

日本女子体育大学 | 2022年度

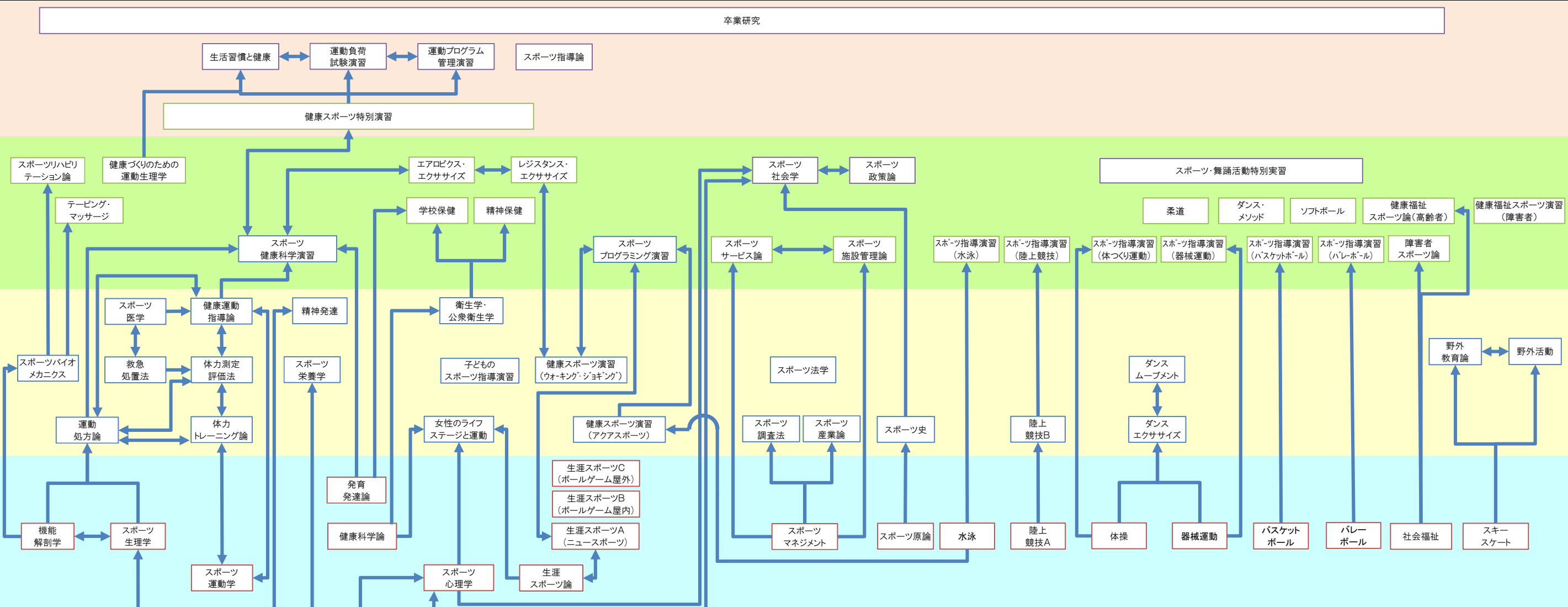
シラバス



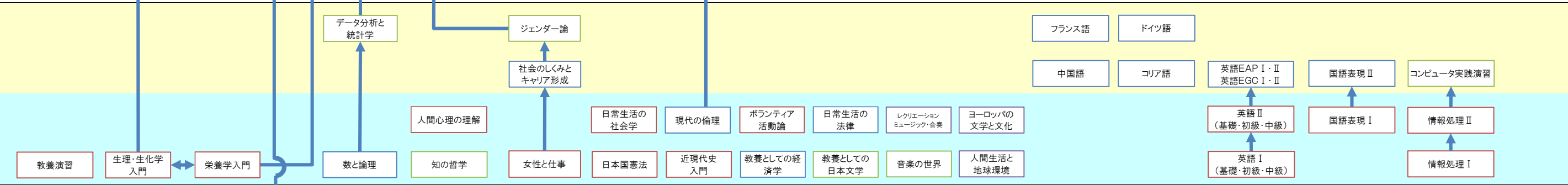
Japan Women's College of Physical Education

健康スポーツ学科 カリキュラムマップ

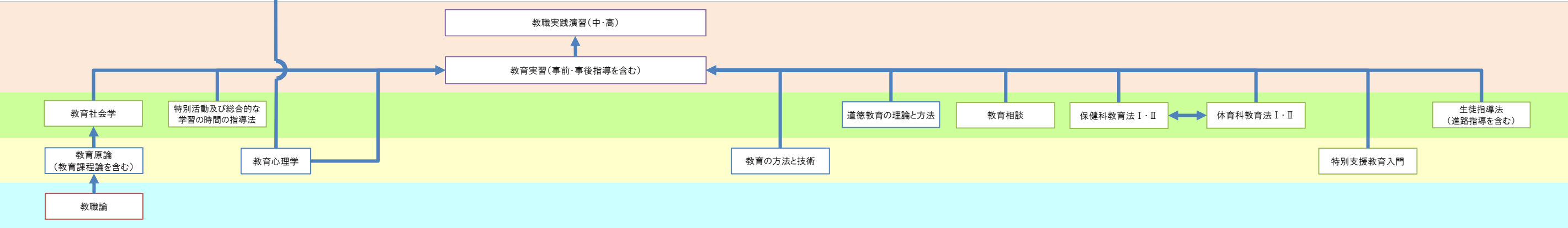
専門基礎教育・専門教育科目



教養科目



教職科目



スポーツ科学科 科目ナンバー

1 桁目：学科コード（S=スポーツ科学科，D=ダンス学科，H=健康スポーツ学科，C=子ども運動学科）／2～4 桁目：分野コード／5 桁目：授業レベル／6～7 桁目：枝番

分類		基礎科目（100番台）		初級科目（200番台）		応用科目（300番台）		上級科目（400番台）			
		科目名	ナンバー	科目名	ナンバー	科目名	ナンバー	科目名	ナンバー		
教養科目	必修科目	日本国憲法	SLR101	国語表現Ⅱ	SLR201						
		女性と仕事	SLR102								
		教養演習	SLR103								
		情報処理Ⅰ	SLR104								
		情報処理Ⅱ	SLR105								
		国語表現Ⅰ	SLR106								
		英語Ⅰ（基礎）	SLR107								
		英語Ⅰ（初級）	SLR108								
		英語Ⅰ（中級）	SLR109								
		英語Ⅱ（基礎）	SLR110								
		英語Ⅱ（初級）	SLR111								
		英語Ⅱ（中級）	SLR112								
	選択科目	栄養学入門	SLE101	英語E A PⅠ	SLE201						
		生理・生化学入門	SLE102	英語E G CⅠ	SLE202						
		近現代史入門	SLE103	英語E A PⅡ	SLE203						
		人間心理の理解	SLE104	英語E G CⅡ	SLE204						
		ボランティア活動論	SLE105	ドイツ語	SLE205						
		日常生活の社会学	SLE106	フランス語	SLE206						
		数と論理	SLE107	中国語	SLE207						
		現代の倫理	SLE108	コリア語	SLE208						
		日常生活の法律	SLE109	社会のしくみとキャリア形成	SLE209						
		教養としての経済学	SLE110	データ分析と統計学	SLE210						
		知の哲学	SLE111	ジェンダー論	SLE211						
		教養としての日本文学	SLE112	コンピュータ実践演習	SLE212						
		音楽の世界	SLE113								
		人間生活と地球環境	SLE114								
		ヨーロッパの文学と文化	SLE115								
		レクリエーションミュージック・合奏	SLE116								
専門基礎教育科目	必修科目	スポーツ運動学	SBR101	女性のライフステージと運動	SBR201						
		スポーツ原論	SBR102	スポーツ栄養学	SBR202						
		スポーツ生理学	SBR103	スポーツ心理学	SBR203						
		機能解剖学	SBR104	ダンスムーブメントA	SBR204						
		体操Ⅰ	SBR105	ダンスムーブメントB	SBR205						
		器械運動Ⅰ	SBR106								
		陸上競技Ⅰ	SBR107								
		水泳Ⅰ	SBR108								
		バスケットボールⅠ	SBR109								
		バレーボールⅠ	SBR110								
	選択科目	健康科学論	SBE101	スポーツバイオメカニクス	SBE201	救急処置法	SBE301				
		発育発達論	SBE102	衛生学・公衆衛生学	SBE202	生涯スポーツ概論	SBE302				
		新体操Ⅰ	SBE103	精神発達	SBE203	学校保健	SBE303				
		ハンドボールⅠ	SBE104	スポーツ医学	SBE204	精神保健	SBE304				
		サッカーⅠ	SBE105	体操Ⅱ	SBE205	障害者スポーツ論	SBE305				
		スキー	SBE106	新体操Ⅱ	SBE206	スポーツ社会学	SBE306				
		スケート	SBE107	器械運動Ⅱ	SBE207	スポーツ政策論	SBE307				
		野外教育論	SBE108	陸上競技Ⅱ	SBE208	スポーツ指導者論	SBE308				
		ソフトボール	SBE109	水泳Ⅱ	SBE209	指導サービス論	SBE309				
		柔道	SBE110	バスケットボールⅡ	SBE210						
				バレーボールⅡ	SBE211						
				ハンドボールⅡ	SBE212						
				サッカーⅡ	SBE213						
				スポーツマネジメント	SBE214						
				スポーツ史	SBE215						
				スポーツ法学	SBE216						
		専門教育科目	必修科目	スポーツコーチング論	SMR101	スポーツ技術論（ｽﾎｰﾂ技術ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞを含む）	SMR201	体力トレーニング演習	SMR301	スポーツ科学論演習	SMR401
						スポーツ戦術論（ｽﾎｰﾂ戦術ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞを含む）	SMR202				
				スポーツコンディショニング論	SMR203						
選択科目				トレーニング計画論	SME201	スポーツコーチング演習Ⅰ（採点競技系・新体操）	SME301	卒業研究	SME401		
				ダンス・メソッド	SME202	スポーツコーチング演習Ⅰ（採点競技系・器械運動）	SME302				
						スポーツコーチング演習Ⅰ（測定競技系・陸上競技）	SME303				
						スポーツコーチング演習Ⅰ（測定競技系・水泳）	SME304				
						スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊﾞｽｹｯﾄﾎﾞｰﾙ）	SME305				
						スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊｯﾄﾞﾎﾞｰﾙ）	SME306				
						スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ｻｯｶｰ）	SME307				
						スポーツコーチング演習Ⅰ（判定競技系・ﾊﾞﾚｰﾎﾞｰﾙ）	SME308				
						運動技能評価法	SME309				
						専門体力トレーニング論	SME310				
						スポーツリハビリテーション論	SME311				
						ｽﾎｰﾂｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 演習A（体力ﾄﾚｰﾆﾝｸﾞの生理学）	SME312				
						ｽﾎｰﾂｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 演習B（ｽﾎｰﾂ選手の栄養学）	SME313				
						ｽﾎｰﾂｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ 演習C（ｽﾎｰﾂ選手の心理学）	SME314				
						スポーツコーチング演習Ⅱ	SME315				
						スポーツコーチング演習Ⅲ	SME316				
						テーピング・マッサージ	SME317				
						比較スポーツ論	SME318				
						障害者スポーツコーチング論	SME319				
						スポーツ運動分析法	SME320				
						スポーツ・舞踊活動特別実習	SME321				
	教職科目			教職論	STE101	教育原論（教育課程を含む）	STE201	道徳教育の理論と方法	STE301	教職実践演習（中・高）	STE401
						教育心理学	STE202	教育社会学	STE302	教育実習（事前・事後指導を含む）	STE402
						教育の方法と技術	STE203	教育相談	STE303		
						特別支援教育入門	STE204	特別活動及び総合的な学習の時間の指導法	STE304		
						生徒指導法（進路指導を含む）	STE305				
						保健科教育法Ⅰ	STE306				
						保健科教育法Ⅱ	STE307				
						体育科教育法Ⅰ	STE308				
						体育科教育法Ⅱ	STE309				

ダンス学科 科目ナンバー

1桁目：学科コード（S=スポーツ科学科，D=ダンス学科，H=健康スポーツ学科，C=子ども運動学科）／2～4桁目：分野コード／5桁目：授業レベル／6～7桁目：枝番

分類		基礎科目（100番台）		初級科目（200番台）		応用科目（300番台）		上級科目（400番台）	
		科目名	ナンバー	科目名	ナンバー	科目名	ナンバー	科目名	ナンバー
教養科目	必修科目	日本国憲法	DLR101	国語表現Ⅱ	DLR201				
		女性と仕事	DLR102						
		教養演習	DLR103						
		情報処理Ⅰ	DLR104						
		情報処理Ⅱ	DLR105						
		国語表現Ⅰ	DLR106						
		英語Ⅰ（基礎）	DLR107						
		英語Ⅰ（初級）	DLR108						
		英語Ⅰ（中級）	DLR109						
		英語Ⅱ（基礎）	DLR110						
		英語Ⅱ（初級）	DLR111						
		英語Ⅱ（中級）	DLR112						
	選択科目	栄養学入門	DLE101	英語E A PⅠ	DLE201				
		生理・生化学入門	DLE102	英語E G CⅠ	DLE202				
		近現代史入門	DLE103	英語E A PⅡ	DLE203				
		人間心理の理解	DLE104	英語E G CⅡ	DLE204				
		ボランティア活動論	DLE105	ドイツ語	DLE205				
		日常生活の社会学	DLE106	フランス語	DLE206				
		教と論理	DLE107	中国語	DLE207				
		現代の倫理	DLE108	コリア語	DLE208				
		日常生活の法律	DLE109	社会のしくみとキャリア形成	DLE209				
		教養としての経済学	DLE110	データ分析と統計学	DLE210				
		知の哲学	DLE111	ジェンダー論	DLE211				
		教養としての日本文学	DLE112	コンピュータ実践演習	DLE212				
		音楽の世界	DLE113						
		人間生活と地球環境	DLE114						
		ヨーロッパの文学と文化	DLE115						
		レクリエーションミュージック・合奏	DLE116						
専門基礎教育科目	必修科目	スポーツ運動学	DBR101	スポーツ栄養学	DBR201				
		スポーツ生理学	DBR102	女性のライフステージと運動	DBR202				
		スポーツ原論	DBR103						
		スポーツ心理学	DBR104						
		機能解剖学	DBR105						
		モダンダンスⅠ	DBR106						
		モダンダンスⅡ	DBR107						
		クラシックバレエⅠ	DBR108						
		クラシックバレエⅡ	DBR109						
		ジャズダンスⅠ	DBR110						
		ジャズダンスⅡ	DBR111						
		コンテンポラリーダンスⅠ	DBR112						
		コンテンポラリーダンスⅡ	DBR113						
	選択科目	健康科学論	DBE101	舞踊分析法（舞踊技術論を含む）	DBE201	比較舞踊学	DBE301		
		発育発達論	DBE102	生涯ダンス論	DBE202	舞踊美学	DBE302		
		表現運動学演習（エアロビックダンス）	DBE103	衛生学・公衆衛生学	DBE203	舞踊創作原論	DBE303		
		体操	DBE104	スポーツマネジメント	DBE204	ミュージカル論	DBE304		
		器械運動	DBE105	救急処置法	DBE205	学校保健	DBE305		
		陸上競技	DBE106	スポーツ史	DBE206	精神保健	DBE306		
		水泳	DBE107	舞踊音楽演習（パーカッション）	DBE207	表現運動学演習（演技）	DBE307		
		バスケットボール	DBE108			舞踊音楽演習（ヴォイス・トレーニング）	DBE308		
		バレーボール	DBE109			スポーツ社会学	DBE309		
		新体操	DBE110						
		フォークダンス	DBE111						
		ソフトボール	DBE112						
		柔道	DBE113						
専門教育科目	必修科目	表現運動学	DMR101	舞踊創作・振付法	DMR201				
		舞踊学原論	DMR102	舞踊方法学	DMR202				
		シアターダンステクニック	DMR103	舞台芸術論	DMR203				
				舞踊音楽論	DMR204				
				創作Ⅰ	DMR205				
				野外上演法	DMR206				
	選択科目	タップダンス	DME101	ボディ・コンディショニング	DME201	舞台演出論	DME301	舞台上演法	DME401
		コンタクト・ワーク	DME102	舞踊分析法演習	DME202	現代の舞踊論	DME302	卒業研究	DME402
		スペイン舞踊	DME103	舞踊音楽制作	DME203	ダンスセラピー論	DME303		
		日本舞踊	DME104	ダンスカレント	DME204	マルチメディア・パフォーマンス	DME304		
				モダンダンスⅢ	DME205	レパートリー研究	DME305		
				モダンダンスⅣ	DME206	創作Ⅱ	DME306		
				クラシックバレエⅢ	DME207	テクニック&レパートリー	DME307		
				クラシックバレエⅣ	DME208	舞踊史学	DME308		
				ジャズダンスⅢ	DME209	ダンス制作論	DME309		
				シアタージャズダンス	DME210	舞踊指導演習（高齢者・障害者指導法）	DME310		
				コンテンポラリーダンスⅢ	DME211	スポーツ・舞踊活動特別実習	DME311		
				インプロヴィゼーション	DME212				
				舞踊指導演習（舞踊家・一般成人指導法）	DME213				
				学校教育ダンス	DME214				
	教職科目	教職論	DTE101	教育原論（教育課程を含む）	DTE201	道德教育の理論と方法	DTE301	教職実践演習（中・高）	DTE401
				教育心理学	DTE202	教育社会学	DTE302	教育実習（事前・事後指導を含む）	DTE402
				教育の方法と技術	DTE203	教育相談	DTE303		
				特別支援教育入門	DTE204	特別活動及び総合的な学習の時間の指導法	DTE304		
						生徒指導法（進路指導を含む）	DTE305		
						保健科教育法Ⅰ	DTE306		
						保健科教育法Ⅱ	DTE307		
						体育科教育法Ⅰ	DTE308		
						体育科教育法Ⅱ	DTE309		

健康スポーツ学科 科目ナンバー

1 桁目：学科コード（S=スポーツ科学科，D=ダンス学科，H=健康スポーツ学科，C=子ども運動学科）／2～4 桁目：分野コード／5 桁目：授業レベル／6～7 桁目：枝番

分類		基礎科目（100番台）		初級科目（200番台）		応用科目（300番台）		上級科目（400番台）	
		科目名	ナンバー	科目名	ナンバー	科目名	ナンバー	科目名	ナンバー
健康スポーツ学科	必修科目	日本国憲法	HLR101	国語表現Ⅱ	HLR201				
		女性と仕事	HLR102						
		教養演習	HLR103						
		情報処理Ⅰ	HLR104						
		情報処理Ⅱ	HLR105						
		国語表現Ⅰ	HLR106						
		英語Ⅰ（基礎）	HLR107						
		英語Ⅰ（初級）	HLR108						
		英語Ⅰ（中級）	HLR109						
		英語Ⅱ（基礎）	HLR110						
		英語Ⅱ（初級）	HLR111						
		英語Ⅱ（中級）	HLR112						
	選択科目	栄養学入門	HLE101	英語E A PⅠ	HLE201				
		生理・生化学入門	HLE102	英語E G CⅠ	HLE202				
		近現代史入門	HLE103	英語E A PⅡ	HLE203				
		人間心理の理解	HLE104	英語E G CⅡ	HLE204				
		ボランティア活動論	HLE105	ドイツ語	HLE205				
		日常生活の社会学	HLE106	フランス語	HLE206				
		数と論理	HLE107	中国語	HLE207				
		現代の倫理	HLE108	コリア語	HLE208				
		日常生活の法律	HLE109	社会のしくみとキャリア形成	HLE209				
		教養としての経済学	HLE110	データ分析と統計学	HLE210				
		知の哲学	HLE111	ジェンダー論	HLE211				
		教養としての日本文学	HLE112	コンピュータ実践演習	HLE212				
		音楽の世界	HLE113						
		人間生活と地球環境	HLE114						
		ヨーロッパの文学と文化	HLE115						
		レクリエーションミュージック・合奏	HLE116						
専門基礎教育科目	必修科目	スポーツ生理学	HBR101	スポーツ医学	HBR201				
		健康科学論	HBR102	衛生学・公衆衛生学	HBR202				
		機能解剖学	HBR103	体力トレーニング論	HBR203				
		生涯スポーツ論	HBR104	ダンスムーブメント	HBR204				
		スポーツ心理学	HBR105	ダンスエクササイズ	HBR205				
		スポーツマネジメント	HBR106						
		発育発達論	HBR107						
		体操	HBR108						
		器械運動	HBR109						
		陸上競技A	HBR110						
		水泳	HBR111						
		バスケットボール	HBR112						
		バレーボール	HBR113						
	選択科目	スポーツ運動学	HBE101	精神発達	HBE201	スポーツリハビリテーション論	HBE301		
		スポーツ原論	HBE102	女性のライフステージと運動	HBE202	学校保健	HBE302		
		社会福祉	HBE103	スポーツ産業論	HBE203	精神保健	HBE303		
		生涯スポーツA（ニュースポーツ）	HBE104	スポーツ法学	HBE204	障害者スポーツ論	HBE304		
		生涯スポーツB（ボールゲーム屋内）	HBE105	スポーツ史	HBE205	スポーツ施設管理論	HBE305		
		生涯スポーツC（ボールゲーム屋外）	HBE106	野外教育論	HBE206	テーピング・マッサージ	HBE306		
		スキー	HBE107	野外活動	HBE207	スポーツ指導演習（体づくり運動）	HBE307		
		スケート	HBE108	陸上競技B	HBE208	スポーツ指導演習（器械運動）	HBE308		
				スポーツバイオメカニクス	HBE209	スポーツ指導演習（陸上競技）	HBE309		
				スポーツ栄養学	HBE210	スポーツ指導演習（水泳）	HBE310		
						スポーツ指導演習（バスケットボール）	HBE311		
						スポーツ指導演習（バレーボール）	HBE312		
						ダンス・メソッド	HBE313		
						ソフトボール	HBE314		
専門教育科目	必修科目			運動処方論	HMR201	スポーツ健康科学演習	HMR301	スポーツ指導論	HMR401
				健康運動指導論	HMR202	スポーツプログラミング演習	HMR302		
						スポーツサービス論	HMR303		
	選択科目			体力測定評価法	HME201	健康福祉スポーツ論（高齢者）	HME301	健康スポーツ特別演習	HME401
				救急処置法	HME202	健康づくりのための運動生理学	HME302	生活習慣と健康	HME402
				スポーツ調査法	HME203	エアロビクス・エクササイズ	HME303	運動プログラム管理演習	HME403
				健康スポーツ演習（アクアスポーツ）	HME204	レジスタンス・エクササイズ	HME304	運動負荷試験演習	HME404
				健康スポーツ演習（ウォーキング・ジョギング）	HME205	健康福祉スポーツ演習（障害者）	HME305	卒業研究	HME405
				子どものスポーツ指導演習	HME206	スポーツ・舞踊活動特別実習	HME306		
						スポーツ政策論	HME307		
	教職科目	教職論	HTE101	教育原論（教育課程を含む）	HTE201	道德教育の理論と方法	HTE301	教職実践演習（中・高）	HTE401
				教育心理学	HTE202	教育社会学	HTE302	教育実習（事前・事後指導を含む）	HTE402
				教育の方法と技術	HTE203	教育相談	HTE303		
				特別支援教育入門	HTE204	特別活動及び総合的な学習の時間の指導法	HTE304		
						生徒指導法（進路指導を含む）	HTE305		
						保健科教育法Ⅰ	HTE306		
						保健科教育法Ⅱ	HTE307		
						体育科教育法Ⅰ	HTE308		
						体育科教育法Ⅱ	HTE309		

【卒業認定方針と科目の関連性】

スポーツ科学科のディプロマポリシーに対する育成能力

①	導入科目	大学における学修ならびに研究に必要な基礎的知識およびスキルを修得し発揮できる
②	教養高き社会人養成（読む・書く・測る）	国語・外国語・情報処理等の能力・技術を修得し発揮できる
③	教養高き社会人養成（クリティカルシンキング）	問題発見力・メディアリテラシーを修得し実践に生かすことができる
④	教養高き社会人養成（公共性）	社会・倫理・地域連携・コミュニケーション等に関する知識・理論およびスキルを修得し実生活に活用できる
⑤	キャリア教育	自らの将来を自律的に考え実現するための実学的資質を身につけ活用できる
⑥	スポーツ方法	各種運動・スポーツ種目の基本的な技能や戦術を理解するとともに身につけ、実践することができる
⑦	スポーツコンディショニング	スポーツの技能・競技力を最大限に発揮できる身体的・心理的条件を整えるコンディショニングの知識・理論を身につけ実践できる
⑧	スポーツコーチング	競技力を向上させるトレーニング理論や実践的なプログラミング・コーチング理論を身につけ実践できる
⑨	教職科目	体育教師としての強い使命感、的確な生徒理解力、および豊かな教養を身につけ、学習者の成長発展に寄与する指導力を発揮できる

ダンス学科のディプロマポリシーに対する育成能力

①	導入科目	大学における学修ならびに研究に必要な基礎的知識およびスキルを修得し発揮できる
②	教養高き社会人養成（読む・書く・測る）	国語・外国語・情報処理等の能力・技術を修得し発揮できる
③	教養高き社会人養成（クリティカルシンキング）	問題発見力・メディアリテラシーを修得し実践に生かすことができる
④	教養高き社会人養成（公共性）	社会・倫理・地域連携・コミュニケーション等に関する知識・理論およびスキルを修得し実生活に活用できる
⑤	キャリア教育	自らの将来を自律的に考え実現するための実学的資質を身につけ活用できる
⑥	ダンス芸術	ダンスの身体技能を合理的に構築し、質の高いダンスとして表現できる 作品創作や振付方法、演出方法に関する知識と理論を修得し、高度な表現の実現に活用できる
⑦	ダンス教育	多様な対象に適したダンスの学習目的に応じた内容・方法に関する知識と理論を修得し、幅広くダンス指導に活用できる
⑧	ダンス・マネジメント	ダンス上演やダンス学習を支える環境の管理および方法に関する知識と理論を修得し、実践できる
⑨	教職科目	体育教師としての強い使命感、的確な生徒理解力、および豊かな教養を身につけ、学習者の成長発展に寄与する指導力を発揮できる

健康スポーツ学科のディプロマポリシーに対する育成能力

①	導入科目	大学における学修ならびに研究に必要な基礎的知識およびスキルを修得し発揮できる
②	教養高き社会人養成（読む・書く・測る）	国語・外国語・情報処理等の能力・技術を修得し発揮できる
③	教養高き社会人養成（クリティカルシンキング）	問題発見力・メディアリテラシーを修得し実践に生かすことができる
④	教養高き社会人養成（公共性）	社会・倫理・地域連携・コミュニケーション等に関する知識・理論およびスキルを修得し実生活に活用できる
⑤	キャリア教育	自らの将来を自律的に考え実現するための実学的資質を身につけ活用できる
⑥	スポーツ教育	教員として質の高い保健体育の授業を実践し、運動部活動では児童生徒の心身の実態に則した適正な指導を行うことができる。また、地域のスポーツ指導者として地域住民のニーズと実態に応じたスポーツ活動を提供し指導できる
⑦	健康運動指導	健康や体力について専門的に学び、多様な対象者に健康体力の保持・増進を目的とした健康運動指導を行うことができる
⑧	スポーツマネジメント	地域活動やNPO及びビジネスとしてのスポーツなどの効果的な仕組み作りやその運営を行うことができる
⑨	教職科目	体育教師としての強い使命感、的確な生徒理解力、および豊かな教養を身につけ、学習者の成長発展に寄与する指導力を発揮できる

子ども運動学科のディプロマポリシーに対する育成能力

①	導入科目	大学における学習・学問に必要な基礎的スキルの修得
②	教養高き社会人養成（読む・書く・測る）	国語・外国語・情報処理等の能力・技術の向上
③	教養高き社会人養成（クリティカルシンキング）	問題発見力・メディアリテラシーの向上
④	教養高き社会人養成（公共性）	社会・倫理・地域連携・コミュニケーション等への応用力の向上
⑤	キャリア教育	学生の将来に関わる実学的資質の育成
⑥	子どもの運動能力や感性	子どもの運動能力や感性を育てるための働きかけ方を学ぶ
⑦	子どもの健康と発達	子どもの心身の健康に関わる理論や実践方法を学ぶ
⑧	子育て支援	保育を広くとらえ、特別な配慮を必要とする子どもや保護者などへの支援の理論と方法を学ぶ

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	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	／選択の区別	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			卒業認定方針との関連	④
【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 オリエンテーション、なぜ憲法を学ぶか。憲法とはどのような法か。 【 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。 (2)憲法がどのような法であるのかを理解する。 【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2回 日本における憲法の歴史 【 到達目標 】 (1)大日本帝国憲法の制定過程と、その内容について理解する。 (2)日本国憲法の制定過程とその基本原則について、大日本帝国憲法と比較しつつ理解する。 【授業時間外学習】 教科書の第1章を熟読する。(4.0hr)				第10回 労働権・労働基本権 【 到達目標 】 (1)労働権と労働基本権について理解する。 (2)公務員の労働基本権に対する制約について理解する。 【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)基本的人権の種類を理解する。 (3)基本的人権が誰に、どの程度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11回 象徴天皇制 【 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】 教科書第1章・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12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】 教科書の第15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13回 国会 【 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14回 内閣 【 到達目標 】 (1)行政権の概念について理解する。 (2)内閣の地位と構成、役割や権能について理解する。 【授業時間外学習】 教科書の第13章を熟読する。(4.0hr)			
第7回 精神的自由権③ 【 到達目標 】 (1)表現の自由の重要性を理解する。 (2)表現の自由に対する規制について理解する。 【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15回 裁判所の役割② 【 到達目標 】 (1)司法権の概念とその独立について理解する。 (2)違憲審査制について理解する。 【授業時間外学習】 教科書の第14章を熟読する。(4.0hr)			
第8回 経済的自由権 【 到達目標 】 (1)経済的自由権には具体的にどのようなものがあるかを理解する。 (2)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。 (3)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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 授業ではパワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者には適宜、穴埋め式のプリントと補足資料を配布する。受講者には、ただプリントの穴埋めをするだけではなく、講義をよく聴き、自分で重要だと思う点などを積極的にメモすることが求められる。授業中は、特定のテーマについてディスカッションやグループ学習を導入する。なお、予習・復習として教科書を熟読し、内容を十分に理解することに加え、講義中に興味を持った事柄について、自らすすんで調べ、理解を深めることが肝要である。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業回数が減った場合でも、授業内容に大幅な変更はない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と穴埋め式の資料・補足資料、各回の復習課題である。資料の配信などに関する説明は、オンデマンド方式の授業が開始される前にポータルで行う。また、授業ごとの復習課題の提出によって授業への参加度を確認し、復習課題は成績評価の対象とする。							
【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】 【対面授業の場合】 期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題と学期末における最終課題などを総合的に評価する。							

科 目 名		女性と仕事			担当者	高橋 修一・溝口 紀子 林 亜美	
英 文 名		Career Development Studies (Women and Work)					
単 位 数	2	科目区分・必修	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	／選択の区別	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		卒業認定方針との関連	③⑤	
【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。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、自ら課題を発見し自律的に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固たるものにする。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、教養高さ社会人の基礎を培うとともに、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る。				第9回 社会を知る(7) 講演⑤ 【 到達目標 】 社会で活躍している女性による講演を通して様々な仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成の基礎を育む。			
【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)				【授業時間外学習】 自分のキャリア形成について考える。(4.0hr)			
第2回 自己理解と自己分析 【 到達目標 】 自己理解や自己分析を行う。				第10回 社会を知る(7) 講演⑥ 【 到達目標 】 社会で活躍している女性による講演を通して様々な仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成の基礎を育む。			
【授業時間外学習】 性格・適性診断及びレジリエンス診断を行う。(4.0hr)				【授業時間外学習】 自分のキャリア形成について考える。(4.0hr)			
第3回 社会を知る(1) (ライフプランと資金管理) 【 到達目標 】 自己のライフイベントと金銭的な面からキャリア形成について考える。 業界や業種について知る。				第11回 日本の労働市場と女性 【 到達目標 】 日本における女性を取り巻く現状や労働問題の概要を知る。			
【授業時間外学習】 ライフイベント表・家計予算表を作成する。(4.0hr)				【授業時間外学習】 男女共同参画に関する最新の情報を調べる。(4.0h)			
第4回 社会を知る(2) (女性のワークキャリア) 【 到達目標 】 社会人基礎力やコミュニケーション能力を高める方法を知る。				第12回 基礎知識(1) 雇用保険 【 到達目標 】 雇用保険制度の概要を学ぶとともに、雇用保険の主な給付(求職者給付、育児介護休業給付等)とその内容を理解する。			
【授業時間外学習】 自分が実践すべき具体的事項(マンダラチャート)を作成する。(4.0hr)				【授業時間外学習】 育児休業中・介護休業中の経済支援について調べる(4.0h)			
第5回 社会を知る(3) 講演① 【 到達目標 】 社会で活躍している女性による講演を通して様々な仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成の基礎を育む。				第13回 女性のライフコース 【 到達目標 】 現代の日本の状況について政府統計等のデータを用いて学ぶとともに、自分自身の将来のライフコースを考える。			
【授業時間外学習】 自分のキャリア形成について考える。(4.0hr)				【授業時間外学習】 結婚と家族をめぐる基礎データについて調べる。(4.0h)			
第6回 社会を知る(4) 講演② 【 到達目標 】 社会で活躍している女性による講演を通して様々な仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成の基礎を育む。				第14回 女性とキャリア 【 到達目標 】 キャリアと職業の違いから、仕事と人生のバランスについて考える。			
【授業時間外学習】 自分のキャリア形成について考える。(4.0hr)				【授業時間外学習】 キャリアの転機と折り合いの付け方について調べる。(4.0h)			
第7回 社会を知る(5) 講演③ 【 到達目標 】 社会で活躍している女性による講演を通して様々な仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成の基礎を育む。				第15回 女性とキャリア 【 到達目標 】 多様な女性のキャリア・パターンについて理解するとともに、自己のキャリア形成について考えをまとめる。			
【授業時間外学習】 自分のキャリア形成について考える。(4.0hr)				【授業時間外学習】 これまでの学修を踏まえ、自己のキャリア形成についてまとめる。(4.0hr)			
第8回 社会を知る(6) 講演④ 【 到達目標 】 社会で活躍している女性による講演を通して様々な仕事や生き方を学び、自己のキャリア形成の基礎を育む。							
【授業時間外学習】 自分のキャリア形成について考える。(4.0hr)							
【学習上の留意点】 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。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理解を深めていく。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提供する。各自の理解度や気づきの程度の確認のため、小レポートを提出し授業の達成度を確認する。 授業回により、学生はプレゼンテーション資料を作成し、授業の理解度を確認する。							
【教科書・参考書など】 【オンライン授業の場合】 キャリア・ノート(各自)							
【成績評価方法】 対面授業の場合もオンライン授業の場合も評価方法は変わらない。 原則として、授業への出席・参加(50%)、学期内のレポート・課題(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		卒業認定方針との関連	①③④
【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の内容も実施する。						
【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。			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】 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)			【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2回　私の大学生活 【　到達目標　】 これまでの大学生活を振り返り、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。			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】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)			【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、説明できるようにする。			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】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)			【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。			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】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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 担当教員の指示に従って毎回のテーマを学習し、レポート・課題を期限まで提出すること。提出されたレポート・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。						
【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】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンライン上の演習で行ったスキル・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・水野 有希 阿南 大	
英 文 名		Information LiteracyⅠ					
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		卒業認定方針との関連	②③	
【目的とねらい】 ICT（Information & Communication Technology）の基礎や情報倫理を理解した上で、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や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。							
【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 【 到達目標 】 (1)ポータルサイトの概要やオンライン授業について理解し、利用方法を習得する。 (2)メールの署名の設定し、メールの送り方を理解する。			第9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)			【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 情報倫理と著作権 【 到達目標 】 (1)情報倫理について概要を学び、ネットを利用することで生じる問題を理解する。 (2)著作権を学び、生活の中で発生する著作権法違反を理解する。			第10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)			【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 メディアリテラシーとWebコミュニケーション 【 到達目標 】 (1)情報におけるメディアリテラシーの重要性を理解する。 (2)Webコミュニケーションのマナー、活用法や問題点を理解する。			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)			【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 情報化社会の問題と情報セキュリティ 【 到達目標 】 (1)情報化社会における問題点を知り、情報漏洩の経路や原因を理解する。 (2)情報セキュリティの必要性と対策を理解する。			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)			【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 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。			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)			【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 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。			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)			【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 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。			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)			【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 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)							
【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、背景にある文書の構成やコンピュータの分析処理の基本的な知識や考え方を学び、情報機器の活用に必要な情報倫理や著作権などの知識を学ぶことで、専門科目における活用の基礎となるスキルと知識を得ることを目標とする。 【対面授業の場合】 講義は情報処理実習室で授業を実施する。毎回授業時に関連した課題を提出してもらう。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は変更しない。配信される資料はスライドと資料とし、配信は対面授業のスケジュールに従い、授業日前日までに本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップし、1週間掲載する。授業日から5日以内に関連した課題を提出し、出席は各授業の課題の提出によって確認する。なお、課題の遂行にはMicrosoft Office が使用できるデバイスを持所有していることが望ましい。							
【教科書・参考書など】 別途、授業時に指示する。							
【成績評価方法】 【対面・オンライン授業共通】 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・並木真理子 石元みさと	
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		卒業認定方針との関連	②
【目的とねらい】 ・国語力や読解力、文章力を養い、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。 ・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、実生活に生きて働く基本的なリテラシーを養う。 ・文章を読んだり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。			第9回 文章力を身につける①（レポートの書き方） 【 到達目標 】 ・構成について学ぶ。			
【授業時間外学習】 授業内容を復習し、自身の立てた目標を達成するために必要なことをリストアップする。（4.0hr）			【授業時間外学習】 新聞や書籍、インターネットなどからレポート執筆に必要な情報を集める。（4.0hr）			
第2回 国語力（知識）を身につける①（敬語） 【 到達目標 】 ・尊敬語、謙譲語、丁寧語の違いを理解する。			第10回 文章力を身につける②（成文化） 【 到達目標 】 ・根拠や理由で主張に肉付けする。			
【授業時間外学習】 日常生活（他授業やアルバイト）での会話でも敬語を使えるようにする（4.0hr）			【授業時間外学習】 書き上がったレポートは少し時間を置いてから読み直して推敲する。（4.0hr）			
第3回 国語力（知識）を身につける②（文法） 【 到達目標 】 ・「ら抜き言葉」「さ入れ言葉」の使用を防ぐために、動詞と助動詞の活用について学ぶ。			第11回 文章力を身につける③（接続詞） 【 到達目標 】 ・接続詞や接続助詞の働きについて理解する。			
【授業時間外学習】 テレビやインターネットの中の「ら抜き言葉」「さ入れ言葉」を探してみる（4.0hr）			【授業時間外学習】 新聞記事や評論を接続詞に注目して読む。（4.0hr）			
第4回 国語力（知識）を身につける③（仮名遣い・語彙） 【 到達目標 】 ・送り仮名などの仮名遣いについて理解し、適切に使えるようにする。			第12回 文章力を身につける④（文構造） 【 到達目標 】 ・主語述語を対応させて、文のねじれを防ぐ方法を学ぶ。			
【授業時間外学習】 SPIに頻出する「二語の関係」の問題に取り組む。（4.0hr）			【授業時間外学習】 新聞記事や評論を主語述語に注目して読む。（4.0hr）			
第5回 国語力（知識）を身につける④（手紙・メール） 【 到達目標 】 ・手紙のマナーや書き方について理解を深める。 ・Eメールのマナーや書き方について理解する。			第13回 文章力を身につける⑤（反論） 【 到達目標 】 ・他受講生が書いたレポートを読んで、気づいた点（良い点・疑問点・反論点・改善点など）を具体的に指摘できるようにする。			
【授業時間外学習】 実際にEメールを作成してみる。（4.0hr）			【授業時間外学習】 他受講生のレポートからの気づきを自分のレポートにも反映する。（4.0hr）			
第6回 読解力を身につける①（文章整序・長文読解） 【 到達目標 】 ・文章の構成について理解し、文章整序問題に取り組む。			第14回 文章力を身につける⑥（修正） 【 到達目標 】 ・レポートを読んだ他受講生からの指摘をふまえ、レポートがより良くなるように修正する。			
【授業時間外学習】 新聞記事や他授業で用いる教科書、論文なども積極的に読んでみる。（4.0hr）			【授業時間外学習】 書き上がったレポートは少し時間を置いてから読み直して推敲する。（4.0hr）			
第7回 読解力を身につける②（要約） 【 到達目標 】 ・文章の話題を素早くつかみ、キーワードを押さえられるようにする。			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】 新聞記事などの興味がある文章についても要約をしてみる。（4.0hr）			【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）			
第8回 読解力を身につける③（根拠の検討、分析） 【 到達目標 】 ・文章中の事実と意見を区別できるようにする。						
【授業時間外学習】 教科書や論文などの文章についても分析をしてみる。（4.0hr）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 ほぼ毎時間、小テストやレポート提出、意見交換が課され、出欠を兼ねる。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。手元に辞書を用意し、すぐに意味が調べられるようにすること（電子辞書も可、オンラインならばコトバンクやWeblioなどを利用することを推奨）。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも大幅には変更しないが、順番を入れ替える場合がある。資料のPDFや授業動画を配布・配信する。						
【教科書・参考書など】 教科書：授業内にて適宜、資料を配布する。 参考図書：『レポート・論文をさらによくする「書き直し」ガイド：大学生・大学院生のための自己点検法29』佐渡島紗織、坂本麻裕子、大野真澄編著（大修館書店）2015年、『レポート・論文をさらによくする「引用」ガイド』佐渡島紗織 [ほか] 著（大修館書店）2020年						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回の提出物やグループワークの取り組み60%、試験課題40% 【オンライン授業の場合】 毎回の提出物60%、試験課題40%						

科 目 名		英語 I （初級）		担当者	中 村 大 輔	
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		卒業認定方針との関連	②
【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。また受講生がこれから自立的学習を行っていけるようになるための学習指導も取り入れる。						
【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9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10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11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12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13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14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15回 基礎知識の復習・確認、英語運用能力の習得⑮ 【 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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】予習・復習を継続し、小テスト・課題にしっかりと取り組むこと。小テスト・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を実施する。担当教員の指示に従い、テキストおよび毎回配信される資料・動画を通じて指定された事項を学習し、レポート・課題を期限まで提出すること。提出されたレポート・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。						
【教科書・参考書など】 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）。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】原則として、授業への出席・参加50％、期末試験50％から評価する。 【オンラインの場合】原則として、授業への出席・参加50％、学期内の各種レポート・課題50％から評価する。						

科 目 名		英語 I （中級）		担当者	カーリン 清 佳	
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		卒業認定方針との関連	②
【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9回 英語総合演習⑨ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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2回 Introduction 英語総合演習⑩ 【 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。 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑩ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑪ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑪ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑫ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑫ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑬ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑬ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑭ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑭ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑮ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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⑮ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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)			
第8回 英語総合演習⑯ 【 到達目標 】 演習を通じて、英語の理解力・表現力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 予習・復習を継続し、小テスト・課題にしっかりと取り組むこと。小テスト・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。担当教員の指示に従い、テキストおよび毎回配信される資料・動画を通じて指定された事項を学習し、レポート・課題を期限まで提出すること。提出されたレポート・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。						
【教科書・参考書など】 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）。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 原則として、授業への出席・参加50％、期末試験50％から評価する。 【オンライン授業の場合】 原則として、授業への出席・参加50％、学期内の各種レポート・課題50％から評価する。						

科 目 名		英語Ⅱ（基礎）		担当者	加 賀 岳 彦	
英 文 名		EnglishⅡ（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		卒業認定方針との関連	②
【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、英語の理解力およびコミュニケーション力の向上を図る。また、これから受講生が自立して英語を学習していけるようになるための演習を行う。						
【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の予習を行う。（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）			
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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 予習・復習を継続し、小テスト・課題にしっかりと取り組むこと。小テスト・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。担当教員の指示に従い、テキストおよび毎配信される資料・動画を通じて指定された事項を学習し、レポート・課題を期限まで提出すること。提出されたレポート・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。						
【教科書・参考書など】 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）。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 原則として、授業への出席・参加50％、期末試験50％から評価する。 【オンライン授業の場合】 原則として、授業への出席・参加50％、学期内の各種レポート・課題50％から評価する。						

科 目 名		英語Ⅱ（初級）		担当者	中 村 大 輔	
英 文 名		EnglishⅡ（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		卒業認定方針との関連	②
【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、受講生がこれから自立的学習を行っていきけるようになるための学習指導も引き続き行う。						
【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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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。 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）			
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。 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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】予習・復習を継続し、小テスト・課題にしっかりと取り組むこと。小テスト・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を実施する。担当教員の指示に従い、テキストおよび毎回配信される資料・動画を通じて指定された事項を学習し、レポート・課題を期限まで提出すること。提出されたレポート・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。						
【教科書・参考書など】 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）。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】原則として、授業への出席・参加50％、期末試験50％から評価する。 【オンライン授業の場合】原則として、授業への出席・参加50％、学期内の各種レポート・課題50％から評価する。						

科 目 名		英語Ⅱ（中級）		担当者	カーリン 清 佳	
英 文 名		EnglishⅡ（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		卒業認定方針との関連	②
【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。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 Introduction 英語演習① 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			第9回 英語演習⑨ 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			
【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）			【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 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			第10回 英語演習⑩ 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			
【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）			【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 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			第11回 英語演習⑪ 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			
【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）			【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 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			第12回 英語演習⑫ 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			
【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）			【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 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			第13回 英語演習⑬ 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			
【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）			【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 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			第14回 英語演習⑭ 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			
【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）			【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 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			第15回 英語演習⑮ 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。			
【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）			【授業時間外学習】 授業内容の復習に取り組む。（4.0hr）			
第8回 英語演習⑧ 【 到達目標 】 演習を通して、語彙力・文法力を向上させ、英語コミュニケーションおよび学術研究に役立つ理解力・表現力を身につける。						
【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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 予習・復習を継続し、小テスト・課題にしっかりと取り組むこと。小テスト・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。担当教員の指示に従い、テキストおよび毎回配信される資料・動画を通じて指定された事項を学習し、レポート・課題を期限内で提出すること。提出されたレポート・課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。						
【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）。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 原則として、授業への出席・参加50％、期末試験50％から評価する。 【オンライン授業の場合】 原則として、授業への出席・参加50％、各種のレポート・課題50％から評価する。						

科 目 名		国語表現Ⅱ		担当者	高橋 良久・並木真理子 石元みさと	
英 文 名		Japanese Composition and Rhetoric 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・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		卒業認定方針との関連	②
【目的とねらい】 ・国語表現Ⅰで培った国語力や読解力、文章力の基礎的・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。						
【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。			第9回 アカデミック・ライティングの基礎①（レポートの書き方） 【 到達目標 】 ・構成について学ぶ。 ・構成メモ（設計図）を書く。			
【授業時間外学習】 興味や関心のある新聞記事を探す。（4.0hr）			【授業時間外学習】 新聞や書籍、インターネットなどからレポート執筆に必要な情報を集める。（4.0hr）			
第2回 国語力（知識）を身につける①（敬語） 【 到達目標 】 ・尊敬語、謙譲語、丁寧語の違いを理解する。 ・場面ごとに敬語を適切に使えるようにする。			第10回 アカデミック・ライティングの基礎②（成文化） 【 到達目標 】 ・根拠や理由で主張に肉付けする。 ・話し言葉や原稿用紙の使い方に注意してレポートを書き上げる。			
【授業時間外学習】 日常生活（他授業やアルバイト）での会話でも敬語を使えるようにする（4.0hr）			【授業時間外学習】 書き上がったレポートは少し時間を置いてから読み直して推敲する。（4.0hr）			
第3回 国語力（知識）を身につける②（文法） 【 到達目標 】 ・「ら抜き言葉」「さ入れ言葉」の使用を防ぐために、動詞と助動詞の活用について学ぶ。 ・使役表現、可能表現を適切に使えるようにする。			第11回 文章力を身につける①（接続詞） 【 到達目標 】 ・接続詞や接続助詞の働きについて理解する。 ・前後の文脈を考えて適切に接続詞・接続助詞を使えるようにする。			
【授業時間外学習】 テレビやインターネットの中の「ら抜き言葉」「さ入れ言葉」を探してみる（4.0hr）			【授業時間外学習】 新聞記事や評論を接続詞に注目して読む。 （4.0hr）			
第4回 国語力（知識）を身につける③（仮名遣い・語彙） 【 到達目標 】 ・送り仮名などの仮名遣いについて理解し、適切に使えるようにする。 ・語彙力を養うために、類義語や対義語などについて学ぶ。			第12回 文章力を身につける②（文構造） 【 到達目標 】 ・主語述語を対応させて、文のねじれを防ぐ方法を学ぶ。 ・修飾語について理解する。			
【授業時間外学習】 SPIに頻出する「二語の関係」の問題に取り組む。 （4.0hr）			【授業時間外学習】 新聞記事や評論を主語述語に注目して読む。 （4.0hr）			
第5回 読解力を身につける①（文章整序・長文読解） 【 到達目標 】 ・文章の構成について理解し、文章整序問題に取り組む。 ・接続詞やキーワードについて学び、長文読解に取り組む。			第13回 文章力を身につける③（反論） 【 到達目標 】 ・他受講生が書いたレポートを読んで、気づいた点（良い点・疑問点・反論点・改善点など）を具体的に指摘できるようにする。			
【授業時間外学習】 新聞記事や他授業で用いる教科書なども積極的に読んでみる。（4.0hr）			【授業時間外学習】 他受講生のレポートからの気づきを自分のレポートにも反映する。（4.0hr）			
第6回 読解力を身につける②（専門的な文章を読む） 【 到達目標 】 ・論文などの専門的な文章であっても、話題を素早くつかみ、キーワードを押さえられるようにする。			第14回 文章力を身につける④（修正） 【 到達目標 】 ・レポートを読んだ他受講生からの指摘をふまえ、レポートがより良くなるように修正する。			
【授業時間外学習】 新聞記事や他授業で用いる教科書なども積極的に読んでみる。（4.0hr）			【授業時間外学習】 書き上がったレポートは少し時間を置いてから読み直して推敲する。（4.0hr）			
第7回 読解力を身につける②（要約） 【 到達目標 】 ・文章の話題を素早くつかみ、キーワードを押さえられるようにする。 ・文と文とのつながりを考えながら、一つの文章として読めるように要約する。			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】 新聞記事などの興味がある文章についても要約をしてみる。（4.0hr）			【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）			
第8回 読解力を身につける③（根拠の検討、分析） 【 到達目標 】 ・文章中の事実と意見を区別できるようにする。 ・客観的な事実・データを根拠にした理由に説得力があるか検討、分析する。						
【授業時間外学習】 教科書や論文などの文章についても分析をしてみる。（4.0hr）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 ほぼ毎時間、小テストやレポート提出、意見交換が課され、出欠を兼ねる。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。手元に辞書を用意し、すぐに意味が調べられるようにすること（電子辞書も可、オンラインならばコトバンクやWeblioなどを利用することを推奨）。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも大幅には変更しないが、順番を入れ替える場合がある。資料のPDFや授業動画を配布・配信する。						
【教科書・参考書など】 教科書：授業内にて適宜、資料を配布する。 参考図書：『レポート・論文をさらによくする「書き直し」ガイド：大学生・大学院生のための自己点検法29』佐渡島紗織、坂本麻裕子、大野真澄編著（大修館書店）2015年、『レポート・論文をさらによくする「引用」ガイド』佐渡島紗織〔ほか〕著（大修館書店）2020年						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回の提出物やグループワークの取り組み60%、試験課題40% 【オンライン授業の場合】 毎回の提出物60%、試験課題40%						

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		卒業認定方針との関連	④
【目的とねらい】 「壊れやすい」けれど、「開かれた」社会ができるまで―新・近現代史入門 いまの社会は、多様なひとびとの参加に「開かれている」という特徴を持っています。それは、外に「開かれている」がゆえに、かたちを変えやすく、今あるものは壊れていくということでもあります。「昔」はそうではありませんでした。日本は外国に対して「閉じて」いて、それゆえに、長く安定した時代が続きました。みなさんにとって、どちらの方が「よい」社会ですか？わたしたちが生きる「近現代」の社会は、壊れやすいけれど、多様なものに開かれた社会です。なぜ、どのようにそんな社会ができたのか？この質問を出発点に、日本の近現代史を学んでいきます。						
【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 】 この講義のテーマ、進め方、評価方法などを説明します。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、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				第9回 議会の開設 (1) 自由民権運動 【 到達目標 】 ひとびとに「開かれた政治」のコアにあるのが議会です。議会が誰がどのように作ったのか。自由民権運動からの流れを学びます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)		
第2回 「現代」はいつからか―ワークショップ 【 到達目標 】 「現代」はいつからかをテーマにしたワークショップを開催します(教員の出題するテーマを授業中に考えワークシートに答えを書き出して共有します)。歴史学習のイメージをつかんで下さい。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				第10回 議会の開設 (2) 大日本帝国憲法の成立 【 到達目標 】 議会の開設を定めた法が、大日本帝国憲法です。「開かれた政治」をつくるという視点から日本で最初の憲法を読み直しましょう。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)		
第3回 幕末・維新のはじまり―喜望峰から見た風景 【 到達目標 】 「現代」はいつからか「閉じて」いた日本が、どのように「開かれた社会」に移行したか。世界の目線から見ていきます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				第11回 日露戦争と日比谷焼き討ち事件 【 到達目標 】 すべての成人に選挙権を与える制度が普通選挙です。日本ではアジア太平洋戦争後の日本国憲法で成立しましたが、その出発点は日露戦争後の日比谷焼き討ち事件にさかのぼると言われます。原点を見ることで、人びとの側からの普通選挙の理由を考えます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)		
第4回 資料を読む―『ペリー提督日本遠征記』 【 到達目標 】 歴史を学ぶとは、資料からその時代を生きたひとの声を読み取ることです。実際にやってみましょう。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				第12回 普通選挙のはじまる (2) 第一次世界大戦と米騒動 【 到達目標 】 普通選挙をもたらした次の大きなインパクトは米騒動です。民主化の原動力という視点で米騒動を考えます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)		
第5回 黒船来航 (1) 黒船と交渉したひと 【 到達目標 】 黒船が「来た」ことは知っていても、黒船と「交渉したひと」を知っている人は少ないでしょう。そのひとの姿勢・ふるまいから社会の「開き方」を学びます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				第13回 アジア太平洋戦争の前とあと (1) 【 到達目標 】 アジア太平洋戦争について学びます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)		
第6回 黒船来航 (2) 国際法の二重構造 【 到達目標 】 日本は「開国」はしましたが、戦争はしませんでした。世界には「法」があるという視点からその理由を考えます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				第14回 アジア太平洋戦争の前とあと (2) 日本国憲法 【 到達目標 】 日本国憲法について学びます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)		
第7回 開国への道 (1) 【 到達目標 】 開くべきか、そうでない方がよいか。なぜ「開く」という意見が有力になったのかを、幕府内部の議論を参考に考えます。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				第15回 まとめ 【 到達目標 】 全体をふりかえります。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)		
第8回 開国への道 (2) 日米和親条約 【 到達目標 】 国を「開いた」結果、どうなったのか。日米和親条約の条文を読みながら、確かめましょう。 【授業時間外学習】 授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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」「日本」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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。テーマは同じですが、オンラインの講義と、みなさまから出していただくワークシートを通じてやりとりします。ワークシートは負担が重くなりすぎないように配慮します。						
【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】 【対面授業の場合】 ワークシートと期末レポートで評価します。ワークシート40%、期末レポート60%で評価します。 【オンライン授業の場合】 ワークシートと期末レポートで評価します。ワークシート40%、期末レポート60%で評価します。						

科 目 名		ボランティア活動論		担当者		森 田 恵	
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			卒業認定方針との関連	④
【目的とねらい】 東日本大震災や全国で起こる災害、2021年の東京オリンピック・パラリンピック、などあらゆる場面でボランティアの存在が欠かせないものとなっている。また気候変動や貧困など地球規模の課題解決においても一人ひとりの取り組みが求められている。本講義では、私たちを取り巻く社会課題をトピックとして取り上げ、それらと自身の暮らしとのつながりへの気づきを促進するとともに、課題解決の取り組み事例を学ぶ。最終的に実際にボランティア活動を計画、体験しながら、市民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）/市民と市民社会 【 到達目標 】 (1)「ボランティア活動論」の全体の流れを理解する。 (2)市民及び市民社会について理解する。 (3)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9回 社会課題⑥ 課題解決としてのフェアトレード 【 到達目標 】 (1)フェアトレードが必要な背景と概要について理解する (2)フェアトレードの取り組みを理解し、自分の行動について考える。 【授業時間外学習】 フェアトレードについてさらに調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（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を進め、実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）				第10回 社会課題⑥ 日本の子どもの貧困 【 到達目標 】 (1)日本における子どもの貧困の状況について理解する。 (2)地域の取り組み事例を、自分の活動に役立てる。 【授業時間外学習】 子どもの貧困についてさらに調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）			
第3回 ボランティア活動を始めるには 【 到達目標 】 (1)ボランティア活動を始めるためのステップを理解する。 (2)ボランティア活動に関わるしぐみを理解する。 【授業時間外学習】 ボランティア活動計画書の作成を進め、実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）				第11回 社会課題⑦ プラスチックごみ問題 【 到達目標 】 (1)世界的な課題となっているプラスチックごみの状況について理解する。 (2)自身の具体的な取り組みについて考察する。 【授業時間外学習】 プラゴミ問題についてさらに調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）			
第4回 社会課題① 共生社会 【 到達目標 】 (1)障がいの社会モデルについて理解する。 (2)当事者理解に対する自身の傾向を知る。 【授業時間外学習】 ボランティア活動計画書の作成を進め、実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）				第12回 社会課題⑧ 災害救援ボランティア 【 到達目標 】 (1)災害救援ボランティア活動の概要について理解する。 (2)どこでも起こり得る災害について、学生に求められる役割と対応について考察する。 【授業時間外学習】 防災対策についてさらに調べて学修を展開する。ボランティア活動レポートを作成する。（4.0hr）			
第5回 社会課題② スマホから考えるSDGs 【 到達目標 】 (1)自分の暮らしと世界とのつながりに気づき課題を理解する。 (2)なぜSDGsが必要なのか、どういう枠組みなのかを考察する。 【授業時間外学習】 ボランティア活動計画書の作成を進め、実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）				第13回 ボランティア活動体験と報告（1） 【 到達目標 】 (1)自分のボランティア活動を振り返り発表し、学習目標の達成度について考察する。 (2)他者のボランティア活動発表と自身の体験を重ねて学びを得る 【授業時間外学習】 実際にボランティア活動を行い、レポートを作成する。（4.0hr）			
第6回 ボランティア活動計画書と報告レポートの作成 【 到達目標 】 (1)ボランティア活動計画書報告レポート作成の目的を理解する (2)自分自身の学習目標とボランティア活動を連携させる 【授業時間外学習】 ボランティア活動計画書を完成させ、実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）				第14回 ボランティア活動体験と報告（2） 【 到達目標 】 (1)自分のボランティア活動を振り返り発表し、学習目標の達成度について考察する。 (2)他者のボランティア活動発表と自身の体験を重ねて学びを得る 【授業時間外学習】 実際にボランティア活動を行い、レポートを作成する。（4.0hr）			
第7回 社会課題③ 児童労働の現実 【 到達目標 】 (1)児童労働の現状を理解する。 (2)児童労働の課題解決のための取り組みを理解する。 【授業時間外学習】 児童労働についてさらに調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）				第15回 ボランティア活動体験と報告（3）及び学習目標到達度の検証 【 到達目標 】 (1)自分のボランティア活動を振り返り発表し、学習目標の達成度について考察する。 (2)他者のボランティア活動発表と自身の体験を重ねて学びを得る 【授業時間外学習】 実際にボランティア活動を行い、レポートを作成する。（4.0hr）			
第8回 社会課題④ 児童労働から考える子どもの権利 【 到達目標 】 (1)子どもの権利条約および児童労働の現状を理解する。 (2)児童労働の課題解決のための取り組みを理解し、自分の行動について考える。 【授業時間外学習】 子どもの権利条約について調べて学修を展開する。実際にボランティア活動を行う。（4.0hr）							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 パワーポイントや映像等を用いて学修を進める。ボランティアや市民社会等に関わる各テーマの理解度テストを行う。ボランティア活動計画書の作成、ボランティア活動体験発表、活動レポートの作成を行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容が変更される場合は事前にアナウンスする。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補足資料である。配信は、対面授業のスケジュールに従い別途指示する。出席は、各授業回の課題の期限内提出によって確認する。							
【教科書・参考書など】 資料プリント、映像教材等を使用。授業時に指示する。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 各回の授業時での課題30%、ボランティア活動発表およびレポート70%として評価する。合格基準は60%以上である。 【オンライン授業の場合】 回の授業時での課題30%、ボランティア活動発表およびレポート70%として評価する。合格基準は60%以上である。							

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		卒業認定方針との関連	④
【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つて、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：倫理的思索が生まれるとき 【 到達目標 】 倫理的な問のもつ特質を理解するとともに、考察に関わる基礎概念の学習を通して倫理と倫理的思索についての輪郭をつかむ。 【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2回 「善」とは何かという問：定義 【 到達目標 】 倫理的な脈絡での「善・よい」を把握した上で、「～とは何か」という問を問うために必要な思考の手続きとして定義の構成を理解し、善の定義を試み、その問題点を考察する。 【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、社会契約の観点から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6回 功利の原理(2)：他者危害の原則 【 到達目標 】 功利の原理が下敷きにする自由主義的な行為原則のはらむ問題点を、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)			
第8回 自然と文明：道具的理性批判 【 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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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求めますが、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相応の資料を読み一定の思考の手続きを踏むことを要します。新しい事柄やものの見方を学ぶ意欲をもって臨んでください。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施します。取り上げる主題の定性的な方面は変更しません。配信教材は原則的に講義の概要を記したPDF資料ファイルと解説用の音声ファイルです(資料形態は受講者全員の受信環境によって変更することもあります)。配信日時は対面授業時間割に準じ、本学ポータルサイトより各授業に先立って配信される授業連絡に記されたファイルの格納場所にアップし、課題提出締切日まで掲載します。出席は各授業回に定める期日内の課題の提出をもってカウントします。						
【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】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】各授業回の提出課題70%、学期末レポート30%で評価する。定期試験は実施しない。なお、欠席届相当の証明書類の提出のある欠席者には別途課題を課し、出席確認と課題評価の機会を設ける。						

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		卒業認定方針との関連	④																					
【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の習得も目指す。																											
【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。 【授業時間外学習】 DV防止法に関する具体的な事件を調べる。(4.0hr) 第6回 恋愛関係と法律③ 【 到達目標 】 (1) リベンジボルノ防止法について理解する。 【授業時間外学習】 リベンジボルノ防止法に関する具体的な事件を調べる。(4.0hr) 第7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) 夫婦に関する法的問題について理解する。 【授業時間外学習】 婚姻届けの記載事項を調べる。(4.0hr) 第8回 家族と法律② 【 到達目標 】 (1) 法的な親子関係の発生について理解する。 (2) 嫡出否認や親子関係不存在確認訴訟について理解する。 【授業時間外学習】 嫡出否認と親子関係不存在確認との違いを整理する。(4.0hr) 第9回 家族と法律③ 【 到達目標 】 (1) 実際の親子関係不存在確認訴訟の事例について理解する。 【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10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】 実際に特許をとっている製品を調べる。(4.0hr) 第11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】 著作権法違反が問題となった事例を調べる。(4.0hr) 第12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」の位置づけを理解する。 (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13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14回 人身の自由、犯罪の取り調べと裁判の進め方 【 到達目標 】 (1) 日本国憲法で保障されている人身の自由について理解する。 (2) 取り調べ、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15回 日々の暮らしと法律 【 到達目標 】 (1) マンションをめぐる法的問題について理解する。 (2) 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) <tr> <td colspan="7"> 【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 授業ではパワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者には適宜、穴埋め式のプリントと補足資料を配布する。受講者には、ただプリントの穴埋めをするだけでなく、講義をよく聴き、自分で重要だと思う点などを積極的にメモすることが求められる。授業中は、特定のテーマについてディスカッションやグループ学習を導入する。なお、予習・復習として教科書を熟読し、内容を十分に理解することに加え、講義中に興味を持った事柄について、自らすすんで調べ、理解を深めることが肝要である。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業回数が減った場合でも、授業内容に大幅な変更はない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と穴埋め式の資料・補足資料、各回の復習課題である。資料の配信などに関する説明は、オンデマンド方式の授業が開始される前にポータルで行う。また、授業ごとの復習課題の提出によって授業への参加度を確認し、復習課題は成績評価の対象とする。 </td> </tr> <tr> <td colspan="7"> 【教科書・参考書など】 開講時に指示する。 </td> </tr> <tr> <td colspan="7"> 【成績評価方法】 【対面授業の場合】 期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題と学期末における最終課題などを総合的に評価する。 </td> </tr>							【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 授業ではパワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者には適宜、穴埋め式のプリントと補足資料を配布する。受講者には、ただプリントの穴埋めをするだけでなく、講義をよく聴き、自分で重要だと思う点などを積極的にメモすることが求められる。授業中は、特定のテーマについてディスカッションやグループ学習を導入する。なお、予習・復習として教科書を熟読し、内容を十分に理解することに加え、講義中に興味を持った事柄について、自らすすんで調べ、理解を深めることが肝要である。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業回数が減った場合でも、授業内容に大幅な変更はない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と穴埋め式の資料・補足資料、各回の復習課題である。資料の配信などに関する説明は、オンデマンド方式の授業が開始される前にポータルで行う。また、授業ごとの復習課題の提出によって授業への参加度を確認し、復習課題は成績評価の対象とする。							【教科書・参考書など】 開講時に指示する。							【成績評価方法】 【対面授業の場合】 期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題と学期末における最終課題などを総合的に評価する。						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 授業ではパワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者には適宜、穴埋め式のプリントと補足資料を配布する。受講者には、ただプリントの穴埋めをするだけでなく、講義をよく聴き、自分で重要だと思う点などを積極的にメモすることが求められる。授業中は、特定のテーマについてディスカッションやグループ学習を導入する。なお、予習・復習として教科書を熟読し、内容を十分に理解することに加え、講義中に興味を持った事柄について、自らすすんで調べ、理解を深めることが肝要である。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業回数が減った場合でも、授業内容に大幅な変更はない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と穴埋め式の資料・補足資料、各回の復習課題である。資料の配信などに関する説明は、オンデマンド方式の授業が開始される前にポータルで行う。また、授業ごとの復習課題の提出によって授業への参加度を確認し、復習課題は成績評価の対象とする。																											
【教科書・参考書など】 開講時に指示する。																											
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題と学期末における最終課題などを総合的に評価する。																											

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		卒業認定方針との関連	④
【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わわりを理解する。 【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）			
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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 授業理解の第一のカギは継続的な出席である。授業ではキーワードを板書し、教科書とレジュメを参照しながら説明する。詳細な板書は行わないので、受講生は筆記ノートを整理し直すこと。理解度を確認するため、問題演習を単元ごとに実施し、後続の授業で解説する。 【オンライン授業の場合】 授業はオンデマンド方式とする。コンテンツは、対面授業の配置曜日の前日までに本学のポータルサイトにアップロードする。コンテンツは1週間後に消去する。出席回数は、ポータルサイトを介した各授業回のワークシートあるいはミニレポートの提出をもって、確認する。※詳細は初回授業時に説明する。						
【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】 【対面授業の場合】問題演習（30％）と期末試験（70％）にもとづいて評価する。試験は、試験期間中に実施する。 【オンライン授業の場合】各授業回のワークシートあるいはミニレポート（80％）と、期末レポート（20％）にもとづいて評価する。 対面とオンラインのいずれの形式においても、単位付与の基準は60％である。※詳細は初回授業時に説明する。						

科 目 名		英語 E A P I		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		卒業認定方針との関連	②
【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。また受講生が今後それぞれの目標・キャリアに応じて自立的に英語を学習していけるようになるための指導や演習も取り入れる。予習を前提としている授業なので、受講生は十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 導入 【 到達目標 】 授業の進め方・学習の仕方を理解する。 授業担当者が提示する英語初期演習を行う。			第9回 英文読解演習 (8) 【 到達目標 】 メインアイデアに関するサポート情報を発見できるようになる。			
【授業時間外学習】 「意味の類推」に関する問題演習を行い、テキストを読んでおく。(4.0hr)			【授業時間外学習】 句に関する問題演習を行い、テキストを読んでおく。(4.0hr)			
第2回 英文読解演習 (1) 【 到達目標 】 単語の意味を推測できるようになる。			第10回 英文読解演習 (9) 【 到達目標 】 句を理解し、使用頻度の高い句を発見できるようになる。			
【授業時間外学習】 「パラグラフのトピック」に関する問題演習を行い、テキストを読んでおく。(4.0hr)			【授業時間外学習】 「対比」に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)			
第3回 英文読解演習 (2) 【 到達目標 】 パラグラフのトピックを発見できるようになる。 各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。			第11回 英文読解演習 (10) 【 到達目標 】 対比構造を理解できるようになる。			
【授業時間外学習】 「接辞」に関する問題演習を行い、テキストを読んでおく。(4.0hr)			【授業時間外学習】 「因果関係」に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)			
第4回 英文読解演習 (3) 【 到達目標 】 接辞の意味を理解し、単語の意味を類推できるようになる。 比較的長めの文章の構造を把握できるようになる。			第12回 英文読解演習 (11) 【 到達目標 】 テキストにおける因果関係を把握できるようになる。			
【授業時間外学習】 代名詞に関する問題演習を行う。(4.0hr)			【授業時間外学習】 時系列に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)			
第5回 英文読解演習 (4) 【 到達目標 】 前回の復習を行う。 各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。			第13回 英文読解演習 (12) 【 到達目標 】 出来事を時系列に沿って理解できるようになる。			
【授業時間外学習】 パラグラフのメインアイデアに関する問題演習を行い、テキストを読んでおく。(4.0hr)			【授業時間外学習】 速読に関する問題演習を行う。(4.0hr)			
第6回 英文読解演習 (5) 【 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。			第14回 英文読解演習 (13) 【 到達目標 】 前回の復習を行う。 各種の練習問題を通じて、語彙力を高め、語法の知識を増やす。			
【授業時間外学習】 コロケーションに関する問題演習を行い、テキストを読んでおく。(4.0hr)			【授業時間外学習】 第9回以降の総復習を行う。(4.0hr)			
第7回 英文読解演習 (6) 【 到達目標 】 コロケーションを理解し、テキストに出現するコロケーションを発見できる。			第15回 英文読解演習 (14) 【 到達目標 】 第9回以降の3章分の総復習を行い、理解度・習熟度を見る。			
【授業時間外学習】 ここまでの総復習を行う(4.0hr)			【授業時間外学習】 総復習から見えてきた各自の課題点をもう一度復習する。(4.0hr)			
第8回 英文読解演習 (7) 【 到達目標 】 ここまでの総復習を行い、理解度・習熟度を見る。						
【授業時間外学習】 メインアイデアとサポートの関係に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 ・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を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一切行わない。初回の授業でテキストの難易度を確認すること。 【オンライン授業の場合】 ・上記の内容を、オンデマンド形式で受講し、毎回課題を提出することになる。						
【教科書・参考書など】 開講時に指示する。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 平常点（出席・授業内活動など）50%、期末試験50％で判断する。 【オンライン授業の場合】 平常点（出席）50%、オンライン提出課題50％で判断する。						

科 目 名		英語 E G C I		担当者	渡 邊 浩 子	
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		卒業認定方針との関連	②
【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9回 Is that right? 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学習】 Review vocabulary (4.0hr)			
第2回 Hello 【 到達目標 】 Speaking about yourself 【授業時間外学習】 Review vocabulary (4.0hr)			第10回 Backchanneling 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学習】 Practise model conversation (4.0hr)			
第3回 Small Talk 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学習】 Practise model conversation (4.0hr)			第11回 How about you? 【 到達目標 】 Previewing vocabulary 【授業時間外学習】 Preview vocabulary (4.0hr)			
第4回 That's a lovely T-shirt. 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学習】 Practise model conversation (4.0hr)			第12回 Showing interest 【 到達目標 】 Discussing your interest 【授業時間外学習】 Preview vocabulary (4.0hr)			
第5回 Compliments 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学習】 Preview vocabulary (4.0hr)			第13回 Reading a storoy 【 到達目標 】 Reading comprehension 【授業時間外学習】 Reading preparation (4.0hr)			
第6回 Pardon 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学習】 Preview vocabulary (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7回 I really enjoyed it. 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学習】 Practise model conversation (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)			
第8回 Information 【 到達目標 】 Answering with additional information 【授業時間外学習】 Preview vocabulary (4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 Any English is better than no English - always try to say something, to give some kind of answer! 【オンライン授業の場合】 To make the online class go smoothly, it is very important that before logging on, you <u>read and try to understand the weekly updates and check the teaching materials</u> I will send.						
【教科書・参考書など】 Keep talking, K. Murata, Kiriara Shoten						
【対面授業の場合】 Participation 40%, Assignments 30%, and Mid-term Presentations 30% 【オンライン授業の場合】 Participation 40%, Speaking Assignments 60%						

科 目 名		英語 E A P II			担当者	カーリン 清佳	
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		卒業認定方針との関連	②	
【目的とねらい】 この授業では、語彙・リスニング・リーディング学習を通して、アカデミック英語を学びます。また、様々なトピックについて学ぶことで、視野を広げ多様性を受容する素地を作ります。受講生は語彙学習に加え、課題の予習・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 英語演習（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。 【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 英語演習（9） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリスニングについてさらに理解する（長文）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（2） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリスニングについて理解する。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（10） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語で書かれた文章の構成について理解する。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（3） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリスニングについてさらに理解する（会話文1）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（11） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリーディングについて理解する。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（4） 語彙や表現について理解する。英語のリスニングについてさらに理解する（会話文2）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（12） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリーディングについてさらに理解する（英文読解演習1）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（5） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリスニングについてさらに理解する（会話文3）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（13） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリーディングについてさらに理解する（英文読解演習2）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（6） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリスニングについてさらに理解する（パッセージ1）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（14） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリーディングについてさらに理解する（英文読解演習3）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（7） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリスニングについてさらに理解する（パッセージ2）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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 英語演習（15） 【 到達目標 】 授業全体のふり返しを行う。 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）				
第8回 英語演習（8） 【 到達目標 】 語彙や表現について理解する。英語のリスニングについてさらに理解する（パッセージ3）。 アクティビティを通して実践的に英語を使うことができる。 【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）							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 語彙、課題の予習・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。 【オンラインの場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。担当教員の指示に従い、テキストおよび毎回配信される資料・動画を通じて指定された事項を学習し、課題を期限までに提出すること。提出された課題は、その学習内容に応じた形で受講生にフィードバックされる。							
【教科書・参考書など】 プリントを配布します。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 原則として、平常点(授業への参加・小テスト・課題)60％、試験40％で評価します。 【オンラインの場合】 原則として、授業への出席・参加50％、学期内の各種課題50％から評価する。							

科 目 名		英語 E G C II			担当者	渡 邊 浩 子	
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		卒業認定方針との関連	②	
【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9回 Requests 【 到達目標 】 Practising polite requests 【授業時間外学習】 Preview vocabulary(4.0hr)				
第2回 Thank you so much 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学習】 Review vocabulary (4.0hr)			第10回 Invitations 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学習】 Practise model conversation (4.0hr)				
第3回 Thanking 【 到達目標 】 Listening in Context 【授業時間外学習】 Practise model conversation (4.0hr)			第11回 Saying “no” 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学習】 Preview vocabulary(4.0hr)				
第4回 Excuse me, but… 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学習】 Preview vocabulary (4.0hr)			第12回 Softeners 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学習】 Practise model conversation (4.0hr)				
第5回 Complaints 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学習】 Preview vocabulary(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6回 This is my fault 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学習】 Preview vocabulary(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7回 Apologies 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学習】 Practise model conversation (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)				
第8回 I’d rather not say 【 到達目標 】 Dealing with undesirable questions 【授業時間外学習】 Preview vocabulary(4.0hr)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 Any English is better than no English - always try to say something, to give some kind of answer! 【オンライン授業の場合】 To make the online class go smoothly, it is very important that before logging on, you <u>read and try to understand the weekly updates and check the teaching materials</u> I will send.							
【教科書・参考書など】 keep talking, K. Murata, Kirihiro Shoten							
【対面授業の場合】 Participation 40%, Assignments 30%, and Mid-term Presentations 30% 【オンライン授業の場合】 Participation 40%, Speaking Assignments 60%							

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		卒業認定方針との関連	②
【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」等と言える。 【授業時間外学習】 例文を覚える。(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／～を専攻しています。 【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11回 否定表現 【 到達目標 】 否定冠詞を使つての否定文を作る。 否定詞を用いた否定文の法則をしる。 例) 兄弟はいない／～を知らない 【授業時間外学習】 自分に関連した否定文を作ってみる。(例：私は魚を食べない、等)(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13回 時の表現／数詞 (2) 【 到達目標 】 現在や過去、未来の表現を知る。(今日、3日後、毎年、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) 21から100までの数詞の法則性を体得する。 【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6回 複数形 【 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知る。 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14回 自己紹介 (2) 【 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】 簡単な自己紹介文を作成する。家族や友人のことも表現してみる。(4.0hr)		
第7回 数詞 (1) 【 到達目標 】 1から12までを確実に言える。 13から20までの法則を押さえる。 時刻を表現する。 【授業時間外学習】 自分のスケジュールを表してみる。(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)		
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)						
【学習上の留意点】 ※半期しかないので、日本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。 【対面授業の場合】 本来ならば実施したい会話練習は現状として教室内ではできないでしょう。したがって発音練習を欠かさず自宅で行うようにしてください。Phollyを通じて理解度確認小テストやレポート課題は実施します。これらを受けて次回授業にフィードバックを行いますので、間違いや指摘されたより適切な表現をしっかりと確認して、ドイツ語表現の幅を広げてください。 【オンライン授業の場合】 音声データを用いて発音練習を欠かさず自宅で行うようにしてください。授業資料は、授業スケジュールに従い授業実施曜日・開始時刻にPhollyにて配信します。オンデマンド授業だからこそ、受講生の自学の理解度を確保するために毎回、課題を実施します。欠かさず提出するよう心がけてください。また、この課題提出は出席確認に用います。みなさんは課題提出を、授業に関する質問や感想を書き添える機会にしてください。後日配信されるフィードバックを参考に、間違いの箇所や、より適切な表現をしっかりと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】 『お菓子で学ぶドイツ語』小野森都子 平山茂樹 藤由順子著 (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】 【対面授業の場合】 授業時の発表・課題提出、理解度確認のための小テスト40％、試験結果を60％として評価する(試験は試験期間中に別途実施する)。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド授業時の課題提出・積極的な取組姿勢を50％、試験結果を50％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	森 本 悠 人	
英 文 名		French				
単 位 数	2	科目区分・必修	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	／選択の区別	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		卒業認定方針との関連	②
【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。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・表現に触れるため、フランス語の歌を中心に扱う。それによって、フランス語を使う人々の表現世界を理解することを目指す。						
【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				第9回 『Ce rêve bleu』とフランス語の母音		
【 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。				【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。日本語にはない口の形を意識して発音できるようになる。		
【授業時間外学習】 プリント「フランス語の成り立ち」を読む。（4.0hr）				【授業時間外学習】 指示に従って音声を録音・提出。（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				第10回 シャンソンで学ぶフランス文法①		
【 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。				【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。これまでに扱ったシャンソンから文法を学習し、動詞の活用を理解する。		
【授業時間外学習】 プリント「フランスとフランス語圏」を読む。（4.0hr）				【授業時間外学習】 指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）		
第3回 フランス語のシャンソン『枯葉』				第11回 シャンソンで学ぶフランス文法②		
【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。フランスのシャンソンの背景や表現を理解する。				【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。これまでに扱ったシャンソンから文法を学習し、名詞の性数を理解する。 (2)最終課題の発表に備え、発表する曲を選ぶ。		
【授業時間外学習】 プリント「『枯葉』の訳・ポイント解説」を読む。指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）				【授業時間外学習】 指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）		
第4回 『レ・シャンゼリゼ』とフランス語の綴り字				第12回 シャンソンで学ぶフランス文法③		
【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。フランス語の読み方の規則を理解する。				【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。これまでに扱ったシャンソンから文法を学習し、形容詞の性数一致を理解する。 (2)最終課題の発表に備え、発表する曲の発音を確認する。		
【授業時間外学習】 プリント「『レ・シャンゼリゼ』の訳・ポイント解説」を読む。指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）				【授業時間外学習】 指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）		
第5回 『シェリーに口づけ』と母音				第13回 フランス語で歌う		
【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。フランス語の特徴的な母音を発音できる。				【 到達目標 】 (1)出席者同士でペアになり、フランス語の発音・読み方について互いにアドバイスしあう。		
【授業時間外学習】 プリント「『シェリーに口づけ』の訳・ポイント解説」を読む。指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）				【授業時間外学習】 指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）		
第6回 『夢見るシャンソン人形』とフランス語のs・z・ch・j音				第14回 フランスの映画鑑賞		
【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。フランス語の特徴的な母音を発音できる。				【 到達目標 】 (1)フランス語の表現世界に触れる。映画を鑑賞し、フランスの社会・文化を理解する。		
【授業時間外学習】 プリント「『夢見るシャンソン人形』の訳・ポイント解説」を読む。指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）				【授業時間外学習】 指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）		
第7回 『Le temps des cerises』とフランス語のt・d音				第15回 フランス語で歌う（最終課題の発表）		
【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。有声音と無声音の違いを理解する。				【 到達目標 】 (1)提示された課題を各自が発表する。		
【授業時間外学習】 プリント「『Le temps des cerises』の訳・ポイント解説」を読む。指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）				【授業時間外学習】 プリント「フランスとジェンダー」を読む。（4.0hr）		
第8回 『Comment te dire adieu』とrの発音						
【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。フランス語発音の難問（と思われている）rの発音を習得する。する。						
【授業時間外学習】 プリント「『Comment te dire adieu』の訳・ポイント解説」を読む。指示に従って音声を録音・提出。（4.0hr）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 予習は必要ありません。復習課題を出すので、それを提出すること。 【オンライン授業の場合】 リアルタイム方式とオンデマンド方式の両方を活用して授業を実施する。授業内容は授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。						
【教科書・参考書など】 授業時に適宜プリント配布						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 復習課題20％、授業時の課題40％、筆記試験40％として評価する（試験は試験期間中に別途実施する）。あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題を毎回評価し、授業終了時点で、それらを総合的に評価する。また、最終授業時に最終課題を提出することになる。復習課題40％、最終課題（録音）40％、まとめ課題（筆記）20％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。						

科 目 名		コリア語			担当者		李 貞 旻	
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		卒業認定方針との関連		②	
【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 【 到達目標 】 (1)言語としての韓国語の特性を理解する。 (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。 (3)ハングル文字の仕組みについて理解する。 【授業時外学習】 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 【 到達目標 】 (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。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)文字としてのハングルの発音・リズムを理解する。 (2)基本母音を習得する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)日常の表現世界の理解。不可欠の否定表現を習得する。 【授業時間外学習】 「～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） 【 到達目標 】 (1)文字としてのハングルの発音・リズムを理解する。 (2)子音（平音・激音）を習得する。 【授業時間外学習】 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） 【 到達目標 】 (1)日常の表現世界の理解。不可欠の基礎的用言の表現を理解する。 【授業時間外学習】 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） 【 到達目標 】 (1)ハングルの子音（濃音）を習得する。 【授業時間外学習】 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） 【 到達目標 】 (1)日常の表現世界の理解。不可欠の基礎的用言の表現を理解する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)合成母音を習得する。 【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 【 到達目標 】 (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。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)文字としてのパッチムを習得する。 【授業時間内学習】 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） 【 到達目標 】 (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。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)日本語のハングル表記を習得する。 (2)辞書の引き方、キーボードの打ち方を習得する。 【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） 【 到達目標 】 (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。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)日常の表現世界の理解。不可欠の肯定表現を習得する。 【授業時間外学習】 「～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】 【対面授業の場合】 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、次の授業内で解説によるフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンライン授業になった場合は、オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補足資料である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の8:30に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、翌日の12:00まで掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出と次回授業の予習課題の提出によって確認する。								
【教科書・参考書など】 「教科書名」：「楽しく学べる韓国語」（李美賢・李貞旻）著（白水社）								
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60％、まとめのレポート評価を40％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。								

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		Career, Business and Social System				
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		卒業認定方針との関連	④⑤
【目的とねらい】 大学卒業後に進んでゆく「社会」とはどのような仕組みなのか。その中であなたは仕事や家庭生活などの「キャリア」をどのように組み上げてゆくのか。基本知識を理解し、自身なりに考えるための講義です。						
【授業内容・到達目標など】						
第1回 「社会のしくみ」と「キャリア形成」とは何か 【 到達目標 】 「社会」とは変化し続けるもの。「仕事」とは社会の中で相手（＝お客さんや勤務先）のために行動するもの。「キャリア」とは自分の幸福のための選択の積み重ねである事を理解する。			第9回 課題解決・デザインシンキング(1) 【 到達目標 】 仕事とは、相手（お客さんなど）の「課題」を解決すること。これまでの学生生活の中から身近な課題を探し、「デザインシンキング」などの技法をもとに、解決策を考える。			
【授業時間外学習】 自分自身のキャリアを考える(4.0hr)			【授業時間外学習】 グループワークを行う(4.0hr)			
第2回 ケーススタディ 【 到達目標 】 キャリア形成の1事例として、ニチジョ卒業生のインタビュー動画を分析する。ここから何を読み取るか、もっと知りたいこと、参考になることは何かを具体的に考える。			第10回 課題解決・デザインシンキング(2) 【 到達目標 】 具体的な課題について、課題解決のグループワークを通じて理解する。（この部分は特に、日程・回数など変更可能性が高い）			
【授業時間外学習】 自分自身のキャリアを考える(4.0hr)			【授業時間外学習】 グループワークを行う(4.0hr)			
第3回 物語のしくみ 【 到達目標 】 人を動かすしくみの1つに「物語」があります。映画『ブラダを着た悪魔』『鬼滅の刃』などを素材に、物語の基本パターンを理解し、あなた自身の物語について考える。			第11回 プレゼンテーション 【 到達目標 】 アイデアを伝えるための資料作り、発表の仕方、物語の構造について理解し、実践する。他チームの提案内容を分析・解説し、どのようなアイデア、発表がありえたのか、学びを深める。			
【授業時間外学習】 自分自身のキャリアを考える。(4.0hr)			【授業時間外学習】 グループワークを行う(4.0hr)			
第4回 コロナ禍の経験をどう捉えるか 【 到達目標 】 普通であれば様々な刺激があったであろう大学生活の1年目を、ネット中心に過ごさざるをえなかった経験が、自身のどのような「物語」になりうるかについて考える。			第12回 チームビルディング 【 到達目標 】 グループワークに必要なチームビルディングを理解する。相手の考えを受け止め、違いを客観的に分析して、創造してゆくプロセスを理解し、体験する。			
【授業時間外学習】 自分自身のキャリアを考える(4.0hr)			【授業時間外学習】 グループワークを行う(4.0hr)			
第5回 スポーツの経験をどう捉えるか 【 到達目標 】 スポーツを中心とした経験を、どのようにして、社会で活躍できる武器とするか。これまでの経験をふりかえり、これからの将来について考える。			第13回 コーチング 【 到達目標 】 スポーツ経験の中でもて使いやすいスキルであり、会社チームビルディング技法の1つ、「コーチング」の技法を理解する。			
【授業時間外学習】 自分自身のキャリアを考える(4.0hr)			【授業時間外学習】 グループワークを行う(4.0hr)			
第6回 自己分析について 【 到達目標 】 就職活動でよくいわれる「自己分析」について。基本的な手法を試し、その限界についても理解する。			第14回 就職活動について 【 到達目標 】 人生100年時代といわれるこれからの時代は、就職活動は大学生だけではなく、一生続くものだと考えられる。長期目線で、「OG訪問」「インターンシップ」などの理解を深める。			
【授業時間外学習】 自分自身のキャリアを考える(4.0hr)			【授業時間外学習】 自分自身のキャリアを考える(4.0hr)			
第7回 企業研究について(1) 【 到達目標 】 就職活動でよくいわれる「企業分析」は、自己分析と一体で重要である。身近な会社、興味ある会社などについて調べる。			第16回 学生生活アクションプランの策定 【 到達目標 】 まとめ：講義全体を通しての学びをふりかえり、自分自身はどうするのか、考える。			
【授業時間外学習】 興味のある会社の採用情報などを調べる(4.0hr)			【授業時間外学習】 最終レポート作成を行う(4.0hr)			
第8回 企業研究について(2) 【 到達目標 】 会社を動かす仕組みである「おカネ」について理解する。投資、売上、コストといった考え方は、あなた自身のキャリア構築とも共通します。						
【授業時間外学習】 自分自身のキャリアを考える(4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 講義外でのグループワークを行います。						
【オンライン授業の場合】 オンデマンド講義を参加型で行います。「動画を受け身で見ているだけの講義」ではありません。そのために、 ①講義外でのグループワークを予定しています。2人～数名程度のグループを組み、時間を合わせ、グループワークを進めてください。 ②グループを各自で結成できるよう、履修者の一覧表などを大学内専用ネットワーク内で公表します。 ③出席は、毎回の課題提出で判断します。（課題提出者の一覧表を公表し、提出の有無を確認できるようにします） ④各回の課題は、一部を次回以降の講義で紹介していきます。（個人情報など微妙な部分は修正） ⑤各回の課題は、期限遅れ提出でもかまいませんので、講義終了までには全回分の課題を提出していただきます。						
【教科書・参考書など】 講義ごとにオンライン配信します。						
【成績評価方法】 【対面授業・オンライン授業ともに共通】 毎回講義後のレポートで判断します。最終回のレポートを重めに配分します（30％予定）						

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	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	／選択の区別	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		卒業認定方針との関連	③	
【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9回 平均と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（平均・分散の推定）の復習をする。（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10回 t検定（対応あり） 【 到達目標 】 (1)平均の差の検定の種類を理解する。 (2)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11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12回 分散分析（一元配置） 【 到達目標 】 (1)実際の例をとらえながら、一元配置分散分析を理解する。 【授業時間外学習】 提出課題（一元配置分散分析）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13回 分散分析（二元配置） 【 到達目標 】 (1)実際の例をとらえながら、対応ありの二元配置分散分析を理解する。 (2)実際の例をとらえながら、対応なしの二元配置分散分析を理解する。 【授業時間外学習】 提出課題（二元配置分散分析）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14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7回 仮説検定と有意差について 【 到達目標 】 (1)推計統計学において仮説検定がなぜ必要かを理解する。 (2)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）			
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）							
【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15～20分は課題を遂行する時間とります。間違えた学生は復習を心掛けてください。 【対面授業の場合】 講義は情報処理実習室で授業を実施します。毎回授業時に関連した課題を提出してもらいます。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施します。授業内容は変更しません。配信される資料はスライド、授業資料、解説動画とし、配信は対面授業のスケジュールに従い、当日9:00までに本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップし、1週間掲載します。授業日から5日以内に関連した課題を提出し、出席は各授業の課題の提出によって確認します。なお、課題の遂行にはMicrosoft Office が使用できるデバイス所有していることが条件です。							
【教科書・参考書など】 講義中に指示します。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回行われる確認課題（講義中に出すもの）60%、実践課題（第15回）40%として評価します。良好な出席状況は、当然の前提です。 【オンライン授業の場合】 毎回行われる確認課題（第1回～第14回）60%、実践課題（第15回）40%として評価します。確認課題や実践課題は、指定された期日までに提出してください。							

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			卒業認定方針との関連	①③	
【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説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。				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、それぞれの認識の三能力との対応関係を理解して、みずからの生識を省みることができる。				
【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)				【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2回 知の成立条件と定義：必要条件と十分条件 【 到達目標 】 定義の構成と充たすべき要件を理解した上で、知の古典的な定義とその問題点を考察することができる。				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 】 行為の一段階として思考を捉える視点からプラグマティズムの守則を理解し、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)				【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 】 ことばを明晰に使用し、無用の混乱を避けるための分析的な諸観点を弁別して理解し、各種の事例に適用することができる。				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)				【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、そこに体现される推論の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。				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成立条件、および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)				【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。				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)				【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2：問と論駁 【 到達目標 】 対話的な討論の枠組みのなかで立論の目的を把握し、いくつかの問のもつ機能と諸特質を弁別して理解することができる。				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)				【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 立論の批判的評価の諸段階3：歪んだ思考 【 到達目標 】 成功する立論の充たすべき諸要件に対する違反として欺瞞的な立論(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。				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)				【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：現象と實在 【 到達目標 】 知の四つの源泉およびそれらに対応する認識の手段、能力として、感覚・知覚、表象、概念の諸特質を把握して、知覚経験のもつ限界と知覚経験の記述の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)								
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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疑問、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、各回、必ずしも馴染みのない概念や観点を学びます。集中して理解し、実地に適用する心構えて下さい。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施します。取り上げる主題の定性的な方面は変更しません。配信教材は原則的に講義の概要を記したPDF資料ファイルと解説用の音声ファイルです(資料形態は受講生全員の受信環境によって変更することもあります)。配信日時は対面授業時間割に準じ、本学ポータルサイトにより各授業に先立って配信される授業連絡に記されたファイルの格納場所にアップし、課題提出締切日まで掲載します。出席は各授業回に定める期日内の課題の提出をもってカウントします。								
【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】 【対面授業の場合】授業内の課題ミニレポート40%、定期試験60%で評価する。試験は試験期間中に別途実施する。 【オンライン授業の場合】各授業回の提出課題70%、学期末レポート30%で評価する。定期試験は実施しない。なお、欠席届相当の証明書類の提出のある欠席者には別途課題を課し、出席確認と課題評価の機会を設ける。								

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		卒業認定方針との関連	①④	
【目的とねらい】 本科目は、人間の営みや人間そのものの姿、心性を描く文学、特に、ここでは日本の古典文学の中から文学の対象となった項目を取り上げ、その時代背景を「現代」に置き換えて検討・考察することで、現代社会を問い直す視点を獲得することを目指す。古文の読解もある。							
【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。			第9回 「伝承文学」 【 到達目標 】 「伝承文学」とはどういうものかを理解する。				
【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)				
第2回 「名づける」という行為 【 到達目標 】 「名づける」という行為の意味を理解する。			第10回 日本の風土 【 到達目標 】 古典作品での風土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内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)				
第3回 「文学」とは 【 到達目標 】 「文学」とはどのようなものかを理解する。			第11回 日本の四季 【 到達目標 】 古典作品での四季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内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)				
第4回 「作品を読む」ということ 【 到達目標 】 作品論、作家論とはどのようなものかを理解する。			第12回 東西のシンデレラ 【 到達目標 】 『落窪物語』を読み解く。				
【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)				
第5回 「文字」 【 到達目標 】 日本で用いられる「文字」について、その役割や機能の変遷を理解する。			第13回 「あこがれる」ということ 【 到達目標 】 『源氏物語』と『更級日記』を読み解く。				
【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)				
第6回 言葉で遊ぶ 【 到達目標 】 「ことば遊び」の変遷を知ることで、ことばに対する人々の接し方を理解する。			第14回 増えていく不思議 【 到達目標 】 『枕草子』の章段の種類について理解する。				
【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)				
第7回 日本人はどこから来たのか 【 到達目標 】 日本の文学はどのようにして発生したかを理解する。			第15回 手紙 【 到達目標 】 短い手紙を書く。				
【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)			【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)				
第8回 「言霊」 【 到達目標 】 「言霊」とはどのようなものかを理解する。							
【授業時間外学習】 次の授業で取り上げる内容に関わる課題に取り組む。(4.0hr)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 ・次回の授業で取り扱う課題が完成しているという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。 【オンライン授業の場合】 パワーポイントによる動画配信の授業。授業内容は、授業回数が減った場合でも大幅には変更しないが、順番を入れ替える場合がある。オンラインの授業の場合は、定期試験は行わない。							
【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 授業時に適宜紹介する。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 ・授業時の提出物(40%)・定期試験(60%) 【オンライン授業の場合】 ・毎回の課題提出(70%)・試験課題(30%)							

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		卒業認定方針との関連	④⑤	
【目的とねらい】 西洋音楽の基礎的知識を学びつつ、さらに世界のさまざまな音楽にも視野を拡げ、音楽と現代社会がどのように関わっているのか、あるいは関わりうるのかについて考察を進める。							
【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9回 音階とは何か 【 到達目標 】 音階の定義を学び、異なる音階に基づく音楽がもたらす聴覚的効果について理解する。 【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2回 さまざまな楽器（1） 【 到達目標 】 楽器の分類法について学び、体鳴楽器、気鳴楽器について理解する。 【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10回 音楽と記録（1） 【 到達目標 】 さまざまな種類の楽譜とその用途について理解する。 【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 さまざまな楽器（2） 【 到達目標 】 弦鳴楽器、電鳴楽器について理解する。 【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11回 音楽と記録（2） 【 到達目標 】 録音、再生技術の歴史について理解する。 【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4回 声（1） 【 到達目標 】 歌唱における各種の発声法について理解する。 【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12回 西洋音楽の歴史（1） 【 到達目標 】 西洋音楽史の時代区分を確認し、バロック時代の音楽の特徴について実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5回 声（2） 【 到達目標 】 西洋音楽の声種について、その実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13回 西洋音楽の歴史（2） 【 到達目標 】 古典派、ロマン派時代の音楽の特徴について実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6回 音楽材としてのノイズ 【 到達目標 】 ノイズを素材としていかに音楽を構成することが出来るのか、実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14回 西洋音楽の歴史（3） 【 到達目標 】 近代の音楽の特徴について実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7回 環境と音楽（1） 【 到達目標 】 「環境音楽」の歴史的展開について理解する。 【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)				
第8回 環境と音楽（2） 【 到達目標 】 「サウンド・スケープ」の理念とその実践例について理解する。 【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)							
【学習上の留意点】 【対面形式】 パワーポイントを用いて要点を示しながら、詳細を口頭で説明する形で講義を進める。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。なお、各テーマの終了時にコメントカードの提出を求める。このコメントカードに書かれた内容も成績評価の対象とする。 【オンライン形式】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と参考動画である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし6日間掲載する。毎回、授業で扱ったテーマについてのミニ・レポートを課し、このミニ・レポートの提出をもって出席とする。受講に際して音楽の知識の有無は問わないが、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。							
【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】 【対面形式】 テーマごとに課すコメントカードの内容40%、学期末レポート60%の割合で評価する。 【オンライン形式】 各授業回で課すミニ・レポート60%、学期末レポート40%の割合で評価する。							

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		卒業認定方針との関連	②③④
【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、画像処理、関数の応用やデータベース操作を身に付け、ホームページや資料作成などの様々な手法による情報発信技術について学びます。						
【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9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2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10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3回 レポート作成と論文作成の基礎 【 到達目標 】 (1) レポートや論文の体裁や作成の注意点などを理解する。 (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11回 データベースの基本操作 【 到達目標 】 (1) データベースとは何かについて学ぶ。 (2) フィルタについて学ぶ。 (3) ビ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4回 レポート作成と論文作成の応用 【 到達目標 】 (1) 注釈、図表番号、目次の作成技術を学ぶ。 (2) レポートや論文に添付する抄録や要約について学ぶ。 【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復習し、応用的なグラフの作成技術を学ぶ。 (2) 目的に応じた、効果的なグラフの作成について学ぶ。 【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5回 画像処理 【 到達目標 】 (1) 画像処理アプリケーションソフトについて学ぶ。 (2) 効果的な画像処理技術を修得する。 【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)			第13回 Excelの総復習 【 到達目標 】 (1) 第9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6回 ホームページの作成 【 到達目標 】 (1) Googleサイトを利用したホームページの作成技術を理解する。 (2) ホームページによる情報発信技術を修得する。 【授業時間外学習】 さまざまなHPから効果的な情報発信方法を体験する。(4.0hr)			第14回 資料作成の基礎 【 到達目標 】 (1) officeアプリを互換し、資料（報告書）を作成する。 (2) 既存の情報（公的機関、論文など）を活用した効果的な資料作成技術を修得する。 【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)			
第7回 クラウドについて 【 到達目標 】 (1) GoogleDriveやOneDriveについて学ぶ。 (2) クラウドを活用するメリット・デメリットを理解する。 【授業時間外学習】 本日の授業内容の復習と次回授業のアンケート項目を考える。(4.0hr)			第15回 資料作成の応用 【 到達目標 】 (1) TPOに応じた資料作成技術を習得する。 (2) 情報発信方法について「振り返り」をして、効果的な情報発信技術を学ぶ。 （※ プレゼンをし、評価および振り返りを行います） 【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 アンケートの作成とデータ収集の実践 【 到達目標 】 (1) GoogleDriveを利用したアンケートの作成、集計技術を理解する。 (2) アンケートの質問項目に関する作成手順や注意事項を理解する。 （※ グループワークを行います） 【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)						
【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。 【対面授業の場合】 講義は情報処理実習室で授業を実施します。毎回授業時に関連した課題を提出してもらいます。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施します。授業内容は一部変更（グループワークやプレゼン）がありますが、ほぼ同じ内容で進行します。配信される資料はスライド、授業資料、解説動画とし、配信は対面授業のスケジュールに従い、当日9:00までに本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップし、1週間掲載します。授業日から5日以内に関連した課題を提出し、出席は各授業の課題の提出によって確認します。なお、課題の遂行にはMicrosoft Office が使用できるデバイス を所有していることが条件です。						
【教科書・参考書など】 資料を配付します。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回行われる確認課題（講義中に出すもの）40%、演習課題（第8回、第15回）20%、最終レポート40%として評価します。良好な出席状況は、当然の前提です。 【オンライン授業の場合】 毎回行われる確認課題（第1回～第14回）60%、資料の評価＋最終レポート（第15回）40%として評価します。確認課題や最終レポートは、指定された期日までに提出してください。						

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			卒業認定方針との関連④	
【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う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デ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】 ネット等でドーデー・リョウコウバト以外の絶滅動物について調べること。(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-Management 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)				
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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回のパワーポイントと補足資料である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の8:30に本学ポータルサイトのPholly上にアップし、翌日の12:00まで掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出によって確認する。							
【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(オンデマンドの場合は、Pholly上にPDF資料をアップ)する。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】小レポートの達成度を100%として評価する。 【オンライン授業の場合】各授業回の復習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60%、まとめのレポート評価を40%とし、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。							

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		卒業認定方針との関連	④
【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。			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)			【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。			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)			【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。			第11回 ルネサンスの文学② 【 到達目標 】 前回到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)			【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。			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)			【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。			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)			【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。			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)			【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。			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)			【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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 授業時に配布する資料・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。 【オンライン授業の場合】 上記の内容をオンデマンド方式で行う。毎回、テキスト・資料・動画がオンラインで配信され、受講生はそれらを用いて毎回のテーマを学習し、レポート・課題を期限まで提出することになる。						
【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】 【対面授業の場合】 原則として、授業への出席・参加50％、期末試験50％から評価する。 【オンライン授業の場合】 原則として、授業への出席・参加50％、学期内の各種レポート・課題50％から評価する。						

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		卒業認定方針との関連	④⑤	
【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9回 ポ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、ポ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 】 校歌の音楽の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10回 ポ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)			
第8回 ポ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)							
【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。 教科の特性上、オンライン形式での授業は不可能であるため、状況によって90分授業を45分ずつに分け、学生の登校を分散させた上での授業を実施する。 その際はプリント等で課題を配布し評価する。							
【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		卒業認定方針との関連	⑦
【目的とねらい】						
スポーツ生理学は、ヒトが身体運動をした際の生理的反応や習慣的運動による適応のメカニズムを探究する学問である。本講義では、競技力向上のためのスポーツ生理学ではなく、日常生活における一般的な身体活動・スポーツ・運動の実施に伴う生理的反応および適応の仕組みに関する知識を学ぶ。またこの科目を通して、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、生理学的な視点に立った探究心を涵養する。						
【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				第9回 スポーツと循環（1）		
【 到達目標 】				【 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。				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】				【授業時間外学習】		
講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）				講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）		
第2回 スポーツと骨格筋・神経（1）				第10回 スポーツと循環（2）		
【 到達目標 】				【 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。				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】				【授業時間外学習】		
講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）				講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）		
第3回 スポーツと骨格筋・神経（2）				第11回 スポーツと循環（3）		
【 到達目標 】				【 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。				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】				【授業時間外学習】		
講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）				講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）		
第4回 スポーツとエネルギー供給機構（1）				第12回 スポーツと代謝(1)		
【 到達目標 】				【 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。				異化、同化、酵素など代謝の基礎知識を習得する。 中間代謝の基礎知識を習得する。		
【授業時間外学習】				【授業時間外学習】		
講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）				講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）		
第5回 スポーツとエネルギー供給機構（2）				第13回 スポーツと代謝（2）		
【 到達目標 】				【 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。				糖質、脂質、タンパク質の代謝を理解する。 運動時の糖質と脂質代謝を理解する。 運動とタンパク質代謝を理解する。		
【授業時間外学習】				【授業時間外学習】		
講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）				講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）		
第6回 スポーツと呼吸（1）				第14回 スポーツと脳機能(1)		
【 到達目標 】				【 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。				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】				【授業時間外学習】		
講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）				講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）		
第7回 スポーツと呼吸（2）				第15回 スポーツと脳機能（2）		
【 到達目標 】				【 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。				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。 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】				【授業時間外学習】		
講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）				講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（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】						
講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。（4.0hr）						
【学習上の留意点】						
【対面授業の場合】講義は指定教科書を用いるので、教科書購入を予定しておくこと。講義はパワーポイントを用いて説明し、講義内容の資料は全て配布する。受講者は事前に指定教科書を読み、内容理解に努める。						
【オンライン授業の場合】オンデマンド方式で行う。指定教科書を用いるので、教科書購入を予定しておくこと。授業内容は、回数が減っても大幅な変更はない。配信資料として、パワーポイント音声入り講義動画、スライド印刷資料などを、授業日に指定のURL上に公開する。本学ポータルサイトからURLにアクセスして、講義動画を視聴し、内容の理解に努める。配信資料等の案内は全てポータルサイトで行う。出席状況は、各回の「確認テスト」の回答送信により確認する。受講者は事前に指定教科書を読み、内容理解に努める。						
【授業時間外学習課題と質問・疑問への対応】対面形式であってもオンライン形式であっても、各回の講義内容の理解度を示す確認テストを受ける（本学ポータルサイトから指定のURLにアクセスして、受講生は確認テストの回答を送信する）。また各回の講義内容全体について復習をする。質問・疑問等は確認テストの所定欄に記入すると、次の講義において詳しい解説をする。なお、確認テストにおける得点、正解・不正解等については自動返信する。						
【教科書・参考書など】						
指定教科書（テキスト）として、「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（最新版）を用いる。						
【成績評価方法】						
【対面授業の場合】各回の確認テストにおける成績を40%とし、定期試験期間中に別途実施するテストの成績を60%とし、合計100%として最終的な成績を評価する。合格基準は60%以上とする。						
【オンライン授業の場合】各回の確認テストにおける成績を60%とし、最後に行う「最終確認テスト」の成績を40%とし、合計100%として最終的な成績を評価する。合格基準は60%以上とする。						

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	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	／選択の区別			専門基礎・必修		
授業形態	講義	科目ナンバー	HBR102		卒業認定方針との関連	⑦	
【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)			
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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信される教材は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と資料（保存・印刷可）である。予め資料を印刷して書き込める準備をしてから動画を視聴してほしい。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、一週間（7日目の24：00まで）掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出によって確認する。							
【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（配信）する。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 授業内での課題達成度30%、期末試験（試験は試験期間中に別途実施する）70%で評価する。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題と全授業回終了時点で期末試験の得点をあわせて、総合的に評価する。各授業回の総合評価を70%、期末試験30%とし、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。							

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		卒業認定方針との関連	⑦
【目的とねらい】						
本人の生涯学習活動として、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、保健体育教師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12回 スポーツとハラスメント 【 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13回 月経とスポーツ 【 到達目標 】 (1)女性アスリートの三主徴について理解する 【授業時間外学習】 女性アスリートの三主徴について調べる(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14回 保健体育授業における妊娠・出産のリテラシー 【 到達目標 】 (1)性教育について理解する。 (2)妊娠・出産のリテラシーを理解する 【授業時間外学習】 日本における現在の出生率を調べる。(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15回 人見絹枝と女性スポーツ 【 到達目標 】 (1)本学卒業生人見絹枝の功績について理解することができる。 (2)女性スポーツの歴史について理解することができる。 【授業時間外学習】 人見絹枝について調べる。(4.0hr)		
第8回 スポーツ障害と傷害 【 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】 予防医学についてインターネットで調べる。(4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 授業中の私語、携帯電話使用、飲食を禁じる。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント、動画と補足資料である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間後の18:00まで掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出によって確認する。						
【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】 【対面授業の場合】 各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60％、まとめのレポート評価を40％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60％、まとめのレポート評価を40％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。						

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		卒業認定方針との関連	⑦
【目的とねらい】 スポーツ心理学の研究領域ですでに提出されている知見と最新の研究成果に関わる基礎的事項を学修することが目的である。取り上げるトピックは、健康の保持増進を目的にスポーツや運動に取り組む人々及びその指導者が、運動やスポーツを実践し、あるいは、その指導にあたる上で、その効果を心理学的な側面から高めるために有用な内容である。健康運動の実践及びその指導実践に活用できる基礎的知識の習得とその応用力を高め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 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（LGBTQを告白したスポーツ選手を調べる）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)		
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】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、学修としては不十分である。集中してメモを取り、運動やスポーツの実践あるいはその指導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ように努力する必要がある。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ことが重要である。特に復習課題は、次時の冒頭で要点を説明するので、授業後の復習は必ず取り組むことが求められる。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅な変更は行わない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補足資料である。配信は、学生支援課より指示された曜日の8:30に行う。配信先は、本学ポータルサイトのGoogle Drive上であり、掲載期間は1週間とする。出席は、各授業回の復習課題の提出と次回授業の予習課題の提出によって確認する。復習課題及び予習課題の提示および回答の確認は、Phollyを用いて行う。						
【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】 【対面授業の場合】期末テストの結果（100％：試験は別途試験期間中に実施）に基づいて評価する。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】各授業回の復習課題を毎回評価し（予習課題は確認のみ）、15回の授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに期末課題を実施し、15回復習課題の総合評価（50％）と期末課題（50％）を合わせて成績評価（100％）を算出する。合格基準は60％である。						

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		卒業認定方針との関連	⑧	
【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）について理解する。 (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・状況適合理論）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資質や行動特性を有しているのかについて整理する。(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)			
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)							
【学習上の留意点】 【対面形式の場合】 パワーポイントを使用し講義をおこなう。関連資料やVTR等の補助教材も活用し、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。受講生は専用のノートやミニッツペーパーをおこなうこと（講義ノートを作成すること）。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（予習・復習課題やレポート等）も課す。 【e－ラーニング形式の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信される資料は、各授業回の音声入り動画と関連資料である。各資料は大学の定めた授業時間割に基づいて配信する（受講するためのURL等を送付する）。受講生は専用のノートを準備し、講義動画を視聴しながら適宜、板書をおこなうこと（講義ノートを作成すること）。出席は、Google Formsに指定された内容を入力し、送信完了をもって出席と判断する。受講可能期間は原則、公開（配信）後、一週間である。毎回の授業後には、当該授業に関する意見交換の機会や教員に対する質問の機会等を確保する。さらに、時間外での主体的な学びを促すための課題（予習・復習課題やレポート等）も課す。							
【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】 【対面形式の場合】各授業回の予習課題と復習課題を課す。各授業回の理解度や予習・復習の状況を把握するための確認テストや課題レポート（講義内での小レポートやミニッツペーパーを含む）を実施する。さらに、全授業終了後に定期試験を実施する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。各授業に係る評価を40％、定期試験を60％とし、あわせて100％として総合評価する。 【e－ラーニング形式の場合】各授業回の予習課題と復習課題を課す。各授業回の理解度や予習・復習の状況を把握するための確認テスト（小レポート含む）をGoogle FormsまたはPhollyで実施し、毎回評価する。さらに、全授業終了後に定期試験を実施する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。各授業に係る評価を40％、定期試験を60％とし、あわせて100％として総合評価する。							

科 目 名		体操			担当者	木皿久美子・原川 愛	
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		卒業認定方針との関連	⑥	
【目的とねらい】 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気づき、体ほぐし 【 到達目標 】 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9回 手具体操（短縄とび）の効果について 【 到達目標 】 タイミングの良い運動と発展させた運動が実践できる。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(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 】 体の歪みをチェックし、日常生活で体を歪める原因となる姿勢や行動について考える。 【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10回 手具体操（短縄とび）の効果について 【 到達目標 】 短縄跳びの特性と効果について理解し、正しく実践できる。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(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 】 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11回 手具体操（フープ）の特性について 【 到達目標 】 フープの特性を活かした運動を実践できる。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)			
第4回 ストレッチ体操：音楽に合わせた柔軟体操 【 到達目標 】 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12回 手具体操（フープ）の発展と方法 【 到達目標 】 グループになり、フープを操作する面白さを体感する。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)			
第5回 手具体操（ボール）とトレーニング体操① 【 到達目標 】 ボールの特性を活かした運動を実践できる。 ボールの動きと巧みさの関係を理解する。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)				第13回 リズム体操：実技課題の実践① 【 到達目標 】 音楽のリズムと動きのリズムを調和させながら、フレーズの動きを実践できる。 様々なステップを実践することで、動きのリズムを習得する。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)			
第6回 手具体操（ボール）とトレーニング体操② 【 到達目標 】 ボールの特性を活かした運動を実践できる。 2人組やグループになり、他者に応じたボールコントロールを体験する。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)				第14回 リズム体操：実技課題の実践② 【 到達目標 】 これまで習得した動きの修正を行い、更にスムーズな一連の動きになるよう実践を重ねる。 一連の動きを自然な動きで実践できる。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)			
第7回 手具体操（長縄とび）の特性について 【 到達目標 】 長縄跳びの特性を考え、実践できる。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)				第15回 体操の課題発表 【 到達目標 】 これまで習得した良い動きを、のびのびとした動作で発表できる。 他者の動きを観察し、自己の参考にする。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)			
第8回 手具体操（長縄とび）の発展と方法 【 到達目標 】 長縄跳びの特性と効果について理解し、正しく実践できる。 【授業時間外学習】 体操の概要を調べ、時代と共に体操がどのように変わってきたのかを理解する。(1.0hr)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 毎時間授業内容に関する復習課題を提示し、学期末には実技テストを行い、理解度の確認を行う。課題の内容は、次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信する内容は、音声入りパワーポイント動画と学習内容となる技能や運動に関する動画である。配信は、授業が行われる日の朝9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間後の17:00まで掲載する。出席の確認は、課題の提出によって確認する。							
【教科書・参考書など】 教科書は特になし。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 実技試験70％、レポート30％ 【オンライン授業の場合】 各授業回の提出されたレポート40％、期末のレポート60％として評価する。							

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	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	／選択の区別			専門基礎・必修		
授業形態	実技	科目ナンバー	HBR109			卒業認定方針との関連	⑥
【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難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の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nds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・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nds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nds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nds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】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容や成績評価方法は原則的に変更しない。課題技の基礎技能に関する学習部分のみをオンラインで実施することになる。各自ができる範囲で指定された課題に取り組むことを望む。課された運動課題に関する感覚記述、提出をもって出席確認をする。課題技の達成度に関する確認は、原則的に対面授業で実施するので、補講措置を取る場合もある。							
【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・著（大修館書店）							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 課題技の達成度 100％ 【オンライン授業の場合】 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 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		卒業認定方針との関連	⑥	
【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）			
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）							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 各種目の技能を習得するため、ふさわしい服装とシューズを使用すること。また、目標記録到達を手助けする手段としてスパイクシューズの使用が望ましい。 適宜ルール等に関する小テストを実施し、授業内でフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式による陸上競技の知識に関する授業を30%、オンデマンド方式による実技課題の自習による授業を60%、リアルタイム方式の陸上競技についての講義・質疑応答を10%実施する。学習内容となる技能や運動に関する動画ならびに参考資料を配信する。資料は、各授業開始時刻から一週間閲覧できるように本学Google Drive上にアップする。出席確認は、各授業回のレポート提出によって行う。							
【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】 【対面授業の場合】 各種目の実技試験における達成記録による評価を70%、動きの習熟度による評価を30%として評価する。 【オンライン授業の場合】 各授業回の提出されたレポートならびに動画を毎回評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60%、まとめのレポートを40%とし、合計100%として評価する。							

科 目 名		水泳		担当者	山川 啓介・兵頭 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			卒業認定方針との関連⑥
【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。			第9回 パタフライの泳法実習 【 到達目標 】 パタフライの呼吸法を修得する。 パ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）			【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。クロールのパタ足を修得する。			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）			【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。			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）			【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。			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）			【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。			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）			【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。			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）			【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。			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）			【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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式による水泳技能に関する授業を、単元全体の30％実施する。資料として、音声入りパワーポイント動画と資料を配信する。次に、オンデマンド方式による実技課題の自習による授業を、時間全体の60％実施する。資料として、学習内容となる技能や運動に関する動画並びに参考資料を配信する。残りの10％は、リアルタイム方式の質疑応答を行う。動画は、各回の授業予定曜日9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間後まで掲載する。オンデマンド方式の授業回の出席確認は、各授業回の学習報告書（所定の様式）の提出（メール）、実技に関しては自習中の一部の様子を撮影した動画（15分程度）の提出によって行う。						
【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】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 各授業回の提出された動画並びに学習報告書を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60％、まとめのレポート評価を40％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。						

科 目 名		バスケットボール		担当者	柴田 雅貴・橋本 早予	
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		卒業認定方針との関連	⑥
【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)		
第8回 基礎的な個人技術 リバウンド 【 到達目標 】 (1)オフENSE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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 可能な範囲でオンデマンド方式の授業を実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せず、各自ができる範囲で指定された課題に自習し取り組むこととする。配信される資料は、学習内容となる技能や運動に関する資料や自習をサポートするための資料となる。資料配信の目安は、本来の各授業回が予定されている曜日に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、原則として次の授業まで掲載する。出席の確認は、各授業回の課題の提出によって確認する。ただし、評価のための技能レベルの確認が必要な場合は、オンデマンド方式となっても対面授業を要することがある。						
【教科書・参考書など】 参考書 「バスケットボール指導本改訂版 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】 【対面授業の場合】 平常授業での到達度を50％、スキルテストを50％として評価する。 【オンライン授業の場合】 各授業回の提出された課題（動画や学習報告書など）についての評価、さらに全授業回終了時点でまとめのレポートを合わせて到達度として評価する。スキルテストについては可能な範囲でオンラインで実施するが、対面形式を要することがある。各授業回の到達度を50％、スキルテストを50％として評価する。合格基準は60％である。						

科 目 名		バレーボール		担当者	湯澤 芳貴 ヨーコ・カリン・セッターレント	
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		卒業認定方針との関連	⑥
【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、フロッ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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せずに、各自ができる範囲で指定された課題に自習し取り組むこととする。配信される授業動画は学習内容となる技能や運動に関する動画並びに参考資料を配信する。授業は、各授業回の前日または当日に、本学ポータルサイトから連絡をする。各授業回の課題を提出することにより、授業の出席として取り扱うこととする。						
【教科書・参考書など】 教科書は特になし。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 各授業回で提出された課題20%、補講や対面授業等でおこなう基礎技能の実技テストを80%として評価する。いずれの場合も合格基準は60%である。						

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・必修	
授業形態	講義	科目ナンバー	HBR202		卒業認定方針との関連	④⑤⑥⑦⑨
【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、自立した社会生活の営みや、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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】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で共有する。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を原則とする。授業内容は、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補足資料等である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一週月曜日の9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間掲載する。出席は、各授業回の課題提出（GoogleフォームとPhollyの併用による）によって確認する。						
【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】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】各授業回の課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、全授業回終了時点で確認課題の実施をもって評価する。各授業回の総合評価50%、確認課題の達成度50%として評価する。合格基準は60％である。						

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		卒業認定方針との関連	⑦
【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）		
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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン形式の場合】 オンデマンド方式の授業とする。各授業回にて、パワーポイントファイルの動画を視聴し、課題に取り組むこと。配信される資料には、事前に目を通し、授業前にメールにて質問・意見を出すことが望ましい。配信は、各授業回の2日前に「Pholly」または「Google Drive」上にアップし、授業6日後までに提出すること。出席の確認は、各課題の提出によって行う。						
【教科書・参考書など】 配布資料、ビデオ視聴などによる。 「体力トレーニング論」高松薫・著（大修館書店）および「競技スポーツにおけるコーチング・トレーニングの将来展望」高松薫（代表）編著（筑波大学出版）を参考書として推奨する。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】各授業回の課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し、評価する。各授業回の総合評価を60％、まとめのレポート評価を40％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。						

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		卒業認定方針との関連	⑥
【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。 特徴を大き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)			
第8回 音楽とダンス 【 到達目標 】 動きをびったりあわせたり、わざと崩したり、無音で動いたり、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】 【対面授業の場合】 基礎になるステップや表現の難易度を段階的に上げていくため、復習により各自課題をクリアーして毎回の授業に臨む。 【オンライン授業の場合】 全回対面での実施を予定しているが、状況により難しい場合は、オンライン形式で、オンデマンドとライブ形式を組み合わせて授業を実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せず、各自ができる範囲で指定された課題に取り組む。資料として技能や知識に関する動画及び参考資料を配信する。オンデマンド形式の授業の出席確認は、ポータルやPhollyへの課題提出及び自習した動画の提出等によって行う。						
【教科書・参考書など】 特になし。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 各授業回の提出された授業報告書、動画を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、全授業終了時にまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を70%、レポート課題を30%とし、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			卒業認定方針との関連		⑥	
【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。学習の総括として、グループでステップを組み合わせ、対象者や目的に合わせたダンスエクササイズプログラムを作成し、指導を伴いながらの発表を実施する。									
【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20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示に加え、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、目的のプログラムを構築するか考え、実際に動いてコンビネーションを作成する。(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、上肢の動きや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7回 エアロビックダンス指導法① (キューイングの理解・対面指導) 【 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)				
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示に加え、動きの説明や注意も指導できる練習に努める。(1.0hr)									
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 基本的には対面授業で実技中心の授業を行うが、緊急事態宣言や学内でのコロナ感染者の発生等の状況によって、その期間のみオンデマンド形式の授業を行う。その期間の単元にふさわしい講義内容および動画を配信するため、指定した課題に取り組むこと。その課題の期限までのレポートの提出をもって授業出席とし、内容を評価する。									
【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」「フィットネスダンス指導教本」(公社)日本フィットネス協会 発行									
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 基本的には、一定期間、オンデマンド形式でのオンライン授業に変更となっても、評価の割合は同様とする予定。ただし、その期間の長短及び時期により、評価の割合を変更せざる得ない場合がある。(例：筆記試験を実施できずレポートに変更、または実技試験の代わりに動画提出による採点など) その変更に関しては、受講生に報告した上で、評価を行う。									

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・選択	
授業形態	講義	科目ナンバー	HBE101		卒業認定方針との関連	⑦
【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（キネステーズ）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。			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）			
【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）			【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。			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）			【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。			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】 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）			【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。			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】 配布プリントの熟読と上映された映像との関係を比較検討。（4.0hr）			【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理解する。			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）			【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。			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】 配布プリントの熟読と上映された映像との関係を比較検討。（4.0hr）			【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7回 技術練習の方法 【 到達目標 】 技術の獲得と戦術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。			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】 配布プリントの熟読と上映された映像との関係を比較検討。（4.0hr）			【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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】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る、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。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅な変更はない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補助資料である。配信は、対面授業スケジュールに従い、同一曜日の0:00頃に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間程度掲載する。出席は、各授業回におけるキーワードの記載と課題の提出によって確認する。						
【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】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】各授業回の提出された課題の評価、全授業回数終了時点での試験の実施、から評価を行う。それぞれの評価配分は授業課題30％・テスト70％である。合格基準は60％以上である。						

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		卒業認定方針との関連	⑥	
【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の変遷を理解する。 (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)			
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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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る。パワーポイントと補足資料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。必要に応じて映像資料も提示し、具体的事例を確認しながら理解を深めていく。ほぼ毎時間、講義内容に関する小レポートにより、理解度を確認する。その結果は、次の授業時に解説によるフィードバックを行い、適宜ディスカッションにつなげていく。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。音声入りパワーポイントの動画と補足資料をGoogle Drive上にアップし、時間割通りの曜日・時刻前にポータル配信する。講義内容に関する小レポート課題も同時に配信し、1週間後までに提出した場合に出席とする。その結果は、次の授業時に解説によるフィードバックを行い、適宜提出された回答一覧をGoogle Drive上にアップして、相互の意見交換につなげていく。							
【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】 【対面授業の場合】 各回の授業時での小レポート課題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。 【オンライン授業の場合】 各回の小レポート課題により評価を行う。							

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		卒業認定方針との関連	⑦	
【目的とねらい】 この授業は、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、および実践を通じてコミュニケーションを促進することを目的とし、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9回 クップ 【 到達目標 】 (1)カップの実践を通してルールを理解する。 【授業時間外学習】 カップの歴史とルールについて調べる。(1.0hr)				
第2回 フライングディスク① ドッチビー 【 到達目標 】 (1)ドッチビーのゲームを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 なぜドッチビーが考案されたかについて調べる。(1.0hr)			第10回 モルック 【 到達目標 】 (1)モルックの実践を通してルールを理解する。 【授業時間外学習】 モルックの歴史とルールについて調べる。(1.0hr)				
第3回 フライングディスク② アルティメット 【 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11回 レクリエーション企画① プログラム作成 【 到達目標 】 (1)30分間のレクリエーションプログラムを企画する。 (2)安全でみんなが楽しめるプログラムを作成する。 【授業時間外学習】 既存のレクリエーションプログラムについて調べる。(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)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】 アルティメットのルールについて調べる。(1.0hr)			第12回 レクリエーション企画② グループ発表 【 到達目標 】 (1)企画者は30分のレクリエーションプログラムを進行する。 (2)参加者はプログラムを体験し、フィードバックを行う。 【授業時間外学習】 グループ発表の準備を行う。(1.0hr)				
第5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13回 レクリエーション企画③ グループ発表 【 到達目標 】 (1)企画者は30分のレクリエーションプログラムを進行する。 (2)参加者はプログラムを体験し、フィードバックを行う。 【授業時間外学習】 グループ発表の準備を行う。(1.0hr)				
第6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14回 レクリエーション企画④ グループ発表 【 到達目標 】 (1)企画者は30分のレクリエーションプログラムを進行する。 (2)参加者はプログラムを体験し、フィードバックを行う。 【授業時間外学習】 グループ発表の準備を行う。(1.0hr)				
第7回 フロアホッケー 【 到達目標 】 (1)フロアホッケーのゲームを実践し、理解する。 【授業時間外学習】 フロアホッケーの歴史について調べる。(1.0hr)			第15回 レクリエーション企画④ グループ発表 【 到達目標 】 (1)企画者は30分のレクリエーションプログラムを進行する。 (2)参加者はプログラムを体験し、フィードバックを行う。 【授業時間外学習】 グループ発表の準備を行う。(1.0hr)				
第8回 ボッチャ 【 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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 実技授業のため運動ができる服装で参加すること。また、アクセサリ類は安全のため授業中は身につけないこと。授業内容によっては屋外で実施する(事前にアナウンスあり)。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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せず行うこととする。配信は、授業実施時刻までに本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし掲載する。出席の確認は、各授業回の課題の提出によって行う。							
【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】 【対面授業の場合】各授業回の総合評価(小レポートを含む)50%、レクリエーション企画の評価30%、期末レポート20%。 【オンライン授業の場合】各授業回の提出された課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。各授業回の総合評価を50%、レクリエーション企画の評価30%、期末レポート評価20%とする。							

科 目 名		スキー		担当者	中 丸 信 吾	
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	
授業形態	実習	科目ナンバー	HBE107		卒業認定方針との関連	⑥
【目的とねらい】 この授業の目的は、スキーの基本技術や理論、ルールやマナーを実践を通して学習し、ゲレンデで楽しく安全にスキーをする技術を習得することである。また、本実習を通して、生涯スポーツとして自然の中でスキーを楽しむ素養を身に着けることをねらいとしている。併せて、本実習は宿泊集中授業で行うため、集団生活での配慮行動についても学習することとする。						
【授業内容・到達目標など】						
第1回 スキー用具の取扱いと着脱方法、歩行、推進滑走、方向変換 【 到達目標 】 (1) スキー用具の取扱いと着脱方法を理解する。 (2) 歩行と推進滑走を理解する。 (3) 方向変換を理解する。				第9回 シュテム動作② 【 到達目標 】 (1) シュテム動作(切り替えの後に外スキーをハの字に開いて雪面をとらえること)を理解する。 (2) シュテム動作からターンの後半で内スキーを外スキーに揃える（シュテムターン）。 (3) 徐々に外スキーのとらえを強くして、ターン前半から内スキーを外スキーに揃える。 (4) スtockワークを習得する。		
第2回 登行、直滑降、制動と停止、ブルークファーレン 【 到達目標 】 (1) 登行の方法を理解する。 (2) 直滑降の姿勢（スタンスとポジション）を理解する。 (3) ブルーク（スキーを進行方向に対して「ハ」の字にする）での制動と停止を理解する。 (4) ブルークで滑走（ブルークファーレン）を理解する。				第10回 基礎パラレルターン 小回り① 【 到達目標 】 (1) 横滑りの展開をベースに横ずれを利用した小回り（小さな弧でのターン）を行う。 (2) 滑走ブルークをベースに外スキーのとらえを強めて小回りを行う。 (3) 徐々に実践的な滑り（斜度への対応とスピードコントロール）を目指す。 (4) スtockワークを習得する。		
第3回 ブルークボーゲン 【 到達目標 】 (1) ブルークファーレンから片方の外スキーを強めてターンを開始する。 (2) ブルーク姿勢で十分な制動をかけて連続ターン（制動のブルークボーゲン）を行う。 (3) 徐々に制動を緩めたブルークボーゲンを行う。				第11回 基礎パラレルターン 小回り② 【 到達目標 】 (1) 横滑りの展開をベースに横ずれを利用した小回り（小さな弧でのターン）を行う。 (2) 滑走ブルークをベースに外スキーのとらえを強めて小回りを行う。 (3) 徐々に実践的な滑り（斜度への対応とスピードコントロール）を目指す。 (4) スtockワークを習得する。		
第4回 滑走ブルーク① 【 到達目標 】 (1) 片方の外スキーのとらえを強めると滑走性が高まることを理解する。 (2) 徐々にターンの切り替え（ターンとターンのつなぎ目）で両スキーをパラレル（平行）に揃えていく。 (3) 外スキーのとらえが強まると次第にパラレルスタンスに近づいていくことを理解する。				第12回 基礎パラレルターン 大回り① 【 到達目標 】 (1) 滑走ブルークをベースに外スキーのとらえを強めて大回り(大きな弧でのターン)を行う。 (2) シュテムターンをベースに外スキーのとらえと内傾を強めて大回りを行う。 (3) 徐々に実践的な滑り（斜度への対応とスピードコントロール）を目指す。 (4) スtockワークを習得する。		
第5回 滑走ブルーク② 【 到達目標 】 (1) 片方の外スキーのとらえを強めると滑走性が高まることを理解する。 (2) 徐々にターンの切り替え（ターンとターンのつなぎ目）で両スキーをパラレル（平行）に揃えていく。 (3) 外スキーのとらえが強まると次第にパラレルスタンスに近づいていくことを理解する。				第13回 基礎パラレルターン 大回り② 【 到達目標 】 (1) 滑走ブルークをベースに外スキーのとらえを強めて大回り(大きな弧でのターン)を行う。 (2) シュテムターンをベースに外スキーのとらえと内傾を強めて大回りを行う。 (3) 徐々に実践的な滑り（斜度への対応とスピードコントロール）を目指す。 (4) スtockワークを習得する。		
第6回 横滑りの展開① 【 到達目標 】 (1) 斜滑降（斜面を斜め方向に滑降すること：スキーと体の向きは同じ）を理解する。 (2) 斜滑降の姿勢から体の向きに対してスキーを斜面の高い方に回旋して、横ズレを伴いながら滑る（横滑り）。 (3) 直滑降から横滑り（斜滑降からの横滑りより、体の向きに対してスキーの回旋をさらに強めて滑る）を行う。				第14回 総合滑降① 【 到達目標 】 (1) 身に着けた技術を駆使して、緩斜面から急斜面などを自由に滑る。 (2) ささまざまな雪質での滑り方の違いを理解する。 (3) 不整地（コブ斜面）にも挑戦する。		
第7回 横滑りの展開② 【 到達目標 】 (1) 斜滑降（斜面を斜め方向に滑降すること：スキーと体の向きは同じ）を理解する。 (2) 斜滑降の姿勢から体の向きに対してスキーを斜面の高い方に回旋して、横ズレを伴いながら滑る（横滑り）。 (3) 直滑降から横滑り（斜滑降からの横滑りより、体の向きに対してスキーの回旋をさらに強めて滑る）を行う。				第15回 総合滑降② 【 到達目標 】 (1) 身に着けた技術を駆使して、緩斜面から急斜面などを自由に滑る。 (2) ささまざまな雪質での滑り方の違いを理解する。 (3) 不整地（コブ斜面）にも挑戦する。		
第8回 シュテム動作① 【 到達目標 】 (1) シュテム動作(切り替えの後に外スキーをハの字に開いて雪面をとらえること)を理解する。 (2) シュテム動作からターンの後半で内スキーを外スキーに揃える（シュテムターン）。 (3) 徐々に外スキーのとらえを強くして、ターン前半から内スキーを外スキーに揃える。 (4) スtockワークを習得する。						
【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】 【対面授業の場合】事前・事後指導に参加し、2月に行うスキー実習（参加費¥85,000程度）に参加すること。学外で実施するため、服装、言葉使いなど、日本女子体育大学の学生として相応しい言動を行うこと。宿泊を伴うため、集団生活のあり方を十分理解し、他人に配慮した行動をとること。実習はグループ毎に活動するので、協力しながら積極的に取り組むこと。用具の取り扱いや管理は丁寧にすること。 【オンライン授業の場合】本実習では、必要に応じて一部の授業をオンライン形式（オンデマンド）で実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せず、各自ができる範囲で指定された課題に自習し取り組むこととする。配信される資料は、学習内容となる技能や運動に関する動画と自習をサポートするための資料である。配信は、本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし掲載する。出席の確認は、小レポートの提出によって行う。						
【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。 参考書：「日本スキー教程」（公財）全日本スキー連盟、2014年						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 レポート20％、スキー技術の理解度と習熟度70％、集団生活の適応度10％。 【オンライン授業の場合】 オンライン形式（オンデマンド）にて実施した授業は、各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、「スキー技術の理解度」の評価に含めることとする。						

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	
授業形態	実習	科目ナンバー	HBE108		卒業認定方針との関連	⑥
【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。			
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。						
【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】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 学内での授業について、必要に応じてオンデマンド方式の授業を実施する。配信される資料は、各授業回の音声入り動画とPDF資料である。配信は本学ポータルサイトのGoogle Drive上にて行い、出席は各授業回の小課題の提出によって確認する。						
【教科書・参考書など】 教科書： 教科書は使用しない。 参考書： 「改訂 アイススケーティングの基礎」 大学スケート研究会編（アイオーエム）						
【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	
授業形態	講義	科目ナンバー	HBE209		卒業認定方針との関連	⑦
【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要である。						
【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の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10回 上肢および肩甲骨の運動 【 到達目標 】 (1) 上肢の関節（肩、肘、手関節）および肩甲骨における動きを、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の分析の活用事例を把握する。(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のデータが収集されているかを把握する。(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のデータの活用例を把握する。(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の原則） 【 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の原則について、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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。小課題の結果は、次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信される資料は、各授業回の音声入り動画とPDF資料である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の朝9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上に公開する。出席は、各授業回の小課題の提出によって確認する。						
【教科書・参考書など】 教科書： 教科書は特に指定しない。適宜、参考資料を配付する。 参考書： 「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・ヴィルヘルド・著、金子公有・松本迪子・訳（大修館書店）						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 小課題を60％、期末試験を40％の割合として評価する（試験は試験期間中に別途実施する）。 【オンライン授業の場合】 小課題を60％、期末レポートを40％の割合として評価する。						

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		卒業認定方針との関連	⑤⑦
【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わか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」と健康との関係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、一日の食事を見直す。(4.0hr)			第9回 からだづくりに関係する栄養素①ビタミンB群とビタミンC 【 到達目標 】 (1)エネルギー代謝におけるビタミンB群の関わりを説明できる。 (2)ビタミンB群、ビタミンCの摂取について理解できる。 【授業時間外学習】 ビタミンB群、ビタミンCが多く含まれる食事を考え実践する。(4.0hr)			
第2回 栄養バランスの評価① 【 到達目標 】 (1)何を、どのくらい食べるのか、客観的に評価する3つの方法を理解する。 (2)3つの評価方法の関係性を理解し、生活に生かすことができる。 (3)健康をアウトカムとしたときのアウトプットについてディスカッションできる。 【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10回 からだづくりに関係する栄養素②ミネラル 【 到達目標 】 (1)ミネラルの種類、体内での働きを理解する。 (2)スポーツ選手の貧血について説明できる。 【授業時間外学習】 教科書を見ながらミネラルの量を意識した献立を考える。(4.0hr)			
第3回 エネルギー摂取と体重変動 【 到達目標 】 (1)身体活動とエネルギーの関係について理解できる。 (2)体重変動を説明できる。 (3)推定エネルギー必要量を説明できる。 【授業時間外学習】 自分自身のエネルギー摂取量とエネルギー消費量に気をつけて生活する。(4.0hr)			第11回 エネルギー消費量①女性アスリートの三主徴 【 到達目標 】 (1)女性アスリートの三主徴を説明できる。 (2)エネルギー摂取量と消費量の関係を体重、体脂肪率と関連させて理解できる。 (3)健康的なエネルギーの摂取についてディスカッションできる。 【授業時間外学習】 教科書を見ながら自分の消費量に見合った献立を考える。(4.0hr)			
第4回 ウェイトコントロールと炭水化物①食べる量と質の目安 【 到達目標 】 (1)食事を質で評価することができる。 (2)炭水化物について説明することができる。 (3)炭水化物エネルギー比について理解できる。 【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12回 エネルギー消費量②エネルギー消費量の推定方法 【 到達目標 】 (1)エネルギー消費量の推定方法を説明できる。 (2)エネルギー消費量の強度と時間の関係を理解する。 (3)期分けや年代により、エネルギー消費量は変化することを理解する。 【授業時間外学習】 自分自身のエネルギー消費量を推定する。(4.0hr)			
第5回 ウェイトコントロールと炭水化物②炭水化物の代謝と食品 【 到達目標 】 (1)運動時の炭水化物代謝について説明できる。 (2)根拠を持って、炭水化物を摂取する、しないという選択ができる。 【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13回 水分補給・サプリメント 【 到達目標 】 (1)水の出納を説明できる。 (2)サプリメント、エルゴジェニックエイド、いわゆる健康食品を説明できる。 (3)健康食品についてディスカッションできる。 【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)			
第6回 ウェイトコントロールと炭水化物③炭水化物の食べ方 【 到達目標 】 (1)炭水化物を効率良く摂取するために、食べるタイミング・種類を理解できる。 (2)炭水化物と同時に摂取する栄養素について考えることができる。 【授業時間外学習】 炭水化物を多く含む食品、調理方法を理解して、料理や食品を選ぶ。(4.0hr)			第14回 時間栄養学①脂質と運動 【 到達目標 】 (1)脂質代謝を説明できる。 (2)食事での脂質の摂取を考えることができる。 【授業時間外学習】 脂肪酸の種類を理解して、料理や食品を選ぶ。(4.0hr)			
第7回 ウェイトコントロールとたんぱく質①たんぱく質の代謝と食品 【 到達目標 】 (1)たんぱく質代謝を理解できる。 (2)運動時のたんぱく質代謝について、糖質と関連させて説明できる。 【授業時間外学習】 教科書や資料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15回 時間栄養学②運動や食事のタイミングとエネルギー代謝 【 到達目標 】 (1)一晚絶食でのエネルギー代謝を説明できる。 (2)自分に適した食事と運動のタイミングを考えることができる。 【授業時間外学習】 運動と食事のタイミングを考え実践する。(4.0hr)			
第8回 ウェイトコントロールとたんぱく質②たんぱく質の食べ方 【 到達目標 】 (1)たんぱく質の主な供給源となっている食品を説明できる。 (2)運動後に適した食事の献立を考えることができる。 【授業時間外学習】 運動後の食事を考え実践する。(4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。教科書で単語や数値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、自分自身の食生活や運動経験を振り返りながら、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測定、計算等を取り入れるため、自分だけでなく、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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。パワーポイントを利用した動画は、本来の授業が予定されている日時の9時に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップする。受講生は、教科書で単語や数値を確認しながら動画を視聴するとともに、同時に配信される作業資料を用いて、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。授業動画の視聴後はPhollyのアンケート機能を用いて、授業内容の振り返りを行う。出席はPhollyの課題の提出で確認し、回答内容から、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】 【対面授業の場合】試験を試験期間中に別途実施する。期末テストでの評価は60%、レポート（1題）の評価を20%、ディスカッションの評価を20%として、併せて100%で評価する。合格基準は60%である。 【オンライン授業の場合】試験が可能な場合は、試験期間中に実施する。期末テストでの評価は60%、レポート（1題）の評価を20%、ディスカッションの評価を20%の100%で評価する。試験が実施できない場合は、各授業回の課題（60%）とレポート（2題）（40%）で併せて100%で評価する。合格基準は60%である。						

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	
授業形態	講義	科目ナンバー	HBE201		卒業認定方針との関連	⑦
【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 (1) 【 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。			第9回 社会性の発達 (1) 【 到達目標 】 (1) 社会性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)			【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 発達とは (2) 【 到達目標 】 (1) 発達を理解する方法について知る。			第10回 社会性の発達 (2) 【 到達目標 】 (1) 社会性の広がりについて理解する。			
【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)			【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 子どもを理解する方法 (1) 【 到達目標 】 (1) 子どもを理解する観察・記録・検査の方法を理解する。			第11回 青年期の自己の発達と社会化 【 到達目標 】 (1) 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)			【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 子どもを理解する方法 (2) 【 到達目標 】 (1) 子どもを理解する観察・記録・検査の方法の長所と短所を理解する。			第12回 中年期の発達 【 到達目標 】 (1) 中年期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)			【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 運動発達 【 到達目標 】 (1) 身体と運動の発達について理解する。			第13回 老年期の発達 【 到達目標 】 (1) 老年期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)			【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 認知発達 【 到達目標 】 (1) 認知発達段階について理解する。			第14回 インクルーシブ教育の考え方と新しい障害観 【 到達目標 】 (1) インクルーシブ教育の考え方を理解する。			
【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)			【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 言語発達 【 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。			第16回 集団の捉え方 【 到達目標 】 (1) 集団心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)			【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 感情の発達 【 到達目標 】 (1) 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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 講義ではパワーポイントを使用する。適宜資料を配布する。授業のターゲットとなる年齢や事象をイメージするために、映像教材を活用する。事例をもとに討議しながら、対象者や問題への理解を深める。質問は適宜受けつけ、次回の授業冒頭に全員で共有する。授業後、各回の講義で扱った内容の復習を受講者の義務とする。受講者は、毎授業後、課題を提出をすること。 【オンライン授業の場合】 オンライン授業になった場合は、オンデマンド方式で授業を行う。出席は、毎授業後の課題提出によって確認する(Pholly)。課題の提出とともに、授業内容についての質問や感想を積極的に行うことを推奨する(質問への解答は当該学生にフィードバックしたり、全員で共有したほうがよい質問や感想は次週授業内容に反映させます)。動画は、授業日9時に本学ポータルサイトにアップし、一週間掲載する。						
【教科書・参考書など】 参考書 「エピソードでつかむ生涯発達心理学」岡本裕子・深瀬裕子(編) ミネルヴァ書房 「あなたとわたしの心理学」羽野ゆつ子・竹原卓真(編) ナカニシヤ出版						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎授業後の課題提出 60%、最終レポート 40% 【オンライン授業の場合授業の場合】 毎授業後の課題提出 60%、最終レポート 40%						

科 目 名		女性のライフステージと運動			担当者	沢井 史穂・井筒 紫乃 須永美歌子	
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・選択		
授業形態	講義	科目ナンバー	HBE202		卒業認定方針との関連	④⑦	
【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 （担当：沢井） 【 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）（担当：須永） 【 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2回 女性のスポーツ参加の変遷 （担当：沢井） 【 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10回 女性の性機能と運動の関わり（月経と運動）（担当：須永） 【 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3回 女性のスポーツ参加の現状 （担当：沢井） 【 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11回 女性の性機能と運動の関わり（妊娠・出産と運動）（担当：須永） 【 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4回 一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（乳幼児期）（担当：井筒） 【 到達目標 】 (1)乳幼児期の身体特性と運動発達との関わりについて理解する。 (2)現代の生活環境において幼児の運動経験が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12回 女性の性機能と運動の関わり（月経周期と運動パフォーマンス）（担当：須永） 【 到達目標 】 (1)月経周期と運動パフォーマンスとの関係について理解する。 【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）（担当：井筒） 【 到達目標 】 (1)発育発達期における女子の身体特性と運動発達の特徴について理解する。 【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13回 女性アスリートの健康問題（担当：須永） 【 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6回 一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（思春期）（担当：井筒） 【 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。 (2)思春期の女性が抱える心の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】 若い女性の身体特性や運動に関する情報や資料を集めて読む。(4.0hr)				第14回 女性の性機能と運動の関わり（更年期障害と運動）（担当：沢井） 【 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7回 一生を通じての身体の構造と機能の変化と運動（壮年期）（担当：井筒） 【 到達目標 】 (1)壮年期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、生活習慣病、うつ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】 壮年期の健康と運動に関連する資料を探して読む。(4.0hr)				第15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）（担当：沢井） 【 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8回 体格・身体組成・体力・運動能力における性差（担当：井筒） 【 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)							
【学習上の留意点】 本授業は3名の教員が5回ずつ講義を担当するオムニバス形式であり、オンデマンド方式で実施する。配信される教材は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と資料（保存・印刷可）である。予め資料を印刷して準備をしてから動画を視聴してほしい。配信は、毎週同一曜日の9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、一週間（7日目の24：00まで）掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出によって確認する。オンデマンド方式であるが、受け身ではなく積極的に学習する姿勢を持つこと。							
【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】 各授業回の復習課題と全授業回終了時点での期末試験の得点をあわせて、総合的に評価する。各授業回の総合評価を70％、期末試験30％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。							

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	卒業認定方針との関連	⑧	
【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16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)			
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)							
【学習上の留意点】 【対面形式の場合】 パワーポイントを使用して講義をおこなう。関連資料やVTR等の補助教材も活用し、具体的事例も踏まえ我が国のスポーツ産業やビジネスに関する理解を深めていく。受講生は専用のノートを準備し、適宜板書をおこなうこと（講義ノートを作成すること）。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（予習・復習課題やレポート等）も課す。 【e－ラーニング形式の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信される資料は、各授業回の音声入り動画と関連資料である。各資料は大学の定めた授業時間割に基づいて配信する（受講するためのURL等を送付する）。受講生は専用のノートを準備し、講義動画を視聴しながら適宜、板書をおこなうこと（講義ノートを作成すること）。出席は、Google Formsに指定された内容を入力し、送信完了をもって出席と判断する。受講可能期間は原則、公開（配信）後、一週間である。毎回の授業後には、当該授業に関する意見交換の機会や教員に対する質問の機会等を確保する。さらに、時間外での主体的な学びを促すための課題（予習・復習課題やレポート等）も課す。							
【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】 【対面形式の場合】各授業回の予習課題と復習課題を課す。各授業回の理解度や予習・復習の状況を把握するための確認テストや課題レポート（講義内での小レポートやミニッツペーパーを含む）を実施する。さらに、全授業終了後に定期試験を実施する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。各授業に係る評価を40%、定期試験を60%とし、あわせて100%として総合評価する。 【e－ラーニング形式の場合】各授業回の予習課題と復習課題を課す。各授業回の理解度や予習・復習の状況を把握するための確認テスト（小レポート含む）をGoogle FormsまたはPhollyで実施し、毎回評価する。さらに、全授業終了後に定期試験を実施する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。各授業に係る評価を40%、定期試験を60%とし、あわせて100%として総合評価する。							

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		卒業認定方針との関連	⑧	
【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ることによって法的思考力も養う。							
【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9回 判例を読む 【 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。 公立中学校の正課体育の時間に発生した事故における法的責任 【授業時間外学習】 授業前に判例を熟読する。(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10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3回 刑事責任について 【 到達目標 】 (1) 刑事責任が成立するための要件について理解する。 【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11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4回 民事責任概説 【 到達目標 】 (1) 民事責任について理解する。 【授業時間外学習】 不法行為と債務不履行との違いを調べる。(4.0hr)				第12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5回 不法行為の要件 【 到達目標 】 (1) 不法行為について理解する。 (2) 不法行為責任が成立するための要件について理解する。 【授業時間外学習】 (2) スポーツにおいて不法行為責任の成立が認められた事例について調べる。(4.0hr)				第13回 スポーツとドーピング① 【 到達目標 】 (1) ドーピング、反ドーピング活動の歴史について理解する。 (2) 反ドーピング活動を担う機関の存在と、その機関によって定められた反ドーピングのルールについて理解する。 【授業時間外学習】 世界アンチドーピング機構（WADA）の具体的な活動内容を調べる。(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) 損害賠償の具体的な内容について理解する。 【授業時間外学習】 不法行為責任を負った事例での、具体的な損害賠償の金額を調べる。(4.0hr)				第14回 スポーツとドーピング② 【 到達目標 】 (1) ドーピング違反者に対する処分の決定までの手続きを理解する。 (2) 処分に不服がある場合の手続き（仲裁）について理解する。 (3) 日本における反ドーピング活動や関連法律について理解する。 【授業時間外学習】 ドーピング違反による処分をめぐる仲裁について実際の事例を調べる(4.0hr)			
第7回 損害賠償責任を負うのは誰か 【 到達目標 】 (1) 特殊不法行為や国・地方公共団体等の責任について理解する。 (2) スポーツにおいて不法行為責任が問われた判例を読み、注意義務について理解する。 【授業時間外学習】 授業前に判例を熟読する。(4.0hr)				第15回 スポーツ現場における事故と損害賠償 【 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。 (2) スポーツ事故における損害賠償責任のあり方について総合的に理解する。 【授業時間外学習】 スポーツ事故で損害賠償責任が認められた事例について考察する。(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) 土地の工作物責任について、具体的な事例を通して理解する。 【授業時間外学習】 授業前に判例を熟読する。(4.0hr)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 授業ではパワーポイントを用いて要点を指摘し、口頭で詳細を説明する。受講者には適宜、穴埋め式のプリントと補足資料を配布する。受講者には、ただプリントの穴埋めをするだけでなく、講義をよく聴き、自分で重要だと思う点などを積極的にメモすることが求められる。授業中は、特定のテーマについてディスカッションやグループ学習を導入する。なお、配布したプリントや補足資料を予習・復習として熟読し、内容を十分に理解することに加え、講義中に興味を持った事柄について、自らすずんで調べ、理解を深めることが肝要である。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業回数が減った場合でも、授業内容に大幅な変更はない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画、穴埋め式のプリント・補足資料、各回の復習課題である。資料の配信などに関する説明は、オンデマンド方式の授業が開始される前にポータルで行う。また、授業ごとの復習課題の提出によって授業への参加度を確認し、復習課題は成績評価の対象とする。							
【教科書・参考書など】 開講時に指示する。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。 【オンライン授業の場合】 各授業回の復習課題と学期末における最終課題などを総合的に評価する。							

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		卒業認定方針との関連	⑥⑨
【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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回の音声入り動画と補足資料である。資料は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の8:30に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間後の12:00まで掲載する。出席は、各授業回の課題の提出によって確認する。						
【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、道和本）を講義の参考書として利用すること。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】 講義毎に課す小レポート(50%)及び期末課題の結果(50%)で評価する。合格基準は60％である。						

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	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	／選択の区別			専門基礎・選択		
授業形態	講義	科目ナンバー	HBE206			卒業認定方針との関連	⑥
【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。				第9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】 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)				【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。				第10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】 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)				【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。				第11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】 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)				【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4回 過去の体験の振り返り 【 到達目標 】 (1)体験学習法の観点から、過去の体験エピソードを振り返る。 (2)過去の体験エピソードからどのような学びを得たかを整理する。				第12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】 体験学習法の観点から、過去の体験を振り返る。(4.0hr)				【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5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。				第13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】 冒険教育・環境教育について調べる。(4.0hr)				【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6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。				第14回 野外教育のプログラム 【 到達目標 】 (1)自然体験や自然学習、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】 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)				【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7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。				第15回 まとめ 【 到達目標 】 (1)授業内容を振り返り、野外教育の理論について理解を深める。 (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】 ジョハリの4つの意について調べる。(4.0hr)				【授業時間外学習】 提示された課題に取り組む。(4.0hr)			
第8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)							
【学習上の留意点】 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。 【対面授業の場合】授業は、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。学習内容の理解を深めるために、必要に応じて個人ワークなどのアクティブラーニングを含めて展開する。また、講義内容に関する小レポートを行い、授業内で解説によるフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回の動画と補足資料である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、授業前までに本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出と次回授業の予習課題の提出によって確認する。							
【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】 【対面授業の場合】各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、授業期間中に2回のレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価40％、レポート課題(2回分)評価を60％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】オンライン授業の場合は、毎回の授業動画に関する小レポートを各授業回の総合評価40％として評価し、レポートについては、メールまたはポータルサイトでのデータ提出をもってレポート課題(2回分)評価60％として評価する。							

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		卒業認定方針との関連	⑥
【目的とねらい】 陸上競技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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 各種目の技能を習得するため、ふさわしい服装とシューズを使用すること。また、目標記録到達を手助けする手段としてスパイクシューズの使用が望ましい。適宜ルール等に関する小テストを実施し、授業内でフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式による陸上競技の知識に関する授業を30%、実技課題の自習による授業を60%、リアルタイム方式の陸上競技についての講義・質疑応答を10%実施する。学習内容となる技能や運動に関する動画ならびに参考資料を配信する。資料は、各授業開始時刻から一週間閲覧できるように本学Google Drive上にアップする。出席確認は、各授業回のレポート提出によって行う。						
【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】 【対面授業の場合】各種目の実技試験における達成記録による評価を70%、動きの習熟度による評価を30%として評価する。 【オンライン授業の場合】各授業回の提出されたレポートならびに動画を毎回評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60%、まとめのレポートを40%とし、合計100%として評価する。						

科 目 名		野外活動			担当者	中 丸 信 吾	
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		
授業形態	実習	科目ナンバー	HBE207		卒業認定方針との関連	⑥	
【目的とねらい】 この授業の目的は、自然を活用したキャンプを行い、キャンプに必要な野外生活技術、環境を配慮した活動、登山等の活動、クラフト、キャンプファイヤー等を体験し学ぶことである。また、キャンプを通して自分自身や対人関係の理解、環境への配慮、リスクマネジメントの観点について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9回 登山準備 【 到達目標 】 (1)登山の意義やルートを理解する。 (2)登山ルート上の危険箇所について確認する。 (2)登山計画書を準備する。			
第2回 グループ編成と係分担 【 到達目標 】 (1)グループ活動の意義を理解し、編成する。 (2)各係の内容を理解し、グループ内で分担する。				第10回 登山① 【 到達目標 】 (1)登山計画書を提出する。 (2)登山係を中心にグループで協力して登山を行う。 (3)事前に確認した危険箇所などに注意し安全に行う。			
第3回 テント・タープの設営方法 【 到達目標 】 (1)設営場所の選び方を理解する。 (2)設営作業手順を理解し実践する。				第11回 登山② 【 到達目標 】 (1)登山係を中心にグループで協力して登山を行う。 (2)天気の状態などを踏まえ、途中で昼食や休憩をとり、安全に下山する。			
第4回 野外炊事① 【 到達目標 】 (1)かまどの安全な使用方法について理解する。 (2)薪割りの手順を実践し理解する。 (3)かまどでの火のつけ方と育て方を実践し理解する。 (4)ガスバーナーの安全な使用方法について実践し理解する。				第12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5回 野外炊事② 【 到達目標 】 (1)薪やガスバーナーなどの熟源を利用し、調理する。 (2)グループ内で役割を分担し、料理を完成させる。 (3)衛生管理に注意して調理を行う。				第13回 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)各自で作品を制作する。			
第6回 テント泊 【 到達目標 】 (1)設営したテントで宿泊する。 (2)テントの快適な使用方法について実践し理解する。				第14回 撤収 【 到達目標 】 (1)使用した装備を全て洗浄し収納する。 (2)使用した施設の清掃を行う。			
第7回 チームビルディング① 【 到達目標 】 (1)実践を通してグループで活動する意義を理解する。 (2)自然を活用した課題解決型ゲームについて理解する。				第15回 まとめ 【 到達目標 】 (1)キャンプで体験したことをまとめる。 (2)キャンプを通して感じたことや考えたことを整理する。			
第8回 チームビルディング② 【 到達目標 】 (1)実践を通してグループで活動する意義を理解する。 (2)自然を活用した課題解決型ゲームについて理解する。							
【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】 野外教育の理解を深めるため、「野外教育論」を履修することが望ましい。 【対面授業の場合】事前・事後指導に参加し、8月末または9月上旬に行うキャンプ実習（¥30,000程度）に参加すること。学外で実施するため、服装、言葉使いなど、日本女子体育大学の学生として相応しい言動を行うこと。キャンプ中はグループで活動する場面が多いため、各種活動ではグループへ貢献するとともに、各係の役割でリーダーシップを取ることを心がける。装備の取り扱いや管理は丁寧に行うこと。 【オンライン授業の場合】本実習では、必要に応じて一部の授業をオンライン形式（オンデマンド）で実施する場合がある。各授業回のテーマは原則的には変更せず行うこととする。配信は、本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし掲載する。出席の確認は、小レポートの提出によって行う。							
【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。 参考書：「キャンプ指導者入門」（公社）日本キャンプ協会、2016年							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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％。 【オンライン授業の場合】 オンライン形式（オンデマンド）にて実施した授業は、各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、「野外教育の理解」の評価に含めることとする。							

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		
授業形態	講義	科目ナンバー	HBE302		卒業認定方針との関連	⑦⑨	
【目的とねらい】 学校保健安全法及び学校における保健・安全の必要性と現代的課題について理解し、地域における学校及び教職員の役割を教育の観点からとらえる資質・能力を修得することを目指す。							
【授業内容・到達目標など】							
第1回 学校保健安全法と学校保健の意義 【 到達目標 】 学校保健安全法と学校保健の意義について理解する。 【授業時間外学習】 「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 学校における保健管理_免疫・アレルギー疾患 【 到達目標 】 免疫・アレルギー疾患の特徴及び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】 「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 学校保健の制度と歴史 【 到達目標 】 学校保健の制度と歴史について理解し、学校保健行政及び組織体制について理解する。 【授業時間外学習】 「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 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、理解する。 【授業時間外学習】 「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 学校における感染症予防 【 到達目標 】 学校における感染症予防について、感染症の特徴と教職員の役割について理解する。 【授業時間外学習】 「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 事件・事故・災害時における児童生徒の心のケア 【 到達目標 】 事件・事故・災害時における児童生徒の心のケアと教職員の役割について理解する。 【授業時間外学習】 「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 健康の概念と学校保健 【 到達目標 】 健康の概念、健康の社会的決定要因を理解し、学校及び教職員の役割について理解する。 【授業時間外学習】 テキストの該当箇所を読み、「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 児童生徒の心の健康課題と医療機関との連携 【 到達目標 】 児童生徒の心の健康課題と医療機関との連携のあり方について理解する。 【授業時間外学習】 「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 学校における健康観察 【 到達目標 】 健康観察の意義と方法、校内連携及び専門職や保護者との連携方法について理解する。 【授業時間外学習】 「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 児童生徒のメンタルヘルスと教職員の役割 【 到達目標 】 児童生徒のメンタルヘルスと教職員の役割について理解する。 【授業時間外学習】 「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 学校における健康診断 【 到達目標 】 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】 「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 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する。 【授業時間外学習】 「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 学校における保健管理_心臓検診 【 到達目標 】 心疾患の特徴及び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】 「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 】 特別なニーズのある児童生徒への支援のあり方について理解する。 【授業時間外学習】 「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 学校における保健管理_腎臓・糖尿病検診 【 到達目標 】 腎・糖尿病疾患の特徴及び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】 「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修得を目指す。学校保健や学校安全に関連する法律・指針、統計資料、事例等の資料をもとに、ペアワークや課題学習を取り入れながら講義を進めていく。授業時間外の学習では、文部科学省や厚生労働省等の関連機関やニュース等から情報を収集する等、課題意識をもって学修を進めることを期待する。 オンライン授業となった場合には、オンデマンドで実施し、授業内容によってはオンライン・グループ演習も実施する。また、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回の動画と補足資料とする。							
【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回授業までに連絡し、参考書は授業時に適宜紹介する。							
【成績評価方法】 オンライン・オフライン授業ともに、各回の課題達成度（70％）、課題レポート（30％）の加重平均にて総合的に評価する。							

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	
授業形態	講義	科目ナンバー	HBE303		卒業認定方針との関連	⑦⑨
【目的とねらい】 昨今、「メンタルヘルス」「心の健康」という言葉や、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、発達障がいの児（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)		
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」の質的变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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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ただきます（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。 【オンライン授業の場合】 ①オンデマンド方式で授業を実施します。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しません。 ②各授業回に音声入りパワーポイント動画を閲覧できるようにします。閲覧については、授業開始時刻に動画のリンクURLを配信し、原則として5日後の17:00まで閲覧できるようにします。 ③出席は、各授業回の提出物の提出によって確認します。						
【教科書・参考書など】 ・対面形式で実施する場合は、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。オンデマンド方式で実施する場合は、あらかじめテキスト（プリント）をオンライン上で配信しますので、プリントアウトをして授業に臨んでください。 ・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】 【対面授業の場合】・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。 【オンライン授業の場合】・毎授業時の提出物の評価……75％ 期末課題の結果……25％ ・提出物および期末課題は、クラウドシステムを活用して回収します。						

科 目 名		障害者スポーツ論		担当者	梅崎 多美・江黒 直樹 高橋 春一	
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		卒業認定方針との関連	⑥
【目的とねらい】 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など様々な場面で、様々な目的をもって実施されている。障害のある人に安全で効果的な運動を提供するためには、個人のニーズをはじめ障害特性や身体状況を分析することが重要であり、かつ、楽しさや取り組みやすさ、続けやすさを考慮した指導が必要である。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 障害者スポーツの理念、ICFの概念、障害理解 【 到達目標 】 WHOのICFの概念を学ぶ。また障害についての全般的な知識を習得し、障害者スポーツの必要性と活動・参加・環境因子の重要性を理解する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)				第9回 精神障害の理解とスポーツの実際 【 到達目標 】 精神障害の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)		
第2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】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)				第10回 リハビリテーションスポーツとは 【 到達目標 】 リハビリテーションスポーツの基本的な知識を学び、スポーツを手段としたリハビリテーションの流れについて理解する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)		
第3回 障害者スポーツの現状①（パラリンピックと他大会） 【 到達目標 】 障害者スポーツの現状として、パラリンピックと他の国際大会についての知識を習得し、課題となる事柄について考察する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)				第11回 地域における障害者スポーツとは 【 到達目標 】 地域における障害者スポーツの実際を学ぶ。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)		
第4回 障害者スポーツの現状②（全スポ）（クラス分け） 【 到達目標 】 障害者スポーツの現状として、全国障害者スポーツ大会と他の国内大会についての知識を習得し、課題となる事柄について考察する。また、クラス分けについても理解する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)				第12回 車椅子・補装具について 【 到達目標 】 車椅子および義肢・装具の基礎的な知識を習得する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)		
第5回 肢体不自由の理解とスポーツの実際①（視覚障害） 【 到達目標 】 視覚障害の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)				第13回 障害に応じたスポーツの工夫（種目の紹介） 【 到達目標 】 障害のある方が実際に行っているスポーツ種目の具体的な工夫を理解する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)		
第6回 肢体不自由の理解とスポーツの実際②（脊髄疾患） 【 到達目標 】 脊髄損傷や二分脊椎等の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)				第14回 障害に応じたスポーツの工夫（種目開発） 【 到達目標 】 実施するスポーツのルールや道具を障害に応じてどのように工夫するのか、種目開発の方法論を学ぶ。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)		
第7回 肢体不自由の理解とスポーツの実際③（脳疾患） 【 到達目標 】 脳血管障害や脳性麻痺等の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(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】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)		
第8回 知的発達障害の理解とスポーツの実際 【 到達目標 】 知的発達障害の特性を理解し、体育・スポーツにおける支援（指導）方法に関する知識を習得する。 【授業時間外学習】 事後学習として配布資料等で授業内容を復習し、出された課題に取り組む。(4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも大幅には変更しない。配信される資料は各授業回の講義資料と動画資料である。配信は対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の8:30に本学ポータルサイトのpholly上にアップし、翌週の同一曜日8:00まで掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出によって確認する。						
【教科書・参考書など】 教科書は使用しない。適宜、資料を配布する。 参考書：イラスト アダブテッド・スポーツ概論 植木章三編著 東京教学社						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回の提出課題（各授業後に出されるミニレポートや理解度確認のための小テストなど）を100％として評価する。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】 各授業回の課題やレポート提出を100％として評価する。合格基準は60％である。						

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		卒業認定方針との関連	⑧
【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5回 スポーツ施設マネジメントの実践（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6回 スポーツ施設マネジメントの実践（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7回 スポーツ施設マネジメントの実践（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)		
第8回 スポーツ施設マネジメントの実践（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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 講義では、教科書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、次回の授業内で課題のポイント解説によるフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、大幅には変更しない。教科書を用いるとともに、各授業回の音声入りパワーポイント動画と講義ノートおよび補足資料を配信する。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の9：00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、基本的には後期授業終了日の24：00まで掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出によって確認する。						
【教科書・参考書など】 教科書：「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 教科書を中心に必要に応じて資料を講義の際に配布する。教科書の内容を活用した課題を提示することがあるため、各自で必ず購入すること。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 講義中に数回実施する小テスト及びレポート課題を50％、定期試験として提示するレポート課題の取り組みを50％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】 各授業回で提示する復習課題を評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポート課題を提示し評価する。各授業回の総合評価を50％、まとめのレポート評価を50％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。						

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		
授業形態	講義	科目ナンバー	HTE306		卒業認定方針との関連	⑨	
【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授業研究を通じて、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9回 教材研究Ⅱ（ICTの活用を含む） 【 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11回 保健の系統性と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12回 中学校と高等学校の保健の授業 【 到達目標 】 個人生活と社会生活における健康・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5回 保健科教育の実践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13回 学習指導案の作成Ⅰ 【 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6回 保健科教育の実践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14回 学習指導案の作成Ⅱ 【 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7回 保健の授業学習評価 【 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索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）				
第8回 教材研究Ⅰ（ICTの活用を含む） 【 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）							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を原則とする。授業内容は、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補足資料等である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一週月曜日の9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間掲載する。出席は、各授業回の課題提出（GoogleフォームとPhollyの併用による）によって確認する。							
【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・健康教育に関する講義・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】 「保健科教育法（改訂版）」森良一編著（東洋館出版社）2020年、「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）文部科学省、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】 【対面授業の場合】原則として、定期試験の結果に授業中の課題達成度（1.0～0.0）を乗じた結果を評価点とする。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】各授業回の課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、全授業回終了時点で確認課題の実施と学習指導案の提出をもって評価する。各授業回の総合評価と確認課題の達成度（0～100％）に、学習指導案の課題達成度（1.0～0.0）を乗じた結果を評価点とする。合格基準は60％である。							

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	
授業形態	講義	科目ナンバー	HTE307		卒業認定方針との関連	⑨	

【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。学習指導案作成や模擬授業をとおして、授業改善、授業設計の向上にかかわる資質・能力の修得をめざす。

【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 】 保健科教育法Ⅱの目的やねらいを理解し、保健科教育法Ⅰで作成した学習指導案をもとに模擬授業準備の見通しを立てる。 【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 授業づくりと学習指導案① 【 到達目標 】 生徒の実態に応じた授業づくり・授業設計について理解する。 【授業時間外学習】学習指導要領解説と保健の授業研究 学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。（4.0hr） 第3回 授業づくりと学習指導案② 【 到達目標 】 学修内容・学習活動の組み立てと目標及び評価の設定について理解する。 ICTや教材研究への効果的な活用について理解する。 【授業時間外学習】学習指導要領解説と保健の授業研究 学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。（4.0hr） 第4回 学習指導要領解説（中学校保健分野）と保健の授業づくり① 【 到達目標 】 中学校保健分野の編成を確認し、第1学年の授業・教材づくりの方法を理解する。 【授業時間外学習】学習指導要領解説と保健の授業研究 学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。（4.0hr） 第5回 学習指導要領解説（中学校保健分野）と保健の授業づくり② 【 到達目標 】 中学校保健分野の編成を確認し、第2学年の授業・教材づくりの方法を理解する。 【授業時間外学習】学習指導要領解説と保健の授業研究 学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。（4.0hr） 第6回 学習指導要領解説（中学校保健分野）と保健の授業づくり③ 【 到達目標 】 中学校保健分野の編成を確認し、第3学年の授業・教材づくりの方法を理解する。 【授業時間外学習】学習指導要領解説と保健の授業研究 学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。（4.0hr） 第7回 学習指導要領解説（高等学校科目保健）と保健の授業づくり① 【 到達目標 】 高等学校科目保健の編成を確認し、入学年次の授業・教材づくりの方法を理解する。 【授業時間外学習】学習指導要領解説と保健の授業研究 学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。（4.0hr） 第8回 学習指導要領解説（高等学校科目保健）と保健の授業づくり② 【 到達目標 】 高等学校科目保健の編成を確認し、入学年次の次の年次に関する授業・教材づくりの方法を理解する。 【授業時間外学習】学習指導要領解説と保健の授業研究 学習指導要領解説を熟読し、不明な点は明らかにした上で内容を把握する。（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】模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講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】模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講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】模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講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】模擬授業の準備及び期限内に学習指導案および受講者用レポートを提出する。（4.0hr） 第13回 授業改善の視点と評価① 【 到達目標 】 他者（仲間）が作成した学習指導案・副教材をもとに、授業改善の視点から分析・評価する。 【授業時間外学習】作成した学習指導案・副教材を見直し、修正を行う。（4.0hr） 第14回 授業改善の視点と評価② 【 到達目標 】 他者（仲間）が作成した学習指導案・副教材をもとに、授業改善の視点から分析・評価する。 【授業時間外学習】作成した学習指導案・副教材を見直し、修正を行う。（4.0hr） 第15回 保健の授業運営 【 到達目標 】 自他の模擬授業及び授業計画をもとに、保健授業における課題、発問、板書計画、ICT活用等の授業スキルや教師の役割について理解する。 【授業時間外学習】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】
模擬授業（副教材）の準備・実践、模擬授業（副教材）の分析・評価を通して、保健の授業に必要な技能を修得する。将来自らが授業づくりの担い手になることを認識し、毎回の授業に主体的・積極的に取り組むことが求められる。出席や課題提出は前提であり、遅刻や無断欠席とならないよう事前に確認・相談する姿勢が不可欠である。
オンライン授業となった場合には、オンデマンドで実施し、授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信される資料は、各授業回の動画と補足資料とする。

【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、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】 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） ＊H29・H30年告示の学習指導要領にもとづいた教科用図書を各自準備することが望ましい。その他、適宜資料を配布する。
【成績評価方法】 オンライン・オフライン授業ともに、各回の課題達成度を50％、学習指導案及び副教材を50％の加重平均にて総合的に評価する。

科 目 名		テーピング・マッサージ		担当者	永野 康治・津田 清美 藤堂 愛	
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		卒業認定方針との関連	⑦
【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)		
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しないが、学生一人で実施できる内容とする。配信される資料は、各授業回の授業プリントである(プリント内に授業動画、前回授業の質問に対する回答などへのリンクを示す)。配信は、対面授業のスケジュールに従い、Pholly上にアップする。出席は、各授業回の振り返り課題の提出によって確認する。質問や巻き方のフィードバック等はオンライン上での質問サイトを用いて回答する。						
【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】 【対面授業の場合】筆記試験(マッサージ分野)50％、実技試験(テーピング分野)50％ 【オンライン授業の場合】振り返り課題(毎回)30％、中間課題(マッサージ分野：オンラインでの課題・レポート)35％、期末課題(テーピング分野：実技動画の提出)35％						

科 目 名	スポーツ指導演習（体づくり運動）			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		卒業認定方針との関連	⑥
【目的とねらい】 「体づくり運動」で行う運動内容やその実施方法を理解し、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づくり運動の活用・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 【 到達目標 】 (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。 【授業時間外学習】 学習指導要領第7節保健体育の内容「体づくり運動」を読んで概要を把握する。(4.0hr)				第9回 指導実習3 【 到達目標 】 (1)授業をする－受ける－評価する。 【授業時間外学習】 自分の指導に役立てる内容をメモする。(4.0hr)		
第2回 「体づくり運動」の内容の理解：体ほぐし運動と体力を高める運動 【 到達目標 】 (1)体ほぐし運動を理解し、運動遊びから教材を構成する。 【授業時間外学習】 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4 【 到達目標 】 (1)授業をする－受ける－評価する。		
第3回 体づくり運動の活用法：準備運動と整理運動 【 到達目標 】 (1)準備運動と整理運動の役割を理解し、運動を構成する。 【授業時間外学習】 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5 【 到達目標 】 (1)授業をする－受ける－評価する。		
第4回 体づくり運動の活用法：スポーツ導入の体操と補強運動 【 到達目標 】 (1)各運動領域を把握し、導入に適した運動を構成する。 【授業時間外学習】 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6 【 到達目標 】 (1)授業をする－受ける－評価する。		
第5回 体づくり運動の活用法：表現系の体ほぐし運動と体力を高める運動 【 到達目標 】 (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。 【授業時間外学習】 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7 【 到達目標 】 (1)授業をする－受ける－評価する。		
第6回 学習指導案の作成 【 到達目標 】 (1)指導案の作成手順を理解し、作成する。 【授業時間外学習】 学習指導案作成について、必要資料を準備する。(4.0hr)				第14回 指導実習8 【 到達目標 】 (1)授業をする－受ける－評価する。		
第7回 指導実習1 【 到達目標 】 (1)授業をする－受ける－評価する。 【授業時間外学習】 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15回 体づくり運動の指導の確認 【 到達目標 】 (1)体づくり運動の展開とその指導法について確認する。 【授業時間外学習】 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2 【 到達目標 】 (1)授業をする－受ける－評価する。 【授業時間外学習】 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】 【対面授業の場合】 これまで中学校・高等学校で経験してきた「体づくり運動」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。 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。 毎時間授業内容に関する復習課題を提示し、学期末には実技テストを行い、理解度の確認を行う。課題の内容は、次回の授業内で解説によるフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信する内容は、音声入りパワーポイント動画と学習内容となる技能や運動に関する動画である。配信は、授業が行われる日の朝9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間後の17:00まで掲載する。出席の確認は、課題の提出によって確認する。						
【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】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 各授業回の提出されたレポート40%、期末のレポート60%として評価する。						

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		卒業認定方針との関連	⑥
【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2回 器械運動の練習場面の設定と助助法 【 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助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)		
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】対面授業で講義する内容を、オンライン（オンデマンド型）で行う。講義内容をまとめた音声付きのパワーポイント画像と、必要に応じて映像資料・参考資料を配信する。授業受講後に「指導ノート」に授業内容をまとめる。						
【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】 【対面授業の場合】 「指導ノート」の記載内容 70％ ・ 指導技術 30％ 【オンライン授業の場合】 「指導ノート」の記載内容 100％						

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		卒業認定方針との関連	⑥	
【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)				
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)							
【学習上の留意点】 対面実技中心に行うので、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。指導する際は、示された指導モデルを参考に指導を行い、また生徒側の立場からも積極的に行動すること。 オンライン授業の場合、対面実技については70%、オンデマンド方式は30%で実施する。オンデマンド方式の授業については、授業日9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップし、5日後まで掲載する。オンデマンド方式の授業回の出席確認は、Phollyでの課題の提出によって行う。							
【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】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】指導案の作成と指導内容を70%、オンデマンド方式の授業時の課題を30%の割合として評価する。							

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	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	／選択の区別			専門基礎・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HBE312		卒業認定方針との関連	⑥
【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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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、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。不安なものも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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せずに、各自ができる範囲で指定された課題に自習し取り組むこととする。配信される授業動画は学習内容となる技能や運動に関する動画並びに参考資料を配信する。授業は、各授業回の前日または当日に、本学ポータルサイトから連絡をする。各授業回の課題を提出することにより、授業の出席として取り扱うこととする。						
【教科書・参考書など】 教科書は特になし。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】各授業回で提出された課題20%、オンライン上での学習指導案作成を30%、オンライン上での指導実践を50%として評価する。いずれの場合も合格基準は60%である。						

科 目 名		ダンス・メソッド		担当者	坂本 秀子・高野美和子	
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		卒業認定方針との関連	⑥
【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				第9回 現代的なリズムのダンス②		
【 到達目標 】				【 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。				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)				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				第10回 フォークダンス①		
【 到達目標 】				【 到達目標 】		
対極の動きに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。				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)				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3回 表現、創作課題③				第11回 フォークダンス②		
【 到達目標 】				【 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。				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)				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4回 表現、創作課題④				第12回 指導実習に向けた準備活動		
【 到達目標 】				【 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。				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)				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5回 表現、創作課題⑤				第13回 指導実習①		
【 到達目標 】				【 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。				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】				【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)				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6回 表現、創作課題⑥				第14回 指導実習②		
【 到達目標 】				【 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。				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】				【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)				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7回 表現、創作課題⑦				第15回 指導と評価のポイント		
【 到達目標 】				【 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)				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)		
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)						
【学習上の留意点】						
【対面授業の場合】						
全授業を対面で行う。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、次の授業にてフィードバックを行う。						
【オンライン授業の場合】						
オンライン授業となった場合は、授業前に都度指示する。						
【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】						
【対面授業の場合】						
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。						
【オンライン授業の場合】						
オンライン授業となった場合は、授業前に指示する。						

科 目 名		柔道		担当者	佐藤 雄哉・瀧本 誠	
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	
授業形態	実技	科目ナンバー	HBE315		卒業認定方針との関連	⑥⑨
【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。			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）			【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。			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）			【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。			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）			【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。			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）			【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。			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）			【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。			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）			【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。			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】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）			【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）			
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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せず、各自ができる範囲で指定された課題に自習し取り組むこととする。配信される資料は、学習内容となる技能や運動に関する動画と自習をサポートするための資料である。配信は、本来の各授業回が予定されている日程に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、その後一週間掲載する。出席の確認は、毎授業の課題提出により行う。						
【教科書・参考書など】 授業に必要な資料は、その都度配布することとする。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】出席状況（60％）と試験（40％）で評価する。 【オンライン授業の場合】各授業回の課題提出を、授業終了時点で総合的に評価する。さらに、全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60％、まとめのレポート評価を40％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。						

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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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 【 到達目標 】 (1)健康運動指導の意義と目的について理解する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)健康運動指導の計画立案について理解する。 【授業時間外学習】 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 健康運動指導の実践 【 到達目標 】 (1)健康運動指導の実践を知り、自分の考えをまとめる。 【授業時間外学習】 健康運動指導の実践について調査・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 【 到達目標 】 (1)健康運動指導の記録のつけ方を理解し、活用できる。			
第3回 健康運動指導の対象者の特性 【 到達目標 】 (1)健康運動指導の対象者の特性について理解する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)運動技能の上達過程について理解する。			
第4回 健康運動指導の効果 【 到達目標 】 (1)健康運動指導の効果について理解する。 【授業時間外学習】 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：運動指導の実践 【 到達目標 】 (1)運動指導の実践について理解する。			
第5回 健康運動プログラムの作成法①：実施手順 【 到達目標 】 (1)健康運動の実施手順について理解する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)健康運動指導能力の高め方について理解する。			
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 【 到達目標 】 (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。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)健康運動指導の成果の評価法について理解する。			
第7回 健康運動指導の手段①：エクササイズ 【 到達目標 】 (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。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (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。 (2)健康運動指導のプログラムを作成する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 (1)健康運動手段としてのスポーツについて理解する。 【授業時間外学習】 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】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業とする。各授業回にて、パワーポイントファイルの動画を視聴し、課題に取り組むこと。配信される資料には、事前に目を通し、授業前までにメールにて質問・意見を出すことが望ましい。配信は、各授業回の2日前に「Pholly」または「Google Drive」上にアップし、授業6日後までに提出すること。出席の確認は、各課題の提出によって行う。							
【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】 【対面授業の場合】 最終課題（まとめのレポート）70%、授業ノート（毎回の課題）の記入状況30%で評価する。 【オンライン授業の場合】 オンライン形式の場合も同様である。合格基準は60%である。							

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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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、プレゼンテーション、フィードバックなどが必須であり、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。本演習は、1) 形態、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) 解析データをまとめてプレゼンテーションする技術の習得を目的とする。							
【授業内容・到達目標など】							
第1回 ガイダンス				第9回 プレゼンテーション資料作成			
【 到達目標 】				【 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。				成果発表の順序や視覚的效果を理解する。			
【授業時間外学習】				【授業時間外学習】			
授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				パワーポイントの操作法を復習しておく。(4.0hr)			
第2回 形態・身体組成測定（1）				第10回 プレゼンテーション（1）			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
講義形式により、身体の形態や体脂肪率の測定に関する知識を得る。				プレゼンテーションの経験を積み、また他者への質問方法を習得する。			
【授業時間外学習】				【授業時間外学習】			
授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				プレゼンテーション資料の作成および発表の練習を行う。(4.0hr)			
第3回 形態・身体組成測定（2）				第11回 論文の読み方			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
実習形式により、各自が対象者、測定者となり、形態や身体組成測定を行う。				学術論文の形式を学び、それぞれの重要な点をまとめる。			
【授業時間外学習】				【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)				自分の興味のある論文を探し、まとめておく。(4.0hr)			
第4回 一般体力測定（1）				第12回 実験計画の立案			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
講義形式により、特殊な機器を用いない体力測定の意味やその測定方法を理解する。				これまでの経験や疑問を元に、皆でできる実験案を考案し、議論する。			
【授業時間外学習】				【授業時間外学習】			
授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				自分の興味のある論文を探し、まとめておく。(4.0hr)			
第5回 一般体力測定（2）				第13回 実験の実施			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
実習形式により、各自が対象者、測定者となり、一般的な体力測定を行う。				それぞれが対象者と測定者となり、前回決定した実験を実施する。			
【授業時間外学習】				【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)				測定項目の意味や他項目との関連性をまとめておく。(4.0hr)			
第6回 特殊体力・運動能力測定（1）				第14回 データ解析（2）			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
講義形式により、専門的な体力・運動能力測定の意味やその測定方法を理解する。				前回実施した実験のデータを解析して、視覚的にわかりやすいような図表を作成する。			
【授業時間外学習】				【授業時間外学習】			
授業で配布された資料を見直しながら、次の講義の準備を進める。(4.0hr)				測定項目の意味や他項目との関連性をまとめておく。(4.0hr)			
第7回 特殊体力・運動能力測定（2）				第15回 プレゼンテーション（2）			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
実践形式により、各自が対象者、測定者となり、専門的な体力・運動能力測定を行う。				プレゼンテーションの経験を積み、また他者への質問方法を習得する。			
【授業時間外学習】				【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)				プレゼンテーション資料の作成および発表の練習を行う。(4.0hr)			
第8回 データ解析（1）							
【 到達目標 】							
これまで得られたデータをまとめ、各項目の評価や項目間の関係性を検討する。							
【授業時間外学習】							
エクセルの基本的な関数やショートカットキーを復習しておく。(4.0hr)							
【学習上の留意点】							
【対面授業の場合】							
演習・実践形式の講義であるため、授業への出席は必須である。また、講義内で実際に形態・体力の測定を行うため、講義内容にあった準備をする必要がある。また、講義内ではデータ解析、プレゼンテーションを行うため、コンピュータに不慣れな場合は少しずつ触れること、図書館やインターネットを用いて正しい情報を得ることが大切である。							
【オンライン授業の場合】							
演習・実践形式の講義であるため、状況に応じてハイブリッド形式とする。例として、2020年度は対面形式とオンライン形式を交互に行い、対面形式では様々な測定を学生同士で行い、翌週にオンライン形式で前回講義の復習と解説、および次回講義の実施内容の意義と説明を行った。							
【教科書・参考書など】							
授業内で適宜紹介する。							
【成績評価方法】							
【対面・オンライン授業共通】							
レポート（50%）、プレゼンテーション（50%）より総合的に評価する。							

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		卒業認定方針との関連	⑦
【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、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)		
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業とする。各授業回にて、ミニ講義・質疑応答・グループディスカッションなどを行うので、それを受講してから課題に取り組むこと。 配信される資料には、事前に目を通し、授業前までにメールにて質問・意見を出すことが望ましい。配信は、各授業回の2日前に「Pholly」または「Google Drive」上にアップし、課題は、授業2日後までに提出すること。出席の確認は、各課題の提出によって行う。						
【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】 【対面授業の場合】 中間課題30%、最終課題70%で評価する。 【オンライン授業の場合】 オンライン形式の場合も同様である。合格基準は各課題の6割をクリアすることである。						

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		卒業認定方針との関連	⑦
【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、健康問題といった分野における書籍や論文を題材にして、健康スポーツ科学に関わる最新情報や研究手法について学ぶ。また本科目は「演習」であるため、資料収集、抄録作成などを受講生が行い、論文の読み方、抄録作成法、発表および意見交換の方法などを学ぶ。						
【授業内容・到達目標など】						
第1回 健康スポーツ学に関連する分野の概説 【 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)演習授業における発表と議論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】 研究論文（1）の抄録作成をレポートとする。(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】 文献の検索法についてレポートとする。(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】 研究論文（2）の抄録作成をレポートとする。(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】 総説的題材（1）の抄録作成をレポートとする。(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】 研究論文（3）の抄録作成をレポートとする。(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】 総説的題材（2）の抄録作成をレポートとする。(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】 研究論文（4）の抄録作成をレポートとする。(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】 総説的題材（3）の抄録作成をレポートとする。(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】 研究論文（5）の抄録作成をレポートとする。(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】 総説的題材（4）の抄録作成をレポートとする。(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】 研究論文（6）の抄録作成をレポートとする。(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】 総説的題材（5）の抄録作成をレポートとする。(4.0hr)				第15回 作成した抄録を発表する：研究論文（7）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】 研究論文（7）の抄録作成をレポートとする。(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し、その一覧表をレポートとする。(4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】資料収集、資料の読解、抄録作成などを受講生各自が行う。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、積極的に意見交換をするようにしてほしい。なお、資料収集の指示がある場合を除き、必要な資料は配布する。 【オンライン授業の場合】リアルタイム方式で実施する。授業内容は対面授業と同じである。授業は時間割通りの曜日・時刻に実施し、必要な資料は前日に指定のURL上に公開する。本学ポータルサイトからURLにアクセスして資料を取得してほしい。出席の確認は授業開始時および終了前に画面を通じて行う。 【ディスカッションについて】難しく考えないで、各自のこれまでのスポーツや経験を踏まえて、自由に意見や感想を述べるようにしてください。 【授業時間外学習】授業形式に関わらず、各回の資料を事前に読解する。また各回の授業内容に関する課題について「レポート」を作成する。レポートは本学ポータルサイトから指定のURL上にある「レポート用紙」にアクセスし、記入後に送信する。追加の質問・疑問等はレポート用紙の所定欄に記入すると、次の講義において詳しい説明や解説を行う。						
【教科書・参考書など】 指定の教科書はない。必要な資料は直接配布するか、WEB上にアップする。必要に応じて各自が図書館の文献検索により取得する。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回のレポートの成績を70%、最終レポートの成績を30%とし、合計100%として最終的な成績を評価する。合格基準は60%以上である。 【オンライン授業の場合】 毎回のレポートの成績を70%、最終レポートの成績を30%とし、合計100%として最終的な成績を評価する。合格基準は60%以上である。						

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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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9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。 (2)エクササイズウォーキングの特性・効果・実施のポイントについて学習する。 【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3回 インフォームドコンセント・メディカルチェック・バイタルチェック 【 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メディカルチェック・体調チェック項目について理解する。 (3)バイタルチェックとしての安静時血圧と心拍数の測定法を学習する。 【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)			
第8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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 リアルタイム方式の授業を実施する。学習内容は対面授業の場合と変わらないが、対面でないと実施が難しい測定実習については、映像を使って疑似体験学習をしたり、個人レベルで実施可能な方法を工夫したりすることで対応する。出席の確認はリアルタイムの画面を通じて行う。							
【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】 対面授業の場合もオンライン授業の場合も評価方法は変わらない。毎回の授業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%、あわせて100%として評価する。							

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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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 【 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。研究の班分けを行う。 【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。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 【 到達目標 】 研究計画に沿って研究を実行する。			
第2回 スポーツ医学との研究方法 【 到達目標 】 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。 【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 【 到達目標 】 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。			
第3回 研究データの処理法とグラフ作成法 【 到達目標 】 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。 【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 【 到達目標 】 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。			
第4回 統計学的検討法 【 到達目標 】 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。 【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 【 到達目標 】 研究の進捗状況を報告し、さらに研究結果をまとめる。			
第5回 研究論文の構成と参考文献の探し方 【 到達目標 】 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。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 研究結果をまとめて、グラフを作成する。			
第6回 研究発表の方法 【 到達目標 】 PowerPointを使った研究発表の方法について理解する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 研究結果をまとめて、統計学的検討を行う。			
第7回 研究計画の立案① 【 到達目標 】 与えられた研究テーマに沿って研究計画を立案する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 研究結果を発表する。 【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 立案した研究計画を発表し、修正を加える。 【授業時間外学習】 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。 【対面授業の場合】大学において対面で授業を行う。第1回～第8回、第13回～第15回はハイブリッドで行う場合がある。 【オンライン授業の場合】第9回～第12回は対面で行う。それ以外の授業回はオンラインで行う。							
【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」、出村慎一著、杏林書院							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 研究発表会の内容（100%）で成績を評価する。 【オンライン授業の場合】 研究発表会の内容（100%）で成績を評価する。							

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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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 【 到達目標 】 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。			第9回 跳運動の発表・指導実践・検討③ 【 到達目標 】 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。				
【授業時間外学習】 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）			【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 走運動の特性および理論を理解する。 走運動プログラムの指導上の留意点を理解する。			第10回 投運動プログラムの作成 【 到達目標 】 投運動の特性および理論を理解する。 投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】 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）			【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 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。			第11回 投運動の発表・指導実践・検討① 【 到達目標 】 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。				
【授業時間外学習】 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）			【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 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。			第12回 投運動の発表・指導実践・検討② 【 到達目標 】 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。				
【授業時間外学習】 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）			【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 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。			第13回 投運動の発表・指導実践・検討③ 【 到達目標 】 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。				
【授業時間外学習】 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）			【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 跳運動の特性および理論を理解する。 跳運動プログラムの指導上の留意点を理解する。			第14回 指導実践の総括・問題点の検討 【 到達目標 】 各プログラムの振り返りを行い、改善点を明確にする。				
【授業時間外学習】 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）			【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 【 到達目標 】 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。			第15回 陸上競技・陸上運動プログラムの発展 【 到達目標 】 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。				
【授業時間外学習】 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）			【授業時間外学習】 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 【 到達目標 】 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。							
【授業時間外学習】 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】 【対面授業の場合】 「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。 【オンライン授業の場合】 リアルタイム方式の授業を実施する。授業内容は変更しない。使用する資料等は、授業開始前に本学Google Drive上にアップする。授業は時間割通りの曜日・時刻に実施する。出席の確認は、各授業回の冒頭に画面を通じて行う。							
【教科書・参考書など】 「陸上競技の学習指導」 小木曾一之編著、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】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】各授業回の提出されたレポートを毎回評価する。さらに、全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60%、まとめのレポートを40%とし、合計100%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	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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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3回 リズムムーブメントの実際：体換型・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)			
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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 毎時間授業内容に関する復習課題を提示し、学期末には実技テストを行い、理解度の確認を行う。課題の内容は、次の授業内で解説によるフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信する内容は、音声入りパワーポイント動画と学習内容となる技能や運動に関する動画である。配信は、授業が行われる日の朝9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間後の17:00まで掲載する。出席の確認は、課題の提出によって確認する。							
【教科書・参考書など】 随時プリント配布。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 実技試験70％、レポート30％ 【オンライン授業の場合】 各授業回の提出されたレポート40％、期末のレポート60％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		卒業認定方針との関連	⑦	

【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9回 リスクマネジメント④ グループ発表 【 到達目標 】 (1)指定されたエリアの安全マップを発表できる。 (2)安全マップの評価をすることができる。 【授業時間外学習】 指導実践に向けて準備を行う。（4.0hr）
第2回 アイスブレイキングゲーム① ゲーム実践 【 到達目標 】 (1)アイスブレイキング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】 アイスブレイキングゲームにはどのようなものがあるか調べてまとめる。（4.0hr）	第10回 アウトドアゲーム① 自然体験型ゲームの実践 【 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3回 アイスブレイキングゲーム② ゲーム創作 【 到達目標 】 (1)グループでのアイスブレイキングゲームを作成できる。 【授業時間外学習】 アイスブレイキングゲームのアイデアを創出し、進行や安全配慮を考える。（4.0hr）	第11回 アウトドアゲーム② 課題解決型ゲームの実践 【 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4回 アイスブレイキングゲーム③ 指導実践 【 到達目標 】 (1)グループでのアイスブレイキングゲームを発表（指導体験）できる。 (2)アイスブレイキング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12回 アウトドアゲーム③ ゲーム創作 【 到達目標 】 (1)グループでのアウトドアゲームを創作できる。 (2)創作ゲームシート（指導案）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5回 アイスブレイキングゲーム④ 指導実践 【 到達目標 】 (1)グループでのアイスブレイキングゲームを発表（指導体験）できる。 (2)アイスブレイキング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13回 アウトドアゲーム④ ゲーム創作 【 到達目標 】 (1)シミュレーションを行い、進行や安全配慮などを踏まえたゲームを創作できる。 (2)創作ゲームシート（指導案）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6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。 (2)危険予知トレーニング（KYT）により、危険に対する着眼点を理解する。 【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14回 アウトドアゲーム⑤ 指導実践 【 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7回 リスクマネジメント② 实地踏査とリスク分析 【 到達目標 】 (1)指定されたエリア（または活動）の实地踏査により、危険個所をピックアップする。 (2)危険個所のリスク分析をする。 【授業時間外学習】 危険個所から想定される事故やケガについて調べる。（4.0hr）	第15回 アウトドアゲーム⑥ 指導実践 【 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8回 リスクマネジメント③ 安全マップの作成
【 到達目標 】
(1)实地調査で得たデータをもとに、安全マップを作成できる。

【授業時間外学習】
分かりやすいマップにはどのような要素が必要か調べる。（4.0hr）

【学習上の留意点】
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。
【対面授業の場合】
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。
【オンライン授業の場合】
オンデマンド方式の授業を実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せず行うこととする。配信は、授業実施時刻までに本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし掲載する。出席の確認は、各授業回の課題の提出によって行う。

【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】	
【対面授業の場合】指導実践60％（アイスブレイキング30％、アウトドアゲーム30％）、プレゼンテーション課題（安全マップ）20％、レポート評価20％ 【オンライン授業の場合】指導実践60％（アイスブレイキング30％、アウトドアゲーム30％）、プレゼンテーション課題（安全マップ）20％、レポート評価20％とする。課題はメールでの提出を可とする。	

科 目 名	スポーツプログラミング演習			担当者	ヨコ・カリン・セッターランド	
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		卒業認定方針との関連	⑦
【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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 リアルタイム方式の授業を実施する。出席の確認は、各授業回の冒頭に画面を通じて行う。授業は時間割通りの曜日、時刻に実施する。使用する資料は都度、ポータルサイトを通じて配信する。提出の際には規定の用紙が必要となるので、各自プリントアウトして記入し、保管すること。課題の提出はPhollyにて行う。						
【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】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 各授業回の総合評価を80%、まとめのレポート評価を20パーセントとし、あわせて100%とする。						

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	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	／選択の区別			専門・必修	
授業形態	講義	科目ナンバー	HMR303		卒業認定方針との関連	⑧
【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ティングについて調べる。(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、やる気どのように顧客満足に影響するか整理する。(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)		
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)						
【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。 【対面形式の場合】 パワーポイントを使用して講義をおこなう。関連資料やVTR等の補助教材も活用し、具体的事例からサービス・マネジメントやマーケティングに関する理解を深めていく。受講生は専用のノートを準備し、適宜板書をおこなうこと（講義ノートを作成すること）。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（予習・復習課題やレポート等）も課す。 【e－ラーニング形式の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信される資料は、各授業回の音声入り動画と関連資料である。各資料は大学の定めた授業時間割に基づいて配信する（受講するためのURL等を送付する）。受講生は専用のノートを準備し、講義動画を視聴しながら適宜、板書をおこなうこと（講義ノートを作成すること）。出席は、Google Formsに指定された内容を入力し、送信完了をもって出席と判断する。受講可能期間は原則、公開（配信）後、一週間である。毎回の授業後には、当該授業に関する意見交換の機会や教員に対する質問の機会等を確保する。さらに、時間外での主体的な学びを促すための課題（予習・復習課題やレポート等）も課す。						
【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】 【対面形式の場合】各授業回の予習課題と復習課題を課す。各授業回の理解度や予習・復習の状況を把握するための確認テストや課題レポート（講義内での小レポートやミニッツペーパーを含む）を実施する。さらに、全授業終了後に定期試験を実施する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。各授業に係る評価を40％、定期試験を60％とし、あわせて100％として総合評価する。 【e－ラーニング形式の場合】各授業回の予習課題と復習課題を課す。各授業回の理解度や予習・復習の状況を把握するための確認テスト（小レポート含む）をGoogle FormsまたはPhollyで実施し、毎回評価する。さらに、全授業終了後に定期試験を実施する。なお、試験は試験期間中に別途実施する。各授業に係る評価を40％、定期試験を60％とし、あわせて100％として総合評価する。						

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		卒業認定方針との関連	⑦
【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】 「默示的なルール」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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式で実施する。授業日9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップし、5日後まで掲載する。授業回の出席確認は、Phollyでの課題の提出によって行う。配布される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画を中心に説明する。						
【教科書・参考書など】 教科書は特に指定しない。 日本スポーツ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】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】各授業回の復習課題と予習課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに全授業終了時点でのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を70%、最終レポートを30%とし、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。						

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		卒業認定方針との関連	⑦
【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11回 測定結果の活用② 【 到達目標 】 (1)各自のデータと日女性大の値を比較する。 (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)		
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業とする。各授業回のテーマは原則的には変更せず、各自ができる範囲で指定された課題に自習し取り組むこととする。配信される資料は、学習内容および自習をサポートするための資料である。配信は、各授業回の2日前に「Pholly」または「Google Drive」上にアップし、授業6日後までに提出することとする。なお、授業時間中にリアルタイム方式にてミニ講義および質疑応答を行う場合もある。出席の確認は、各課題の提出によって行う。						
【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。 「体力トレーニング論」高松薫・著（大修館書店）を参考書として推奨する。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 各授業回の課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60％、まとめのレポート評価を40％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。						

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・選択		
授業形態	講義	科目ナンバー	HME202		卒業認定方針との関連	⑤⑦⑨	
【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・日本スポーツ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9回 体幹のスポーツ外傷・障害Ⅰ（頸部から胸部） 【 到達目標 】 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。 【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2回 外傷総論 【 到達目標 】 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 29 - 36 を読む。（4.0hr）			第10回 体幹のスポーツ外傷・障害Ⅱ（腰部から骨盤） 【 到達目標 】 腰部のスポーツ外傷・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 89 - 100 を読む。（4.0hr）				
第3回 応急処置総論 【 到達目標 】 RICE処置の内容・方法・効果について理解する。 【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 42 - 47 を読む。（4.0hr）			第11回 下肢のスポーツ外傷・障害Ⅰ（膝の外傷） 【 到達目標 】 膝のスポーツ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 105 - 115 を読む。（4.0hr）				
第4回 頭部のスポーツ外傷 【 到達目標 】 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 36 - 39、 55 - 58、 157 - 160 を読む。（4.0hr）			第12回 下肢のスポーツ外傷・障害Ⅱ（膝の障害、大腿部） 【 到達目標 】 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。 【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5回 顔面のスポーツ外傷 【 到達目標 】 顔面外傷、鼻出血、歯牙損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 233 - 241 を読む。（4.0hr）			第13回 下肢のスポーツ外傷・障害Ⅲ（大腿・下腿・足部） 【 到達目標 】 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。 【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6回 上肢のスポーツ外傷・障害Ⅰ（鎖骨から肩関節） 【 到達目標 】 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。 【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7回 上肢のスポーツ外傷・障害Ⅱ（上腕から前腕） 【 到達目標 】 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。 【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）				
第8回 上肢のスポーツ外傷・障害Ⅲ（手関節から指） 【 到達目標 】 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。 【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）							
【学習上の留意点】 本科目は選択科目ではあるが、教員免許、健康運動指導士、健康運動実践指導者、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者共通科、GFI（グルーブエクササイズ・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年次後期開講の「スポーツ医学」も併せて履修することが望ましい。 第15回の心肺蘇生法実習は夏休みの補講・集中講義期間中に対面で実施する。 【対面授業の場合】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。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。 【オンライン授業の場合】オンデマンド形式の授業を行う。授業当日9時までには各授業回の音声入りパワーポイント動画を本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップロードし、呼出・連絡掲示板を通じてURLと補足資料を配信する。視聴（出席）の確認は小テスト問題の解答により行い、Phollyを通じて授業開始時刻から授業6日後の23時59分まで小テスト問題の解答を受け付ける。							
【実務経験のある教員による授業科目】 医師およびスポーツドクター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 日本スポーツ協会							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】期末試験期間が設定される場合：期末試験を行い、その試験成績（100％）で成績を評価する。 期末試験期間が設定されない場合：小テスト問題の解答で評価する。							

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		卒業認定方針との関連	⑧
【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4回 統計解析の基本（2）（ χ^2 検定・t検定） 【 到達目標 】 (1) χ^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)		
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】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し、フィードバックする。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。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、大幅には変更しないがオンデマンド方式のため、調査の実施やデータの入力については共通した調査票を用いてデータを共有しながら講義を進めていく。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補足資料である。配信は、対面授業のスケジュールに従い、同一曜日の9：00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、基本的には後期授業最終日の24：00まで掲載する。出席は、各授業回の復習課題の提出によって確認する。						
【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】 【対面授業の場合】グループワークによる課題への取り組みを50％、各自で作成するレポート課題を50％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。 【オンライン授業の場合】各授業回で提示する復習課題を評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに全授業回終了時点でまとめのレポート課題を提示し評価する。各授業回の総合評価を50％、まとめのレポート評価を50％とし、あわせて100％として評価する。合格基準は60％である。						

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		卒業認定方針との関連	⑦
【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、主運動関連の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、受動および能動の方法について）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12回 ジョギングの実践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5回 ウォーキングの実践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13回 ジョギングの実践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6回 ウォーキングの実践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)		
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 ※なお、より授業効果を高めることが期待できる場合には、受講生を2グループに分けて、対面とオンラインのハイブリッド形式で実施することもある。 【オンライン形式の場合】 オンデマンド方式の授業とする。各授業回のテーマは原則的には変更せず、各自ができる範囲で指定された課題（実技を含む）に自習し取り組むこと。配信される資料は、学習内容および自習をサポートするための資料である。配信は、各授業回の2日前に「Pholly」または「Google Drive」上にアップする。課題は、授業6日後までに提出すること。なお、授業時間中にリアルタイム方式にてミニ講義および質疑応答を行う場合もある。出席の確認は、各課題の提出によって行う。						
【教科書・参考書など】 配布資料による。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回の課題記入状況70%、最終課題30%で評価する。 【オンライン授業の場合】 オンライン形式の場合も同様である。合格基準は各課題の6割をクリアすることである。						

科 目 名		子どものスポーツ指導演習		担当者	森 田 陽 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		卒業認定方針との関連	⑦
【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・仲間づくり 【 到達目標 】 授業の進め方、服装、持ち物等について理解する。 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。			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】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			
第2回 運動遊び1 基本的な運動発達を促す動き 【 到達目標 】 運動の基礎となる「歩く」「走る」「跳ぶ」について楽しさを体験する。			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】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			
第3回 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、調整力などを獲得させるための動きについて学ぶ。			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】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			
第4回 運動遊び3 リズム遊び 【 到達目標 】 音楽を使い、柔軟性やリズム感を養う遊びについて理解する。			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】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 本時の学びをレポートする。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を養う遊びを体験する。			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】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 本時の学びをレポートする。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 】 縄跳びの様々な操作を体得し、リズムを予測する能力を養う動きについて学ぶ。			第14回 運動会の種目3 リズム 【 到達目標 】 音に合わせて楽しくからだを動かすプログラム作りを行い、検討する。			
【授業時間外学習】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			【授業時間外学習】 本時の学びをレポートする。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。			第15回 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】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)			【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8回 道具操作系の楽しい運動遊び4 身近なものを使った運動遊び 【 到達目標 】 生活の中で触れる身近なものをを用い、運動遊びを展開する。						
【授業時間外学習】 本時の学びをレポートする。子どもの運動についての関連書籍を読む。(4.0hr)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 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。 毎時間授業内容に関する復習課題を提示し、学期末には実技テストを行い、理解度の確認を行う。課題の内容は、次の授業内で解説によるフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。配信は、授業が行われる日の朝9:00に本学ポータルサイトのGoogle Drive上にアップし、1週間後まで掲載する。出席の確認は、課題の提出によって確認する。						
【教科書・参考書など】 教科書：0歳児から5歳児運動あそび12ヶ月 小学館（2022年）						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 実技試験70％、レポート30％ 【オンライン授業の場合】 各授業回の提出されたレポート40％、期末のレポート60％として評価する。						

科 目 名		健康福祉スポーツ論（高齢者）			担当者	沢 井 史 穂	
英 文 名		Theory of Welfare Sports for Aged People					
単 位 数	2	科目区分・必修	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	／選択の区別			専門・選択		
授業形態	講義	科目ナンバー	HME301		卒業認定方針との関連	⑥	
【目的とねらい】 加齢に伴う身体の構造と機能の変化、体力・運動能力の低下について理解した上で、高齢者を対象とした運動・スポーツのプログラム作成法、運動指導法、運動指導上のポイントと注意点について学習した上で、実際に高齢者の身体特性や運動目的に応じた運動・スポーツのグループエクササイズのプログラムを作成し、実技指導と個別対応の体験（グループワーク）を通じて、現場で使える実践的な能力獲得を目指す。							
【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】 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の作成と指導：レジスタンス運動の指導法 【 到達目標 】 (1)高齢者を対象としたレジスタンス運動の指導法について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者を対象としたレジスタンス運動の指導法について調査・考察する。(4.0hr)			
第2回 加齢に伴う身体構造と機能の変化 【 到達目標 】 (1)加齢に伴う身体構造と機能の変化について理解する。 (2)高齢者の体力・運動能力の特徴について理解する。 【授業時間外学習】 高齢者の身体特性と体力・運動能力の特徴について調査・考察する。(4.0hr)				第10回 高齢者の運動・スポーツプログラムの作成と指導：柔軟性運動の作成法 【 到達目標 】 (1)高齢者向け柔軟性運動のプログラム作成法について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者に適した柔軟性運動の作成法について調査・考察する。(4.0hr)			
第3回 高齢者の運動・スポーツの目的と効果 【 到達目標 】 (1)高齢者が運動・スポーツを実施する目的と効果について理解する。 【授業時間外学習】 高齢者の運動・スポーツの目的と実施効果について調査・考察する。(4.0hr)				第11回 高齢者の運動・スポーツプログラムの作成と指導：柔軟性運動の指導法 【 到達目標 】 (1)高齢者を対象とした柔軟性運動の指導法について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者を対象とした柔軟性運動の指導法について調査・考察する。(4.0hr)			
第4回 高齢者の運動・スポーツの実施方法と安全管理 【 到達目標 】 (1)高齢者の運動・スポーツの実施の流れについて理解する。 (2)高齢者の運動・スポーツ実施に当たっての安全管理について理解する。 【授業時間外学習】 高齢者が運動・スポーツを実施する上での注意点について調査・考察する。(4.0hr)				第12回 高齢者の運動・スポーツプログラムの作成と指導：バランス運動 【 到達目標 】 (1)高齢者のバランス能力向上のためのプログラム作成法と指導法について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者のバランス運動の作成法と指導法について調査・考察する。(4.0hr)			
第5回 高齢者の運動・スポーツの指導法 【 到達目標 】 (1)高齢者の運動・スポーツの指導法について学ぶ。 (2)高齢者の運動指導上のポイントと注意事項について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者の運動・スポーツの指導法について調査・考察する。(4.0hr)				第13回 高齢者の運動・スポーツプログラムの作成と指導：脳機能向上運動 【 到達目標 】 (1)高齢者の脳機能向上のための運動プログラム作成法と指導法について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者の脳機能向上の運動プログラム作成法と指導法について調査・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と指導：有酸素性運動の作成法 【 到達目標 】 (1)高齢者向け有酸素性運動のプログラム作成法について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者に適した有酸素性運動の作成法について調査・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と指導：グループ発表① 【 到達目標 】 (1)目的に応じた高齢者の運動・スポーツプログラムを作成し、実践指導する。 【授業時間外学習】 グループで高齢者の運動・スポーツプログラムの作成法と指導法について議論する。(4.0hr)			
第7回 高齢者の運動・スポーツプログラムの作成と指導：有酸素性運動の指導法 【 到達目標 】 (1)高齢者を対象とした有酸素性運動の指導法について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者に適した有酸素性運動の指導法について調査・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と指導：グループ発表② 【 到達目標 】 (1)目的に応じた高齢者の運動・スポーツプログラムを作成し、実践指導する。 【授業時間外学習】 グループで高齢者の運動・スポーツプログラムの作成法と指導法について議論する。(4.0hr)			
第8回 高齢者の運動・スポーツプログラムの作成と指導：レジスタンス運動の作成法 【 到達目標 】 (1)高齢者向けレジスタンス運動の作成法について学ぶ。 【授業時間外学習】 高齢者に適したレジスタンス運動の作成法について調査・考察する。(4.0hr)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 高齢者の体力・運動能力に関する基礎知識を身につけた上で、具体的なプログラム作成や指導練習に取り組むこと。グループ活動が中心となるので、積極的に協力して取り組む姿勢が重要となる。授業における課題や意見・感想などの提出もしっかり行うこと。記載内容には教員からのコメントを返す。 【オンライン授業の場合】 リアルタイム方式の授業とする。各授業回にて、講義・質疑応答・グループディスカッションなどを行うので、それを受講してから課題に取り組むこと。配信される資料には、事前に目を通し、授業前までにメールにて質問・意見を出すことが望ましい。資料の配信は、各授業回の2日前までに「Google Drive」上にアップするので、課題は授業2日後までに提出すること。出席の確認は各回の課題の提出によって行う。							
【教科書・参考書など】 特に指定なし。毎回、必要に応じて資料を配布する。動画視聴なども行う。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回の課題提出状況40%、最終課題60%で評価する。 【オンライン授業の場合】 オンライン形式の場合も同様である。合格基準は各課題の6割をクリアすることである。							

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			卒業認定方針との関連	⑦	
【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。健康運動指導士の資格試験を念頭においた講義であるため、健康運動指導士養成のテキストに沿った講義をする。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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(4.0hr)				第10回 筋力と筋量を増強するための運動条件とその効果 (1) 【 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。 【授業時間外学習】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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 (2) 【 到達目標 】 (1)筋力と筋量を増強するための運動条件について理解する。 (2)筋力と筋量の増強トレーニングによる効果について理解する。 【授業時間外学習】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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みについて理解する。 (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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(4.0hr)				第15回 運動と免疫能 【 到達目標 】 (1)生体の防御に働く免疫能の基礎を理解する。 (2)運動およびトーニングに伴う免疫能の変化を理解する。 【授業時間外学習】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(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】 講義に関する確認テストを実施する。講義内容全体を各自復習する。(4.0hr)								
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】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。講義はパワーポイントを用いて説明し、講義内容の資料は全て配布する。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式で、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。授業内容は、回数が減っても大幅な変更はない。配信資料として、パワーポイント音声入り講義動画、スライド印刷資料などを、授業日に指定のURL上に公開する。本学ポータルサイトからURLにアクセスして、講義動画を視聴し、内容の理解に努める。配信資料等の案内は全てポータルサイトで行う。出席状況は、各回の「確認テスト」への送信により確認する。 【授業時間外学習課題と質問・疑問への対応】対面形式であってもオンライン形式であっても、受講後に各回の講義内容の理解度を示す確認テストを受ける（本学ポータルサイトから指定のURLにアクセスして、確認テストの回答を送信する）。また各回の講義内容とテキスト内容を用いて復習をする。質問・疑問等は確認テストの所定欄に記入すると、次の講義において解説をする。なお、確認テストにおける得点、正解、不正解等については自動返信されるので、受講生は忘れないうちに適宜確認をする。								
【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）上・下巻、健康・体力づくり事業団発行、最新版」を用いる。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。本講義のテキストとしては上巻のみを用いる。上・下巻の2冊で1セットになっていることや高価な本であることに留意してほしい。								
【成績評価方法】 【対面授業の場合】各回の確認テストにおける成績を40%とし、定期試験期間中に別途実施するテストの成績を60%とし、合計100%として最終的な成績を評価する。合格基準は60%以上とする。 【オンライン授業の場合】各回の確認テストにおける成績を60%とし、最後に行う「最終確認テスト」における成績を40%とし、合計100%として最終的な成績を評価する。合格基準は60%以上とする。								

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	
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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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)			
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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 ※なお、より授業効果を高めることが期待できる場合には、受講生を2グループに分けて、対面とオンラインのハイブリッド形式で実施することもある。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業とする。各授業回のテーマは原則的には変更せず、各自ができる範囲で指定された課題に自習し取り組むこととする。配信される資料は、学習内容および自習をサポートするための資料である。配信は、各授業回の2日前に「Pholly」または「Google Drive」上にアップする。課題は、授業6日後までに提出すること。なお、授業時間中にリアルタイム方式にてミニ講義および質疑応答を行う場合もある。出席の確認は、各課題の提出によって行う。							
【教科書・参考書など】 配布資料による。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 毎回の課題記入状況40％、最終課題60％で評価する。 【オンライン授業の場合】 オンライン形式の場合も同様である。合格基準は各課題の6割をクリアすることである。							

科 目 名		健康福祉スポーツ演習（障害者）		担当者	村 上 光 輝	
英 文 名		Seminar in Welfare Sports for Disabled				
単 位 数	2	科目区分・必修	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	／選択の区別			専門・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HME305		卒業認定方針との関連	⑥
【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（グループワーク） 【 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（グループワーク） 【 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ワーク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3回 障害の理解とパラリンピックススポーツ① 【 到達目標 】 【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（グループワーク） 【 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4回 障害の理解とパラリンピックススポーツ② 【 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12回 スポーツイベント作成（グループ討論） 【 到達目標 】 障害者も参加できるスポーツイベント企画をグループワーク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5回 障害児の運動遊びについて（グループワーク） 【 到達目標 】 障害児の運動遊びの基礎的な知識を学び指導の工夫などをグループワークを通して考察する。 【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13回 スポーツイベント作成発表及び講評 【 到達目標 】 作成したスポーツイベント発表を行い、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（グループグループワーク） 【 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ワーク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14回 継続して実施できるスポーツイベントプログラム作成の発表 【 到達目標 】 健康福祉に関するスポーツを継続して実施していくために必要なことを考えることができる。 【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（グループワーク） 【 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15回 健康福祉スポーツの現状と課題、学習の振り返り 【 到達目標 】 健康福祉スポーツの現状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）		
第8回 車椅子使用者に対するスポーツプログラム作成（グループワーク） 【 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ワーク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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。各授業回のテーマは原則的には変更せず、各自ができる範囲で指定された課題に自習し取り組むこととする。配信される資料は、学習内容となる演習に関する動画と自習をサポートするための資料である。配信は、本来の各授業回が予定されている週の8:00に本学ポータルサイトのPholly上にアップし、その週の金曜日8:00まで掲載する。出席の確認は、各授業の課題レポートの提出によって行う。						
【教科書・参考書など】 必要としない。資料はコピーにより配布する。						
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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％） 【オンライン授業の場合】 毎時間の課題レポートを40％、期末のレポートを60％として評価する。						

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	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	／選択の区別			専門・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HME401		卒業認定方針との関連	⑦
【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）		
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）						

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	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	／選択の区別			専門・選択		
授業形態	演習	科目ナンバー	HME401			卒業認定方針との関連	⑦
【授業内容・到達目標など】 ※後期 1 5 回分							
第16回 実習				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）				【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				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、実務的な内容について理解し、実践できる。				【 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）				【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				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、実務的な内容について理解し、実践できる。				【 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）				【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				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、実務的な内容について理解し、実践できる。				【 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）				【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20回 実習				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、実務的な内容について理解し、実践できる。				【 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）				【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21回 実習				第29回 レポート作成（最終報告）			
【 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。				【 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、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）				【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22回 実習				第30回 レポート作成（最終報告）			
【 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。				【 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、実務的な課題をまとめて次の指導に生かす。（4.0hr）				【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）							
【学習上の留意点】							
【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 第1回～5回はリアルタイム方式の授業を実施する。授業内容は変更しない。必要に応じて使用する資料は、Google Drive上にアップして、事前にポータル配信する。授業は、時間割通りの曜日・時刻に実施する。出席の確認は、各授業の冒頭に画面を通じて行う。							
【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】							
【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合授業の場合】 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・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		卒業認定方針との関連	⑦	
【目的とねらい】 学内・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 【 到達目標 】 具体的な研修時期を確定し、現場実習の目的を理解する。 【授業時間外学習】 健康運動指導士の資格取得を目指す理由をノートに整理する。(4.0hr)				第9回 健康産業施設等での接客・接遇方法（2） 【 到達目標 】 健康産業施設等において様々な対象者がいることを想定したロールプレイを行い、その内容について議論する。 【授業時間外学習】 これまで学んだ内容を整理して、自身で注意点をまとめる。(4.0hr)			
第2回 運動指導時の安全管理・リスクマネジメント 【 到達目標 】 健康産業施設等における緊急時の対応、運動による事故や怪我の対応を理解する。 【授業時間外学習】 一時救命処置に関する情報について理解しておく。(4.0hr)				第10回 健康のための体力測定（1） 【 到達目標 】 健康のための体力測定の種類や意義、リスクを理解する。 【授業時間外学習】 健康の維持・増進のために必要な体力要素を復習しておく。(4.0hr)			
第3回 生活状況調査の理解 【 到達目標 】 生活状況調査の方法やデータの活用法を理解する。 【授業時間外学習】 一般健診等の測定項目について、関連書籍等を参照しておく。(4.0hr)				第11回 健康のための体力測定（2） 【 到達目標 】 健康のための体力測定を実践して、方法や結果について議論する。 【授業時間外学習】 年齢や性別、障がいの有無などによって異なる注意点をまとめておく。(4.0hr)			
第4回 フィットネスクラブの役割 【 到達目標 】 今日のフィットネスクラブ業界の実際を理解する。 【授業時間外学習】 任意のフィットネスクラブのホームページ等より情報を整理する。(4.0hr)				第12回 健康のための体操指導（1） 【 到達目標 】 体操を構成し指導する一受けの一評価する。 【授業時間外学習】 安全で効率良く効果が期待できる体操について検討する。(4.0hr)			
第5回 運動指導者の役割 【 到達目標 】 健康産業施設などにおける指導者の役割を理解する。 【授業時間外学習】 健康運動指導士等の健康に関わる有資格者の情報を整理する。(4.0hr)				第13回 健康のための体操指導（2） 【 到達目標 】 体操を構成し指導する一受けの一評価する。 【授業時間外学習】 安全で効率良く効果が期待できる体操について検討する。(4.0hr)			
第6回 健康のための体力トレーニング指導（1） 【 到達目標 】 健康のための体力トレーニングの種類や実施のリスクを理解する。 【授業時間外学習】 健康の維持・増進のために実際に行われているトレーニング法を調べる。(4.0hr)				第14回 健康産業施設を想定した実践演習（1） 【 到達目標 】 これまで取り組んだ内容を踏まえて、実際の健康産業施設等現場実習を想定したロールプレイを行い、その内容について議論する。 【授業時間外学習】 これまでの知識や経験を整理して、運動プログラムを作成する。(4.0hr)			
第7回 健康のための体力トレーニング指導（2） 【 到達目標 】 健康のための体力トレーニングを指導者・対象者の立場で実施して、その内容について議論する。 【授業時間外学習】 年齢や性別、障がいの有無などによって異なる注意点をまとめておく。(4.0hr)				第15回 健康産業施設を想定した実践演習（2） 【 到達目標 】 これまで取り組んだ内容を踏まえて、実際の健康産業施設等現場実習を想定したロールプレイを行い、その内容について議論する。 【授業時間外学習】 前週を踏まえて、改善した運動プログラムを作成する。(4.0hr)			
第8回 健康産業施設等での接客・接遇方法（1） 【 到達目標 】 健康産業施設等での対象者の違い(高齢者や障がい者など)による対応について理解する。 【授業時間外学習】 これまで学んだ内容を整理して、自身で注意点をまとめる。(4.0hr)							

科 目 名		健康スポーツ特別演習		担当者	大澤 拓也・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		卒業認定方針との関連	㊦
【授業内容・到達目標など】 ※後期 1 5 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） 【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分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） 【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）				第28回 産業現場施設等での現場実習の報告（1） 【 到達目標 】 各自、実施した内容や気づき、感想などをプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、他の受講生と議論する。 【授業時間外学習】 自身の経験との共通点や相違点の整理、および学んだ内容を整理する。（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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）				第29回 産業現場施設等での現場実習の報告（2） 【 到達目標 】 各自、実施した内容や気づき、感想などをプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、他の受講生と議論する。 【授業時間外学習】 自身の経験との共通点や相違点の整理、および学んだ内容を整理する。（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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）				第30回 産業現場施設等での現場実習の報告（3） 【 到達目標 】 各自、実施した内容や気づき、感想などをプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、他の受講生と議論する。 【授業時間外学習】 自身の経験との共通点や相違点の整理、および学んだ内容を整理する。（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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。 【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4.0hr）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 前期は学内での演習を中心とした講義、後期は健康産業施設等への実習となる。学外実習も含まれるため、普段から報告・連絡・相談を迅速に行うこと、さまざまな年齢や立場の人と意識的にコミュニケーションをとることが重要である。 【オンライン授業の場合】 前期はオンラインでの演習・実践形式、および状況に応じてハイブリッド形式とする。後期は健康産業施設等への実習となるが、先方の施設の受入れ状況によって適宜実施内容や場所が変更となる可能性がある。						
【教科書・参考書など】 健康運動指導士養成講習テキスト						
【成績評価方法】 【対面授業・オンライン授業共通】 前期に行う指導案および演習での取り組み 5 0 %、後期に行う実習に関するレポートおよびプレゼンテーション 5 0 %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		卒業認定方針との関連	⑦
【目的とねらい】 健康スポーツ学科での専門科目として、講義と実習を統合し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、実習毎の内容や指導者・実習補助者・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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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。			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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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)			
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)						

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	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	／選択の区別			専門・選択		
授業形態	演習	科目ナンバー	HME401		卒業認定方針との関連	⑦	
【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。			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・世田谷ハーファラソン・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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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。			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】 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)			【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、次の授業の準備をする。(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。			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】 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)			【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)				
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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】世田谷区民の地域スポーツ活動での演習であり、しっかりとした言葉と態度で臨み、また演習場所が学外になる可能性があることに留意すること。毎時間、演習レポートを提出し、翌週までにフィードバックを行う。 【オンライン授業の場合】リアルタイム方式の授業を実施する。学外への実習はオンラインで実施可能なものへ変更する。使用する資料等は、授業開始前に本学Google Drive上にアップする。授業は時間割通りの曜日・時刻に実施する。出席の確認は、各授業回の冒頭に画面を通じて行う。							
【教科書・参考書など】 特になし。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】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。 【オンライン授業の場合】各授業回の提出されたレポートを毎回評価する。さらに、全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し評価する。各授業回の総合評価を60%、まとめのレポートを40%とし、合計100%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・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		卒業認定方針との関連	⑦	
【目的とねらい】 学内・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 【 到達目標 】 具体的な研修時期を確定し、現場実習の目的を理解する。 【授業時間外学習】 健康運動指導士の資格取得を目指す理由をノートに整理する。(4.0hr)			第9回 健康のための体力トレーニング指導（2） 【 到達目標 】 健康のための体力トレーニングを指導者・対象者の立場で実施して、その内容について議論する。 【授業時間外学習】 年齢や性別、障がいの有無などによって異なる注意点をまとめておく。(4.0hr)				
第2回 フィットネスクラブの役割 【 到達目標 】 今日のフィットネスクラブ業界の実際を理解する。 【授業時間外学習】 任意のフィットネスクラブのホームページ等より情報を整理する。(4.0hr)			第10回 健康のための体操指導（1） 【 到達目標 】 体操を構成し指導する一受け一評価する。 【授業時間外学習】 安全で効率良く効果が期待できる体操について検討する。(4.0hr)				
第3回 運動指導者の役割 【 到達目標 】 健康産業施設などにおける指導者の役割を理解する。 【授業時間外学習】 健康運動指導士等の健康に関わる有資格者の情報を整理する。(4.0hr)			第11回 健康のための体操指導（2） 【 到達目標 】 体操を構成し指導する一受け一評価する。 【授業時間外学習】 安全で効率良く効果が期待できる体操について検討する。(4.0hr)				
第4回 運動指導時の安全管理・リスクマネジメント 【 到達目標 】 健康産業施設等における緊急時の対応、運動による事故や怪我の対応を理解する。 【授業時間外学習】 一時救命処置に関する情報について理解しておく。(4.0hr)			第12回 健康のための体力測定（1） 【 到達目標 】 健康のための体力測定の種類や意義、リスクを理解する。 【授業時間外学習】 健康の維持・増進のために必要な体力要素を復習しておく。(4.0hr)				
第5回 生活状況調査の理解 【 到達目標 】 生活状況調査の方法やデータの活用法を理解する。 【授業時間外学習】 一般健診等の測定項目について、関連書籍等を参照しておく。(4.0hr)			第13回 健康のための体力測定（2） 【 到達目標 】 健康のための体力測定を実践して、方法や結果について議論する。 【授業時間外学習】 年齢や性別、障がいの有無などによって異なる注意点をまとめておく。(4.0hr)				
第6回 健康産業施設等での接客・接遇方法（1） 【 到達目標 】 健康産業施設等での対象者の違い(高齢者や障がい者など)による対応について理解する。 【授業時間外学習】 これまで学んだ内容を整理して、自身で注意点をまとめる。(4.0hr)			第14回 健康産業施設を想定した実践演習（1） 【 到達目標 】 これまで取り組んだ内容を踏まえて、実際の健康産業施設等現場実習を想定したロールプレイを行い、その内容について議論する。 【授業時間外学習】 これまでの知識や経験を整理して、運動プログラムを作成する。(4.0hr)				
第7回 健康産業施設等での接客・接遇方法（2） 【 到達目標 】 健康産業施設等において様々な対象者がいることを想定したロールプレイを行い、その内容について議論する。 【授業時間外学習】 これまで学んだ内容を整理して、自身で注意点をまとめる。(4.0hr)			第15回 健康産業施設を想定した実践演習（2） 【 到達目標 】 これまで取り組んだ内容を踏まえて、実際の健康産業施設等現場実習を想定したロールプレイを行い、その内容について議論する。 【授業時間外学習】 前週を踏まえて、改善した運動プログラムを作成する。(4.0hr)				
第8回 健康のための体力トレーニング指導（1） 【 到達目標 】 健康のための体力トレーニングの種類や実施のリスクを理解する。 【授業時間外学習】 健康の維持・増進のために実際に行われているトレーニング法を調べる。(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・大澤 拓也	
英 文 名	Special Seminar on Sports Wellness Sciences					
単 位 数	4	科目区分・必修	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	／選択の区別			専門・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HME401		卒業認定方針との関連	⑦
【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）				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）		
【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。				【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。		
【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4. 0hr）				【授業時間外学習】 実習内容について、自分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）				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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。				【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。		
【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4. 0hr）				【授業時間外学習】 実習内容について、自分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）				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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。				【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。		
【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4. 0hr）				【授業時間外学習】 実習内容について、自分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）				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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。				【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。		
【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4. 0hr）				【授業時間外学習】 実習内容について、自分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）				第28回 産業現場施設等での現場実習の報告（1）		
【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。				【 到達目標 】 各自、実施した内容や気づき、感想などをプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、他の受講生と議論する。		
【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4. 0hr）				【授業時間外学習】 自身の経験との共通点や相違点の整理、および学んだ内容を整理する。（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）				第29回 産業現場施設等での現場実習の報告（2）		
【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。				【 到達目標 】 各自、実施した内容や気づき、感想などをプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、他の受講生と議論する。		
【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4. 0hr）				【授業時間外学習】 自身の経験との共通点や相違点の整理、および学んだ内容を整理する。（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）				第30回 産業現場施設等での現場実習の報告（3）		
【 到達目標 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。				【 到達目標 】 各自、実施した内容や気づき、感想などをプレゼンテーションして、自身の理解を深めると共に、他の受講生と議論する。		
【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4. 0hr）				【授業時間外学習】 自身の経験との共通点や相違点の整理、および学んだ内容を整理する。（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 】 これまで学んだ知識や経験をもとに、運動指導現場に触れることで実務能力を身に着ける。						
【授業時間外学習】 実習内容について、自分の感想や他者からの評価と共に整理する。（4. 0hr）						
【学習上の留意点】						
【対面授業の場合】 前期は学内での演習を中心とした講義、後期は健康産業施設等への実習となる。学外実習も含まれるため、普段から報告・連絡・相談を迅速に行うこと、さまざまな年齢や立場の人と意識的にコミュニケーションをとることが重要である。						
【オンライン授業の場合】 前期はオンラインでの演習・実践形式、および状況に応じてハイブリッド形式とする。後期は健康産業施設等への実習となるが、先方の施設の受入れ状況によって適宜実施内容や場所が変更となる可能性がある。						
【教科書・参考書など】 健康運動指導士養成講習テキスト						
【成績評価方法】						
【対面授業・オンライン授業共通】 前期に行う指導案および演習での取り組み 5 0 %、後期に行う実習に関するレポートおよびプレゼンテーション 5 0 % とする。						

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		卒業認定方針との関連	⑦	
【目的とねらい】 健康スポーツ学科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）				
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）							

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	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	／選択の区別			専門・選択		
授業形態	演習	科目ナンバー	HME401			卒業認定方針との関連	⑦
【授業内容・到達目標など】 ※後期 1 5 回分							
第16回 ジョギング教室の実践①：講義				第24回 ジョギング教室アシスタント③			
【授業時間外学習】 ジョギングの理論について、調査・考察する。（4.0hr）				【授業時間外学習】 ジョギング指導の実践について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）			
第17回 ジョギング教室の実践②：実技				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。				【 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）				【授業時間外学習】 ジョギング指導の実践について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）			
第18回 ジョギング教室の実践③：討論				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。				【 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）				【授業時間外学習】 ジョギング指導の実践について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）			
第19回 ジョギング指導の実践①：フォーム				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。				【 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）				【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20回 ジョギング指導の実践②：ペース				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。				【 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）				【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21回 補強運動の実践および指導法				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。				【 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）				【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22回 ジョギング教室アシスタント①				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。				【 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）				【授業時間外学習】 ウォーキング・ジョギング教室の実践について広く調査し比較・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）							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 ※なお、より授業効果を高めることが期待できる場合には、対面とオンラインのハイブリッド形式で実施することもある。 【オンライン形式の場合】 オンデマンド方式の授業とする。各授業回のテーマおよび内容には大幅に変更される可能性があるため、十分な連絡・確認が重要となる。学習内容および自習をサポートするための資料の配信は、各授業回の2日前に「Pholly」または「Google Drive」上にアップし、指定された日時までに提出することとする。なお、授業時間中にリアルタイム方式にてグループディスカッションを行う場合もある。出席の確認は、各課題の提出によって行う。							
【教科書・参考書など】 特に使用しない。							
【成績評価方法】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 各授業回の課題を毎回評価し、授業終了時点でそれらを総合的に評価する。さらに、全授業回終了時点でまとめのレポートを実施し、評価する。各授業回の総合評価を60%、まとめのレポート評価を40%とし、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。							

科 目 名		生活習慣と健康			担当者	佐 藤 文 彦	
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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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				第9回 肥満症とメタボリックシンドローム－予防と治療、運動の意義			
【 到達目標 】				【 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。 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。				肥満症やメタボリックシンドローム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や実施上の注意を理解する。			
【授業時間外学習】				【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)				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				第10回 虚血性心疾患－虚血性心疾患の病態、成因、予防と治療、運動の意義			
【 到達目標 】				【 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。				虚血性心疾患の成因と病態、危険因子について理解する。予防と治療における運動療法や、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】				【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)				配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)			
第3回 耐糖能異常・糖尿病－定義、成因、合併症				第11回 がん(悪性新生物)－がんの対策と実態、予防における運動の意義			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
糖尿病の定義や分類、病態、合併症などについて理解する。				がんの成因と病態を理解する。がんの予防における運動と食事の意義や、運動実施上の注意点について学ぶ。			
【授業時間外学習】				【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)				配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)			
第4回 耐糖能異常・糖尿病－予防と治療、運動の意義				第12回 呼吸器疾患－呼吸器疾患の病態と予防、運動実施上の注意点			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
予防や治療における生活習慣変容の効果について、食事及び運動療法を中心に学ぶ。 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。				慢性閉塞性肺疾患や運動誘発性喘息の病態、予防における禁煙の重要性や運動実施上の注意点について理解する。			
【授業時間外学習】				【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)				配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)			
第5回 脂質異常症－定義、成因、予防と治療、運動の意義				第13回 軽度認知障害と認知症－分類と病態、予防と症状に対する運動の意義			
【 到達目標 】				【 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、病態などについて理解する。 予防や治療における生活習慣変容の効果について、食事及び運動療法を中心に学ぶ。				認知症の分類と症状について理解する。 認知症の予防と症状進行防止のための運動療法について学習する。			
【授業時間外学習】				【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)				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－定義、成因、予防と治療、運動の意義				第14回 ロコモティブシンドロームと骨粗鬆症－病態と診断、予防のための運動			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
高血圧の定義、診断分類、病態、合併症などについて理解する。 予防や治療における生活習慣変容の効果について、食事及び運動療法を中心に学ぶ。				ロコモティブシンドロームと骨粗鬆症の病態や診断、予防と治療について理解し、運動指導の意義を学ぶ。			
【授業時間外学習】				【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)				配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)			
第7回 生活習慣病の薬物療法の基本				第15回 生活習慣と健康 ―総括― 実践的な観点から			
【 到達目標 】				【 到達目標 】			
生活習慣病の各疾患について、治療する意義や薬物療法について理解する。				生活習慣と健康について、これまで学んできたことを踏まえて、具体的かつ実践的な運動指導について学ぶ。			
【授業時間外学習】				【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)				配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)			
第8回 肥満症とメタボリックシンドローム－定義と成因、疫学							
【 到達目標 】							
肥満および肥満症の定義、成因や合併症などについて理解する。 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)							
【学習上の留意点】							
【対面授業の場合】							
対面式での授業を実施し、PowerPoint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。 本講義の理解を深めるためにも、配布資料ならびに健康運動指導士養成講習会テキストをよく読み十分に学習をすること。							
【オンライン授業の場合】							
オンライン授業となった場合は、都度指示する。							
【教科書・参考書など】							
「健康運動指導士養成講習会テキスト」上下巻を事前に用意すること 刊行：(財)健康・体力づくり事業財団 講義では適宜追加資料を配布する。 参考書：「健康運動指導士試験 要点整理と実施問題」監修：稲次潤子 編集：上岡尚代 野田哲由 田辺達磨							
【成績評価方法】							
【対面授業・オンライン授業共通】							
レポート(60%)、講義内容に関する理解度テスト(40%)							

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	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	／選択の区別			専門・選択		
授業形態	演習	科目ナンバー	HME403			卒業認定方針との関連	⑦
【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)			
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)							
【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、事前学習・出席・事後学習を極めて重視する。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。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。 【対面授業の場合】大学において対面で授業を行う。 【オンライン授業の場合】第1回～第4回、第6回～第15回はオンラインで行う。第5回は対面で行う。							
【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最新版を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】 【対面授業の場合】 毎回の課題（50%）、実習レポート（50%）により評価する。 【オンライン授業の場合】 毎回の課題（50%）、実習レポート（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		卒業認定方針との関連	⑦	
【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)			
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)							
【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科目であり、事前学習・出席・事後学習を極めて重視する。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。 【対面授業の場合】大学において対面で授業を行う。運動負荷試験実習は夏休みの補講期間中に実施する。 【オンライン授業の場合】第1回はオンラインで行う。第2回～第15回は対面で行う。運動負荷試験実習は夏休みの補講期間中に実施する。							
【教科書・参考書など】 健康運動指導士養成会テキストは最新版を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とすること。 「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】 【対面授業の場合】 毎回の課題（50%）、実習レポート（50%）により評価する。 【オンライン授業の場合】 毎回の課題（50%）、実習レポート（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		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧

【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き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が、対面授業の場合では、案内を掲示するのでよく見て指定された日時に必ず出席すること。オンライン授業の場合では、本学ポータル配信にて案内を行い、リアルタイム方式でガイダンスを行う。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

【成績評価方法】

3年間を通したスポーツ活動実績と活動報告書に基づき総合的に評価を行う。

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		卒業認定方針との関連	⑥⑦⑧
【目的とねらい】 3年次からの2年間にわたる活動をとと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る。 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る。 31～45回：実験、調査、資料収集・分析などの手順について、確認しながら実行する。 46～60回：研究結果の考察を考え、論文としてまとめる。また、研究成果を報告や発表の準備をし実行する。						
【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。						
【成績評価方法】 2年間の論文作成にいたる過程での状況と論文の内容・発表力などを総合的に評価する。						

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		卒業認定方針との関連	⑨
【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世紀に入ってから教育改革について、教員政策を中心に学ぶ。(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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 以下の点に留意すること。 （1）授業に関する資料はGoogle Driveにアップし、資料にアクセスするためのアドレス等は随時メールにて配信する。 （2）資料の配信期間やレポート等の提出期限等もその都度メールでお知らせするので、見逃さないように十分に注意すること。						
【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】 【対面授業の場合】 授業出席2／3を満たした学生に対し試験（100％）を実施する。 【オンライン授業の場合】 小レポート（50％）と課題レポート（50％）から総合的に評価する。						

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			卒業認定方針との関連	⑨
【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。 (2)発達段階、発達課題について理解する。 【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9回 記憶の仕組み 【 到達目標 】 (1)系列位置効果を説明することができる。 (2)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2回 認知発達 【 到達目標 】 (1)認知発達について理解する。 (2)ピアジェの発達理論を理解する。 【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。 (2)問題解決力を高める方法を理解する。 【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3回 対人関係の発達 【 到達目標 】 (1)対人関係の基礎・愛着形成について理解する。 (2)友人関係の特徴や変化について理解する。 【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する。 (2)個人差に応じた教授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12回 授業 【 到達目標 】 (1)授業のあり方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・性格の測定について理解する。 削除 【授業時間外学習】 教育評価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14回 発達障害 【 到達目標 】 (1)発達障害の分類について理解する。 (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7回 動機づけの理論 【 到達目標 】 (1)内発的動機づけを活用した学習法 (2)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15回 適応支援 【 到達目標 】 (1)適応支援について具体的に理解する。 (2)“自己肯定感を育む”ということを理解する。 【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)			
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)							
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】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。講義で取り上げた重要概念の理解を確実にするため、毎回Phollyの「アンケート課題」を提出する必要がある。次回の授業で解説によるフィードバックをおこなう。適宜、心理テストを実施し自己分析をおこなったり、グループワークをおこなう。教員として専門の授業を運営するだけでなく、担任として、部活動の指導者として、教育心理学の知識をどのように活用していくかを常に考えながら受講することが求められる。 【オンライン授業の場合】オンデマンド方式の授業を実施する。授業動画は授業日の前日に、本学ポータルサイトの Google Drive 上にアップロードし、ポータルサイトから配信する。資料は授業の前日までにはPhollyの「参考資料」にアップロードする。資料をプリントアウトし、実際の教室での授業のように、ノートを作ることができる体勢で受講すること。出席は、Phollyの「アンケート課題」の提出によって確認する。次回の授業動画で「アンケート課題」の解説によるフィードバックをおこなう。適宜、心理テストを実施し、自己分析をおこなう。教員として専門の授業を運営するだけでなく、担任として、部活動の指導者として、教育心理学の知識をどのように活用していくかを常に考えながら受講することが求められる。							
【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)、高坂康雅・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】 【対面授業の場合】 Phollyの「アンケート課題」30%、期末テストの結果（試験は試験期間中に別途実施）を70%として評価する。合格基準は60%である。 【オンライン授業の場合】 Phollyの「アンケート課題」50%、最終レポート試験50%、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。							

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		卒業認定方針との関連	⑨
【目的とねらい】 教育や学校に関する事項について社会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)			
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)						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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。 【オンライン授業の場合】 オンデマンド方式の授業を実施する。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しない。配信資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補足資料である。配信は、各回授業日の6時までにGoogle Drive上にアップし、次回授業前日まで掲載する。出席は、各回の授業課題の提出によって確認する。						
【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】 【対面授業の場合】授業内レポート（40％）、定期試験（60％）。試験は「試験期間中に別途実施する」。 【オンライン授業の場合】各回の授業課題（45％）、期末レポート課題（55％）。						

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		卒業認定方針との関連	⑨
【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9回 生徒理解の方法⑤ 「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）		
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）						
【学習上の留意点】 【対面授業の場合】 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ただきます（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。 【オンライン授業の場合】 ①オンデマンド方式で授業を実施します。授業内容は、授業回数が減った場合でも、大幅には変更しません。 ②各授業回に音声入りパワーポイント動画を閲覧できるようにします。閲覧については、授業開始時刻に動画のリンクURLを配信し、原則として5日後の17:00まで閲覧できるようにします。 ③出席は、各授業回の提出物の提出によって確認します。						
【教科書・参考書など】 ・対面形式で実施する場合は、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。オンデマンド方式で実施する場合は、あらかじめテキスト（プリント）をオンライン上で配信しますので、プリントアウトをして授業に臨んでください。 ・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おりますので、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】 【対面授業の場合】 ・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。 【オンライン授業の場合】 ・毎授業時の提出物の評価……75％ 期末課題の結果……25％ ・提出物および期末課題は、クラウドシステムを活用して回収します。						

科 目 名		教職実践演習（中・高）		担当者	須甲 理生・大塚 雅一・小堀 哲郎 助友 裕子・高橋 修一・宮本 乙女 沢田真喜子・瀬川 大・高野美和子	
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		卒業認定方針との関連	⑨
【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 】 教科指導、生徒指導、特別活動、部活動指導等の視点から教育実習について振り返ることができる。 【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。上記の活動を通して、効果的な生徒指導の方法について理解する。 【授業時間外学習】 プロジェクトを継続して行い、問題点を記録しておく。(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理解する。 【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10回 特別活動・部活動指導から学んだこと 【 到達目標 】 部活動指導に関する事例に基づきグループ討論を行う。上記の活動を通して、効果的な部活動指導の方法について理解する。 【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3回 授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）① 【 到達目標 】 保健体育科の体育分野及び科目体育の授業研究（授業のVTR視聴とディスカッション）を通して、授業授業を効果的に設計・指導・評価するためのポイントを理解することができる。 【授業時間外学習】 保健体育科の体育分野及び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。この活動を通して、自身の教員としての課題を理解する。 【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4回 授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）② 【 到達目標 】 保健体育科の保健分野及び科目保健の授業研究（授業のVTR視聴とディスカッション）を通して、保健授業を効果的に設計・指導・評価するためのポイントを理解することができる。 【授業時間外学習】 保健体育科の保健分野及び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5回 授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）③ 【 到達目標 】 保健体育科の年間指導計画の事例検討を通して、年間指導計画作成上の留意点を理解する。 【授業時間外学習】 保健体育科の年間指導計画を作成する。(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 】 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。この活動を通して、自身の教員としての課題点を補うための学びの視点を深めることができる。 【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6回 授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）④ 【 到達目標 】 教育実習における研究授業の指導案分析を通して、改善点を適切に抽出し、適切な評価規準を設定し直すことができる。 【授業時間外学習】 学習指導案の改善点の抽出、評価規準の設定を行う。(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。この活動を通して、自身の教員としての課題点を補うための学びの視点を深めることができる。 【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7回 授業指導力の向上（教育実習を踏まえて）⑤ 【 到達目標 】 教科指導におけるICT機器の活用方法や主体的・対話的で深い学びを取り入れる方法について理解する。 【授業時間外学習】 ICT機器の活用方法や主体的・対話的で深い学びの具体例について検討する。(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（技術・知識・教職の適性）を確認し、学び続ける教員像に向けた今後の教員としての成長課題を理解する。 【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)		
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。上記の活動を通して、効果的な生徒指導の方法について理解する。 【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)						
【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。 対面方式で授業が実施できない場合には、第1、7、8、9、10、11、14回の授業回についてはリアルタイム型のメディアを活用した授業方式で実施する。その他の授業回については、オンデマンド方式の授業形態で実施する。その場合においても、対面での授業内容から大幅に変更はしない。配信される資料は、各授業回の音声入りパワーポイント動画と補足資料である。授業動画・資料は、Google Drive上にアップし、そのURLをポータル配信する。出席は、各授業回の出席レポート（授業動画・資料配信日の1週間後までにGoogle Form等に必要事項を記入して送信する）にて確認する。						
【教科書・参考書など】 テキスト：学習指導要領、「体育教育学入門 三訂版」（大修館）、中・高体育科教育法（建帛社）、体育授業の副読本 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】 対面・オンラインいずれの場合においても成績評価方法に変更はない。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％） 本授業の欠席は原則として認めない。欠席する場合には、欠席を予定している授業回の事前に「教職実践演習」の授業専用の欠席届を学生支援課（教務・修学担当）で受け取り、必要事項を記入の上、担当教員に提出すると共に、後日、欠席をした授業回については、必ず補講を受講する必要がある。15回の授業のうち、事前の欠席届の提出無しに2回の無断欠席をした場合には、本授業の履修を放棄したものとしてみなす。						

