障害**
【　到達目標　】
(1)発達障害の分類、認知の偏りについて理解する。
(2)障害特性の理解と支援について理解する。
【授業時間外学習】
発達障害の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第15回　適応支援**
【　到達目標　】
(1)適応という概念について理解する。
(2)自尊感情を育む。
【授業時間外学習】
適応支援の理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

講義ではパワーポイントを使用し、資料を毎回配布する。受講者は講義を聞きながらメモを取り、自分なりのノートを作成する。教育評価の回では性格テストを実施し、自己分析をする。毎回、講義で取り上げた重要概念の理解を確実にするための課題を出す。課題の内容は期末テストと対応しているので、しっかり復習すること。

**【教科書・参考書など】**

教科書は使用しない。毎回、資料を配布する。
参考書：市川 伸一・著『学習と教育の心理学 増補版（現代心理学入門３）』岩波書店(2011年)、髙坂康雅・池田幸恭・三好昭子・編著『レクチャー 青年心理学−学んでほしい・教えてほしい青年心理学の15のテーマ』風間書房

**【成績評価方法】**

毎回出す課題の提出30%、期末テスト（試験は試験期間中に別途実施）を70%として評価する。

| 科目名 | 道徳教育の理論と方法 | | | 担当者 | 瀬　川　　大 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Moral Education | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE301・DTE301・HTE301 | | |

**【目的とねらい】**

道徳教育は、教育基本法及び学校教育法に定められた教育の根本精神を踏まえ、自己の生き方や人間としての生き方を考え、主体的な判断の下に行動し、自立した人間として他者と共によりよく生きるための基盤となる道徳性を育成する教育活動である。

道徳の意義や原理等を踏まえ、学校の教育活動全体を通じて行う道徳教育及びその要となる道徳科の目標や内容、指導計画等を理解するとともに、教材研究や学習指導案の作成、模擬授業等を通して、実践的な指導力を身に付ける。

**【授業内容・到達目標など】**

**第１回　はじめに―道徳とは何か**
【　到達目標　】
道徳ということばが持つ意味や、他の類似概念との違いなどを、自分なりに理解し、説明することができる。

【授業時間外学習】
「道徳」や類似概念に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第２回　自らの道徳教育経験を振り返る**
【　到達目標　】
学校教育における道徳教育の役割、目的、カリキュラム、教育の実践例を理解する。それらをもとに、自分自身が受けてきた道徳教育を意味づけることができる。

【授業時間外学習】
学校教育における道徳教育の役割に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第３回　思春期①―その発達課題**
【　到達目標　】
中学校、高等学校の生徒は思春期を生きていることを理解し、特有の発達課題を考えることができる。

【授業時間外学習】
思春期における発達課題に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第４回　思春期②―仲間集団**
【　到達目標　】
思春期における成長には仲間集団の存在が必要であることを理解する。また集団の特徴をとらえることができる。

【授業時間外学習】
思春期における仲間集団に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第５回　学校教育活動全体を通じた道徳教育**
【　到達目標　】
学校における道徳教育の指導計画や教育活動全体を通じた指導の必要性を理解する。特に本学は体育大学であることから、保健体育科や部活動における道徳教育について自分なりに説明できる。
【授業時間外学習】学校における教育活動全体を通じた道徳教育に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第６回　道徳教育の歴史**
【　到達目標　】
道徳教育の目的と内容の歴史的な変化をたどり、現代の道徳教育の目的と課題を総合的に理解する。

【授業時間外学習】
道徳教育の歴史に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第７回　「特別の教科　道徳」の誕生**
【　到達目標　】
小学校では平成30年度から、中学校では平成31年度から、「特別の教科　道徳」が誕生するにあたり、その特徴と、従来の「道徳の時間」との相違点について説明できる。

【授業時間外学習】
「特別の教科　道徳」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第８回　道徳教育の領域①―主として自分自身に関すること**
【　到達目標　】
道徳科の内容項目を、4つの視点から理解する。本時では「A.主として自分自身に関すること」の視点から理解し、この視点に関わる現代的な道徳教育の課題について説明できる。

【授業時間外学習】「A.主として自分自身に関すること」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第９回　道徳教育の領域②―主として人との関わりに関すること**
【　到達目標　】
道徳科の内容項目を「B.主として人との関わりに関すること」の視点から理解し、この視点に関わる現代的な道徳教育の課題について、説明できる。

【授業時間外学習】「B.主として人との関わりに関すること」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第10回　道徳教育の領域③―主として集団や社会とのかかわりに関すること**
【　到達目標　】
道徳科の内容項目を「C.主として集団や社会との関わりに関すること」の視点から理解し、この視点に関わる現代的な道徳教育の課題について、説明できる。

【授業時間外学習】「C.主として集団や社会との関わりに関すること」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第11回　道徳教育の領域④―主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること**
【　到達目標　】
道徳科の内容項目を「D.主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること」の視点から理解し、この視点に関わる現代的な道徳教育の課題について、説明できる。

【授業時間外学習】「D.主として生命や自然、崇高なものとの関わりに関すること」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第12回　学習指導案の作成**
【　到達目標　】
授業のねらいや指導過程を明確にして、道徳科の学習指導案を作成することができる。
高等学校教育をより深く学ぶ学生は、高等学校における道徳教育を構想することができる。

【授業時間外学習】
道徳科の学習指導案作成に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第13回　道徳科の学習評価**
【　到達目標　】
道徳科の特性を踏まえた学習評価の在り方を理解している。

【授業時間外学習】道徳科の学習評価に関連する文献を図書館等で探して読む。教育実習における道徳指導に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第14回　模擬授業と振り返り―読み物教材を用いた授業**
【　到達目標　】
読み物資料を用いた模擬授業の実施とその振り返りを通して、授業改善の視点を身につけている。

【授業時間外学習】
読み物教材を用いた道徳科の授業実践に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**第15回　多様な教材と指導方法**
【　到達目標　】
道徳科には多様な教材や指導方法があることを理解し、それらの特徴を踏まえた授業設計を行うことができる。特に、「主体的・対話的で深い学び」を意識して授業を設計することができる。
【授業時間外学習】
道徳科の教材や指導方法に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)

**【学習上の留意点】**

各回のテーマに沿いながら学習を深め、同時に講義全体で学校における道徳教育のあり方を理解することを目標とする。授業時間内だけではなく、日頃から新聞、テレビのニュースなどから社会、学校のなかの道徳や道徳教育の様子、中高校生の生き方など、幅広くとらえるようにしたい。単なるタテマエではない道徳教育のあり方を考えていってほしい。

**【教科書・参考書など】**

文部科学省『中学校学習指導要領解説　特別の教科　道徳編』（最新版）

**【成績評価方法】**

小レポート（30%）、期末試験（70%）により評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。

| 科目名 | 教育の方法と技術 | | | 担当者 | 須　甲　理　生 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Methodology of Education | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 2 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE203・DTE203・HTE203 | | |

## 【目的とねらい】

本講義では、新学習指導要領で求められる資質・能力を子供たちに習得させていくために必要な、教育の方法及び技術、情報機器及び教材の活用に関する基礎的な知識・技能を身に付ける。具体的には、まず、教育の方法として、主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の展開方法、学習成果を確実に上げるための基礎的条件と内容的条件、目標に準拠した評価や指導と評価の一体化等に関する学習評価について理解していく。次に、教育の技術として、授業中の子供たちに対する相互作用行動（言葉がけ）、学習指導案の作成方法について理解していく。最後に、情報機器を効果的に活用した授業の展開方法についても具体的な授業実践例を踏まえながら理解していく。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　新学習指導要領で求められる資質・能力と保健体育科における見方・考え方**
【　到達目標　】
教育方法の基礎的理論と実践について理解すると共に、新学習指導要領で求められる資質・能力の各要素と要素間の関係性について保健体育科という教科の特性の視点から理解する。また、保健体育科における見方・考え方について説明できるようにする。
【授業時間外学習】新学習指導要領解説における教科の目標とその解説を読んで、現行要領の違い等をまとめる。(4.0hr)

**第２回　主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の実現（1）**
【　到達目標　】
主体的・対話的で深い学びとは何か、また、主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の展開方法について、具体的な授業研究の成果や授業映像から理解する。
【授業時間外学習】
主体的・対話的で深い学びを取り入れた体育あるいは保健授業の具体例を作成する。(4.0hr)

**第３回　主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の実現（2）**
【　到達目標　】
課題として作成してきた主体的・対話的で深い学びを取り入れた体育あるいは保健授業の具体例をもとに、グループで討論し、主体的・対話的で深い学びを授業に取り入れる際の原理・原則を見付けることができるようにする。
【授業時間外学習】
主体的・対話的で深い学びを取り入れた体育あるいは保健授業の具体例を再構成する。(4.0hr)

**第４回　授業の基礎的条件と内容的条件**
【　到達目標　】
教育方法の基礎的理論である授業の基礎的条件（学習規律の確立等）と内容的条件（目標・内容・教材、教具・方法の一貫性等）について、説明できるようにする。また、学級・生徒・教員・教室・教材など授業を構成する基礎的な要件を理解する。
【授業時間外学習】
基礎的条件と内容的条件について記載された資料（論文）を読んでまとめる。(4.0hr)

**第５回　体育授業と学級経営の関係性**
【　到達目標　】
体育授業の基礎的条件に関わっては、学級経営と密接に関連していることを具体例を挙げながら説明できるようにする。
【授業時間外学習】
体育授業と学級経営の教育方法の関連性に関する論文を読み、小レポートを作成する。(4.0hr)

**第６回 学習評価の基礎的な考え方**
【　到達目標　】
目標に準拠した評価、指導と評価の一体化、観点別学習状況の評価の考え方について説明できるようにする。
【授業時間外学習】
学習評価に関する小レポートを作成する。(4.0hr)

**第７回 授業における教師の効果的な相互作用行動（1）**
【　到達目標　】
主体的・対話的で深い学びを実現するための教師の効果的な相互作用行動について理解する。
【授業時間外学習】
相互作用行動について記載された資料（論文）を読んでまとめる。(4.0hr)

**第８回　授業における教師の効果的な相互作用行動（2）**
【　到達目標　】
教師による発問、肯定的な言葉がけ、矯正的な言葉がけ、励まし等の在り方について、授業場面を想定して、具体例を挙げながら説明できるようにする。また、基礎的な板書の技術を身に付ける。
【授業時間外学習】
授業場面の具体例を用いた相互作用に関する小レポートを作成する。(4.0hr)

**第９回　学習指導案の作成方法（1）**
【　到達目標　】
学習指導案例を基に、目標・内容、教材・教具、学習形態等の一貫性を有する授業の設計方法について理解する。
【授業時間外学習】学習指導案例を基に、目標・内容、教材・教具、学習形態等の一貫性についてまとめる。(4.0hr)

**第10回　学習指導案の作成方法（2）**
【　到達目標　】
学習指導案例を基に、評価規準及び基準の設定方法、評価計画の作成方法について理解する。
【授業時間外学習】学習指導案例を基に、評価規準及び基準の設定方法、評価計画の作成方法についてまとめる。(4.0hr)

**第11回　学習指導案の作成方法（3）**
【　到達目標　】
子供たちにおける思考力・判断力・表現力等の習得を促す学習カードやワークシートの作成方法について理解する。また、思考力・判断力・表現力等の学習評価に関する基礎的な考え方を理解する。
【授業時間外学習】
具体的な授業を想定して、学習カードやワークシートを作成する。(4.0hr)

**第12回　情報機器を効果的に活用した授業の展開方法（1）**
【　到達目標　】
教師による子供たちへの課題提示場面での情報機器の効果的な活用方法について説明できるようにする。
【授業時間外学習】
課題提示場面での情報機器の効果的な活用方法について小レポートを作成する。(4.0hr)

**第13回　情報機器を効果的に活用した授業の展開方法（2）**
【　到達目標　】
子ども達の対話的な学びの場面における情報機器の効果的な活用方法について説明できるようにする。
【授業時間外学習】対話的な学びの場面における情報機器の効果的な活用方法について小レポートを作成する。(4.0hr)

**第14回 情報機器を効果的に活用した授業の展開方法（3）**
【　到達目標　】
情報機器を活用した授業の展開方法について、具体例を挙げながら説明できるようにする。
【授業時間外学習】
情報機器を活用した授業の展開方法について、具体例を作成する。(4.0hr)

**第15回　保健体育教師が授業から学び続けるということ**
【　到達目標　】
保健体育教師は、授業の設計・実施・評価（省察）の一連のサイクルの中で、子ども達の反応や学習成果から学び、不断に授業の力量を形成し続けることが必要であること、また、教師として学び続けるための方法について理解する。
【授業時間外学習】
保健体育教師が学び続けることの意義、そのための方法についてレポートを作成する。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

教育実習において、学校現場の生徒に大きな影響を与えることを十分に自覚し、教職免許を取るのにふさわしい態度で講義に臨むこと。毎回の講義は相互に関連しているので、講義内容について集中してノートをとり、予習・復習を行っていくことが必要になる。学習指導案やレポート等の課題、テストにも積極的に取り組むことが大切である。

## 【教科書・参考書など】

・文部科学省『中学校学習指導要領解説保健体育編』（2018年）東山書房
・文部科学省『教育の情報化に関する手引き』（2010年）
・文部科学省『高等学校学習指導要領解説保健体育編・体育編』（2019年）東山書房

## 【成績評価方法】

毎授業後に課す小レポート等の課題（50%）、試験（50%）

| 科目名 | 特別支援教育入門 | | | 担当者 | 雨宮由紀枝 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Introduction to Special Support Education | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE204・DTE204・HTE204 | | |

## 【目的とねらい】

特別支援教育の入門編として、様々な障害のある子どもとともに、障害はないが特別の教育的ニーズのある子どもも含め、特別の支援を必要とする幼児、児童および生徒の学習上または生活上の困難を理解し、個別の教育的ニーズに対して、他の教員や関係機関と連携しながら組織的に対応していくための基礎的知識や支援方法を理解することを目的とする。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回 特別支援教育を支える理念**
【　到達目標　】
(1)障害の概念、特別支援教育の歴史的変遷について理解する。
(2)自立、地域社会への参加、インクルージョンなどの理念について理解する。
(3)合理的配慮の考え方について理解する。
【授業時間外学習】
授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第２回　視覚・聴覚・言語障害のある子どもの理解と支援**
【　到達目標　】
(1)「国際生活機能分類」による障害の捉え方を説明できる。
(2)視覚・聴覚・言語障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第３回　知的障害のある子どもの理解と支援**
【　到達目標　】
(1)知的障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第４回　肢体不自由、重症心身障害、病弱、医療的ケア児の理解と支援**
【　到達目標　】
(1)肢体不自由・重症心身障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
(2)重症心身障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
(3)病弱、医療的ケア児について理解し、支援のあり方を説明できる。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第５回　発達障害（LD、ADHD、ASD）のある子どもの理解と支援**
【　到達目標　】
(1)LD-学習障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
(2)ADHD-注意欠陥多動性障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
(3)ASD-自閉症スペクトラム障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第６回　発達障害（DCD）、運動の苦手な子どもの理解と支援**
【　到達目標　】
(1)DCD-発達性協調運動障害について理解し、支援のあり方を説明できる。
(2)運動の苦手な子どもの発達を支援するための理論と実際を理解する。
【授業時間外学習】
授業を振り返り、実践に役立てるための検討を行う。(4.0hr)

**第７回　LGBT、母国語の違い等の理解と支援**
【　到達目標　】
(1)LGBTについて理解し、支援の在り方を説明できる。
(2)母国語の違い等、特別の支援を必要とする子どもの学習上または生活上について理解し、対応のあり方を説明できる。
【授業時間外学習】
授業を振り返り、実践に役立てるための検討を行う。(4.0hr)

**第８回　貧困、虐待、DV、社会的養護等の理解と支援**
【　到達目標　】
(1)貧困、虐待、DV、社会的養護等により、特別の支援を必要とする子どもの学習上または生活上の困難について理解し、対応のあり方を説明できる。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第９回 特別支援教育に関する教育課程、個別の指導計画・支援計画**
【　到達目標　】
(1)特別支援教育に関する教育課程について理解する。
(2)特別支援教育課程に基づいた、個別の指導計画・支援計画の作成について理解する。
(3)「通級による指導」「自立活動」について理解する。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第10回 教員間の連携・協働**
【　到達目標　】
(1)クラス内の人的配置、学校内の連携体制を理解する。
(2)情報の共有と守秘義務について理解する。
(3)特別支援教育コーディネーターの役割を理解する。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第11回　家庭への理解と支援**
【　到達目標　】
(1)障害のある子どもを育てる家庭への子育て支援について理解する。
(2)ライフステージに応じた親やきょうだいへの支援について理解する。
(3)保護者間の交流や支え合いの意義とその支援について理解する。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第12回 地域における自治体・関係機関の連携・協働**
【　到達目標　】
(1)障害児支援の制度政策について理解する。
(2)特別支援学校、教育委員会、医療機関等の連携・協働について理解する。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第13回　特別の支援を必要とする子どもの現状と課題（１）保健・医療**
【　到達目標　】
(1)保健をめぐる特別の支援を必要とする子どもの現状と課題を理解する。
(2)医療をめぐる特別の支援を必要とする子どもの現状と課題を理解する。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第14回　特別の支援を必要とする子どもの現状と課題（２）福祉・教育**
【　到達目標　】
(1)福祉をめぐる特別の支援を必要とする子どもの現状と課題を理解する。
(2)教育をめぐる特別の支援を必要とする子どもの現状と課題を理解する。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

**第15回　特別の支援を必要とする子どもの現状と課題（３）地域**
【　到達目標　】
(1)地域における支援の場の広がりとつながりを理解する。
【授業時間外学習】
事前に教科書に目を通し、授業後は教科書・プリント資料を復習して理解を深める。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

実際に特別支援学校・特別支援学級の児童とかかわる機会を持ちながら学習し、理論と実際を結び付けて理解を深めていくことを勧める。貧困や虐待問題等、社会の動向にも目を向け、家族や関係機関、地域社会の人々との連携の進め方など幅広い視点を学習し、自らが主体的に子どもの育ちの支援にかかわることを想定しながら取り組んでほしい。

## 【教科書・参考書など】

教科書、資料プリント、ビデオ教材等使用。授業時に指示する。
参考書：文部科学省『中学校・高等学校学習指導要領』（最新版）

## 【成績評価方法】

各回の授業時での課題40%、理解度確認のための試験結果を60%として評価する。
期末に試験を行う。

| 科目名 | 教育社会学 | | | 担当者 | 小　堀　哲　郎 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Sociology of Education | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE302・DTE302・HTE302 | | |

【目的とねらい】

教育や学校に関する事項について社会学的な視点で学ぶ科目である。現代社会の状況の変化がもたらす学校教育への影響ならびに、現代の子どもたちの生活の変化に伴って生じる指導上の課題を理解する。また、日本のみならず諸外国の教育事情や教育政策の動向を理解することに加え、近年重要性を増している、学校と地域との連携に関する意義や方法を理解し、学校管理下で生じる事件や事故等に対応するために学校安全に関する基礎的知識を身につけることも目標とする。

【授業内容・到達目標など】

**第１回　学校を取り巻く状況の変化**
【　到達目標　】
グローバル化・情報化・少子化などの社会の変化に伴う学校のありかたについて理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第２回　ライフコース**
【　到達目標　】
急速に変化をしている日本人のライフコースにおける教育の意味や役割について理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第３回　少子社会の家族と子ども**
【　到達目標　】
少子社会における家族と子どものありようについて、虐待等を事例に理解を深める。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第４回　子どもの人間関係**
【　到達目標　】
子どもたちの人間関係の変化について、仲間意識や友だちづくりの点から理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第５回　子どもの学力と体力**
【　到達目標　】
子どもの学力と体力がどのように変化してきているかを理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第６回　学力と意欲の階層差**
【　到達目標　】
格差社会との関連で、学力と意欲の階層差について提起されている問題点を理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第７回　　いじめ・不登校**
【　到達目標　】
教育社会学の主要テーマである「いじめ」と「不登校」について理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第８回　資格社会と就職**
【　到達目標　】
日本における学校卒業後の就職の状況について、歴史的経緯をふまえて理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第９回　インターネット社会と若者**
【　到達目標　】
インターネットの普及による社会変動をどう捉えていくのかを若者を中心に理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第10回　学習指導要領改訂の理念**
【　到達目標　】
「主体的・対話的で深い学び」を中心に、新しい学習指導要領の理念を理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第11回　学び続ける教師**
【　到達目標　】
教員に要求される役割と専門的資質・能力について理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第12回　諸外国の教育事情と教育改革**
【　到達目標　】
アメリカ・イギリス・韓国・フィンランドなどの諸外国の教育事情について理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第13回　学校と地域の連携**
【　到達目標　】
地域との連携による学校教育活動の意義を具体的に理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第14回　開かれた学校づくりへの課題**
【　到達目標　】
学校と地域の連携や協働による「開かれた学校づくり」の経緯を踏まえ、今後の課題を理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

**第15回　学校安全への対応**
【　到達目標　】
学校管理下で起こる事件や事故、災害の実情を踏まえ、危機管理や事故対応を含む学校安全について理解する。
【授業時間外学習】
配布した資料を丁寧に読んで、授業内容の理解を深めること。(4.0hr)

【学習上の留意点】

授業は主として教員による講義形式とするが、毎回の授業終了時に500字程度の「授業内レポート」を作成し、評価に算入する。私語その他、他の学生に迷惑となる行為は厳禁。場合によっては退出してもらうこともある。

【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。適宜、資料等を配布。
参考書等については授業時に紹介する。

【成績評価方法】

試験は「試験期間中に別途実施する」。
授業内レポート（40%）、定期試験（60%）。

| 科目名 | 教育相談 | | | 担当者 | 角　田　和　也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Educational Counseling | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE303・DTE303・HTE303 | | |

## 【目的とねらい】

教育相談は、幼児、児童及び生徒が自己理解を深めたり好ましい人間関係を築いたりしながら、集団の中で適応的に生活する力を育み、個性の伸長や人格の成長を支援する教育活動である。

本授業では、特に生徒を中心とした子ども発達の状況に即しつつ、個々の心理的特質や教育的課題を適切に捉え、支援するために必要な基礎的知識（カウンセリングの意義、理論や技法に関する基礎的知識を含む）を身に付ける。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　オリエンテーション／教育相談とは何？**
【　到達目標　】
(1)自分の理解している「教育相談」とは何かを説明できる。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第２回　教育相談の実際**
【　到達目標　】
(1) 教育相談の実際について、正しい認識をもつことができる。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第３回　学校における教育相談の意義**
【　到達目標　】
(1)教員を目指す学生が教育相談を学ぶ意義を理解する。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成／次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第４回　教育相談の基本的事項①　実践のための基本的な理論・概念①**
【　到達目標　】
(1)教育相談の実践に必要な、臨床心理学（カウンセリング）の基本理論・概念を理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第５回 教育相談の基本的事項②　実践のための基本的な理論・概念②**
【　到達目標　】
(1)前回の授業内容を踏まえ、教育相談で実践されている臨床心理学（カウンセリング）の理論・概念について理解を深める。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第６回　教育相談の基本的事項③　カウンセリングマインドの必要性**
【　到達目標　】
(1)教育相談の実践に必要なカウンセリングマインドについて理解する。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成／次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第７回　生徒理解の方法①　「きく」ことについて①**
【　到達目標　】
(1)生徒理解に必要な「きく」ということについて理解を深める。
(2)「きく」方法を実践するためのポイントを理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第８回　生徒理解の方法②　「きく」ことについて②**
【　到達目標　】
(1)前回の授業をうけて、さらに「きく」際に注意するポイントについての理解を深める。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成／次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第９回　生徒理解の方法③　「話す」ことについて①**
【　到達目標　】
(1)生徒理解に必要な「話す」ということについて理解を深める。
(2)「話す」方法を実践するためのポイントを理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第10回　生徒理解の方法④　「話す」ことについて②**
【　到達目標　】
(1)不快に思われない話し方について理解を深める。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成／次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第11回　生徒理解の方法⑤　「みる」ことについて①**
【　到達目標　】
(1)生徒理解に必要な「みる」ということについて理解を深める。
(2)「みる」方法を実践するためのポイントを理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第12回　生徒理解の方法⑥　「みる」ことについて②**
【　到達目標　】
(1)みられている側の気持ちを理解する。
(2)「みる」際に注意するさらなるポイントについて理解する。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成／次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第13回　教育相談の展開①　「私」が教育相談を行うために**
【　到達目標　】
(1)テーマに沿って､実際に教育相談を行う際の目標の立て方や進め方を考えることができる。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第14回　教育相談の展開②　連携の必要性について**
【　到達目標　】
(1)実際に教育相談を行う際に欠くことのできない学校内・外における連携について、理解する。
【授業時間外学習】
次回授業内容およびレポートの課題内容の確認。(4.0hr)

**第15回　教育相談の展開③　組織的な取り組みの必要性について**
【　到達目標　】
(1)教育相談の実践には、組織的な展開が必要であることを理解する。
【授業時間外学習】
課題レポートの作成。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

①基本的には、毎回、板書の代わりにPCおよびプロジェクターを使用して授業を行います。板書に費やす時間を省略するのが主なねらいです。
②授業内容の理解を深めることを目的とした課題レポートの作成を、授業時間外学習で課します。この作成したレポートは後日提出してもらい、評価に反映させていきます（下欄「成績評価方法」の「提出物の評価」に該当します）。
③期末試験は、授業で伝えた内容の理解度を確認するためだけではなく、その知識をもとにした実践力を問うためにも実施しています。受講の際にメモをとるだけでなく、普段からの自主的な学習・復習が単位取得には必要です。

## 【教科書・参考書など】

・１回目の授業時に、本授業用に作成したテキストを販売します。受講する学生は、必ず購入してください。
・テキストには、各回ごと、授業内容に基づいた参考文献を示してありますので、そちらも参考にしてください。
・参考書：文部科学省『中学校・高等学校学習指導要領』（最新版）

## 【成績評価方法】

・提出物の評価……50%　　期末試験の結果……50%
・試験は試験期間中に別途実施します。

| 科目名 | 特別活動及び総合的な学習の時間の指導法 | | | 担当者 | 稲　井　達　也 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Special Activities & Integrated Learning | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE304・DTE304・HTE304 | | |

## 【目的とねらい】

中学校学習指導要領および高等学校学習指導要領に位置づけられている特別活動について理解し、中学校・高等学校の学級担任として、この指導ができる知識と能力を培い、望ましい指導のあり方を研究するとともに、特別活動の存在意義について考える。また、総合的な学習の時間の意義や狙いについて理解するとともに、横断的・総合的な学習を行うことを通して、よりよく課題を解決し、自己の生き方を考えていくための資質・能力の育成を目指すとともに、実社会・実生活の課題を探究する学びを実現するためのカリキュラム編成、指導計画の作成、具体的な指導の仕方、学習活動の評価に関する知識・技能を身に付けるため、具体的な実践事例を通して検討する。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　特別活動のカリキュラム、中学校と高等学校の特別活動の目標、指導と評価、地域との連携**

【　到達目標　】教育課程の中での特別活動の位置付けについて知る。

また、中学校特別活動の目標について、特別活動における「人間関係形成」、「社会参画」、「自己実現」の視点から理解するとともに、評価について理解する。また、「地域に開かれた教育課程の実現」の観点から特別活動を考える。

【授業時間外学習】

学習指導要領解説編を通読し、全体の構成を把握する。(4.0hr)

**第２回　特別活動と各教科等の関連性、学級活動・ホームルーム活動　1.目標と内容**

【　到達目標　】

特別活動と各教科等との関連性について知る。また、担任教員の役割について理解するとともに、実例を通して、中学校における学級活動、高等学校におけるホームルーム活動について理解する。

【授業時間外学習】

ホームルーム活動の実例について検討する。(4.0hr)

**第３回　学級活動・ホームルーム活動 2.年間指導計画と学級担任の指導**

【　到達目標　】

学級活動、ホームルーム活動の年間指導計画を理解し、実際に学級担任の指導について、模擬授業を通して体験的に理解する。

【授業時間外学習】

ホームルーム活動の年間指導計画の作成について整理する。(4.0hr)

**第４回　学級活動・ホームルーム活動 3.学級活動・ホームルーム担任の実務**

【　到達目標　】

学級・ホームルーム担任の実務について理解するとともに、担任の立場に立って、実例を検討し、より良い学級づくり、望ましい集団形成について考える。

【授業時間外学習】

学級・ホームルーム担任の1年間の実務について一覧表に整理する。(4.0hr)

**第５回　生徒会活動の目標と内容**

【　到達目標　】

生徒会指導の目標と内容について理解するとともに、生徒会担当者の立場に立って、実例を検討し、集団における合意形成などについて具体的に理解する。

【授業時間外学習】

生徒会指導の実例について検討する。(4.0hr)

**第６回　学校行事の目標と内容、儀式的行事、文化的行事**

【　到達目標　】

学校行事の目標と内容について理解するとともに、儀式的行事、文化的行事の指導について検討する。また、文化祭指導の実例を検討し、集団における合意形成などについて具体的に理解する。

【授業時間外学習】

文化祭の指導計画を立案する。(4.0hr)

**第７回　学校行事　健康安全・体育的行事**

【　到達目標　】

健康安全・体育的指導について理解するとともに、運動会・体育祭指導の実例を検討し、集団における合意形成などについて具体的に理解する。

【授業時間外学習】

体育祭の指導計画を立案する。(4.0hr)

**第８回　学校行事　旅行・集団宿泊的行事、勤労生産・奉仕的行事**

【　到達目標　】

旅行・集団宿泊的行事、勤労生産・奉仕的行事について理解するとともに、修学旅行、合宿の実例について検討し、望ましい集団形成について考える。また、修学旅行の指導計画を立案する。

【授業時間外学習】

修学旅行の指導用プリントを作る。(4.0hr)

**第９回　総合的な学習の時間の目標と内容、各教科等との関連、「主体的・対話的で深い学び」の過程**

【　到達目標　】

総合的な学習の時間の目標と内容について理解するとともに、各教科等との関連性を踏まえたカリキュラム編成等の留意点や高等学校の総合的な学習の時間の方向性について検討する。また、総合的な学習の時間における「主体的・対話的で深い学び」の過程について考える。

【授業時間外学習】

出身校等の総合的な学習の時間のカリキュラムについて調べる。(4.0hr)

**第10回　総合的な学習の時間の意義と課題　総合的な学習の時間のカリキュラム編成、指導と評価**

【　到達目標　】

総合的な学習の時間の意義と実施する上での課題などについて理解するとともに、総合的な学習の時間のカリキュラム編成、指導と評価について知る。

【授業時間外学習】

総合的な学習の時間の意義と実施上の課題についてまとめる。(4.0hr)

**第11回　総合的な学習の時間のカリキュラム研究1 キャリア教育の観点**

【　到達目標　】

総合的な学習の時間のカリキュラムのうち、進路指導に焦点を当てた、中学校、高等学校の特色あるカリキュラムの実践事例を検討する。

【授業時間外学習】検討した総合的な学習の時間のキャリア教育の観点でのカリキュラムについてまとめる。(4.0hr)

**第12回　総合的な学習の時間のカリキュラム研究2 探究的な学習の観点**

【　到達目標　】

総合的な学習の時間のカリキュラムのうち、探究的な学習に焦点を当てた高等学校の特色あるカリキュラムの実践事例を検討する。

【授業時間外学習】検討した総合的な学習の時間の探究的な学習の観点でのカリキュラムについてまとめる。(4.0hr)

**第13回　総合的な学習の時間の環境整備　学校図書館の整備と活用**

【　到達目標　】

総合的な学習の時間を推進する上で、環境整備について理解するとともに、学校図書館を活用した特色ある実践事例について検討する。

【授業時間外学習】

総合的な学習の時間における学校図書館の活用についてまとめる。(4.0hr)

**第14回　総合的な学習の時間と社会に開かれた教育課程の実現**

【　到達目標　】

総合的な学習の時間における「社会に開かれた教育課程」の在り方について理解するとともに、高校における「社会に開かれた教育課程の実現」を目指した特色ある実践事例を検討する。

【授業時間外学習】

道徳と、総合的な学習の時間の内容、目標について確認する。(4.0hr)

**第15回　総合的な学習の時間とグローバル教育**

【　到達目標　】

グローバル教育の観点から総合的な学習の時間について理解するとともに、高校の総合的な学習の時間におけるグローバル教育の視点に立った特色ある実践事例について検討する。

【授業時間外学習】

改めて学習指導要領解説編を読み、課題にそって自分の理解をまとめる。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

特別活動が学校教育に果たす役割は大きい。授業では、学習指導要領の理解はもとより、学校の即戦力となるよう、教師としての教育実践力を身につける。これまで出会った中学校・高等学校時代の先生やクラスメートとのやり取りを振り返りながら、「学校の先生」になるためのイメージを膨らませ、受け身の授業にならないように積極的な学習に努めること。学習指導要領の解説書をよく読み込むことと、具体的な教員の業務などのシミュレーションや、学生同士のディスカッション、実例、実践事例の検討(ケース・スタディー)等の学習に積極的に参加することを通して、実践的な指導力を身につけていってもらいたい。

## 【教科書・参考書など】

文部科学省『中学校学習指導要領解説特別活動編』（最新版）、文部科学省『高等学校学習指導要領解説特別活動編』(最新版)を毎時間持参する。

## 【成績評価方法】

毎時間のミニレポート・各種提出課題40%、定期試験60%として評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。

| 科目名 | 生徒指導法(進路指導を含む) | | | 担当者 | 三　好　昭　子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Guidance Services in School (Career Counseling) | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 3 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 講義 | | 科目ナンバー | STE305・DTE305・HTE305 | | |

## 【目的とねらい】

生徒指導・進路指導は学習指導とともに教育の二大支柱の一つであり、学習指導に劣らず重要なものである。特に、いじめ、不登校、非行などの問題の改善・克服は生徒指導・進路指導上の重要な課題であり、児童生徒の将来、すなわち生き方やキャリア形成につながっていく。本講義は、生徒指導・進路指導の目的や方法、意義などの基本的な内容を理解した上で、今日的課題の特徴やそれに対する対応についての理解を深めることを目的とする。生徒指導・進路指導は幅が広くかつ高い専門性を必要とするため、教職についてからも継続的に自己研鑽を積むことが必要である。そのための基盤作りをすることが本講義のねらいである。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　生徒指導の目的と必要性（意義）**
【　到達目標　】
(1)生徒指導の目的とその必要性（意義）について理解する。
(2)教育課程における生徒指導の位置付けを理解する。
(3)各教科や特別活動における生徒指導の意義や重要性を理解する。
【授業時間外学習】
生徒指導の目的と必要性（意義）についての理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第２回　学校の指導方針・年間指導計画に基づいた組織的な取組**
【　到達目標　】
(1)学校の指導方針・年間指導計画に基づいた組織的な取組の重要性を理解する。
(2)学校の指導方針・年間指導計画に基づいた組織的な取組を通してのアイデンティティ形成について理解する。
【授業時間外学習】学校の指導方針・年間指導計画に基づいた組織的な取組についての理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第３回　基本的信頼感の発達**
【　到達目標　】
(1)基本的信頼感の発達について理解する。
(2)愛の本質的特徴である無条件性と相互性について理解する。
(3)愛の対極について理解する。
【授業時間外学習】
基本的信頼感の発達について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第４回　自律性の発達**
【　到達目標　】
(1)自律性の発達について理解する。
(2)基礎的な生活習慣の確立のための日々の生徒指導の在り方を理解する。
【授業時間外学習】
自律性の発達について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第５回　主導性の発達**
【　到達目標　】
(1)主導性の発達と役割実験について理解する。
(2)規範意識醸成のための日々の生徒指導の在り方を理解する。
【授業時間外学習】
主導性の発達について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第６回　否定的アイデンティティ「どうせ私は～」の心理**
【　到達目標　】
(1)否定的アイデンティティについて理解する。
(2)児童生徒の自己の存在感が育まれるような場や機会の設定の在り方を例示することができる。
【授業時間外学習】
否定的アイデンティティの理解に関する課題を行う。(4.0hr)

**第７回　生産性の発達と進路への自覚**
【　到達目標　】
(1)生産性と劣等感について理解する。
(2)自己効力感について理解する。
【授業時間外学習】
生産性の発達について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第８回　集団指導・個別指導**
【　到達目標　】
(1)集団指導について理解する。
(2)個別指導について理解する。
(3)生徒指導体制と教育相談体制について理解する。
【授業時間外学習】
集団指導と個別指導について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第９回　専門家や関係機関との連携**
【　到達目標　】
(1)生徒指導における校内の連携について理解する。
(2)生徒指導における外部機関との連携について理解する。
(3)生徒指導における専門家や関係機関との連携の在り方を例示することができる。
【授業時間外学習】
専門家や関係機関との連携について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第10回　非行・性非行・暴力行為**
【　到達目標　】
(1)喫煙・飲酒・薬物乱用防止に関する指導について理解する。
(2)非行・性非行・暴力行為の背景について理解する。
(3)非行・性非行・暴力行為への対応の基本について理解する。
【授業時間外学習】
非行・性非行・暴力行為について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第11回　いじめ（インターネット含む）・不登校**
【　到達目標　】
(1)いじめ（インターネット含む）の実態、要因について理解する。
(2)いじめ防止対策推進法について理解する。
(3)不登校の実態・要因、およびその対応について理解する。
【授業時間外学習】
いじめ（インターネット含む）・不登校について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第12回　生徒指導に関する法令**
【　到達目標　】
(1)校則・懲戒・体罰等の生徒指導に関する主な法令の内容を理解している。
(2)児童虐待への対応を理解する。
【授業時間外学習】
生徒指導に関する法令や児童虐待について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第13回　進路指導・キャリア教育の意義と原理**
【　到達目標　】
(1)教育課程における進路指導・キャリア教育の位置付けを理解する。
(2)学校の教育活動全体を通じたキャリア教育の視点と指導の在り方を例示することができる。
(3)進路指導における組織的な指導体制及び家庭や関係機関との連携の在り方を理解する。
【授業時間外学習】
進路指導・キャリア教育の意義と原理について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第14回　全体に対する進路指導・キャリア教育の考え方と指導の方法**
【　到達目標　】
(1)職業に関する体験活動を核とし、キャリア教育の視点を持ったカリキュラム・マネジメントの意義を理解する。
(2)ガイダンスの機能を生かした進路指導・キャリア教育の意義や留意点を理解する。
【授業時間外学習】全体に対する進路指導・キャリア教育の考え方と指導の方法について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

**第15回　個別の進路指導・キャリア教育の考え方と指導の方法**
【　到達目標　】
(1)生涯を通じたキャリア形成の視点に立った自己評価の意義を理解し、ポートフォリオの活用の在り方を例示することができる。
(2)キャリア・カウンセリングの基礎的な考え方と実践方法を説明することができる。
【授業時間外学習】個別の進路指導・キャリア教育の考え方と指導の方法について理解を深める課題を行う。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

講義ではパワーポイントを使用し、資料を毎回配布する。受講者は講義を聞きながら、メモを取り、自分なりのノートを作成する。毎回、講義で取り上げた重要概念の理解を確実にするための課題を出す。課題を通して、生徒指導に関する様々な問題について自分の考えをまとめていくことが必要である。課題の内容は期末テストとも対応しているので、しっかり復習すること。

## 【教科書・参考書など】

教科書は使用しない。毎回、資料を配布する。
参考書：日本青年心理学会企画『君の悩みに答えよう：青年心理学者と考える10代・20代のための生きるヒント』福村出版
文部科学省『中学校・高等学校学習指導要領』（最新版）、文部科学省『生徒指導提要』(最新版)

## 【成績評価方法】

毎回出す課題の提出30%、期末テスト（試験は試験期間中に別途実施）を70%として評価する。

| 科目名 | 教職実践演習（中・高） | | | 担当者 | 須甲　理生・小堀　哲郎・高橋　修一<br>宮本　乙女・助友　裕子・瀬川　　大<br>沢田真喜子・山下敬緯子・髙野美和子 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Practical Seminar for the Teaching Profession | | | | | |
| 単位数 | 2 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 演習 | | 科目ナンバー | STE401・DTE401・HTE401 | | |

## 【目的とねらい】

この科目は、教職課程の総仕上げとして、教育実習経験を踏まえて、学生による発表やグループ討論によって、学生ひとり一人が自己の学修課題を見つけ、課題解決のための学修を積極的に進めていく。そのため教育実習を踏まえた課題の発表は、中学校・高等学校の体育実技の授業を分けて検討する。また、保健分野及び学級活動を含む特別活動との関わりで、学級担任としての役割と使命を十分に理解できるように演習を構成する。演習全体として、保健体育の教科の指導力と学校経営の視点を持った学級経営ができる実践的な力量形成を目指す。

## 【授業内容・到達目標など】

**第１回　教職課程学修の振り返りと自己の課題確認**
【　到達目標　】
授業開始までの夏季休業期間中に、教育実習を振り返り、課題レポートを提出する。
【授業時間外学習】
教育実習を振り返り、課題レポートを作成する。(4.0hr)

**第２回　保健体育科教員の使命と責任（講義）**
【　到達目標　】
今日の学校教育における保健体育の重要性、およびそれを担う教員の意義や責任について、再確認する。
【授業時間外学習】今日の学校教育における保健体育の重要性、およびそれを担う教員の意義や責任について理解を深める。(4.0hr)

**第３回　授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）①**
【　到達目標　】
中学校保健体育科（体育分野）の授業研究（実習生による授業のVTR視聴とディスカッション）
【授業時間外学習】
中学校保健体育科（体育分野）の授業研究から得られたことを整理する。(4.0hr)

**第４回　授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）②**
【　到達目標　】
高等学校保健体育科（科目体育）の授業研究（実習生による授業のVTR視聴とディスカッション）
【授業時間外学習】
高等学校保健体育科（科目体育）の授業研究から得られたことを整理する。(4.0hr)

**第５回　授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）③**
【　到達目標　】
中学校保健体育科（保健分野）および高等学校保健体育科（科目保健）の授業研究（実習生による授業のVTR視聴とディスカッション）
【授業時間外学習】中学校保健体育科（保健分野）および高等学校保健体育科（科目保健）の授業研究から得られたことを整理する。(4.0hr)

**第６回　保健体育科教員に求められる教科の指導力①**
【　到達目標　】
第３～４回において指摘された場面の指導方法代替案シナリオを作成・発表する。
【授業時間外学習】
指摘された場面の指導方法代替案シナリオ発表から学んだことを整理する。(4.0hr)

**第７回　保健体育科教員に求められる教科の指導力②**
【　到達目標　】
第５回において指摘された場面の指導方法代替案シナリオを作成・発表する。
【授業時間外学習】
指摘された場面の指導方法代替案シナリオ発表から学んだことを整理する。(4.0hr)

**第８回　教科外における生徒指導について　「学校生活改善プロジェクト」の実践①**
【　到達目標　】
あらかじめ考えてきた活動内容を持ち寄りプロジェクトを決定し、具体的な対策を検討。実際に現場に出て観察、聞き取り、巡回などを行った後、本日の活動をまとめ、次回までに取り組んでくる内容を決定する。
【授業時間外学習】
各自プロジェクト内容を考案してくる。(4.0hr)

**第９回　教科外における生徒指導について　「学校生活改善プロジェクト」の実践②**
【　到達目標　】
プロジェクト活動の続きを行い、報告書を完成させ、グループ間で発表を行う。
【授業時間外学習】
プロジェクトを継続して行い、問題点等を記録しておく。(4.0hr)

**第10回　特別活動・部活動から学んだこと**
【　到達目標　】
事例に基づきグループ討論を行う。
【授業時間外学習】
グループ討論から学んだことや気づいたことを整理する。(4.0hr)

**第11回　自己の学修課題の確認と研究活動**
【　到達目標　】
第３回～10回の発表・討論を踏まえ、とりわけ不足している知識と実技能力の課題の補完に向けて各自研究活動を進める。
【授業時間外学習】
これまでに学んできたことを生かして、新たな指導案を作成する。(4.0hr)

**第12回　教員として求められる社会性・対人関係能力は何か（講話）**
【　到達目標　】
現職教員を招き、現場の実情について講話を聞くことにより、教職現場で求められている教員としての能力を把握し、これから何をすべきかを明確にする。
【授業時間外学習】
教員として求められる社会性・対人関係能力について理解を深める。(4.0hr)

**第13回　教員の服務と研修、教師としてのライフサイクルと成長の課題（講話）**
【　到達目標　】
現職教員を招き、教員の服務と研修、教師としてのライフサイクルと成長の課題について理解を深め、教育現場で果たすべき義務と責任を果たすための心構えを養い、さらにはライフサイクルに応じた課題の変化についてどのように対応していくべきかについての準備をする。
【授業時間外学習】教員の服務と研修、教師としてのライフサイクルと成長の課題について理解を深める。(4.0hr)

**第14回　各自の研究活動の成果発表と学生の相互評価**
【　到達目標　】
第11回における研究活動およびその後の授業時間外学習の成果を発表相互に発表しあい、討論を行う。
【授業時間外学習】
各自の研究活動の成果発表から学んだことを整理する。(4.0hr)

**第15回　魅力ある教員をめざして―まとめレポートの作成と意見交換―**
【　到達目標　】
教員としての資質能力の確認：実技・知識・教職の適性。
【授業時間外学習】
教員としての資質能力（実技・知識・教職の適性）について理解を深める。(4.0hr)

## 【学習上の留意点】

夏季休業期間中に、６月に行った教育実習を振り返り、各自の実習中の課題等についてレポートを提出すること。そのため、各実習中に作成した指導案や資料等は整理しておくこと。なお、教職実践演習は、グループでのディスカッション、ポスター作成、事例研究等のアクティブ・ラーニングの視点を取り入れた授業スタイルで進められる。そのため、受講生には、主体的に学修に取り組む態度が求められる。また、授業の中、あるいは、課題として作成される学習指導案、ポスター、事例研究のディスカッション内容等については、担当教員から適宜フィードバックされる。

## 【教科書・参考書など】

テキスト：「教職実践演習テキスト」（学内作成予定）、学習指導要領、「体育教育学入門」（大修館）、「体育実技書」
参考書・参考資料等：教育実習事前指導である「教育実践研究」の授業時に作成する教職課程履修チェックリスト、教育実習時に作成する教科指導案、「教育実習の手引き」「教育実習ノート」等

## 【成績評価方法】

各種レポート等の提出状況と完成度等を総合的に評価する。（履修カルテ：10%、第２回から第10回までの授業内提出物：40%、自己の学修課題の確認と研究活動により作成した指導案：30%、「魅力ある教員をめざして」に関するまとめレポート：20%）
なお、良好な出席状況は、当然の前提である。

| 科目名 | 教育実習（事前・事後指導を含む） | | | 担当者 | 髙橋　修一・山下敬緯子<br>湯澤　芳貴・須甲　理生<br>瀬川　　大 | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 英文名 | Teaching Practice | | | | | |
| 単位数 | 5 | 科目区分・必修／選択の区別 | スポーツ科学科 | ダンス学科 | 健康スポーツ学科 | 子ども運動学科 |
| 履修年次 | 4 | | 教職科目 | 教職科目 | 教職科目 | |
| 授業形態 | 実習 | | 科目ナンバー | STE402・DTE402・HTE402 | | |

**【目的とねらい】**

「教育実習」は、大学内で行う「事前･事後指導」（1単位）と実習校で行う「実習校実習」（4単位）からなる。「事前・事後指導」は2年次後期から始まり、講義、外部講師による講話、上級生からの報告とディスカッション、模擬授業等の他、教育実習に関する諸事項と、介護等体験に関する事前指導も含めて展開する。これらのことを通して、教員として必要な実践的力量を向上させていくことを目的とする。

**【授業内容・到達目標など】**

| | |
|---|---|
| **第１回　教員養成と免許法について、授業日程、介護等体験について（2年次）**<br>【　到達目標　】<br>(1)説明を聞いて理解し、4年次の自分の姿をイメージする。<br>(2)学び続ける教員像について理解できる。<br><br>【授業時間外学習】<br>自身の目指すべき教員像について考察する。 | **第９回　授業研究5（模擬授業の実践3）**<br>【　到達目標　】<br>(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。<br>(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。<br>(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。<br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 |
| **第２回　本学の教員養成の特色、口頭内諾の進め方（2年次）**<br>【　到達目標　】<br>(1)本学の教員養成の特色と口頭内諾の進め方を理解する。<br><br>【授業時間外学習】<br>本学の教員養成の特色について復習する。 | **第10回　授業研究6（模擬授業の実践4）**<br>【　到達目標　】<br>(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。<br>(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。<br>(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。<br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 |
| **第３回　保健体育教師の使命、内諾手続きについて**<br>【　到達目標　】<br>(1)保健体育教師の使命について理解する。<br>(2)正式な内諾手続きについて理解する。<br><br>【授業時間外学習】学び続ける教員像や授業で勝負できる教員像の視点から改めて理想の教師像について考察する。 | **第11回　授業研究7（模擬授業の実践5）**<br>【　到達目標　】<br>(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。<br>(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。<br>(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。<br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 |
| **第４回　4年生の教育実習体験報告**<br>【　到達目標　】<br>(1)4年生の報告から、自己の課題を明確にする。<br><br>【授業時間外学習】<br>自己の課題を明確にし、教育実習のイメージを深める。 | **第12回　外部講師による講話（中学校教員）**<br>【　到達目標　】<br>(1)中学校での教育実習の進め方や中学校保健体育科教員としての在り方を理解する。<br>(2)中学校における職務内容、地域との連携、学校安全について理解する。<br>(3)中学校における道徳、総合的な学習の時間、キャリア教育等について理解する。<br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 |
| **第５回　授業研究1(模擬授業の意義と進め方について)**<br>【　到達目標　】<br>(1)模擬授業の意義と進め方について理解する。<br>(2)アクティブラーニングやICTを取り入れた授業計画や実践について理解する。<br>(3)特別の支援を必要とする生徒の理解を踏まえた授業計画や実践について理解する。<br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 | **第13回　外部講師による講話（高等学校教員）**<br>【　到達目標　】<br>(1)高等学校での教育実習の進め方や高等学校保健体育教員としての在り方を理解する。<br>(2)高等学校における職務内容、地域との連携、学校安全について理解する。<br>(3)高等学校における総合的な学習の時間、キャリア教育等について理解する。<br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 |
| **第６回　授業研究2（体育授業におけるマネジメント技術の習得）**<br>【　到達目標　】<br>(1)体育授業の基礎的条件となるマネジメント技術について、実技を通して理解する。<br><br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 | **第14回　教育実習直前の諸注意**<br>【　到達目標　】<br>(1)教育実習期間中（3週間）の過ごし方、事務処理、報告方法等を理解する。<br><br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 |
| **第７回　授業研究3（模擬授業の実践1）**<br>【　到達目標　】<br>(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。<br>(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。<br>(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。<br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 | **《教育実習校実習　3週間》** |
| **第８回　授業研究4（模擬授業の実践2）**<br>【　到達目標　】<br>(1)教師役は、効果的な指導を行うことができる。<br>(2)観察役は、授業の事実を正確に記録することができる。<br>(3)生徒役は、学習内容を把握しながら活動することができる。<br>【授業時間外学習】教育実習に向けて教材研究を進める。また、適宜レポート課題等が課されるので、その課題を進める。 | **第15回　教育実習の報告会**<br>【　到達目標　】<br>(1)教育実習で学んだことをレポートにまとめ、報告する。<br><br>【授業時間外学習】<br>教育実習を省察し、改めて、自身の目指すべき保健体育教師像について考察する。 |

**【学習上の留意点】**

教育実習校実習は4年次であるが、この授業は2年次後期から始まり、教育実習事後指導までの長期間に亘る。この間の欠席は一切許されない。教職に就くことを目指す者として、真剣な態度で望んで欲しい。なお、本授業の第6回～11回については、模擬授業設計・実施・省察のサイクルをグループで行っていく。教育実習において主体的・対話的で深い学びを実現するための手続きについて、受講生自ら対話的な学びを通して学んでいくため、積極的な態度で授業に臨むこと。また、グループで作成する学習指導案や個人で作成する模擬授業の振り返りシートについては、提出後、担当教員からフィードバックされる。

**【教科書・参考書など】**

「教育実習の手引き」

**【成績評価方法】**

「事前・事後指導」の成績と教育実習校からの評価を総合して単位を認定する。