

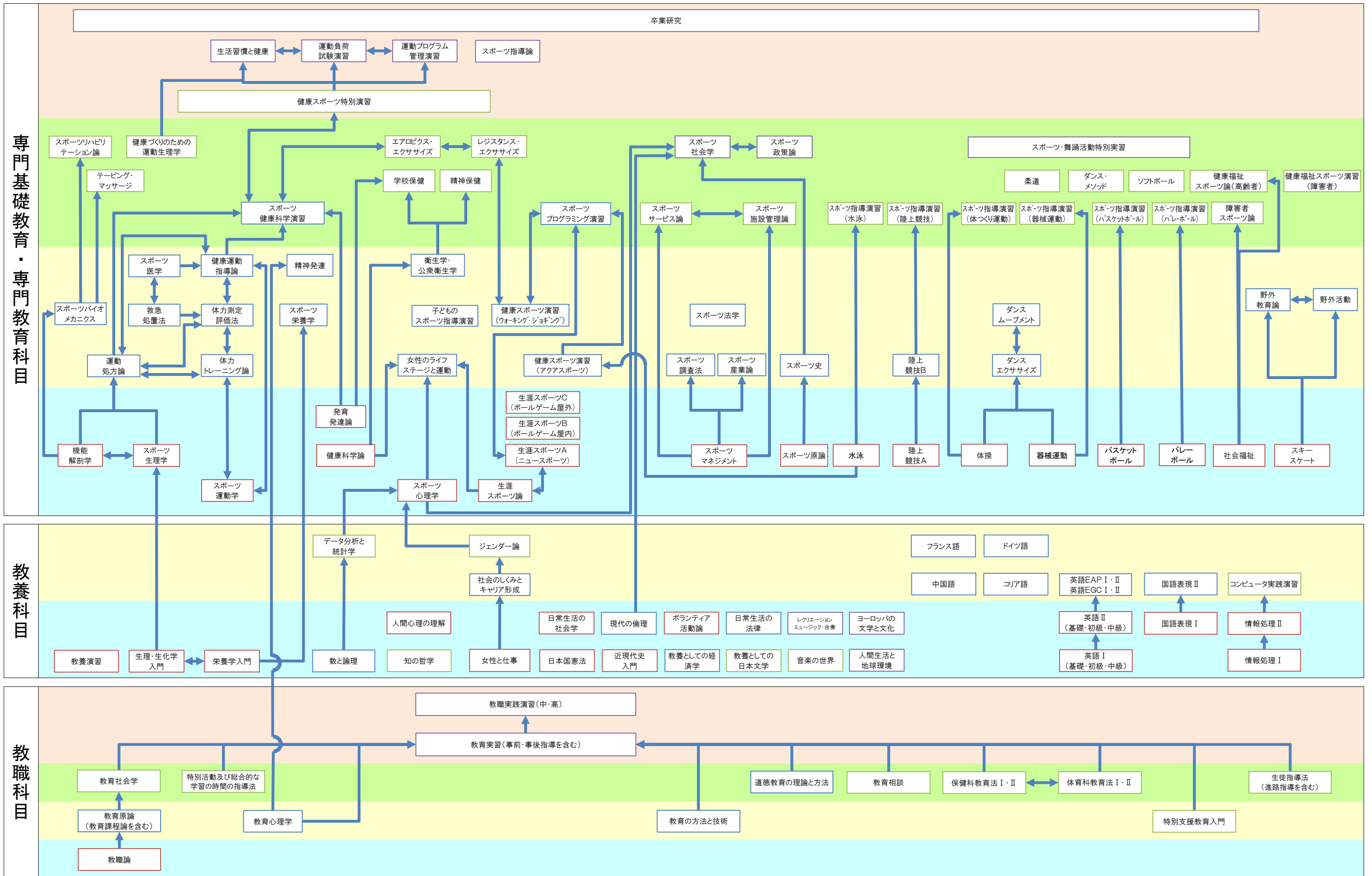
日本女子体育大学 | 2025年度

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



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 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科	
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修	
授業形態	講義	科目ナンバー	SLR101・DLR101・HLR101・CLR101			卒業認定方針との関連④	
【到達目標】 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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
憲法に関する基礎的事項・理論について		理論や学説等を理解し自らまとめて説明できる。		憲法に関する理論や学説を教科書や配布資料を参照しながら説明することができる。		理解が不十分で説明できない。	
憲法に関する研究知見に関する事項		研究知見の要点を自らまとめて説明できる。		研究知見を資料等を参照しながら自ら説明することができる。		知見の理解が不十分で説明できない。	
憲法の研究知見の活用に関する事項		知見の活用について自らの意見を示すことができる。		知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。		知見の活用に関する理解が不十分で自らの意見を述べることができない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
第1回 オリエンテーション、憲法とは何か 【 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。 【授業時間外学修】 教科書の「開講」と「第1講」を熟読する。(4.0hr)				第9回 経済的自由権 【 到達目標 】 (1)職業選択の自由とはどのようなことであるかを理解する。 (2)財産権とはどのようなものであるかを理解する。 【授業時間外学修】 教科書の「第9講」を熟読する。(4.0hr)			
第2回 憲法の歴史：立憲主義の登場と日本における憲法の歩み 【 到達目標 】 (1)立憲主義について理解する。 (2)大日本帝国憲法と日本国憲法の制定過程とその内容の違いについて理解する。 【授業時間外学修】 教科書の「第2講」を熟読する。(4.0hr)				第10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。 【授業時間外学修】 教科書の「第11講」を熟読する。(4.0hr)			
第3回 基本的人権総論 【 到達目標 】 (1)基本的人権の種類を理解する。 (2)基本的人権が誰に、どの程度保障されるのかを理解する。 【授業時間外学修】 教科書の「第3講」・「第4講」を熟読する。(4.0hr)				第11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。 【授業時間外学修】 教科書の「第12講」を熟読する。(4.0hr)			
第4回 法の下での平等 【 到達目標 】 (1)法の下で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。 【授業時間外学修】 教科書の「第5講」を熟読する。(4.0hr)				第12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。 【授業時間外学修】 教科書の「第24講」を熟読する。(4.0hr)			
第5回 思想・良心の自由と信教の自由 【 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。 【授業時間外学修】 教科書の「第6講」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)国会と国民主権の関係について理解する。 【授業時間外学修】 教科書の「第15講」・「第16講」・「第17講」・「第18講」を熟読する。(4.0hr)			
第6回 学問の自由 【 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)大学の自治とはどのようなことであるかを理解する。 【授業時間外学修】 教科書の「第6講」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。 【授業時間外学修】 教科書の「第19講」を熟読する。(4.0hr)			
第7回 表現の自由総論 【 到達目標 】 (1)表現の自由とは何かを理解する。 (2)表現の自由の重要性を理解する。 【授業時間外学修】 教科書の「第7講」を熟読する。(4.0hr)				第15回 裁判所 【 到達目標 】 (1)司法権の概念やその限界、司法権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。 【授業時間外学修】 教科書の「第20講」・「第21講」を熟読する。(4.0hr)			
第8回 表現内容規制と表現内容中立規制 【 到達目標 】 (1)表現の自由に対する規制の種類を理解する。 (2)表現の自由に対する規制の合憲性判断基準について理解する。 【授業時間外学修】 教科書の「第8講」を熟読する。(4.0hr)				各回の授業の内容は変更される場合がある。			
【学修上の留意点】 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（Googleクラスルームを通して配布）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、自分で考え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修を導入する。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。授業に関する質問は積極的に受け付ける。							
【教科書・参考書など】 「現代憲法入門講義 新7版」加藤一彦・植村勝慶編著、北樹出版、2024（新6版とは内容が変更されているため、シラバスで指定されている「新7版」を購入すること。）							
【成績評価方法】 期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。なお、シラバスに記載されている成績評価方法に変更がある場合は、適宜授業内で連絡する。							

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
【到達目標】 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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
アカデミック・スキルズについて		スキルズを習得し活用できる		ハンドブック等を参照しながら活用できる		習得が不十分で活用できない	
ソーシャル・スキルズについて		スキルズを習得し活用できる		ハンドブック等を参照しながら活用できる		習得が不十分で活用できない	
レポート・プレゼンテーションについて		やり方を習得し自分で行うことができる		ハンドブック等を参照しながら行うことができる		習得が不十分で行うことができない	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
第1回 アイスブレイク 【 到達目標 】 クラスメイトと「アイスブレイク」の活動を通して、仲間と打ち解けあい、よりよい集団づくりをしていくには何が必要かを体験的に学ぶ。 【授業時間外学修】 学習内容を今後のクラス、部活動、諸活動などの実践の場で活かすよう工夫する。(4.0hr)				第9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。 【授業時間外学修】 授業で実践したスキルを、今後の授業・研究などで実践してみる。(4.0hr)			
第2回 私の学生生活 【 到達目標 】 成人としてのルール・マナー、学生生活で起こりうるトラブルを確認し、自分の大学生活を有意義なものしていくにはどうすればよいか、を自覚的に考える。 【授業時間外学修】 授業で確認した内容を踏まえ、今後の大学生活をどう送るかについて各自の自覚を深める。(4.0hr)				第10回 話し合いの技術 【 到達目標 】 集団で物事を決定する際の諸方法の長所・短所を比較考察し、話し合いの目的や決める内容に応じた適切な方法を考える。 【授業時間外学修】 学習内容を今後のクラス・部活動・諸活動などの実践の場で活かせるよう工夫する。(4.0hr)			
第3回 大学とはどこどころか 【 到達目標 】 大学の制度や教職員の働き方など、多くの点で高校と異なることを理解し、より良い大学生活を送る上で、様々な相談窓口があることを知る。授業の種類や単位について学び、単位習得の条件や授業時間以外の学習の必要性を考える。 【授業時間外学修】 授業で確認した内容を踏まえ、実際に学内を回って相談窓口を確認し、自らの履修登録内容から学習計画を立てる。(4.0hr)				第11回 プレゼンテーションの技術 【 到達目標 】 プレゼンテーションに求められる姿勢・準備方法等を理解し、その効果的な実施方法や手順を習得する。 【授業時間外学修】 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 【 到達目標 】 日本女子体育大学の創立者である二階堂トクヨの生涯を概観し、本学がどのようにして創立されたのかを理解し、説明できるようになる。また、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て、本学で学ぶことの意義を考える。 【授業時間外学修】 創立者二階堂トクヨのことや本学の建学の精神・教育理念を必要な場で話すことができるよう、学習内容を確認する。(4.0hr)				第12回 レポート・論文作成の技術 【 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。また、レポート・論文作成における不正行為を防ぐ方法を学習し、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。 【授業時間外学修】 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5回 講義ノートをつくる 【 到達目標 】 大学で行われる授業の性質・特徴を踏まえて、講義ノートの意義・留意点を確認する。担当教員の指示に従ってノートづくりを実践し、各自の改善点を探る。 【授業時間外学修】 講義ノートをつくる技術を今後の講義・演習・研究に活かせるよう工夫する。(4.0hr)				第13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。 【授業時間外学修】 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6回 図書館などの大学施設を活用しよう 【 到達目標 】 大学の学びのサポートにはどのようなものがあるかを理解し、図書館の活用や情報検索の方法、施設利用のマナーや利用手続きなどを体験的に学ぶ。 【授業時間外学修】 学習内容を今後のクラス・部活動・諸活動などの実践の場で活かせるよう工夫する。(4.0hr)				第14回 キャリアプランとライフプラン 【 到達目標 】 「キャリア」について理解し、これからの時代（社会情勢やAI）に対し、自分の将来像を考える。数年後、数十年後のライフプランを立てることにより、自分の価値観に合うキャリアを探る。 【授業時間外学修】 学習内容を踏まえ、自分が想像するキャリアプラン・ライフプランを考える。(4.0hr)			
第7回 ハラスメントについて学ぶ 【 到達目標 】 ハラスメントの特徴を踏まえて、大学生活で起こりうるハラスメントや、ハラスメント問題の対応と対策を考える。 【授業時間外学修】 学習内容を今後のクラス・部活動・諸活動などの実践の場で活かせるよう工夫する。(4.0hr)				第15回 レポート・プレゼンテーション 【 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作業を行う。 【授業時間外学修】 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、基本問題の実践を通じて習得する。 【授業時間外学修】 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)							
【学修上の留意点】 この授業は、講義ではなく「演習」である。そこでは受講生ひとりひとりが読み、考え、書き、意見交換をし、調べ、報告する様々な「活動」が中心となる。良識ある態度で授業に臨み、教員・クラスメイトと協力し合って、この演習を有意義なものにすることが望まれる。							
【教科書・参考書など】 『教養演習ハンドブック』を用いる。他にも必要に応じて随時ハンドアウト・資料等を配布する。 第2回では、入学時に配布された『ニチジョ info.』、『学生生活スタートブック 学生生活は危険がいっぱい』、『学生便覧』を持参し、第7回では、『キャンパス・ハラスメント防止および問題解決のためのガイドライン』（日本女子体育大学ハラスメント防止委員会編）が、追加資料となる。							
【成績評価方法】 スキル・課題の習得度・達成度を50％、レポート・プレゼンテーションの達成度50％で評価する。							

科 目 名		情報処理 I		担当者	牧 琢弥・水野 有希 阿南 大・竹内 由利子		
英 文 名		Information Literacy I					
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科	
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修	
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR104・DLR104・HLR104・CLR104			卒業認定方針との関連	②③
【到達目標】 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び、実践することができる。 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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
PCを利用するために必要最低限な知識		PCの利用で問題点などを判断できる知識を習得し、実践することができる。		Web上のマナー・著作権・ネットの仕組みを理解し、説明することができる。		利用するためのネットの仕組みや注意点などが、無理できていない。	
アプリケーションの大学生としての標準的スキル		与えられた課題を思考・判断して取り組む力を習得し、実践することができる。		Officeアプリの標準的なスキルを習得し、説明することができる。		大学生としての標準的スキルの習得が不十分である。	
周辺機器の標準的な利用方法		周辺機器を自律駆に使いこなせる能力を習得し、実践することができる。		ファイルと保存、プリンタなどの設定方法を習得し、説明することができる。		周辺機器の利用と設定に支障がある。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
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。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第9回 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第10回 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第11回 プレゼンテーション法の理解 【 到達目標 】 (1)PCを使ったプレゼンテーションについて理解する。 (2)PowerPointによるスライド作成を習得する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第12回 プレゼンテーションの方法1 【 到達目標 】 (1)プレゼンテーション・スライドの応用的利用について理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第13回 プレゼンテーションの方法2 【 到達目標 】 (1)プレゼンテーション・スライドの効果的利用方法を習得する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第14回 OSとアプリケーションとファイルについての理解 【 到達目標 】 (1)OSとアプリケーションについての知識を得る。 (2)Word文書をPDF形式に保存する方法・EXCELをCSV形式に保存する方法等を習得する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第15回 ファイルについての知識および管理の方法 【 到達目標 】 (1)ファイルについての知識および管理方法を習得する。 (2)様々な保存形式について理解する。 (3)提出課題ポートフォリオによるスキルの自己チェックを行う。 【授業時間外学修】 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 【 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。 【授業時間外学修】 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）							
【学修上の留意点】 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。							
【教科書・参考書など】 別途、授業時に指示する。							
【成績評価方法】 毎回の提出課題を100％として評価する。							

科 目 名		情報処理Ⅱ		担当者	牧 琢弥・水野 有希 阿南 大・竹内 由利子	
英 文 名		Information Literacy Ⅱ				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR105・DLR105・HLR105・CLR105		卒業認定方針との関連	②③
【到達目標】 「情報処理Ⅰ」よりワンランク上の内容を学ぶ。Wordでは、より高度な文書作成（データの差し込み等）を学び、報告書や論文作成に活用できる操作を習得する。Excelでは、高度な計算に加えて、データの並べ替えや抽出等の操作を習得して活用できる。Power Pointでは、相手に伝わるプレゼンテーションを作るための工夫を学び、実際にプレゼンテーションを行うことができる。また、画像や映像ファイルの編集方法を学び、実際に撮影や録画したデータから作品を作り、情報発信することができる。さらに、ネットワークコンピューティング、OSやファイル管理、周辺機器やメディアについても理解する。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
PCを実用的に利用できる高度な知識		実際に発生する問題の解決・判断と知識を習得し、実践することができる。		WebやPCの利用に関する問題意識と適切な判断と知識を取得し、説明することができる。		WebやPC利用上の適切さ・知識が欠如し、説明することができない。
アプリケーションの実際の問題を解決する力		実際の問題に対し、PCアプリやWebによる高度な解決能力を取得し、実践することができる。		PCアプリの実用的課題に対し自律的に計画できる能力を身に付け、説明することができる。		PCアプリによる実際の問題への解決能力が欠如し、説明することができない。
周辺機器を含めたPCの総合的な利用		高度なファイル管理やクラウドの設定を理解し、実践することができる。		ファイル管理・ネットワーク機器・クラウドの設定を標準的理解し、説明することができる。		ファイル管理・ネットワーク機器の利用知識が欠如し、説明することができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 情報ツールとネットワーク・コンピューティング 【 到達目標 】 (1)情報端末機器とWebについての理解する。 (2)情報ツール、Wifiについて理解する。 (3)クラウド（Cloud）について理解する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第9回 数値データのビジュアル化 【 到達目標 】 (1)分析に適したグラフを理解する。 (2)分析結果をグラフで表現する。 【授業時間外学修】 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 パソコンの構成と周辺機器 【 到達目標 】 (1)パソコンの構成を理解する。 (2)パソコンの周辺機器の用途や機能について理解する。 (3)パソコンの設定について理解する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第10回 データベースのデータの活用 【 到達目標 】 (1)データベースについて理解する。 (2)データベースのデータを文書に差し込む方法を習得する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）		
第3回 文書作成の方法（応用） 【 到達目標 】 (1)高度なワード文書の作成に必要な機能を理解する。 (2)文書上のオブジェクトの編集方法を習得する。 (3)校閲、参考資料の機能を理解し、操作方法を修得する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第11回 マルチメディアデータの取込と編集 【 到達目標 】 (1)知的財産権について理解する。 (2)マルチメディアのファイルについて理解する。 (3)マルチメディアをPCで取込む方法や編集ソフトの利用方法を習得する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）		
第4回 ビジュアル表現の方法（応用）1 【 到達目標 】 (1)目的・用途に合わせた表や図形の編集方法を習得する。 (2)画像編集ソフトの活用を修得する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第12回 スライドを使ったプレゼンテーション1 【 到達目標 】 (1)プレゼンテーション内容に適したスライド作成を理解する。 (2)グループワークによりプレゼンテーション用スライドを作成する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）		
第5回 ビジュアル表現の方法（応用）2 【 到達目標 】 (1)複雑な図形表現の方法を習得する。 (2)作成されたオブジェクトの利用方法を習得する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第13回 スライドを使ったプレゼンテーション2 【 到達目標 】 (1)スライドの作成を完了する。 (2) プレゼンテーションを行うための資料作成を行う。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）		
第6回 ビジュアル表現の方法（応用）3 【 到達目標 】 (1)文書上のオブジェクトについて理解する。 (2)文書上の画像コンテンツのレイアウト方法を習得する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第14回 スライドを使ったプレゼンテーション3 【 到達目標 】 (1)スライドを使ってプレゼンテーションを行う。 (2)他のグループによる評価を行い、プレゼンテーションしたグループにフィードバックする。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）		
第7回 数値データの分析1 【 到達目標 】 (1)EXCELの式と関数によるデータ処理を理解する。 (2)絶対参照の利用方法を習得する。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）				第15回 ファイル管理とPCの設定 【 到達目標 】 (1)高度なファイル操作・管理・設定を習得する。 (2)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。 【授業時間外学修】 予め教科書の該当箇所を読んでおくこと。授業で学んだ内容を復習すること。（4.0hr）		
第8回 数値データの分析2 【 到達目標 】 (1)統計に必要な関数の利用方法を習得する。 (2)データに条件をつけて分析・表示させる方法を習得する。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 「情報処理Ⅰ」で学んだ事を踏まえて、アプリケーションのスキルアップをするとともに、ネットワーク・コンピューティングの仕組みと活用についての実践的知識を習得することで、専門科目、卒業研究などに活用可能な知識を得ることを目標とする。						
【教科書・参考書など】 別途、授業時に指示する。						
【成績評価方法】 毎回の提出課題を１００％として評価する。						

科 目 名		国語表現Ⅰ		担当者	石元 みさと・並木 真理子 高橋 良久	
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
【到達目標】 ・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、実生活に活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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
言語運用能力を高める		十分な言語運用能力を得られた		標準的な言語運用能力を得られた		十分な言語運用能力を得られなかった
言語に関するリテラシーを養う		十分な言語リテラシーを得られた		標準的な言語リテラシーを得られた		十分な言語リテラシーを得られなかった
批判的思考力を養う		十分な批判的思考力を習得できた		批判的思考力を習得できた		批判的思考力を身につけられなかった
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーション（授業概要理解・学習目標設定） 【 到達目標 】 この授業の目的とねらい、学習方法を理解し、各自が学習目標を設定する。 【授業時間外学修】 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）				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 日常生活（他授業やアルバイト）での会話でも敬語を使うようにする（4.0hr）				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 SPIに頻出する「二語の関係」の問題に取り組む。（4.0hr）				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 実際にEメールを作成してみる。（4.0hr）				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 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）。						
【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】 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%						

科 目 名		英語Ⅰ（基礎）		担当者	加賀 岳彦	
英 文 名		EnglishⅠ（Elementary）				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR107・DLR107・HLR107・CLR107		卒業認定方針との関連	②
【到達目標】 この授業では英語の基礎を確認・再学習し、その応用演習を行う。要点は、1）基本語彙を覚える、2）文法・発音の基礎を復習・確認する、3）平易な英文・対話文でコミュニケーションができるようになる、の3点である。また受講生の必要に応じて英語になじむための活動や、各自がこれから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取り入れる。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
英語の基礎的な語彙・文法を習得する		授業で学習した語彙・文法が身についている		授業で学習した語彙・文法が辞書・ノートを参照して理解・運用できている		授業で学習した語彙・文法が習得できていない
基礎的な英文を理解し、表現する		授業で学習した英文を辞書・ノートなしで理解・表現できる		授業で学習した英文を辞書・ノートを参照して理解・表現できる		授業で学習した英文を理解・表現できない
英語学習を主体的に行う		授業前・授業・授業後に自発的な学習を行う		自発的な学習を自分のペースで行う		自発的な学習姿勢が身についていない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーションおよびプレシ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。 自分はどうのような技能が弱いかを自己分析する。 【授業時間外学修】 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 英語基礎演習⑧ My Habit（1） 【 到達目標 】 「習慣」がその人をつくるとよく言われる。とすれば「習慣」も重要な「自己」の一部である。 この回では自分の生活上の「習慣」に関する語彙・英語表現を学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、担当教員の指示に従って次の予習を行う。（4.0hr）		
第2回 英語基礎演習① Be More Polite（1） 【 到達目標 】 大学生の使う英語には「丁寧さ」が求められる。初対面の人とのコミュニケーションで用いるpoliteな表現を実践的に学習する。 また日常生活で頻繁に使う表現や疑問文のpoliteな表現の仕方を練習し、習得する。 【授業時間外学修】 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10回 英語基礎演習⑨ My Habit（2） 【 到達目標 】 前回の内容に引き続き、自分の生活上の「習慣」に関する語彙・英語表現を、アクティビティを通じてさらに広く学び、習得する。 【授業時間外学修】 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 英語基礎演習② Be More Polite（2） 【 到達目標 】 前回学習した内容を応用して、さらに英語でpoliteに表現する方法・知識を学習し、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。（4.0hr）				第11回 英語基礎演習⑩ My Personality（1） 【 到達目標 】 自分の「性格・個性」を英語で表現できる日本人は少ない。自分の性格を簡潔かつ平易に英語で表現するための語彙・文のつくり方、表現法を実践的に学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、担当教員の指示に従って予習を行う。（4.0hr）		
第4回 英語基礎総合演習③ My Major & Degree（1） 【 到達目標 】 「大学生」の自己紹介は、高校生の時と同じであってはならない。大学生になった自分を英語で自己紹介し、自分を理解してもらうための「大学生ヴァージョン」の表現を実践的に学ぶ。 また自分の「専門」や将来の希望を英語で表現する方法・語彙を習得する。 【授業時間外学修】 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12回 英語基礎演習⑪ My Personality（2） 【 到達目標 】 前回の学習内容を応用して、自分のみならず、他者の性格・個性を理解するのに必要かつ有効な語彙・表現方法を実践的に学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。（4.0hr）		
第5回 英語基礎演習④ My Major & Degree（2） 【 到達目標 】 前回の学習内容を応用して、さらに「大学生になった」自分のこと、専門、将来の希望等を明確に英語で表現する方法を習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。（4.0hr）				第13回 英語基礎演習⑫ My Health（1） 【 到達目標 】 「健康」は世界の誰とでも共有できるテーマである。国際的な自分の「健康状態」を伝えたり「体調不良」を英語で表現する際に有用な語彙・表現法を実践的に学習し、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、担当教員の指示に従って予習を行う。（4.0hr）		
第6回 英語基礎演習⑤ My Sports/Dance Experiences（1） 【 到達目標 】 自分が行ってきた、あるいは行っているスポーツ・ダンスなどの「経験」を、分かりやすく的確に英語で表現する方法を学び、習得する。 【授業時間外学修】 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14回 英語基礎演習⑬ My Health（2） 【 到達目標 】 前回の学習内容を応用して、自分が「健康のために」どのようなことに注意したり行っているかを英語で表現する演習を行い、その語彙・表現法を習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。（4.0hr）		
第7回 英語基礎演習⑥ My Sports/Dance Experiences（2） 【 到達目標 】 前回の学習内容を応用して、さらに自分のスポーツ・ダンスの経験、およびそれに付随するさまざまな「経験」を英語でどのように表現するかを学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。（4.0hr）				第15回 英語基礎演習⑭ Review（2） 【 到達目標 】 第9回から第14回までの総復習を行い、各自の弱点を把握するとともに、ここまで学習した知識をさらに拡充させる。 【授業時間外学修】 総復習の内容をもう一度点検する。（4.0hr）		
第8回 英語基礎演習⑦ Review（1） 【 到達目標 】 第2回から第7回までの総復習を行い、各自の弱点を把握するとともに、ここまで学習した知識をさらに拡充させる。 【授業時間外学修】 総復習の内容をもう一度点検する。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 予習・復習を継続し、毎回課される小テスト・課題にしっかりと取り組むこと。小テスト・課題の結果は、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】 授業用のハンドアウトを使用する。 辞書を持参すること（電子辞書可）。						
【成績評価方法】 原則として、授業への出席・参加（小テスト等を含む）50％、期末試験50％から評価する。						

科 目 名		英語Ⅰ（初級）		担当者	小山 さや香	
英 文 名		EnglishⅠ（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
【到達目標】 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きけるようになるための学習指導も取り入れる。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
英語の語彙・表現		語彙・表現を理解し、正しく使用できる。		教科書・辞書を参照しながら語彙・表現を理解し、正しく使用できる。		語彙・表現の理解が不十分で正しく使用できない。
英語のリスニング・リーディング		英語の特徴を理解し、英語を聞いたり読んだりできる。		英語の特徴を必要最低限理解し、英語を聞いたり読んだりできる。		英語の特徴について理解が不十分で聞いたり読んだりできない。
日常生活・一般生活レベルの英語表現		簡単な英語を使用して英語で表現できる。		辞書や資料等を参考にしながら、簡単な英語を使用して英語で表現できる。		理解が不十分で英語で表現できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーションおよびプレイズ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。 【授業時間外学修】 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 Unit 2: A Day in the Life Review 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学ぶ。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 Unit 2で習った語彙・文法を理解し、使えるようにする。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）		
第2回 イントロダクション・Unit 1: People Lesson A 【 到達目標 】 英語の基礎について復習しながら、理解を深める。 英語の語彙や文法を学ぶ。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第10回 Unit 3: Going Places Lessons A and B 【 到達目標 】 英語の語彙・文法について学ぶ。 英語の特徴を理解しながら、英語のリスニングに取り組む。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）		
第3回 Unit 1: People Lessons B and C 【 到達目標 】 英語の基礎について復習しながら、理解を深める。 英語の語彙や文法を学ぶ。□ 英語の特徴を理解しながら、リスニング演習に取り組む。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第11回 Unit 3: Going Places Lessons C and E 【 到達目標 】 英語の語彙・文法について学ぶ。 英語の特徴を理解しながら、英語のリスニング・ライティングに取り組む。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）		
第4回 Unit 1: People Lessons C and D 【 到達目標 】 英語の基礎について復習しながら、理解を深める。 英語の語彙や文法を学ぶ。 英語の特徴を理解しながら、リーディング演習に取り組む。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第12回 Unit 3: Going Places Lesson D 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学ぶ。 英語の特徴を理解しながら、英語のリーディングに取り組む。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）		
第5回 Unit 1: People Lesson E, Review 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学ぶ。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 Unit 1で習った語彙・文法を理解し、使えるようにする。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第13回 Unit 3: Going Places Review 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学ぶ。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 Unit 3で習った語彙・文法を理解し、使えるようにする。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）		
第6回 Unit 2: A Day in the Life Lessons A and B 【 到達目標 】 英語の語彙・文法について学ぶ。 英語の特徴を理解しながら、英語のリスニングに取り組む。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第14回 Units 1-3 復習 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学ぶ。 英語の特徴を理解しながら、英語のリスニング・リーディングに取り組む。 Units 1-3で習った語彙・文法・表現を復習・理解し、使えるようにする。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）		
第7回 Unit 2: A Day in the Life Lessons C and E 【 到達目標 】 英語の語彙・文法について学ぶ。 英語の特徴を理解しながら、英語のリスニング・ライティングに取り組む。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第15回 Units 1-3 まとめ 【 到達目標 】 前期に習った英語表現について復習しながら、理解を深める。 前期に習った語彙・文法・表現を復習・理解し、使えるようにする。 【授業時間外学修】 前期の学習内容を振り返ると共に不確かな点を復習し、知識の定着を図る。（4.0hr）		
第8回 Unit 2: A Day in the Life Lesson D 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学ぶ。 英語の特徴を理解しながら、英語のリーディングに取り組む。 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力を向上させる。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 主体的に授業に参加し、各自予習・復習を継続しておこなうこと。						
【教科書・参考書など】 World English 1A, Third Edition: Combo Split 1A with Spark Access + e-Book (1 year access), National Geographic Learning.（ISBN: 9798214085395） ※クラス分け後の初回授業時に購入サイトのURLをお知らせします						
【成績評価方法】 原則として、平常点50%、試験・課題50%とし、総合的に評価する。						

科 目 名		英語Ⅰ（中級）		担当者	中村 大輔	
英 文 名		EnglishⅠ（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
【到達目標】 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き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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
英語基礎知識の強化		高校レベル以上の英語基礎知識を習得できる		高校レベルでの未習得知識を習得できる		高校レベルでの未習得知識を習得できない
英語receptive skillsの熟達		授業で扱ったトピックに関して授業外でlistening・readingを基礎レベルで運用できる		授業で扱ったトピックに関して授業内でlistening・readingを基礎レベルで運用できる		reading・speakingを基礎レベルで運用できない
自立学習の促進		授業外で積極的に英語を学習する意欲を持つ		授業外で英語を予習する意欲を持つ		授業外で英語を学習する意欲を持たない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーションおよびプレイズ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。 【授業時間外学修】 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 英語中級総合演習⑨: Unit 4: Money Management (2) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）		
第2回 Introduction 英語総合演習⑩: Unit 1: Roomates (1) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）				第10回 英語中級総合演習⑩: Unit 5: Close Ties (1) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）		
第3回 英語総合演習⑪: Unit 1: Roommates (2) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）				第11回 英語中級総合演習⑪: Unit 5: Close Ties (2) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）		
第4回 英語中級総合演習⑫: Unit 2: Checking out (1) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）				第12回 英語中級総合演習⑫: Unit 6: Time to Celebrate (1) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）		
第5回 英語中級総合演習⑬: Unit 2: Checking out (2) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）				第13回 英語中級総合演習⑬: Unit 6: Time to Celebrate (2) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）		
第6回 英語中級総合演習⑭: Unit 3: Get in Shape (1) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）				第14回 英語中級総合演習⑭: Unit 7:Animals in Danger (1) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）		
第7回 英語中級総合演習⑮: Unit 3: Get in Shape (2) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）				第15回 英語中級総合演習⑮: Unit 7: Animals in Danger (2) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 Unit1-14の復習（4.0 hr）		
第8回 英語中級総合演習⑯: Unit 4: Money Management (1) 【 到達目標 】 演習を通して、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及び学術研究に必要なスキルを身につける。 強化した英語基礎知識をlistening及びreadingで積極的に活用する。 【授業時間外学修】 授業内容の復習と次章の予習（4.0 hr）						
【学修上の留意点】 予習をして授業に参加すること。授業時の私語を慎むこと。						
【教科書・参考書など】 角山 照彦, Andrey Dubinsky, David Edward Keane. (2018). New Connection. Book 2. CEFR A2-B1. 『4 技能を高める英語演習』. 成美堂						
【成績評価方法】 平常点（授業内発表、小テスト等）50%、試験50％で判断する。						

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
【到達目標】 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しながら、大学生向けの英語の表現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（自律）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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
英語の基礎的な語彙・文法を習得する		授業で学習した語彙・文法が身についている		授業で学習した語彙・文法が辞書・ノートを参照して理解・運用できている		授業で学習した語彙・文法が習得できていない
基礎的な英文を理解し、表現する		授業で学習した英文を辞書・ノートなしで理解・表現できる		授業で学習した英文を辞書・ノートを参照して理解・表現できる		授業で学習した英文を理解・表現できない
英語学習を主体的に行う		授業前・授業・授業後に自発的な学習を行う		自発的な学習を自分のペースで行う		自発的な学習姿勢が身についていない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 授業説明および英語基礎演習① 【 到達目標 】 この授業の目標・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。 【授業時間外学修】 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学習を行う。（4.0hr）				第9回 英語基礎演習⑨ Expressing Emotions 【 到達目標 】 英語による「感情表現」を学ぶ。その語彙と表現法を実践的に学び、習得する。 【授業時間外学修】 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 英語基礎演習② Specific Questions (1) 【 到達目標 】 他者とコミュニケーションをするとき疑問文は欠かせない表現形式であり、情報をさらに細かく知りたいときはそれに適した表現をしなければならない。この回では、受講生が既に学んだ質問文・疑問文を、より細かく聞いていく際に必要な英語表現の技法を実践的に学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。（4.0hr）				第10回 英語基礎演習⑩ Advice & Encouragement (1) 【 到達目標 】 よりよい人間関係を築くためには「アドバイス」や「励まし」は欠かせない。この回では、相手に「アドバイス」を求めたり、「アドバイス」を与えたりする際に有用な語彙・表現法を実践的に学び、習得する。 【授業時間外学修】 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 英語基礎演習③ Specific Questions (2) 【 到達目標 】 前回に引き続き、さまざまな質問文・疑問文を、より細かく聞いていく際に必要な英語表現の技法を実践的に学び、習得する。特に語彙面の習得を重視する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。（4.0hr）				第11回 英語基礎演習⑪ Advice & Encouragement (2) 【 到達目標 】 人は日々刻々と何らかの「判断」の表現が豊富にある。今回はさまざまな「励まし」の表現、およびそれにもちいる語彙を実践的に学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、予習を行う。（4.0hr）		
第4回 英語基礎演習④ Specific Questions (3) 【 到達目標 】 前回に引き続き、さまざまな質問文・疑問文を、より細かく聞いていく際に必要な英語表現の技法を実践的に学び、習得する。今回は、相手にとって失礼だったりぶしつけにならない常識的で丁寧な疑問文の作り方を重点的に学ぶ。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、予習を行う。（4.0hr）				第12回 英語基礎演習⑫ Judgement & Opinion (1) 【 到達目標 】 人は日々刻々と何らかの「判断」を下しながら生きている。この回では、日常生活レベルでよく用いる「判断」を表す語彙を学び、文を作って練習し、習得する。 【授業時間外学修】 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 英語基礎演習⑤ Thanking & Apologizing (1) 【 到達目標 】 英語での感謝表現はThank you. だけではない。大学生から社会人まで知っておくべき様々な「感謝表現」を実践的に学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題および予習を行う。（4.0hr）				第13回 英語基礎演習⑬ Judgement & Opinion (2) 【 到達目標 】 前回の Judgementを基に、この回では自分の「意見」を構成する練習を行う。そのための語彙、表現方法を学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、予習を行う。（4.0hr）		
第6回 英語基礎演習⑥ Thanking & Apologizing (2) 【 到達目標 】 人間はミスを犯せば「謝罪」しなければならない。英語には I'm sorry. 以外にも「謝罪」の表現がさまざまなある。この回では英語の多様な謝罪表現を実践的に学び、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、予習を行う。（4.0hr）				第14回 英語基礎演習⑭ New Goals 【 到達目標 】 大学生の自分が今抱いている様々な「目標」を英語で語れるようになることを目指す。「目標」を表現するのに有用な語彙、表現方法を学習し、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。（4.0hr）		
第7回 英語基礎演習⑦ Super Politeness 【 到達目標 】 人に何かを頼んだり依頼する際は「丁寧」でなければならないし、それが初対面の人や関係が遠い人に対してはなおさらである。この回では、英語でも最上レベルの丁寧表現を使った依頼の仕方を実践的に学習し、習得する。 【授業時間外学修】 授業で学んだ事項を復習し、課題を行う。（4.0hr）				第15回 英語基礎演習⑮ Review (2) 【 到達目標 】 第9回から第14回までの総復習を行い、各自の弱点を把握するとともに、ここまで学習した知識をさらに拡充させる。 【授業時間外学修】 総復習の内容をもう一度点検する。（4.0hr）		
第8回 英語基礎演習⑧ Review (1) 【 到達目標 】 第2回から第7回までの総復習を行い、各自の弱点を把握するとともに、ここまで学習した知識をさらに拡充させる。 【授業時間外学修】 総復習の内容をもう一度点検する。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 予習・復習を継続し、毎回課される小テスト・課題にしっかりと取り組むこと。小テスト・課題の結果は、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】 授業用のハンドアウトを使用する。 辞書を持参すること（電子辞書可）。						
【成績評価方法】 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。						

科 目 名		英語Ⅱ（初級）		担当者	穴 沢 良子		
英 文 名		English Ⅱ（Lower-Intermediate）					
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科	
履修年次	1		教養・必修	教養・必修	教養・必修	教養・必修	
授業形態	演習	科目ナンバー	SLR111・DLR111・HLR111・CLR111			卒業認定方針との関連	②
【到達目標】 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ただけるようになるための学習指導も引き続き行う。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
英語の語彙・表現		語彙・表現を理解し、正しく使用できる。		教科書・辞書を参照しながら語彙・表現を理解し、正しく使用できる。		語彙・表現の理解が不十分で正しく使用できない。	
英語のリスニング・リーディング		英語の特徴を理解し、英語を聞いたり読んだりできる。		英語の特徴を必要最低限理解し、英語を聞いたり読んだりできる。		英語の特徴について理解が不十分で聞いたり読んだりできない。	
日常生活・一般生活レベルの英語表現		簡単な英語を使用して英語で表現できる。		辞書や資料等を参考にしながら、簡単な英語を使用して英語で表現できる。		理解が不十分で英語で表現できない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
第1回 イントロダクション・英語初級総合演習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。「英語Ⅰ（初級）」の復習を行う。 【授業時間外学修】 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・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 8）＞ テーマ：Eating While Walking 文法事項： 知覚動詞 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）			
第2回 英語初級総合演習② 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学び、日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。 ＜学修内容（テキストUnit 1）＞ テーマ：A New Way to Wake Up 文法事項：形式主語や形式目的語のit 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第10回 英語初級総合演習⑩ 【 到達目標 】 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 9）＞ テーマ：How Do You Keep Your Keys? 文法事項： 反対語 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）			
第3回 英語初級総合演習③ 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学び、日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。 ＜学修内容（テキストUnit 2）＞ テーマ：Frame Styles For Glasses 文法事項：名詞の数量表現 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第11回 英語初級総合演習⑪ 【 到達目標 】 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 10）＞ テーマ：Tablet-Based Lessons Versus Paper Textbook-Based Lessons 文法事項： 副詞 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）			
第4回 英語初級総合演習④ 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学び、日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。 ＜学修内容（テキストUnit 3）＞ テーマ：Pizza Party Etiquette 文法事項：比較級・最上級の不規則変化 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第12回 英語初級総合演習⑫ 【 到達目標 】 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 11）＞ テーマ：Where Do You Want To Go? 文法事項：動名詞の役割 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）			
第5回 英語初級総合演習⑤ 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学び、日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。 ＜学修内容（テキストUnit 4）＞ テーマ：Why Do Young People Love Starbucks? 文法事項：集合名詞 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第13回 英語初級総合演習⑬ 【 到達目標 】 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 12）＞ テーマ：Is Shaking Hands Finished? 文法事項：主語＋used to＋動詞の原型 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）			
第6回 英語初級総合演習⑥ 【 到達目標 】 英語の語彙・表現について学び、日常生活・一般常識レベルの英語運用能力を身につける。 ＜学修内容（テキストUnit 5）＞ テーマ：Gift Certificates in Convenience Stores 文法事項：和製英語 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第14回 英語初級総合演習⑭ 【 到達目標 】 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 13）＞ テーマ：Unusual Souvenirs That Foreign Visitors Buy in Japan 文法事項：日本文化紹介 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）			
第7回 英語初級総合演習⑦ 【 到達目標 】 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 6）＞ テーマ：Gift Exchange Party-What Present Would You Buy? 文法事項：仮定法過去 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）				第15回 英語初級総合演習⑮ 【 到達目標 】 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 14）＞ テーマ：Smartphone Charging 文法事項：再帰代名詞による強調用法 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題に取り組む。（4.0hr）			
第8回 英語初級総合演習⑧ 【 到達目標 】 日常生活・一般生活レベルの英語運用能力をさらに向上させる。 ＜学修内容（テキストUnit 7）＞ テーマ：Is Learning How to Drive a Manual Car Necessary? 文法事項：書き言葉thusの主な使い方 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、課題・予習に取り組む。（4.0hr）							
【学修上の留意点】 英語辞書を必ず持参すること（紙の辞書または電子辞書）。 主体的に授業に参加すること。 授業内で与えられた課題に取り組み、発表する。教員はこれに対してフィードバックをおこなう。 各自予習・復習を継続しておこなうこと。							
【教科書・参考書など】 『Read On. Think On 超入門、考える基礎英語読本』Jonathan Lynch, Atsuko Yamamoto, Kanako Watanabe著、三修社、価格2,000円＋税							
【成績評価方法】 平常点50％、試験25％、課題25％を原則とし、総合的に評価する。							

科 目 名		栄養学入門		担当者	古泉 佳代 ・ 趙 秋華		
英 文 名		Primary Nutrition					
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科		健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1		教養・選択	教養・選択		教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE101・DLE101・HLE101・CLE101			卒業認定方針との関連	①
【到達目標】							
食生活は心身の健康と密接な関わりがあり、そのバランスや豊かさが生活の安定に直結する。特に幼少期からの食生活習慣の形成は、そのあとに続く成人期、高齢期の生活と健康に重要な意味を持ち、また、食は心の健康や社会生活にも大きな影響を及ぼす。 本授業では、栄養に関する基本的な知識を学ぶことを目的とし、「正しく食べる」ことの意味とその影響について考え、受講生自身の食生活への意識、行動も高めることをねらいとする。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
食生活を取り巻く環境に関する基礎事項		食生活を取り巻く環境を理解し、自らの言葉で説明できる		食生活を取り巻く環境を理解し、教科書及び資料を用いて説明できる		食生活を取り巻く環境を理解できない	
食生活と健康に関する基礎事項		栄養素に関する基礎事項を理解し、自らの言葉で説明できる		栄養素に関する基礎事項を理解し、教科書及び資料を用いて説明できる		栄養素に関する基礎事項を理解できない	
食生活と文化に関する基礎事項		フードリテラシーや、味わい、食文化を理解し、自らの言葉で説明できる		フードリテラシーや、味わい、食文化を理解し、教科書及び資料を用いて説明できる		フードリテラシー、味わい、食文化を理解できない	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
第1回 ガイダンス・食生活と社会環境 【 到達目標 】 (1) 自分の食生活を振り返り、食べることにについて考えることができる。 (2) 食生活は色々な環境が関係していることに気付く。 【授業時間外学修】 毎日の食事から食生活を振り返り、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)				第9回 食生活と健康⑧食生活と健康 【 到達目標 】 (1) 青年期の食生活と健康との関わりについて理解する。 (2) エネルギーバランスからウエイトコントロールを考えることができる。 (3) 栄養バランスの良い食事をするために重要な点についてディスカッションできる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)			
第2回 食を取り巻く環境の変化 【 到達目標 】 (1) フードシステムの複雑化にともなって生じている食生活の課題を認識する。 【授業時間外学修】 食に関するニュースを検索し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)				第10回 食生活と健康⑨たんばく質 【 到達目標 】 (1) たんぱく質の種類、代謝を理解できる。 (2) たんぱく質の摂取方法について考えることができる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)			
第3回 食料の供給と課題 【 到達目標 】 (1) 食料自給率の低下とその背景を理解する。 (2) 農業再生に向けた取組みの現状を把握する。 【授業時間外学修】 フードロスに関するニュースを検索し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)				第11回 食生活と健康⑩ビタミン・ミネラル・水 【 到達目標 】 (1) ビタミン・ミネラルの種類、代謝を理解できる。 (2) 水の出納を理解できる。 (3) ビタミン、ミネラル、水の摂取方法について考えることができる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)			
第4回 食品の安全性①食中毒・リスク分析 【 到達目標 】 (1) 食品由来の危害要因と健康へのリスクについて理解する。 (2) 食中毒とその危害要因、食中毒の予防について知識を得て行動できるようにする。 (3) リスク分析の考え方と3つの構成要素について理解する。 【授業時間外学修】 食中毒予防を実践し、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)				第12回 食生活と健康⑪食の情報を読み解くリテラシー・飲み物の糖度 【 到達目標 】 (1) 食情報のリテラシーの重要性について理解する。 (2) 「健康食品」の表示の実態を知り、問題点について指摘できるようにする。 (3) 飲み物の糖度について理解できる。(4) 糖質の摂取方法について考え、ディスカッションできる。 【授業時間外学修】 健康により根拠は何かを考え、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)			
第5回 食品の安全性②食品の安全性を確保するための制度 【 到達目標 】 (1) わが国の食品の安全性を確保するための法律と制度について知る。 (2) 食品の容器・包装の表示を読み、表示の役割について考えることができる。 (3) 食品の安全性やフードシステムについて、ディスカッションできる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)				第13回 食生活と文化⑫食物のおいしさ 【 到達目標 】 (1) おいしさの要因や味わい教育、おいしさの表現方法について知る。 (2) おいしさの要因を理解することができる。 (3) おいしさについて、ディスカッションできる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)			
第6回 食生活と健康⑬食物と栄養（栄養バランス） 【 到達目標 】 (1) 栄養バランスの評価方法を理解し、栄養バランスの良い食事を考えることができる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)				第14回 食生活と文化⑬日本の食文化・共食の現代的課題 【 到達目標 】 (1) 自然環境と歴史のなかで、日本食文化がどのように形成されたかを理解できる。 (2) 共食の意義と家族や地域における共食の歴史変遷を知り、有効的な活用について考えることができる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)			
第7回 食生活と健康⑭炭水化物 【 到達目標 】 (1) 炭水化物の種類、代謝を理解できる。 (2) 炭水化物の種類を理解することができる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)				第15回 食育とフード・リテラシー 【 到達目標 】 (1) わが国における食育の推進について、現状と課題を理解できる。 (2) フード・リテラシーとは何か、自分らしい「食」を実現し、「食」を楽しむために、どのようなリテラシーが必要か考えることができる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、フード・リテラシーを生かした食生活を実践する。(4.0hr)			
第8回 食生活と健康⑮食物と栄養（脂質） 【 到達目標 】 (1) 脂質の種類、代謝を理解できる。 (2) 脂質の摂取方法について考えることができる。 【授業時間外学修】 教科書を見直しながら、次回の授業の準備を進める。(4.0hr)							
【学修上の留意点】 パワーポイントを用いて講義の要点を示し、口頭で詳細を説明する。受講生は、授業前までにGoogleドライブにアップされた資料をダウンロード、印刷等で用意し、各自準備する必要がある。授業内では、教科書で単語や事例を確認しながら理解を深めていく。本講義を理解するためには、自分自身の食生活を振り返りながら、受講することが大切である。また、授業内で学生同士のディスカッションや食体験を取り入れるため、自分だけ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。 講義では、毎回、授業内容に関する理解度確認テストを実施し、理解度の確認を行う。							
【教科書・参考書など】 教科書 編著者 金子佳代子・松島悦子「白熱教室 食生活を考える」（アイ・ケイコーポレーション出版） 参考資料は、適宜配布する。							
【成績評価方法】 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10%、理解度テストを30%、併せて100%で評価する。合格基準は60%である。							

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	
【到達目標】 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、それらに關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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
日常生活に密接な法律の基礎的事項・理論について		理論や学説を理解し自らまとめて説明できる。		理論や学説を教科書等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。	
日常生活に密接な法律の研究知見に関する事項		研究知見の要点を自らまとめて説明できる。		研究知見を資料等を参照しながら説明できる。		知見の理解が不十分で説明できない。	
日常生活に密接な法の研究知見の活用に関する事項		知見の活用について意見を示すことができる。		知見の活用に関する理解はできており、資料等を参照しながら説明できる。		知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
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。 【授業時間外学修】 日本に存在している法律の数を調べる。(4.0hr)				第9回 戸籍制度 【 到達目標 】 (1) 戸籍制度とはどのような者なのかを理解する。 (2) 無戸籍が発生する原因を理解する。 【授業時間外学修】 無戸籍者に対する行政の取り組みについて調べる。(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。 【授業時間外学修】 自分のアルバイトの契約内容について調べる。(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。 【授業時間外学修】 実際に特許をとっている製品を調べる。(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。 【授業時間外学修】 ブラックバイトの具体的な事例を調べる。(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。 【授業時間外学修】 著作権法違反が問題となった事例を調べる。(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。 【授業時間外学修】 恋愛関係において発生する問題を調べる。(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。 【授業時間外学修】 遺棄される動物の数を調べる。(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。 【授業時間外学修】 DV防止法に関する具体的な事件を調べる。(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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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7回 夫婦と法律 【 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。 【授業時間外学修】 婚姻届けの記載事項を調べる。(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。 【授業時間外学修】 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)			
第8回 家族と法律 【 到達目標 】 (1) 法的な親子関係の発生について理解する。 (2) 親子関係の存否をめぐる問題について理解する。 【授業時間外学修】 親子関係に関する民法の規定がどのように改正されたのかを整理する。(4.0hr)				各回の授業の内容は変更される場合がある。			
【学修上の留意点】 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（Googleクラスルームを通して配布）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。なお、履修者の理解促進のため、東京弁護士会が主催する出張法教育授業を導入する場合がある。							
【教科書・参考書など】 この授業では、教科書等の指定はない。							
【成績評価方法】 期末試験の結果100%で評価する（良好な出席状況は、当然の前提である）。試験は試験期間中に実施する。なお、シラバスに記載されている成績評価方法に変更がある場合は、適宜授業内で連絡する。							

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
【到達目標】						
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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
経済学の基礎の修得		経済学の基礎を修得し、具体例を挙げて説明できる。		教科書等を参照して、経済学の基礎を説明できる。		経済学の基礎の修得が不十分であり、説明できない。
経済学的視点の修得		経済学的視点にもとづいて経済社会を理解し、説明できる。		経済学的視点にもとづいて身近な生活を理解し、説明できる。		経済学的視点の修得が不十分であり、経済社会と生活の理解がままならず説明できない。
経済学的視点の活用		経済社会の問題について、経済学的視点にもとづいて説明できる。		身近な生活の問題について、経済学的視点にもとづいて説明できる。		経済学的視点にもとづいて、経済問題に関する見解を示せない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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かりを理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 経済史の重要テーマについて調べる（高度経済成長）。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 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。						
【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】 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。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 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
【到達目標】 This course (English for General Communication I) will encourage students to use and improve their English-language skills on a variety of topics.						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
SPEAKING		伝えたい内容を80%以上伝えることができる。		伝えたい内容を50%以上伝えることができる。		伝えたい内容を伝えることができない。
LISTENING		内容を80%以上理解できる。		内容を50%以上理解できる。		内容をほぼ理解できない。
VOCABULARY		語義を英語で説明できる。		語義を日本語で説明できる。		語義を知らない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 Introductions 【 到達目標 】 Previewing contents and goals of the course 【授業時間外学修】 Preview syllabus (4.0hr)				第9回 Is that right? 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学修】 Review vocabulary (4.0hr)		
第2回 Hello 【 到達目標 】 Speaking about yourself 【授業時間外学修】 Review vocabulary (4.0hr)				第10回 Backchanneling 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学修】 Practise model conversation (4.0hr)		
第3回 Small Talk 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学修】 Practise model conversation (4.0hr)				第11回 How about you? 【 到達目標 】 Previewing vocabulary 【授業時間外学修】 Preview vocabulary (4.0hr)		
第4回 That’s a lovely T-shirt. 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学修】 Practise model conversation (4.0hr)				第12回 Showing interest 【 到達目標 】 Discussing your interest 【授業時間外学修】 Preview vocabulary (4.0hr)		
第5回 Compliments 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学修】 Preview vocabulary (4.0hr)				第13回 Reading a story 【 到達目標 】 Reading comprehension 【授業時間外学修】 Reading preparation (4.0hr)		
第6回 Pardon 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学修】 Preview vocabulary (4.0hr)				第14回 Preparations for Mid-term Presentations 【 到達目標 】 Previewing the mid-term presentation 【授業時間外学修】 Prepare Mid-term Presentation (4.0hr)		
第7回 I really enjoyed it. 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学修】 Practise model conversation (4.0hr)				第15回 Presentations Test 【 到達目標 】 Course Review 【授業時間外学修】 Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)		
第8回 Information 【 到達目標 】 Answering with additional information 【授業時間外学修】 Preview vocabulary (4.0hr)						
【学修上の留意点】 Any English is better than no English - always try to say something, to give some kind of answer! 授業時のスマートフォンの使用厳禁						
【教科書・参考書など】 担当者が配布するプリント						
【成績評価方法】 Participation 40%, Presentations 30% and Tests 30%						

科 目 名		英語 E A P II		担当者	中村 大輔	
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
【到達目標】 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。この授業では英語EAP1に引き続き学術語彙リスト掲載語彙や文章のアウトラインの把握等の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、受講生は充分に準備した上で授業に臨むことになる。なお、英語EAP1よりも1段階難易度を上げた文章(語数500～700語程度)を扱う。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
英文論理構造の理解		専門分野以外の学術論文の論理構造を把握できる		専門分野の論文の論理構造を把握できる		topic sentenceやsupporting details等の論理関係を把握できない
英語reading skillsの習得		初見の文章の理解においてreading skillsを使用できる		reading skillsへの意識を高められる		reading skillsを理解できない
学術語彙リスト掲載語彙の獲得		学術語彙リスト掲載の語彙を使用して自らの考えを表現できる		学術語彙リスト掲載の語彙を使用して文章を理解できる		学術語彙リスト掲載の語彙を使用できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーション:EAPとは 【 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。 【授業時間外学修】 Chapter 1に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)				第9回 英文読解演習 (8) :Chapter 8: The Reliability of Eyewitnesses 【 到達目標 】 アウトラインを利用して情報を整理できるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 9に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)		
第2回 英文読解演習 (1) : Chapter 1: Our Internal Clock 【 到達目標 】 情報をベン図で表すことができるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 2に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)				第10回 英文読解演習 (9) :Chapter 9: Innocent until Proven Guilty 【 到達目標 】 文章の流れをフローチャートで表すことができるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 10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) :Chapter 2: Is It Ok to Be Late? 【 到達目標 】 文章の流れをフローチャートで表すことができるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 3に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)				第11回 英文読解演習 (10) : Chapter 10: Saving Lives with New Organs 【 到達目標 】 棒グラフを理解できるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 11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) : Chapter 3: Technology Competes with Family Time ベン図を利用して類似点/相違点をまとめることができるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 4に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)				第12回 英文読解演習 (11) : Chapter 11: Objects from Space: Hits and Misses 【 到達目標 】 イラストレーションから情報を読み取ることができるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 12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) : Chapter 4: Sign Language for Everyone 【 到達目標 】 文章のアウトラインを作成できるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 5に関する問題演習を行い、課題・予習に取り組む。(4.0hr)				第13回 英文読解演習 (12) : Chapter 12: Medicine Today 【 到達目標 】 線グラフを理解することができる。 【授業時間外学修】 これまで扱ったReading Skillsの復習に取り組む。(4.0hr)		
第6回 英文読解演習 (5) : Chapter 5: Our Kinds are growing up too fast! 【 到達目標 】 情報を表を使用して整理できるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 6に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)				第14回 英文読解演習 (13) : 未読文章読解演習 【 到達目標 】 授業で扱ったreading skillsを初見文章へ応用できるようになる。 【授業時間外学修】 これまで扱ったreading skillsの復習に取り組む。(4.0hr)		
第7回 英文読解演習 (6) : Chapter 6: Loneliness: How Can We Overcome It? 【 到達目標 】 文章の流れをフローチャートで表すことができるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 7に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)				第15回 学術論文理解のための英語力とは 【 到達目標 】 授業全体のふり返りを行う。 今後の学習目標を設定する。 【授業時間外学修】 授業内容を復習し、自身の課題を設定する。(4.0hr)		
第8回 英文読解演習 (7) :Chapter 7: Solving Crimes with Modern Technology 【 到達目標 】 線グラフを理解できるようになる。 【授業時間外学修】 Chapter 8に関する問題演習を行い、テキストを読む。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 ・講義の理解度確認手段として課題をほぼ毎回出す。授業では冒頭で課題に関する解説を行うことで課題へのフィードバックを行うとともに、課題で習得したスキルを用いて文章構造を把握する問題演習を行う。指定された箇所の予習を確実に行った上で授業に出席すること。 ・授業には辞書を携帯すること。 ・履修者のレベルは英語1・2(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。						
【教科書・参考書など】 Yamashina, M., Yokoyama, M., & Okino, Y. (2023).Reading Choice. Skills for Academic Success. New Editioon.『現代のトピックを読むためのリーディングスキル<新版>』センゲージラーニング						
【成績評価方法】 原則として、授業内発表50%、試験・課題50%とし、総合的に評価する。						

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	
【到達目標】 This course (English for General Communication II) will encourage students to use and improve their English-language skills on a variety of topics.							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
SPEAKING		伝えたい内容を80%以上伝えることができる。		伝えたい内容を50%以上伝えることができる。		伝えたい内容を伝えることができない。	
LISTENING		内容を80%以上理解できる。		内容を50%以上理解できる。		内容をほぼ理解できない。	
VOCABULARY		語義を英語で説明できる。		語義を日本語で説明できる。		語義を知らない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
第1回 Introductions 【 到達目標 】 Previewing the contents and goals of the course 【授業時間外学修】 Preview syllabus(4.0hr)				第9回 Requests 【 到達目標 】 Practising polite requests 【授業時間外学修】 Preview vocabulary(4.0hr)			
第2回 Thank you so much 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学修】 Review vocabulary (4.0hr)				第10回 Invitations 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学修】 Practise model conversation (4.0hr)			
第3回 Thanking 【 到達目標 】 Listening in Context 【授業時間外学修】 Practise model conversation (4.0hr)				第11回 Saying "no" 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学修】 Preview vocabulary(4.0hr)			
第4回 Excuse me, but… 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学修】 Preview vocabulary (4.0hr)				第12回 Softeners 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学修】 Practise model conversation (4.0hr)			
第5回 Complaints 【 到達目標 】 Listening in context 【授業時間外学修】 Preview vocabulary(4.0hr)				第13回 Reading a Story 【 到達目標 】 Reading comprehension 【授業時間外学修】 Reading Preparation(4.0hr)			
第6回 This is my fault 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学修】 Preview vocabulary(4.0hr)				第14回 Preparations for Mid-term Presentations 【 到達目標 】 Previewing the mid-term presentation 【授業時間外学修】 Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)			
第7回 Apologies 【 到達目標 】 Practising vocabulary 【授業時間外学修】 Practise model conversation (4.0hr)				第15回 Presentations Test 【 到達目標 】 Course Review 【授業時間外学修】 Prepare Mid-term Presentation(4.0hr)			
第8回 I'd rather not say 【 到達目標 】 Dealing with undesirable questions 【授業時間外学修】 Preview vocabulary(4.0hr)							
【学修上の留意点】 Any English is better than no English - always try to say something, to give some kind of answer! 授業時スマートフォンの使用厳禁							
【教科書・参考書など】 担当者配布のプリント							
【成績評価方法】 Participation 40%, Presentations 30% and Tests 30%							

科 目 名		フランス語		担当者		
英 文 名		French				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	演習	科目ナンバー	SLE206・DLE206・HLE206・CLE206		卒業認定方針との関連	②
【到達目標】 はじめてフランス語を学ぶ学生を対象とする。音楽や映画を通してフランス語圏の文化を発見するとともに、フランス語の発音・リズム・表現に触れ、この言語が持つ特有の音楽性や詩情の豊かさを体感する。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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
フランス語に関する基本的な知見について		フランス語の成り立ちを説明できる		教科書を参照すればフランス語の成り立ちを説明できる		フランス語の成り立ちを説明できない
フランス語の発音と綴り字の規則について		規則を理解し、自律的に運用できる		教科書等を参照すれば発音が理解できる		理解が不十分であり、発音できない
フランス語の文法事項について		名詞の性数を理解し、動詞の活用を運用できる		辞書等を用いれば名詞の性数、動詞の活用が理解できる		動詞の活用や名詞の性数が理解できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】						
第1回 オリエンテーション：挨拶・アルファベ・綴りと発音、フランスとフランス文化 【 到達目標 】 (1)フランス語の挨拶やアルファベ、綴り、発音に触れ、フランスとフランス文化の特徴を理解する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、プリント「フランス語の成り立ち」を読む。(3.0hr)				第9回 フランス語の文法② 【 到達目標 】 (1)名詞・形容詞の性数一致を理解する。 (2)冠詞の用法を理解する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、プリント「フランス語の文法②」を読む。指示に従って課題を提出。(3.0hr)		
第2回 フランス語について：沿革と発音の特徴、フランス語の魅力 【 到達目標 】 (1)フランス語の歴史と文化的背景を理解して、フランス語の魅力を発見する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、プリント「フランスとフランス語圏」を読む。(3.0hr)				第10回 フランス語の文法③ 【 到達目標 】 (1)動詞の時制を理解する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、プリント「フランス語の文法③」を読む。指示に従って課題を提出。(3.0hr)		
第3回 フランス語の童謡① 【 到達目標 】 (1)歌の表現世界を理解する。 (2)フランスのシャンソンの背景や表現を理解する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、指示に従って課題を提出。(3.0hr)				第11回 絵本・おとぎ話の読解① 【 到達目標 】 (1)動詞の過去形を理解する。 (2)頻出単語を把握する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、指示に従って課題を提出。(3.0hr)		
第4回 フランス語の童謡② 【 到達目標 】 (1)歌の表現世界を理解する。 (2)フランス語の特徴的な読み方の規則を理解する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、指示に従って音声を録音・提出。(3.0hr)				第12回 絵本・おとぎ話の読解②口 【 到達目標 】 (1)前置詞を理解する。 (2)前置詞と定冠詞の縮約を理解する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、指示に従って課題を提出。(3.0hr)		
第5回 フランス語の文法① 【 到達目標 】 (1)フランス語の基本的な構造を理解する。 (2)主語、動詞の活用を理解する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、プリント「フランス語の文法①」を読む。指示に従って課題を提出。(3.0hr)				第13回 歌手 Zaz の楽曲「Je veux」で学ぶ聞き取り 【 到達目標 】 (1)聞き取りの発音上のポイントを把握する。 (2)聞き取りと文法の関係を理解する。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、指示に従って課題を提出。(3.0hr)		
第6回 歌手 Angèle の楽曲「Balance ton quoi」とフランス語の綴り字 【 到達目標 】 (1)歌の表現世界を理解する。 (2)フランス語の発音と綴り字の規則を理解する。 (3)現代フランス語圏の諸事情、現代フランス語の進化に触れる。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、指示に従って課題を提出。(3.0hr)				第14回 映画『ディリリとパリの時間旅行』で学ぶ聞き取りと場面の再現 【 到達目標 】 (1)指定された場面をスクリプトを元に再現する。 【授業時間外学習】 指示に従って課題を提出。(4.0hr)		
第7回 『アナと雪の女王』より「ありのままで」：フランス語の母音・子音 【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。 (2)フランス語の特徴的な発音や有声音と無声音の違いを理解する。 【授業時間外学習】 プリント「「ありのままで」の訳・発音のポイント解説」を読む。指示に従って課題に取り組む。(4.0hr)				第15回 講義総括 【 到達目標 】 (1)名詞・冠詞・形容詞、動詞、前置詞について文法をまとめる。 (2)発音の規則をまとめる。 【授業時間外学習】 授業を振り返り、自分なりのまとめを行う(4.0hr)		
第8回 『アナと雪の女王』『モアナと伝説の海』より：楽曲の翻訳比較 【 到達目標 】 (1)歌の表現世界の理解。 (2)フランス語圏における女性のエンパワーメントの活動と多様性を知る。 【授業時間外学習】 復習(1.0hr)、指示に従って課題を提出。(3.0hr)						
【学習上の留意点】 半期の授業なので、毎回集中して授業に臨むこと。授業内容に則した課題を出すので、授業を欠席しないこと。 課題に対するフィードバックは授業内、または個人的に授業時間外に行う。 グループ学習者、学生によるプレゼンテーション、レスポンスカードあり。						
【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】 試験結果40%、復習・予習課題30%、小テスト30%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。						

科 目 名		コリア語		担当者	李 美賢	
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
【到達目標】 日 ごろからK-ドラマや映画、K-POPなどに関心の高い学生さんが多いはず！大好きなこれらのコンテンツをさらに理解できるよう、韓国語の文字であるハングルの読み書きなどを基本から学びます。韓国語の文字（ハングル）や発音、基礎的な文法、挨拶言葉をはじめとする日常的な会話表現を学び、習得します。また、異国文化の背景にある文化や習慣などにも触れることにより、会話における自然なやり取りやご自分の意見がちゃんとアビール出来るよう、身に着けていきます。さらなるコミュニケーション能力を高めていくことを目標とします。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
韓国語の初級レベルに達するための参加意欲		欠席ゼロで、学習に関する質問を積極的にする		欠席ゼロで、質問に対する答えを積極的にする		何度の欠席、目線を合わせず他のことをする
韓国語の初級レベルの話す能力		自分の意見をきれいな発音で上手に話せる		勇気を出して自分の意見を積極的に言おうとする		呼ばれても何も答えようとしない
韓国語の初級レベルの理解力		フレーズの聞き取りや書き取りができる		フレーズの書き取りより聞き取りができる		フレーズの聞き取り、書き取りが全くできない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーション：ハングルとはどういう文字か 【 到達目標 】 (1)言語としての韓国語の特性を理解する。 (2)韓国語の文字であるハングルの成立の文化的背景を理解する。 (3)ハングルの仕組みについて理解する。 【授業時間外学修】 韓国語と日本語の共通点や相違点、ハングル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)日常会話の表現世界の理解。質問の仕方や答え方を習得する。 【授業時間外学修】 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)ハングルの発音・リズムを理解する。 (2)基本母音字を習得する。 【授業時間外学修】 ハングル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)日常会話の表現世界の理解。不可欠の否定表現を習得する。 【授業時間外学修】 「～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)ハングルの発音・リズムを理解する。 (2)ハングルの子音（平音・激音）を習得する。 【授業時間外学修】 基本母音字と子音字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)日常会話の表現世界の理解。不可欠の基礎的用言の表現を理解する。 【授業時間外学修】 動詞・形容詞などの用言の丁寧形（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。 【授業時間外学修】 基本母音字と子音字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)日常会話の表現世界の理解。不可欠の基礎的用言の表現を理解する。 【授業時間外学修】 動詞・形容詞などの用言の丁寧形（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)合成母音字を習得する。 【授業時間外学修】 子音字と合成母音字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)日常会話の表現世界の理解。不可欠の過去形の表現を習得する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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)日本語の固有名詞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。 【授業時間外学修】 日本語の固有名詞のハングル表記を学習し、自分の名前をハングルで書く、辞書を引く、などを学習する。(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。 【授業時間外学修】 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)日常会話の表現世界の理解。不可欠の肯定表現を習得する。 【授業時間外学修】 「～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)						
【学修上の留意点】 予習・復習を継続し、日常的に韓国語に触れる（ドラマ、映画、歌など）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。						
【教科書・参考書など】 「教科書名」：『楽しく学べる韓国語 1』（李美賢・李貞昰）著（白水社） ※『楽しく学べる韓国語』の改訂版						
【成績評価方法】 各回の授業時での課題40％、理解度確認のためのテスト結果を60％として評価する。試験は試験期間中に別途実施。						

科 目 名		データ分析と統計学		担当者	水野 有希	
英 文 名		Data Analysis and Statistics				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3		教養・選択	教養・選択	教養・選択	教養・選択
授業形態	講義	科目ナンバー	SLE210・DLE210・HLE210・CLE210		卒業認定方針との関連	③
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
統計学の基本的事項・理解に関する事項		基本的な概念や原理・法則を体系的に十分に理解し、自ら説明できる。		基本的な概念や原理・法則を資料等を参照にしなが ら説明できる。		基本的な概念や原理・法則の体系的な理解が不十分で説明できない。
統計学の実践的な活用に関する事項		事象を適切な分析から考察し、統計学的な表現を用いて自ら説明できる。		資料等を参照に事象を分析し、統計学的な表現を用いて説明できる。		統計学を活用して事象を考察するのに理解が不十分で説明できない。
体育・スポーツ研究の科学的根拠に関する事項		統計学的思考を用いて根拠に基づいた分析や論理的に考察を自ら説明できる。		資料等を参考に、根拠に基づいた分析や論理的に考察を説明できる。		根拠に基づいた分析が不十分で科学的根拠が説明できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 統計の心構え、ビックデータとAI 【 到達目標 】 (1)世の中にある情報（データ）にどのようなものがあるか理解する。 (2)データの特徴や分析により、様々な課題解決につながることを理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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、度数分布表とヒストグラム 【 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。 (2)データの特徴には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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 (2)代表値とばらつきを関数を使って算出する方法を学ぶ。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 提出課題（二元配置分散分析）の復習をする。（4.0hr）		
第6回 データ収集の方法 【 到達目標 】 (1)質的データや量的データの収集の方法を理解する。 (2)アンケート作成の基本を学ぶ。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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う。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 提出課題（正規分布）の復習をする。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 講義は情報処理実習室で授業を実施します。Excelを使い分析することがほとんどですので、初回講義までにExcelの基本操作を復習し、受講の準備を怠らないようにしてください。講義では、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できるように工夫します。講義資料は当日9:00までに本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップしますので、事前に講義内容を確認するようにしてください。講義では事前に配信した資料をもとに解説し、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を取ります。間違えた箇所は復習を心掛けてください。講義後は、講義資料や解説動画（一部）をGoogle Drive 上に1週間掲載しますので、復習や振り返りを行うようにしてください。						
【教科書・参考書など】 講義中に指示します。						
【成績評価方法】 毎回行われる確認課題（講義中に提出するもの）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。						

科 目 名		教養としての日本文学		担当者	石元 みさと	
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
【到達目標】 現代日本の児童文学作品を通時的・共時的に概観し、児童文学の変化を考察し、マンガやアニメなどの他ジャンルとの関わりにも目を配り、児童文学というジャンルの可能性について検討する授業である。 現代児童文学の状況とその作品に関心を持ち、分析するための基本的な知識を得ることを目標とする。また、関わりのある他ジャンルにも視野を広げ、起こっている現象や問題に意識的になり、自分なりの解釈・分析をできるようになることを目指す。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
現代児童文学の状況とその作品について		背景やジャンルなども含め総合的に説明できる。		基本的な知識を説明できる。		理解が不十分で説明できない。
関心を持つ作品について		自分なりの解釈・分析ができる。		先行論をもとにした解釈・分析ができる。		先行論の理解はできる。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 ガイダンス 【 到達目標 】 教養として文学を読むことの意義、授業のねらいと方針、学習方法を理解する。 【授業時間外学修】 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9回 詩を読む 【 到達目標 】 「わたしと小鳥とすずと」を扱い、教科書での読まれ方を考える。 【授業時間外学修】 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 解釈するとはどういうことか 【 到達目標 】 作品を読むことについて学び、どういう点に注目すべきか理解する。 【授業時間外学修】 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10回 ボーダーレス化する児童文学 【 到達目標 】 1990年代に広がったボーダーレスな作品について学ぶ。 【授業時間外学修】 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 昔話 【 到達目標 】 昔話の特徴について学ぶ。 【授業時間外学修】 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11回 作品を分析する 1 【 到達目標 】 「デューク」を取り上げ、作品を詳細に分析する。ドラマ版を視聴し、他者の解釈を学ぶ。 【授業時間外学修】 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 昔話の特徴を活かして創作する 【 到達目標 】 昔話についてグループワークをする（創作）。 【授業時間外学修】 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12回 作品を分析する 2 【 到達目標 】 『西の魔女が死んだ』を取り上げ、作品のテーマについて考える。 【授業時間外学修】 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 創作民話を学ぶ 【 到達目標 】 創作民話『龍の子太郎』について理解する。 【授業時間外学修】 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13回 作品を分析する 3 【 到達目標 】 『西の魔女が死んだ』を取り上げ、作品のモチーフを分析する。映画版を視聴し、他者の解釈を学ぶ。 【授業時間外学修】 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 ナンセンス作品を学ぶ 【 到達目標 】 ナンセンス作品について理解する。 【授業時間外学修】 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14回 児童文学とメディアミックス 【 到達目標 】 『DIVE!!』を取り上げ、近年盛んに行われているメディアミックスついて考える。 【授業時間外学修】 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 絵を読むとはどういうことか 【 到達目標 】 絵本『すてきな三にんぐみ』を取り上げ、絵を読み解く。 【授業時間外学修】 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15回 まとめ 【 到達目標 】 これまで扱った作品を振り返り、自分なりの解釈・分析をする。 【授業時間外学修】 授業全体を振り返り、自己評価を行う。（4.0hr）		
第8回 エンターテインメント作品を読む 【 到達目標 】 『ズッコケ三人組』を取り上げ、エンターテインメントについて理解する。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 ・毎時間、授業内で小レポート（作品の感想）を課す。その提出をもって出席とみなす。 ・読み書きの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。 ・グループワーク発表、最終レポートを課す。 ・受講人数によって内容を変更する場合がある。						
【教科書・参考書など】 教科書 授業時にレジュメを配布する。読み聞かせ、もしくは取り上げる作品のダイジェストを配布するが、できる限り事前に作品全体に目を通してから授業に臨んでほしい。 参考書 授業時に適宜紹介する。						
【成績評価方法】 ・毎回の課題提出(30%)・グループワーク発表（20%）、最終レポート(50%) ・生成AIを使用したり剽窃をしたりした者には単位を出さない。						

科 目 名		音楽の世界		担当者	松橋 輝子	
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
【到達目標】						
音楽とは何か。音楽の構造や楽器に関する基礎的知識、文化としての西洋音楽の歴史を学ぶ。履修者は、解説された事項を理解し、様々な音楽の聴取体験を重ね、音楽に関する基礎的な概念を身に付けるとともに、音楽と社会の関わりについても考察することが求められる。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
音楽の基礎的な概念について		授業で扱った概念をすべて自分の言葉で説明できる		それぞれの概念の意味するところを事典などを参考にしながら理解することができる		それぞれの概念の意味が理解できない
音楽と社会との関わりの方		自分独自の方法論で分析ができる		授業で説明された分析が理解できる		授業で説明された分析が理解できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 序説～人間と音楽				第9回 楽譜について（1）		
【 到達目標 】				【 到達目標 】		
人間は音楽をどのような場面で必要とし、どのように音楽と関わってきたのか。ギリシア語の（ムシケー）に遡り、音楽の概念、音楽の歴史性を考える。				さまざまな種類の楽譜とその変遷について理解する。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）				授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）		
第2回 さまざまな楽器（1）				第10回 楽譜について（2）		
【 到達目標 】				【 到達目標 】		
楽器の分類法について学び、楽器の構造、奏法、歴史を理解する。体鳴楽器、膜鳴楽器、気鳴楽器について理解する。				自筆譜から出版楽譜、作品目録、批判校訂譜について理解する。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）				授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）		
第3回 さまざまな楽器（2）				第10回 西洋音楽の歴史（1）		
【 到達目標 】				【 到達目標 】		
弦鳴楽器、電鳴楽器について理解する。オーケストラの歴史、編成について理解する。				西洋音楽史の時代区分を確認し、ルネサンス時代までの音楽の特徴について実例を鑑賞しながら理解する。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）				授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）		
第4回 声				第12回 西洋音楽の歴史（2）		
【 到達目標 】				【 到達目標 】		
歌唱法、声種について理解する。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）				授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）		
第5回 ノイズ・環境音楽				第13回 西洋音楽の歴史（3）		
【 到達目標 】				【 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。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）				授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）		
第6回 音楽の基礎（1）				第14回 西洋音楽の歴史（4）		
【 到達目標 】				【 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。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）				授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）		
第7回 音楽の基礎（2）				第15回 日本における西洋音楽の受容		
【 到達目標 】				【 到達目標 】		
音楽の様々な基本形式を学び、作品の構造を理解する。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）				授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）		
第8回 音楽の基礎（3）						
【 到達目標 】						
音楽の様々なジャンルを学び、それぞれの音楽の文化的な位置づけを理解する。						
【授業時間外学修】						
授業時に指定した映像・音楽の視聴。（4.0hr）						
【学修上の留意点】						
教科書は指定せず、授業内容の要点をまとめたパワーポイントを授業後に資料としてデータで配布する。パワーポイント上に授業中、授業後に視聴すべき参考動画のリンクを埋め込む。音楽という科目の性格上、視聴覚教材を多用した授業展開になるため、欠席をしないことが大前提となる。なお、各授業時にコメントの提出を求める。このコメントの内容も成績評価の対象とする。受講に際して音楽の知識の有無は問わないが、授業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】						
参考書は授業の際に随時紹介する。						
【成績評価方法】						
各授業回で課すコメントの内容50％、学期末レポート50％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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
情報技術や情報倫理の基本的事項		情報発信を通して、情報の科学的な見方・考え方を自ら説明できる		情報の科学的な見方・考え方を、資料等を参考に説明できる。		情報の科学的な見方・考え方の理解が不十分で説明できない。
情報発信技術の実践的活用に関する事項		Webやアプリを用いた情報発信と情報収集の技術を修得し、自ら説明できる。		資料等を参照してWebやアプリを用いた情報発信と情報収集の技術が説明できる。		情報発信・情報収集の技術の修得が不十分で説明できない。
体育・スポーツ研究のための情報技術活用に関する事項		論文・プレゼン資料作成の高度なスキルを修得し、自ら説明できる。		論文・プレゼン資料作成に必要なスキルを修得し、資料等を参考に説明できる。		論文・プレゼン資料作成に必要なスキルの修得が不十分で説明できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)				第9回 クラウドの活用：アンケート調査の基礎 【 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) 【授業時間外学修】 アンケートフォームからアンケートを体験する。(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。 【授業時間外学修】 本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)				第10回 クラウドの活用：アンケート調査の応用 【 到達目標 】 (1)クラウドを用いたデータ集計やデジタルデータの扱い方を理解する。 (2)回収したデジタルデータの整理方法について学ぶ。 【授業時間外学修】 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・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。 【授業時間外学修】 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)質的データと量的データの違いを理解する。 (3)フィルターやピボットの操作について学ぶ。 【授業時間外学修】 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・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。 【授業時間外学修】 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、グラフの応用技術を学ぶ。 (2)目的に応じた、効果的なグラフの作成について学ぶ。 【授業時間外学修】 本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)		
第5回 スライドデザイン技術の基礎 【 到達目標 】 (1)見やすい、わかりやすい、伝わりやすい資料作成について学ぶ。 (2)情報の整理、要素の配置や構成について学び、資料作成技術を修得する。 【授業時間外学修】 本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)				第13回 Excelの上級 【 到達目標 】 (1)Excel関数の応用(IF関数やVLOOKUP関数など)について学ぶ。 (2)データの特徴を捉えるためのデータ整理技術や簡単な統計処理について学ぶ。 【授業時間外学修】 本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)		
第6回 スライドデザイン技術の応用 【 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)訴求力の高い、効果的な資料作成技術を修得する。 【授業時間外学修】 本日の授業内容について復習をする。(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。 【授業時間外学修】 本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)		
第7回 ホームページ作成の基礎 【 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)ホームページ作成におけるマナーや問題点を理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 本日の授業内容について復習をする。(4.0hr)		
第8回 ホームページ作成の実践 【 到達目標 】 (1)画像データの編集技術について学ぶ。 (2)ホームページを作成・公開までの一連の作業を修得する。 【授業時間外学修】 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)						
【学修上の留意点】 講義は情報処理実習室で実施します。1年生に行った情報処理Ⅰ・Ⅱの知識を基礎として、講義では応用的な内容を学習します。講義資料は当日9:00までに本学ポータルサイトのGoogle Drive 上にアップしますので、事前に講義内容を確認するようにしてください。講義では事前に配信した資料をもとに解説し、後半20分は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。講義後は、講義資料や解説動画（一部）をGoogle Drive 上に1週間掲載しますので、復習や振り返りを行うようにしてください。						
【教科書・参考書など】 資料を配付します。						
【成績評価方法】 毎回行われる確認課題(講義中に提出)40%、HP作成課題・グループワーク課題（第7,9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。						

科 目 名		人間生活と地球環境		担当者	新津 修平		
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	
【到達目標】 本講義の前半では、生物の共通性について概説し、生命の誕生の歴史とともに、多様な生物が生息する地球環境がどのように形成されてきたのかを説明する。後半では、人間の活動が自然環境に与える影響を解説し、環境問題の現状について理解を深める。そのうえで、自然環境の保全に向けたさまざまな取り組みを学び、持続可能な社会の実現に向けた課題を考察する。最終的に、人間生活の基盤である地球環境の健全性を維持するために、私たちに何ができるのか？を考える。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
地球環境の成立と生物多様性の創出		理論を十分理解し、研究知見の要点や活用について意見を示すことができる。		基礎的事項や理論の要点を資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。	
人間活動による自然環境・生物への影響		理論を十分理解し、研究知見の要点や活用について意見を示すことができる。		基礎的事項や理論の要点を資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。	
地球環境の維持・保全のための取組		理論を十分理解し、研究知見の要点や活用について意見を示すことができる。		基礎的事項や理論の要点を資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
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。 【授業時間外学修】 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 地球温暖化がもたらす影響 【 到達目標 】 地球温暖化の原因とその影響、対策について理解する。 【授業時間外学修】 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2回 生物とは何かー生物の共通性ー 【 到達目標 】 生物の基本的な共通性と生命の定義について理解する。 【授業時間外学修】 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 酸性化する大気と海洋 【 到達目標 】 大気や海洋の酸性化の原因とその影響を学ぶ。 【授業時間外学修】 事前に配布された資料の該当部分を読んでおくこと。（4.0hr）			
第3回 生物と地球環境 【 到達目標 】 生物と環境の関係性を学び、生態系における生物の役割を理解する。 【授業時間外学修】 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11回 オゾン層の破壊 【 到達目標 】 オゾン層の役割とその破壊がもたらす影響を理解する。 【授業時間外学修】 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4回 生態系の機能と物質循環 【 到達目標 】 生態系の構造と機能、および物質循環の仕組みを把握する。 【授業時間外学修】 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12回 地球のエネルギー資源 【 到達目標 】 地球のエネルギー資源の現状と持続可能な利用について学ぶ。 【授業時間外学修】 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5回 地球環境の成立と生命の誕生 【 到達目標 】 地球環境の形成過程と生命の起源について理解する。 【授業時間外学修】 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13回 水と人間活動 【 到達目標 】 水資源の利用とその管理の重要性を理解する。 【授業時間外学修】 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6回 生物の多様性とその体系 【 到達目標 】 地球上の生物の多様性とその分類体系の基礎を学ぶ。 【授業時間外学修】 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14回 生態系の危機と生物多様性の保全 【 到達目標 】 生態系の危機的状況と生物多様性保全の取り組みについて学ぶ。 【授業時間外学修】 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7回 人間活動と生態系 【 到達目標 】 人間活動が生態系に及ぼす影響を理解する。 【授業時間外学修】 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15回 ごみ問題と循環型社会の構築 【 到達目標 】 ごみ問題の現状と循環型社会の構築に向けた取り組みを理解する。 【授業時間外学修】 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8回 公害と環境汚染 【 到達目標 】 主要な公害や環境汚染の原因と影響について学ぶ。 【授業時間外学修】 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）							
【学修上の留意点】 講義では、毎回配布する講義スライドの詳細を説明するので、しっかりノートをとること。各講義の最後に小テストを実施する。小テストは、講義内容の理解度を確認する選択式と講義内容を踏まえた問いに対する記述式を併用する。結果については、次の講義の最初に解説によるフィードバックを行う。							
【教科書・参考書など】 教科書は特に使用せず、講義スライドを資料として配布する。							
【成績評価方法】 講義内容の理解度を確認するために、各講義の最後に選択式および記述式の小テストを実施。成績は小テストの達成度を100%として評価する。合格基準は60％である。							

科 目 名		レクリエーションミュージック・合奏		担当者	堤 由衣	
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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
楽譜についての基礎的な知識について		自ら楽譜を読み、演奏することができる。		楽譜を読み解く際、教員のサポートを得ながら演奏をすることが出来る。		楽譜を用いて演奏することが出来ない。
合奏への参加方法・演奏の習熟		自分の担当する楽器の、その曲における役割を理解し、音楽に対して創意工夫が出来る。		楽器の正しい扱いや発音の原理を理解し、演奏に参加出来る。		楽器の演奏方法を習得できず、合奏に参加出来ない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学習】						
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。 【授業時間外学修】 楽譜の読み方を復習する。(4.0hr)				第9回 ボディーパーカッション②/リコーダー運指③ 【 到達目標 】 グループごとに創意工夫をして、ボディーパーカッションのアレンジをする。リコーダーのサミングを習得する。 【授業時間外学修】 第8回で扱った楽曲の復習をする。(4.0hr)		
第2回 楽譜の基礎知識②/声のアンサンブル① 【 到達目標 】 校歌の音楽的特徴を理解したうえで、二部合唱で歌う。 【授業時間外学修】 校歌のメロディーを確認する。(4.0hr)				第10回 ボディーパーカッション③（発表） 【 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。 【授業時間外学修】 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③/声のアンサンブル② 【 到達目標 】 ミュージカルの有名曲を通して、合唱を楽しむ。 【授業時間外学修】 楽曲の正しいリズムを習得する。(4.0hr)				第11回 トーンチャイム導入 【 到達目標 】 トーンチャイムの正しい持ち方や基本的な奏法を理解する。 【授業時間外学修】 トーンチャイムの基本的な取り扱いを習得する。(4.0hr)		
第4回 音楽の形式①/楽器のアンサンブル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。カスタンネット正しい持ち方や基本的な奏法を理解する。 【授業時間外学修】 打楽器の基本的な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。 【授業時間外学修】 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 音楽の形式②/楽器のアンサンブル②（発表） 【 到達目標 】 カスタンネットやトライアングル等によるアンサンブルを楽しむ。 【授業時間外学修】 第4回で扱った楽曲の復習をする。(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。 【授業時間外学修】 リコーダーの奏法：タンギングの復習をする。(4.0hr)		
第6回 リコーダー導入 【 到達目標 】 リコーダーの正しい持ち方や基本的な奏法を理解する。 【授業時間外学修】 リコーダーの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。 【授業時間外学修】 担当するパートの復習をする。(4.0hr)		
第7回 リコーダー運指① 【 到達目標 】 初歩的な楽曲を用いながら、リコーダーの運指を理解する。 【授業時間外学修】 学修したリコーダーの運指を復習する。(4.0hr)				第15回 リコーダー&トーンチャイム（発表） 【 到達目標 】 今までに学修したことを生かし、より音楽的に仕上げる。 【授業時間外学修】 第14回の授業内容を復習する。(4.0hr)		
第8回 ボディーパーカッション①/リコーダー運指② 【 到達目標 】 身体を打ち鳴らして出る様々な音を発見する。リコーダーで1 オクターブの音域を使って演奏する。 【授業時間外学修】 学修した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。 アンサンブルは一人でも欠けると成立しないため、欠席しないことを条件に課す。						
【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		発育発達論		担当者	井筒 紫乃	
英 文 名		Growth and Development				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1				専門基礎・必修	
授業形態	講義	科目ナンバー	HBR107		卒業認定方針との関連	⑦
【到達目標】 ヒトの一生における発育発達と老化の特性についての知識を身につけるとともに、それぞれの年齢においての発育発達特性を考慮した運動をはじめとする身体活動と健康関連指標との関係と運動指導の重要性を理解する。更に、それぞれのステージの身体の発育と運動発達との関係を理解し、そのステージに必要な運動プログラムの作成方法について、考慮しなければならないことについて理解する。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
ヒトの身体の発育や心・運動発達の過程・理論について		理論について自らまとめて説明できる		理論を資料棟を参照しながら説明できる		理解が不十分で説明できない
ヒトの心身の発育発達の知見に関する事項		発育発達の要点を自らまとめて説明できる		理論を資料棟を参照しながら説明できる		理解が不十分で説明できない
ヒトの心身の発育発達に関わる運動発達の知見に関する事項		発育発達の要点を自らまとめて説明できる		理論を資料棟を参照しながら説明できる		理解が不十分で説明できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 発育発達とは、心理的特徴 【 到達目標 】 (1)発育発達の概念を理解する。 (2)身体計測の測定法を理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、発育と発達の違いについて調べてくること。(4.0hr)				第9回 中学生期の発育発達 【 到達目標 】 (1)身体活動量や座位行動と健康関連指標との関係について理解する。 (2)日本と世界の身体活動量や座位行動の推奨値を理解する。 【授業時間外学修】 受講前に幼児期運動指針を調べてくること。(4.0hr)		
第2回 地球の誕生・人類の誕生と進化 【 到達目標 】 (1)地球の誕生から、人類への進化過程について理解する。 (2)人類はどのように二足歩行を獲得したのかを理解する。 【授業時間外学修】 ノートに、生物の誕生から人類への進化を時系列にまとめる。(4.0hr)				第10回 高校生期の発育発達 【 到達目標 】 (1)高校生期の身体の発育と心の発達を理解する。 【授業時間外学修】 スポーツ庁による全身持久力の測定法を調べてくること。(4.0hr)		
第3回 赤ちゃんの発育発達 【 到達目標 】 (1)出生後、赤ちゃんはどのように発育し、発達していくかを理解する。 (2)生物学的成熟度について理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、生まれた時の自身の身長、体重を調べておくこと。(4.0hr)				第11回 日本と世界の子どもの身体的特徴と生活習慣の現状 【 到達目標 】 (1)日本と世界の子どもの身体的特徴と運動などの生活習慣の現状を理解する。 (2)47都道府県の子どもの身体的特徴と運動などの生活習慣の現状を理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、世界の子どもの肥満者と痩身者の出現率を調べてくること。(4.0hr)		
第4回 発育発達期の身体的特徴（体重・身体組成） 【 到達目標 】 (1)子どもの肥満の弊害について理解する。 (2)やせの問題について理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、子どもの肥満と痩身の出現率を調べ、各々の問題点をまとめてくること。(4.0hr)				第12回 発育発達期の運動プログラム 【 到達目標 】 (1)発育発達期の運動プログラムの留意点を理解する。 (2)発育発達期の運動・スポーツの体力への効果を理解する。 【授業時間外学修】 子どもの運動プログラムを考える際、留意すべき点について意見をまとめてくること。(4.0hr)		
第5回 幼児期前期（1～3歳）の発育発達 【 到達目標 】 (1)幼児期前期の身体の発育と運動発達について理解する。 (2)幼児期前期の形態・発達の特徴について理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、身体組成の計測方法を調べてくること。(4.0hr)				第13回 思春期の女性のからだ 【 到達目標 】 (1)思春期の女性の身体的特徴を理解する。 (2)思春期の身体の変化における心の発達を理解する。 【授業時間外学修】 思春期の女性の身体の変化の留意点について意見をまとめてくること。(4.0hr)		
第6回 幼児期後期（4～5歳）の発育発達 【 到達目標 】 (1)幼児期後期の身体の発育と運動発達を理解する。 (2)幼児期後期の形態・発達の特徴について理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、スキヤモンの発育曲線について調べてくること。(4.0hr)				第14回 女性とスポーツ 【 到達目標 】 (1)女性選手の三主徴について理解する。 (2)女性の痩せについて理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、女性アスリートを指導する際に、留意すべき点について意見をまとめてくること。(4.0hr)		
第7回 小学生期の発育発達 【 到達目標 】 (1)小学生期の身体の発育と運動発達について理解する。 (2)ゴールデンエイジの身体の発育の発達について理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、文部科学省による基本的動作スキルの測定法を調べてくること。(4.0hr)				第15回 ヒトの一生と発育発達 【 到達目標 】 (1)ヒトの一生の発育と成長、心と運動発達を理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、14回目まで作成したノートをまとめておくこと。(4.0hr)		
第8回 ジュニア期の運動発達 【 到達目標 】 (1)ジュニア期の身体の発育と運動発達の特性について理解する。 (2)ゴールデンエイジの運動発達の特徴について理解する。 【授業時間外学修】 受講前に、ブレゴールデンエイジ、ゴールデンエイジについて調べてくること。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 対面形式授業を実施する。各授業回において、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、必要に応じて資料を配布するため、資料を使用しながら、ノートを作成していく。ほぼ毎時間、講義内容に関する課題について、リアクションペーパーに記入し、提出する。						
【教科書・参考書など】 特に指定はしない。						
【成績評価方法】 各授業回の課題を40%、期末試験を60%、あわせて100%として評価する。合格基準は60%である。						

科 目 名		体操		担当者	木皿 久美子・ 平井 孝子		
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	
【到達目標】							
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。手軽に行うことのできる色々な運動や律動的な運動の実践を通して、自分の体を知り、自分の体の状態に応じて体の調子を整えたり、運動の実践を通して仲間と積極的に交流ができるようにする。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。また、運動に自主的に取り組むとともに、体力の違いに配慮しようとする事、健康・安全を確保することができるようにすることを目的とする。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
体操の基礎的な動きの習得について		見本となるデモンストレーションができる。		体操の基礎的な動きを習得することができる。		体操の基礎的な動きを習得することができない。	
体操の基礎的な知識について		理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明することができる。		理解が不十分で説明できない。	
体操の意義について		様々な対象者を想定して、運動プログラムを構成することができる。		他者に対して体力に応じた動きが想定できる。		他者に対して体力に応じた動きが想定できない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 ウォーミングアップとクーリングダウンの目的と意義を理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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：音楽に合わせたストレッチ体操 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）の特性について 【 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。 【授業時間外学修】 手具体操の概要を調べ、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（リズム体操の構成） 【 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。 【授業時間外学修】 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 【 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。 【授業時間外学修】 手具体操の概要を調べ、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（リズム体操の発展） 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 手具体操の概要を調べ、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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 手具体操の概要を調べ、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)							
【学修上の留意点】 二人組や数人のグループで行う内容が多いので、互いに不快感を与えないような服装や身だしなみ、態度を大切にしてほしい。自分の「からだ」について理解を深め、ひとの動き方などを参考にして、できない動きや不慣れな動きのコツを習得できるよう工夫し、良い動き方を身に付けられるよう努める。 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。							
【教科書・参考書など】 教科書は特になし。							
【成績評価方法】 実技試験70％、レポート30％							

科 目 名		器械運動		担当者	佐藤 麻衣子・森井 大樹	
英 文 名		Apparatus Exercise				
単 位 数	1	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1				専門基礎・必修	
授業形態	実技	科目ナンバー	HBR109		卒業認定方針との関連	⑥
【到達目標】 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的練習方法を通して身につけていく。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
マット運動の基本的な技の技能		欠点がなく、安定した実施ができる。		多少の欠点はあるが、安定した実施ができる。		技の成立条件を満たす実施ができない。
とび箱運動の基本的な技の技能		欠点がなく、安定した実施ができる。		多少の欠点はあるが、安定した実施ができる。		技の成立条件を満たす実施ができない。
鉄棒運動の基本的な技の技能		欠点がなく、安定した実施ができる。		多少の欠点はあるが、安定した実施ができる。		技の成立条件を満たす実施ができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)		
第2回 マット運動（倒立の基礎・接転系の技）① 【 到達目標 】 (1)倒立の基礎知識・技能を習得する。 (2)前転、後転の基礎知識・技能を習得する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)				第10回 とび箱運動（反転系の技の基礎技能） 【 到達目標 】 (1)反転系の技の基礎知識・技能を習得する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)		
第3回 マット運動（倒立の基礎・接転系の技）② 【 到達目標 】 (1)倒立の静止技能および歩行技能を習得する。 (2)前転、後転の変形技を習得する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)				第11回 とび箱運動（反転系の技・開脚とび） 【 到達目標 】 (1)開脚とびの技能を習得する。 (2)開脚とびの技能テスト 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)		
第4回 マット運動（倒立の基礎・接転系の技）③ 【 到達目標 】 (1)倒立前転の技能を習得する。 (2)伸膝後転の技能を習得する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)				第12回 とび箱運動（反転系の技・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 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)		
第5回 マット運動（倒立の基礎・接転系の技）④ 【 到達目標 】 (1)倒立前転の技能テスト (2)伸膝後転の技能テスト 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)				第13回 鉄棒運動（支持回転系の技）① 【 到達目標 】 (1)鉄棒運動の基礎知識・技能を習得する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)		
第6回 マット運動（倒立回転系・倒立回転とびの技）① 【 到達目標 】 (1)側方倒立回転習得のための基礎知識・技能を習得する。 (2)ハndsプリング習得のための基礎知識・予備技能を習得する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)				第14回 鉄棒運動（支持回転系の技）② 【 到達目標 】 (1)支持回転系の技の技能を習得する。 (2)支持回転系の技の技能テスト 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)		
第7回 マット運動（倒立回転系・倒立回転とびの技）② 【 到達目標 】 (1)側方倒立回転の技能を習得する。 (2)ハndsプリング習得のための基礎知識・予備技能を習得する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)				第15回 課題の達成度と身体知 【 到達目標 】 (1)技の習得に必要な身体知について理解する。 (2)達成できた動きの身体知について理解する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)		
第8回 マット運動（倒立回転系・倒立回転とびの技）③ 【 到達目標 】 (1)側方倒立回転の技能テスト (2)ハndsプリングの技能を習得する。 【授業時間外学修】 各回の授業で実践した動きかたの感じ(動感)を思い出しながら(想起)、次の授業に向けてどのように動いたらうまくできるのかを考える。(1.0hr)						
【学修上の留意点】 課題として取り上げられた技は、体育教員として身につけておきたい最低限のものである。授業では、それぞれの技の感覚を順を追って習得していく。すでに、課題をできる受講生にとっては、あらためて動きができるための「道しるべ」を確認することになり、中学・高等学校時に器械運動の授業を受けていない学生にとっては、新たな「身体知」を獲得する場となる。積極的な参加を望む。						
【教科書・参考書など】 ＜参考書＞ 「教師のための器械運動指導法シリーズ：マット運動、鉄棒運動、平均台・とび箱運動」金子明友・著（大修館書店）						
【成績評価方法】 課題技の達成度 100％						

科 目 名		陸上競技A		担当者	大橋 祐二・中野 美沙 吉田 孝久		
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	
【到達目標】							
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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
陸上競技の技能について		基本的な技能だけでなく発展的な技能まで実践できる。		基本的な技能を実践できる。		基本的な技能を実践できない。	
陸上競技の理論について		理論を理解し自分の動きに応用できる。		理論を理解し説明できる。		理論の理解が不十分で説明できない。	
陸上競技の競技規則について		競技規則を理解し、正しく競技運営を行うことができる。		競技規則を理解し説明できる。		競技規則の理解が不十分で説明できない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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）							
【学修上の留意点】 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。							
【教科書・参考書など】 「陸上競技指導教本アンダー16・19〔初級編〕 基礎から身につく陸上競技」公益財団法人日本陸上競技連盟 編（大修館書店） 「陸上競技指導教本アンダー16・19〔上級編〕 レベルアップの陸上競技」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】 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。							

科 目 名		水 泳		担 当 者	兵頭 洋樹・甫本 研太 高橋 隆宜	
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
【到達目標】 水の特性に慣れることからはじめ、近代４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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
4泳法の泳技能の習得		4泳法を効率の良い泳ぎで25m泳ぐことができる		4泳法を規定の泳ぎで25m泳ぐことができる		近代4泳法を規定の泳ぎで25m泳ぐことができない
長く泳ぐための泳力および泳技能の習得		クロールと平泳ぎの効率の良い泳ぎで100mを完泳することができる		クロールと平泳ぎで100mを完泳することができる		クロールと平泳ぎで100mを完泳することができない
水泳学習における基礎知識の理解		各泳法に関する基礎的な知識を理解し、水泳学習の段階的な指導を説明できる		各泳法に関する基礎的な知識を説明できる		各泳法に関する基礎的な知識について十分に理解していない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーション、水泳の特性 【 到達目標 】 授業の進め方、到達目標を理解する。 水の特性に関して理解する。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）				第9回 バタフライの導入と泳法実習 【 到達目標 】 バタフライのキックを修得する。 バタフライのストロークを修得し、手足のタイミングを整える。 【授業時間外学修】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 水慣れ、けのび、グライダー姿勢、クロールの導入 【 到達目標 】 水慣れを通して水の特性を理解する。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。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）				第10回 バタフライの泳法実習 【 到達目標 】 バタフライの呼吸法を修得する。 バタフライのストロークを修得し、手足のタイミングを整える。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）		
第3回 クロールの泳法実習 【 到達目標 】 クロールのキックおよびストロークを修得する。 クロールの呼吸法を修得する。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）				第11回 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。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）		
第4回 クロールの泳法実習と背泳ぎの導入 【 到達目標 】 クロールにおいて随時呼吸を行い、正しいフォームを修得する。 背泳ぎの導入としての背浮きを修得する。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）				第12回 周辺技術（ターン）の修得 【 到達目標 】 クロールおよび平泳ぎのターンを修得する。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）		
第5回 背泳ぎの泳法実習 【 到達目標 】 背泳ぎのキックおよびストロークを修得する。 背泳ぎの呼吸法を修得する。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）				第13回 ４泳法のまとめと100m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クロールを少しの休みをとりながらも泳げるようになる。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）		
第6回 クロールと背泳ぎの完成 【 到達目標 】 クロールおよび背泳ぎについて、競技規則に則った正しいフォームを完璧に修得する。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）				第14回 100mクロールの確認 【 到達目標 】 競技規則に則った正しいフォームで100mクロールを泳げる。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）		
第7回 平泳ぎの導入と泳法実習 【 到達目標 】 平泳ぎのキックを修得する。 あおり足とかえる足の違いを理解する。 【授業時間外学修】書籍およびメディア等を活用して４泳法（クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ）に関する技術への理解を深める。（1.0hr）				第15回 100m平泳ぎの確認 【 到達目標 】 競技規則に則った正しいフォームで100m平泳ぎを泳げる。 【授業時間外学修】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 【 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。 【授業時間外学修】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）						
【学修上の留意点】 プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー系の着用は不可とする。水泳は、普段の生活とは異なる水中環境下での運動となるため、様々な身体への影響が生じる。そのため、実習への参加に際し、健康状態に配慮することが必要である。						
【教科書・参考書など】 「水泳指導教本」 財団法人日本水泳連盟編、大修館書店 「基礎からの水泳」 柴田義晴著、ナツメ社						
【成績評価方法】 １．泳法試験（70%）、２．クロールおよび平泳ぎの泳力試験（30%）とする。						

科 目 名		バレーボール		担当者	湯浅 暁子・湯澤 芳貴		
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
【到達目標】 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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
バレーボールの構造の理解について		構造を理解し自ら実践できる		構造を確認しながら実践できる		構造の理解が不十分で実践できない	
バレーボールの基礎技能について		基礎技能を十分身につけ実践できる		基礎技能習得がやや不足しているが実践できる		基礎技能習得が不十分で実践できない	
バレーボールの技術と戦術の関連性について		技術と戦術の関連性を理解し説明できる		技術と戦術の関連性を理解し、資料等を参考にしながら説明できる		技術と戦術の関連性の理解が不十分で説明できない	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】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)各バ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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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)方向転換しているいろいろな方向へコントロールできる。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】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)							
【学修上の留意点】 実習の授業なので、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。特にアクセサリー類の着用は禁止とし、また髪が長い者は必ず束ねて授業に参加すること。バレーボールはチームスポーツである。そのため、基本的にグループ単位で活動するので、自分勝手な行動はせずに、グループの活動が効率良くできるように努めること。不明な点はそのままにせず、教員に質問する等解決のための努力を怠らないようにすること。							
【教科書・参考書など】 教科書は特になし。							
【成績評価方法】 基礎技能の実技テストを80％、ゲーム実践の達成度を20％として評価する。							

科 目 名		スポーツ医学		担当者	夏井 裕明	
英 文 名		Sports Medicine				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2				専門基礎・必修	
授業形態	講義	科目ナンバー	HBR201		卒業認定方針との関連	⑦
【到達目標】						
本講義は臨床スポーツ医学の内科系として位置づけられる。健康運動指導士・健康運動実践指導者・日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格の共通科目Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ・Ⅳに関する内容を取り扱う。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
スポーツ医学各論		内科的応急処置を説明できる		内科的応急処置が理解できている		内科的応急処置が理解できていない
海外遠征		海外遠征中の諸問題を説明できる		海外遠征中の諸問題が理解できている		海外遠征中の諸問題が理解できていない
アンチ・ドーピング		アンチ・ドーピング活動を説明できる		アンチ・ドーピング活動が理解できている		アンチ・ドーピング活動が理解できていない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 健康の概念と医事法規				第9回 環境とスポーツⅡ（低温・低圧・高圧環境）		
【 到達目標 】 健康の概念と医事法規について理解する。 健康の概念と医事法規				【 到達目標 】 凍傷と低体温症、急性高山病、潜水事故について理解する。 偶発的低体温症、凍傷、急性高山病、潜水事故		
【授業時間外学修】 健康運動指導士養成講習会テキスト 上 p 3 - 11 を読む。（4.0hr）				【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 171 - 174、 221 を読む。（4.0hr）		
第2回 女性とスポーツⅠ（受精から性成熟期まで）				第10回 メディカルチェックとコンディショニング		
【 到達目標 】 女性の一生のうち、性成熟期までのスポーツ医学的問題を理解する。 女性とは何か（5つの段階の性別）、女性の身体的特徴、女性の性周期 月経期間中のスポーツ活動、運動選手の月経異常、月経周期とコンディション				【 到達目標 】 メディカルチェックの重要性和コンディショニング、運動中止の判定について理解する。 健康管理体制、メディカルチェック、体調面のコンディションのチェック		
【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 256 - 260 を読む。（4.0hr）				【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 17 - 27 を読む。（4.0hr）		
第3回 女性とスポーツⅡ（妊娠・出産から更年期まで）				第11回 皮膚・眼疾患とスポーツ		
【 到達目標 】 女性の一生のうち、妊娠・出産および更年期におけるスポーツ医学的問題を理解する。 受精・着床・妊娠・分娩、妊婦スポーツ、更年期障害とスポーツ 骨粗鬆症と変形関節症				【 到達目標 】 主な皮膚疾患及び眼疾患について理解する。 皮膚、皮膚附属器の構造、皮膚の機能、日焼け、まめ、くつずれ、たこ、うおのめ ブラック・ヒール、爪の血豆、雪目、餃子耳		
【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 260 - 262 を読む。（4.0hr）				【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 223 - 235 を読む。（4.0hr）		
第4回 内科的疾患とスポーツⅠ（循環器の急性疾患）				第12回 精神とスポーツ		
【 到達目標 】 運動中の突然死とその対策について理解する。 運動中の突然死、意識障害				【 到達目標 】 スポーツに関連する精神疾患について理解する。 オーバートレーニング症候群、統合失調症（精神分裂病）、気分障害（鬱病）、 摂食障害、神経性障害、ストレス関連障害、身体表現性障害、心身症、睡眠障害		
【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 147 - 153、 187 - 198 を読む。（4.0hr）				【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 182 - 184 を読む。（4.0hr）		
第5回 内科的疾患とスポーツⅡ（呼吸器・その他の急性疾患）				第13回 海外遠征のスポーツ医学		
【 到達目標 】 運動における呼吸器系・消化器系疾患について理解する。 過換気症候群、運動誘発性喘息、気道過敏性慢性炎症、自然気胸 運動誘発性アナフィラキシー、Side Stitch				【 到達目標 】 海外遠征の特殊性について理解する。 海外遠征の特殊性、予防接種、歯科治療、航空機内での過ごし方、時差ぼけ対策 海外滞在中の注意点		
【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 163 - 171 を読む。（4.0hr）				【授業時間外学修】 スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅳ p 18 - 22、アスレティック トレーナー専門科目テキスト 4 p 100 - 104 を読む。（4.0hr）		
第6回 内科的疾患とスポーツⅢ（慢性疾患）				第14回 ドーピング・コントロールⅠ（総論）		
【 到達目標 】 貧血、蛋白尿・血尿、糖尿病、てんかんについて理解する。 貧血、蛋白尿・血尿、糖尿病、てんかん				【 到達目標 】 ドーピングについて、なぜいけないのか、歴史、現状を理解する。 ドーピングの歴史、ドーピングが禁止される理由、ドーピングの定義、禁止物質の指定要件 ドーピング検査の実際、選手側の権利と義務、ドーピング検査後の流れ、指導者の役割		
【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 180 - 182、 201 - 202 を読む。（4.0hr）				【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 13 - 17 を読む。（4.0hr）		
第7回 感染症とスポーツ				第16回 ドーピング・コントロールⅡ（各論）		
【 到達目標 】 主な感染症とスポーツとの関わり、対策について理解する。 感染症の一般的な症状、発熱時のスポーツ活動、破傷風 風邪症候群（普通感冒、インフルエンザ）、AIDS				【 到達目標 】 禁止物質、検査の実際について理解する。 ドーピング禁止リスト、治療目的使用に係る除外措置、日常生活で気を付けること		
【授業時間外学修】 アスレティックトレーナー専門科目テキスト 4 p 38 - 59 を読む。（4.0hr）				【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 13 - 17 を読む。（4.0hr）		
第8回 環境とスポーツⅠ（高温環境）						
【 到達目標 】 熱中症の要因・症状・応急処置・対策について理解する。 熱中症						
【授業時間外学修】 スポーツ指導者のためのスポーツ医学 第2版 p 153 - 157 を読む。（4.0hr）						
【学修上の留意点】						
本科目は健康運動指導士、健康運動実践指導者、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者共通科目、GFI（グループエクササイズ・フィットネス・インストラクター）資格取得のための必修科目である。1年次開講の「機能解剖学」、「スポーツ生理学」を履修済みであることを前提とする。2年次前期開講の「救急処置法」を履修していることが望ましい。 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。						
【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生かし、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、内科系の内容について講義を行う。						
【教科書・参考書など】						
参考書：「スポーツ指導者のためのスポーツ医学（第2版）」小出清一他編 南江堂、「健康運動指導士養成講習会テキスト上」公益財団法人 健康・体力づくり事業財団、「公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅰ・Ⅲ・Ⅳ」公益財団法人 日本スポーツ協会、「アスレティックトレーナー専門科目テキスト 4」公益財団法人 日本スポーツ協会						
【成績評価方法】						
期末試験成績（100%）で成績を評価する。合格基準は60%以上である。なお、試験は試験期間中に別途実施。						

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
【到達目標】 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。						
【ルブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
体力トレーニング論の基礎的事項・理論について		知識を身につけ、理論を理解し、自らまとめて説明できる。		知識・理論を教科書などを参照しながら説明できる。		知識が乏しく、理解が不十分で説明できない。
体力トレーニング論の研究知見・実践情報に関する事項		研究知見および実践情報の要点を自らまとめて説明できる。		研究知見や実践情報を資料などを参照しながら説明できる。		知見および情報の理解が不十分で説明できない。
体力トレーニング論の研究知見・実践情報の活用に関する事項		知見および情報の活用について、意見・具体案を示すことができる。		知見・情報の活用に関する理解はできており、資料などを参考にしながら説明できる。		知見・情報の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 体力トレーニングに関わる専門用語に慣れ、理解することで覚えることを目指すこと。 受講生は、自分の体験を振り返り、科学的知見をトレーニング実践に活用することを考えながら、メモを取り、レポート作成に活かすようにすること。 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。 必要に応じて、オンライン授業（オンデマンド方式）も実施するので、大学のシステム（Pholly、Googleドライブ）について十分に確認、理解しておくこと。また、パソコン、様々なソフト、アプリケーションの扱いにも慣れておくこと。						
【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】 最終課題（まとめのレポート）60％、授業ノート（毎回の課題）の記入状況40％で評価する。						

科 目 名		スポーツ運動学		担当者	森井 大樹	
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
【到達目標】 スポーツ運動学の基礎的理論・事項及び研究知見について理解し、実戦場面（自らの運動経験）と絡めて説明できる。これらを踏まえて、スポーツ運動学の実践への応用について自らの運動経験と照合でき、実戦場面を想定して説明できる。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
スポーツ運動学の基礎的理論・事項について		理論を理解し、実践場面を想定して説明が可能		理論を教科書等の参照により、説明が可能		理解が不十分で、説明が不可能
スポーツ運動学の研究知見について		研究知見を利用し、実践場面を想定して説明が可能		研究知見に関わる資料等を利用して、説明が可能		研究知見の理解が不十分で、説明は不可能
スポーツ運動学の実践への応用について		理論・研究知見を踏まえて運動経験との照合ができ、実践場面を想定して説明が可能		理論・研究知見を踏まえて運動経験との照合しての説明が可能		理論・研究知見への理解が不十分で、説明が不可能
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 スポーツ運動学とはどんな学問か 【 到達目標 】 科学の学問的特徴を理解する。 スポーツ運動学の学問的特徴を理解する。 【授業時間外学修】 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9回 運動構造の運動学的認識③動きの系統生について 【 到達目標 】 運動発生の順序性について理解する。 動きの類縁性について理解する。 【授業時間外学修】 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 スポーツ種目の分類 【 到達目標 】 スポーツ種目は勝敗の決定方式によって三つの競技領域に分類できることを理解する。 【授業時間外学修】 配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。（4.0hr）				第10回 運動の発生と習熟位相 【 到達目標 】 運動学習の位相論について理解する。 【授業時間外学修】 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 運動技能の構造 【 到達目標 】 運動技能を構成する要因である「技術」「戦術」「体力」の関係について理解する。 【授業時間外学修】 配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。（4.0hr）				第11回 運動技能の上達過程 【 到達目標 】 コツを掴む過程について理解する。 運動の意味付けについて理解する。 【授業時間外学修】 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 運動における意識の特徴 【 到達目標 】 潜在意識の概念について理解する。 運動習熟のメカニズムについて理解する。 【授業時間外学修】 配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。（4.0hr）				第12回 運動における空間の捉え方 【 到達目標 】 客観的事実と人間の感覚の特徴について理解する。 運動学における空間の概念について理解する。 【授業時間外学修】 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 運動学における「コツ」と「カン」 【 到達目標 】 運動学的な「コツ」と「カン」の概念について理解する。 コツとカンの関係性について理解する。 【授業時間外学修】 配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。（4.0hr）				第13回 運動における時間の捉え方 【 到達目標 】 客観的な時間について理解する。 運動学的な時間感覚について理解する。 【授業時間外学修】 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 動感の言語化 【 到達目標 】 運動における「できる」と「わかる」を運動学的に理解する。 運動構造の認識について理解する。 【授業時間外学修】 配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。（4.0hr）				第14回 できれば教えられるのか 【 到達目標 】 運動を覚える能力と教える能力の関係性について理解する。 【授業時間外学修】 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 運動構造の運動学的認識①局面構造について 【 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）について理解する。 【授業時間外学修】 配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。（4.0hr）				第15回 運動を指導する能力 【 到達目標 】 運動指導に必要な能力（観察・交信・代行・処方）について理解する。 【授業時間外学修】 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 運動構造の運動学的認識②運動リズムについて 【 到達目標 】 運動学における運動リズムの概念について理解する。 運動のリズム化を促す要因（分節化、アクセント、時間の長短）について理解する。 【授業時間外学修】 配布プリントと教科書の授業内容と関連している該当箇所の熟読。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 スポーツ運動学における発生論、構造論、伝承論の領域を相互関連的に理解する必要があり、パワーポイント画面を写すだけでは表層的な理解に留まる恐れがある。 自らメモをとるとともに、自己のスポーツやダンスの経験と照らし合わせながら理解することが最も重要である。また、書く力、表現する力といった総合的な能力を陶冶することが求められる。 毎回の小レポートの記述を求める。さらに、スポーツ運動学では、一つの正解を覚える、または、一つの正解しかないという発想を捨てることが求められる。						
【教科書・参考書など】 教科書：配布プリント 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） 「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） 「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】 小レポート20％ 最終レポートもしくは試験80％ 試験の場合は、試験期間中に別途実施する。						

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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
ニュースポーツのルールや楽しみ方の理解と実践		ニュースポーツのルールや楽しみ方を理解し実践することができる。		ニュースポーツのルールや楽しみ方を理解することができる。		ニュースポーツのルールや楽しみ方を理解できない。
スポーツを通じたコミュニケーションの理解と実践		スポーツを通じたコミュニケーションを理解し実践することができる。		スポーツを通じたコミュニケーションを理解することができる。		スポーツを通じたコミュニケーションを理解できない。
生涯に渡りスポーツを楽しむ素養の理解		生涯に渡りスポーツを楽しむ素養を理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 ニュースポーツとは・アيس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يسブレイクについて実践し理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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 ドッジビー 【 到達目標 】 (1)ドッジビーのゲームを実践し、理解する。 【授業時間外学修】 なぜドッジ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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 ボッチャの歴史とルールについて調べる。(1.0hr)						
【学修上の留意点】 実技授業のため運動ができる服装で参加すること。また、アクセサリー類は安全のため授業中は身につけないこと。授業内容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。						
【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】 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%。						

科 目 名		生涯スポーツ B（ボールゲーム屋内）		担当者	清水 由	
英 文 名		Lifelong Sports B（Ball Game indoor）				
単 位 数	1	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	1				専門基礎・選択	
授業形態	実技	科目ナンバー	HBE105		卒業認定方針との関連	⑦
【到達目標】 小学校や中学校の体育授業で行われるような工夫されたゲームを体験することで、ボール運動・ゲームを中心とした室内ボールゲームの幅広い楽しみ方を知る。また、生涯スポーツとして、屋内におけるボール運動・ゲーム（遊び）を誰とでも楽しく行えるように遊びとして自分たちで指導を経験したり工夫したりする。 授業全体のボール運動・ゲームに全力で取り組むことを通して、体力の維持・増進に努める。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
指導的立場としての実践的な技能		提案内容を効率的に伝え盛り上げながら指導できる。		提案内容を伝えて楽しませる指導ができる。		提案内容を伝えることが十分でない。
運動・スポーツを楽しむための思考・判断		全員が楽しめるように工夫できる。		自分がかつ楽しめるように工夫できる。		公式ルールで行うことがよいと思っていて工夫しない。
運動・スポーツに対する主体的態度		得手不得手に関わらず仲間と共に楽しむことができる。		どの運動もまじめに一生懸命行うことができる。		苦手な運動は取り組まない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーション、「グループ分け」 【 到達目標 】 (1)授業の進め方や注意事項について理解する。 (2)ボールゲームを提案するグループをつくる。 【授業時間外学修】 小学校や中学校では、どのようなボール運動・ゲームが行われているのかを調べる。（1.0hr）				第9回 ネットを使ったゲーム② 【 到達目標 】 (1)小学校で行われる簡易化された攻防一体型のネット型ゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）		
第2回 長なわを使ったゲーム 【 到達目標 】 (1)小学校で行う長なわ跳びを使った高度な技（遊び）を体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）				第10回 ネットを使ったゲーム③ 【 到達目標 】 (1)小学校中学年で行われる攻防一体型ネット型ゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）		
第3回 足を使ったゲーム① 【 到達目標 】 (1)小学校の低学年で行われているボールゲームを体験する。 (2)授業内で行ったゲームの工夫を考える。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）				第11回 ゴール型につながる個人戦術を高めるゲーム 【 到達目標 】 (1)小学校で行われるおに遊びを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）		
第4回 足を使ったゲーム② 【 到達目標 】 (1)小学校の中～高学年で行われているボールゲームを体験する。 (2)ルールに応じた作戦を考えてゲームを行う。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）				第12回 ゴールを使ったゲーム① 【 到達目標 】 (1)小学校中学年で行われる簡易化されたゴール型ゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）		
第5回 バットを使ったゲーム① 【 到達目標 】 (1)小学校で行う最も簡易化されたベースボール型ゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）				第13回 ゴールを使ったゲーム② 【 到達目標 】 (1)小学校高学年で行われるゴール型ゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）		
第6回 バットを使ったゲーム② 【 到達目標 】 (1)小学校で行うベースボール型ゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）				第14回 ネットを使ったゲーム④ 【 到達目標 】 (1)小学校で行われる連係プレイ型のネット型ゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）		
第7回 スペースを見つけるゲーム 【 到達目標 】 (1)小学校で行うスペースを見つけるゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）				第15回 ネットを使ったゲーム⑤ 【 到達目標 】 (1)中学校で行われる連係プレイ型のネット型ゲームを体験する。 (2)ダブルスでゲームを行う。 【授業時間外学修】 生涯スポーツを志向したゲーム（遊び）について復習する。（1.0hr）		
第8回 ネットを使ったゲーム① 【 到達目標 】 (1)コート（空間）にボールを落とす簡易ゲームを体験する。 (2)自分たちで工夫したゲームを紹介したり体験したりする。 【授業時間外学修】 自分たちが楽しめるゲームを考える。（1.0hr）						
【学修上の留意点】 運動実技にふさわしい服装で授業に出席すること。普段から体調管理に気をつけ、万全な体調で授業に臨むこと。対戦する相手に敬意を払い、誰とでも気軽にプレイできるように心がけること。ALとして全員が1人で遊びのプレゼンを行い、その都度全体の前でフィードバックする。毎時間、授業内容についてのレポート（感想・意見）を提出する。						
【教科書・参考書など】 特に指定する教科書はなし。適宜プリントを配布する。						
【成績評価方法】 ゲーム提案の指導内容・指導力20％、活動への積極的な取り組み度40％、授業中のレポート40％						

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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
スキーの理論およびルール・マナーの理解		理論やルール・マナーを理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
安全かつ効率の良いスキー技能の習得		急斜面や不整地で安全かつ効率良く滑ることができる。		中斜面で安全かつ効率良く滑ることができる。		緩斜面で滑ることができない。
集団生活での配慮行動		自ら率先して集団生活をよりよくするための働きかけができる。		自ら考えて集団生活での配慮行動ができる。		集団生活の配慮行動ができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 2月中旬から下旬において学外での宿泊実習（4泊5日）を行う。実習参加者は、複数の事前指導に参加するものとする。						
【到達目標】 1．スキーの理論およびルール・マナーについて実践を通して理解する。 （1）ターンの原理を理解する。 （2）スキー場でのルール・マナーを理解する。 2．安全かつ効率の良いスキー技能を習得する。 （1）スタンスとポジション （2）登行、直滑降、制動と停止、ブルークファーレン （3）ブルークボーゲン （4）滑走ブルーク （5）横滑りの展開 （6）シュテム動作 （7）基礎パラレルターン 小回り （8）基礎パラレルターン 大回り （9）総合滑降 3．集団生活での配慮行動を実践を通して理解する。						
【授業時間外学修】 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。						
【授業時間外学修】 事前・事後指導に参加し、2月に行うスキー実習（参加費¥80,000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行うこと。						
【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】 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％。						

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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
スケート（滑走）の基礎的事項・理論について		理論を理解し自らまとめて説明できる。		理論を参考書等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
スケート（滑走）の技能に関する事項		要点を押さえ、状況に応じた十分な滑走ができる。		指示に従って滑走できる。		技能の習得が不十分で滑走できない。
スケート（滑走）の知見・技能の活用に関する事項		知見・技能を十分に活用し、他者の水準に応じた適切な指導ができる。		知見・技能の活用に関する理解はできており、他者の指導ができる。		知見・技能の活用に関する理解が不十分で、他者の指導ができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 5～7月に学内でガイダンスを実施することによってスケートへの理解を深め、9月に学外実習を実施する。						
【到達目標】 1. ガイダンス（事前ガイダンス（学内）1） 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。 2. スケートの概要（事前ガイダンス（学内）2） 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。 3. リンクでの安全な行動法、基礎技術（前進滑走）（学外実習1） 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。 4. グループミーティング（目標設定、集団行動）（学外実習2） 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。 5. 講義（学外実習3） 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。 6. 基礎技術（前進滑走、後進滑走）（学外実習4） 前進滑走および後方への歩行、滑走をできるようにする。 7. 基礎技術（カーブ滑走）（学外実習5） 前進滑走から半円上を脩力滑走できるようにする。 8. 基礎技術（ターン滑走）（学外実習6） 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。 9. 応用技術（連続滑走、停止）（学外実習7） 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プレーキング及び停止をできるようにする。 10. グループスケーティング（学外実習8） 2～3人のグループで滑走できるようにする。 11. グループミーティング（発表準備）（学外実習9） 編成したグループでの演技発表の内容を作成する。 12. 応用技術（組み合わせ滑走）、フォークダンス（学外実習10） 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。 13. グループスケーティング、ミニホッケー（導入）（学外実習11） 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。 14. 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） 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。 15. 試験、グループによる演技発表（学外実習13） 試験課題を達成できるようにする。編成したグループによるグループスケーティングを発表する。						
【授業時間外学修】 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。						
【授業時間外学修】 学外で宿泊して集団生活をしながら行う本実習では、一定期間における食事・睡眠など心身の健康の維持・管理（コンディショニング）が不可欠である。さらに他の学生や一般客そして従業員の方々との交流の中では礼儀やマナーのある行動を必要とする。寒冷な中での実習なので着衣するものに注意が必要である。						
【教科書・参考書など】 教科書：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		野外教育論		担当者	中丸 信吾	
英 文 名		Theory on Outdoor Education				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2				専門基礎・選択	
授業形態	講義	科目ナンバー	HBE206		卒業認定方針との関連	⑥
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
野外教育の概念や意義、教育的価値の理解		野外教育の概念や意義、教育的価値を理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
野外教育における指導者の資質の理解		野外教育における指導者の資質を理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
リスクマネジメントの理解		リスクマネジメントを理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 野外教育とは 【 到達目標 】 (1)野外教育の概念について理解する。 (2)野外教育の教育的価値について理解する。 【授業時間外学修】 野外教育の概念、定義、教育的価値について調べて整理する。(4.0hr)				第9回 野外教育の対象① ささまざまな対象 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】体験からの学びについて、自身の体験を振り返るとともに、体験から学ぶことの価値を調べる。(4.0hr)				第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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 体験学習法、体験学習サイクル、PDCAサイクルについて調べる。(4.0hr)				第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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 体験学習法の観点から、過去の体験を振り返る。(4.0hr)				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 冒険教育・環境教育について調べる。(4.0hr)				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 対人コミュニケーションの言語的および非言語的要素について調べる。(4.0hr)				第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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 ジョハリの4つの窓について調べる。(4.0hr)				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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 ハードスキルおよびソフトスキルについて調べる。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 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。 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。 日本キャンプ協会公認キャンプインストラクター資格を希望する学生は、「野外活動」および「野外教育論」を受講した上、認定試験に合格し資格申請をすることで取得できます。						
【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】 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。						

科 目 名		陸上競技B		担当者	中野 美沙	
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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
陸上競技の技能について		基本的な技能だけでなく発展的な技能まで実践できる。		基本的な技能を実践できる。		基本的な技能を実践できない。
陸上競技の理論について		理論を理解し自分の動きに応用できる。		理論を理解し説明できる。		理論の理解が不十分で説明できない。
陸上競技の競技規則について		競技規則を理解し、正しく競技運営を行うことができる。		競技規則を理解し説明できる。		競技規則の理解が不十分で説明できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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台目までスムーズに走ることができる。 (2)スタートから2台目、5台目、ゴールまで走ることができる。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 各局面における習熟度についてまとめる。(1.0hr)						
【学修上の留意点】 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。						
【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】 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。						

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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
キャンプに必要な技能や環境配慮行動の習得		技能や環境配慮行動を理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
キャンプを通した対人関係の理解と構築		対人関係を理解し構築することができる。		対人関係を理解することができる。		対人関係を理解できない。
リスクマネジメントの理解と実践		リスクマネジメントを理解し実践することができる。		リスクマネジメントを理解することができる。		リスクマネジメントを理解できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 8月下旬から9月中旬において学外での宿泊実習（3泊4日）を行う。実習参加者は、複数回の事前指導に参加するものとする。						
【到達目標】 1．キャンプに必要な技能や環境配慮行動を習得する。 （1）テント・タープ、野外炊事、テント泊、登山、キャンプファイヤー、クラフトの技能を習得する。 （2）人間と自然との関わりについて理解し、環境に配慮した行動を習得する。 2．キャンプを通して対人関係を理解し実践する。 （1）キャンプ生活において協同的な態度を習得する。 （2）キャンプ生活において他者の立場に立った視点で行動する。 3．リスクマネジメントを理解し実践する。 （1）各種活動において安全に活動を行う方法を理解し実践する。 （2）各種活動におけるリスクマネジメントを理解し実践する。						
【授業時間外学修】 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。						
【授業時間外学修】 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。 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非常に多いため、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。 日本キャンプ協会公認キャンプインストラクター資格を希望する学生は、「野外活動」および「野外教育論」を受講した上、認定試験に合格し資格申請をすることで取得できます。						
【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】 野外教育の理解とそれに伴う技術の習熟度80％、レポート20％						

科 目 名		学校保健		担当者	横嶋 剛	
英 文 名		School Health				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	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	HBE302		卒業認定方針との関連	④⑨
【到達目標】 教職を志す者にとって、学校における児童生徒の健康や安全をどのように守り、また健康や安全にかかわる資質・能力をどのように育てていくかについて考え、理解することは極めて重要である。本講義では、学校における子供たちの健康や安全を保障するためのシステムや活動等について解説し、グループワークやディスカッションを通して、学校保健の領域および内容について理解し、学校に通う子供たちの健康や安全を保持増進していくためにはどうすればよいかについて考えを深めることを目指す。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
学校保健に関する基礎的な知識		学校保健に関するシステムや活動等について理解し、説明することができる。		学校保健のシステムや活動等について、資料等を参照しながら説明することができる。		理解が不十分で説明することができない。
児童生徒の健康の保持増進を目指した教員の役割		児童生徒の健康の保持増進のために、教員としての役割について理解し、説明することができる。		児童生徒の健康の保持増進のために、教員としての役割について資料等を参照しながら説明することができる。		教員の役割について理解が不十分で説明することができない。
学校保健に関する研究知見の活用		学校保健に関する知見について調べ、理解し、自分の意見を示すことができる。		学校保健に関する知見を調べることができ、それらを参考にしながら、自分の意見を述べることができる。		学校保健に関する知見を調べることができず、意見を述べることができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 学校保健の意義と目的 【 到達目標 】 学校保健の意義と目的について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）				第9回 学校給食と食物アレルギー対応 【 到達目標 】 学校給食の意義や食物アレルギーの対応について理解し、食育に対する考えを深める。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）		
第2回 学校保健の領域構成と関連法規 【 到達目標 】 学校保健の領域構成および学校保健安全法について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（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。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）		
第3回 健康の概念と児童生徒の健康の現状 【 到達目標 】 健康の概念および児童生徒の健康の現状と課題について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）				第11回 児童生徒のメンタルヘルス 【 到達目標 】 児童生徒のメンタルヘルスおよびそのケアについて理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）		
第4回 小児保健と学校感染症 【 到達目標 】 小児期に起こりやすい疾病障害および学校感染症について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）				第12回 不登校児童生徒の健康課題と支援 【 到達目標 】 不登校児童生徒の心身の健康課題について理解し、支援について考えを深める。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）		
第5回 学校における健康観察および健康診断 【 到達目標 】 健康観察および健康診断の意義と方法、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。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）				第13回 障害のある児童生徒とその指導 【 到達目標 】 特別に配慮が必要な障害のある児童生徒への指導について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）		
第6回 学校保健管理の領域と内容 【 到達目標 】 学校保健管理の領域と内容について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）				第14回 いじめの防止と対策 【 到達目標 】 学校におけるいじめの防止と対策について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）		
第7回 学校保健教育の領域と内容 【 到達目標 】 学校保健教育の領域と内容について理解し、考えを深める。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）				第15回 教職員の健康 【 到達目標 】 教職員の健康を守るために行われている方策について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）		
第8回 性に関する指導・エイズ教育 【 到達目標 】 性に関する指導およびエイズ教育について理解する。 【授業時間外学修】 授業で取り上げたキーワードについて調べ、学びを深める。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 パワーポイント等を用いて学校保健の内容について講義形式で解説し、必要に応じて映像資料も提示する。教師になったつもりで、児童生徒や教職員の健康や安全について学び、調べ学習やグループワークワークのなかで考えを深めていくこと大切である。そのため授業への出席は大前提であり、やむを得ない遅刻以外の遅刻や無断欠席はすることのないようにお願いしたい。ほぼ毎時間レスポンスカードの記入を求める。						
【教科書・参考書など】 参考書は授業時に適宜紹介する。その他、資料を適宜配布する。						
【成績評価方法】 各回のレスポンスカードの内容（30％）、試験（70％）で総合的に評価する。						

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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
障害者スポーツの沿革に関する基礎的事項・理論について		理論を理解し自らまとめて説明できる。		理論を資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
各障害の基本的特性と支援・指導方法に関する知識について		特性と支援・指導方法について理解し自ら説明できる。		特性と支援・指導方法について資料等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
障害者スポーツの知見の活用に関する事項		知見の活用について意見を示すことができる。		知見の活用に関する理解はできており、資料等を参照しながら説明できる。		知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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 障害の理解 【 到達目標 】 聴覚障害・音声言語障害と内部障害の特性を理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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 地域における障害者スポーツとは 【 到達目標 】 教室や大会など、地域における障害者スポーツ振興の実際を学ぶ。 【授業時間外学修】 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 視覚障害の理解とスポーツの実際 【 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。 【授業時間外学修】 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 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。 【授業時間外学修】 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①（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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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②（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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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)						
【学修上の留意点】 パワーポイントを用いて講義内容の要点を示し、口頭でその詳細を説明する。また、必要に応じて映像資料も提示し、具体的例証を確認しながら理解を深めていく。						
【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 アダプテッド・スポーツ概論 植木章三編著 東京教学社						
【成績評価方法】 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。						

科 目 名		保健科教育法Ⅰ		担当者	助友 裕子	
英 文 名		Teaching Methods in Health EducationⅠ				
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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
保健科教育法の基礎的事項への理解（知識）		保健科教育法の基礎的事項を十分説明している。		保健科教育法の基礎的事項を説明している。		保健科教育法の基礎的事項を説明できない。
保健科教育法の知識の活用（思考力・判断力・表現力）		保健科教育法の知識を活用して思考・判断したことを良く表現している。		保健科教育法の知識を活用して思考・判断したことを表現している。		保健科教育法の知識を活用して思考・判断したことを表現できない。
保健科教育法を学ぶ主体性（態度）		保健科教育法の学修に積極的に取り組もうとしている。		保健科教育法の学修に取り組もうとしている。		保健科教育法の学修に取り組もうとしていない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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）：ワークシートの作成 【 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た上で、ワークシートを作成する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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：習得型 【 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。 【授業時間外学修】 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：単元計画の整理 【 到達目標 】 単元計画の整理を通じて、1時間の学習指導案を作成できるようにする。 【授業時間外学修】 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：活用型 【 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。 【授業時間外学修】 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：本時案の整理 【 到達目標 】 本時案の整理を通じて、1時間の学習指導案を作成できるようにする。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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求したり授業設計の向上に取り組むことができる。 【授業時間外学修】 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）：概論 【 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。 【授業時間外学修】 学習指導案の作成、副教材の作成を進める。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 おもにパワーポイントや配布資料で要点を示し、詳細は口頭にて説明する。高い意識を持ち、毎回の授業に積極的に参加することで、将来自らが授業づくりの担い手になることへの強い認識が求められる。このことから、授業への出席が大前提となる。遅刻や無断欠席、授業中の私語は慎むことが必須である。						
【実務経験のある教員による授業科目】 行政や公的機関等における公衆衛生学・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】 「中学校・高等学校 保健科教育法（改訂第2版）」森良一編著（東洋館出版社）2024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】 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。						

科 目 名		体育科教育法Ⅱ		担当者	須 甲 理 生	
英 文 名		Teaching Methods in Physical Education Ⅱ				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3				専門基礎・選択	
授業形態	講義	科目ナンバー	HTE309		卒業認定方針との関連	⑨
【到達目標】						
本講義では、保健体育科における、中学校体育分野、高等学校科目体育に関する目標・内容・方法を総合的に学んでいく。具体的には、講義、体育授業のVTR視聴、模擬授業、指導案作成等を通して、学校体育が置かれている現状をはじめとして、生徒にとって意味のある「良い体育授業」を計画、実践するための基礎的知識と技術を習得することがねらいとなる。また、模擬授業の反省会等を通して、授業改善や教師としての実践的力量を高めるための体育授業の効果的な反省方法も習得していく。これらの学習を通して、「授業で勝負することのできる保健体育教師」、「学び続けることのできる保健体育教師」という教師観の確立を目指す。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
学習指導要領に関する事項		学習指導要領に示された保健体育科の目標や内容について具体的に説明できる。		学習指導要領に示された保健体育科の目標や内容について説明できる。		学習指導要領に示された保健体育科の目標や内容について説明できない。
指導方法と授業設計に関する事項		基礎的な学習指導理論を理解し、具体的な授業場面を想定した授業設計と指導方法を身に付けることができる。		授業場面を想定した授業設計と指導方法を身に付けることができる。		授業場面を想定した授業設計と指導方法を身に付けることができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 体育の授業づくり論(1)：単元計画、指導案の作成手順(1) 【 到達目標 】 (1)単元計画及び指導案作成の原理、原則を理解する。 【授業時間外学修】 学習指導案作成の意義や方法について予習・復習する。(4.0hr)				第9回 模擬授業の反省会(3) 【 到達目標 】 (1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。 (2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。 【授業時間外学修】 e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)		
第2回 体育の授業づくり論(2)：単元計画、指導案の作成手順(2) 【 到達目標 】 (1)単元計画及び指導案作成の手続きを理解し、説明できる。 【授業時間外学修】 学習指導案作成の意義や方法について予習・復習する。(4.0hr)				第10回 模擬授業の反省会(4) 【 到達目標 】 (1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。 (2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。 【授業時間外学修】 e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)		
第3回 体育の授業づくり論(3)：教材づくりの視点 【 到達目標 】 (1)教材づくりの視点を理解し、具体的に説明できる。 【授業時間外学修】 学習指導案における授業の明確な目標を設定し、その目標達成のための教材を計画する。(4.0hr)				第11回 模擬授業の反省会(5) 【 到達目標 】 (1)模擬授業で実践された教材、教具の良い点、改善点について説明できる。 (2)模擬授業中の教師役の学習指導方法について、良い点、改善点を説明できる。 【授業時間外学修】 e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)		
第4回 体育の授業づくり論(4)：指導と評価の一体化 【 到達目標 】 (1)指導計画への評価の組み込み方を理解する。 【授業時間外学修】 具体的な指導と評価の計画を立てる。(4.0hr)				第12回 優れた実践に学ぶ(1)：体育授業VTRの視聴と解説(1) 【 到達目標 】 (1)優れた体育授業のVTRから、効果的な指導のポイントをあげることができる。 【授業時間外学修】 模擬授業と優れた授業実践を比較し、自身の課題について考察する。(4.0hr)		
第5回 体育の授業づくり論(5)：単元計画、指導案、教材・教具の作成(1) 【 到達目標 】 (1)適切な計画を立てるためにグループ内で積極的に討論できる。 【授業時間外学修】 グループ内で議論しながら学習指導案を作成する。(4.0hr)				第13回 優れた実践に学ぶ(2)：体育授業VTRの視聴と解説(2) 【 到達目標 】 (1)優れた体育授業のVTRから、効果的な教材・教具について説明できる。 【授業時間外学修】 模擬授業と優れた授業実践を比較し、自身の課題について考察する。(4.0hr)		
第6回 体育の授業づくり論(6)：単元計画、指導案、教材・教具の作成(2) 【 到達目標 】 (1)グループ内で適切な計画を立てることができる。 【授業時間外学修】 グループ内で議論しながら学習指導案を作成する。(4.0hr)				第14回 体育授業の存在意義 【 到達目標 】 (1)体育授業の存在意義について説明できる。 【授業時間外学修】 体育授業の存在意義について考察する。(4.0hr)		
第7回 模擬授業の反省会(1) 【 到達目標 】 (1)模擬授業の観察データから授業の改善点を説明できる。 【授業時間外学修】 e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)				第15回 スポーツ基本法、スポーツ基本計画、スポーツ立国戦略からみた体育授業 【 到達目標 】 (1)我が国のスポーツ政策における体育授業の位置付けを理解する。 【授業時間外学修】 我が国のスポーツ政策における体育授業の位置付けを理解する。(4.0hr)		
第8回 模擬授業の反省会(2) 【 到達目標 】 (1)模擬授業の観察データから授業の改善点を説明できる。 【授業時間外学修】 e-ラーニングを通して、模擬授業映像、観察データを視聴し、振り返りシートを記述する。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 教育実習において、学校現場の生徒に少なからぬ影響を与えることを十分に自覚し、教職免許を取るのにふさわしい態度で講義に臨むこと。毎回の講義は相互に関連しているので、講義内容について集中してノートを取り、予習・復習を行っていくが必要になる。指導案作成、模擬授業、テスト、レポートにも積極的に取り組むことが大切である。						
【教科書・参考書など】 岡出美則 他 編著『体育科教育学入門 三訂版』大修館書店（2020年） 文部科学省『中学校学習指導要領解説－保健体育編－』（2018年）東山書房 文部科学省『高等学校学習指導要領解説－保健体育編／体育編－』（2019年）東山書房						
【成績評価方法】 模擬授業や指導案作成等のグループによる活動の課題達成度と提出物20％、テスト80％として評価する。						

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
【到達目標】						
「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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
体づくり運動の基礎的な動きの習得について		見本となるデモンストレーションができる。		基礎的な動きを習得することができる。		基礎的な動きを習得することができない。
体づくり運動の基礎的な知識について		体づくり運動の基礎的な知識を理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明することができる。		理解が不十分で説明できない。
指導について		運動プログラムを構成することができ、想定通りの指導ができる。		運動プログラムの構成や指導案を作成することができる。		運動プログラムの構成や指導案を作成することができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 自分が指導するときの留意点を把握する。(4.0hr)		
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 自分の指導の手順をシミュレーションする。(4.0hr)		
第4回 体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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 自分の指導を振り返り、今後の修正点を明確にする。(4.0hr)		
第5回 体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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 他者の指導に助言できるように準備する。(4.0hr)		
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 他者に助言できるように準備する。(4.0hr)		
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 自分が指導するときの心構えをつくる。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 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、次の授業内で解説によるフィードバックを行う。						
【教科書・参考書など】 随時資料等プリント配布。						
【成績評価方法】 教材の研究と指導案作成50%、模擬授業30%、レポート20%で総合的に評価する。						

科 目 名		スポーツ指導演習（陸上競技）		担当者	中野 美沙	
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
【到達目標】 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共に指導する際に必要な能力を身につける。また、学習者が自己の能力を把握して適切な目標を設定することや、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学び、指導案を作成する。さらに、作成した指導案に基づいて、基礎的な指導をすることができる。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
陸上競技の特性に関する理解について		特性および理論を説明できる。		特性および理論を資料等を参照に説明できる。		特性および理論を説明できない。
陸上競技の指導の進め方に関する事項		練習方法や進め方について指導案を作成できる。		練習方法や進め方について資料を参照に作成できる。		練習方法や進め方について指導案を作成できない。
陸上競技の指導に関する事項		指導案に基づいて正しい指導できる。		指導案に基づいて指導できる。		指導案に基づいた指導ができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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説明できる。 (2)陸上競技の特性について説明できる。 【授業時間外学修】 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し説明できる。 (2)安全な着地の仕方について段階的な指導をすることができる。 【授業時間外学修】 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)ハードル走の特性について理解し、説明できる。 (2)ハードル走の指導方法について説明できる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)短助走跳躍について段階的な指導をすることができる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)導入としての指導をすることができる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)空中動作について段階的な指導をすることができる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)ハードリングについて段階的な指導をすることができる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)全助走跳躍について段階的な指導をすることができる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)インターバルとその走り方について段階的に指導することができる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)記録会の運営について指導でき、適切な評価について指導できる。 【授業時間外学修】 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し、指導できる。 (2)スタートからのアプローチ走について段階的に指導できる。 【授業時間外学修】 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作成できる。 (2)改善した指導案に基づいて指導することができる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)記録会の運営について指導でき、適切な評価について指導できる。 【授業時間外学修】 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し、説明できる。 (2)ルールや状況に応じて指導することができる。 【授業時間外学修】 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)走り幅跳びの特性について理解し、説明できる。 (2)走り幅跳びの指導方法について説明できる。 【授業時間外学修】 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)						
【学修上の留意点】 ふさわしい服装とシューズ(スパイクシューズが望ましい場合がある)を使用すること。指導する際は、収集した資料や記録・映像等を参考にして指導案や教材を作成し、単独およびグループで指導を行う。また、振り返りやディスカッションを通して理解を深めるため、学習者側の立場からも積極的に行動すること。						
【教科書・参考書など】 教科書は特に指定しない。						
【成績評価方法】 教材研究、指導案作成、指導内容を70%、最終レポート作成および授業の理解度を30%の割合として、総合的に評価する。						

科 目 名		スポーツ指導演習（水泳）		担当者	甫本 研太	
英 文 名		Seminar in Sports Teaching Method (Swimming)				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3				専門基礎・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HBE310		卒業認定方針との関連	⑥
【到達目標】						
水泳の初心者指導法や4種目泳法の指導法について理論的な背景を理解し、指導実践の場で検証することを目的とする。また、安全管理の方法についても学習する。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
水泳の初心者指導法についての修得		4泳法の段階的な指導方法について理解し、理論背景を踏まえた指導実践ができる		4泳法の段階的な指導方法について理解し、指導実践ができる		4泳法の段階的な指導方法について理解していない、または指導を実践できない
水泳学習の理論的な背景についての理解		水泳学習の理論的な背景について十分に理解し、説明できる		水泳学習の理論的な背景について理解している		水泳学習の理論的な背景について理解していない
水泳の指導者に必要な基礎知識の理解		水泳の指導者に必要な基礎知識について十分に理解し、説明できる		水泳の指導者に必要な基礎知識について理解している		水泳の指導者に必要な基礎知識について理解していない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーション、水泳指導の原則 【 到達目標 】 授業の進め方を理解する。 水の特性と水泳指導の関わりを理解する。 【授業時間外学修】 水の特性に関する理解を深める。(4.0hr)				第9回 指導実践① 【 到達目標 】 各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。 【授業時間外学修】 模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)		
第2回 水泳学習の意義とその方法、水泳の安全管理 【 到達目標 】 水泳学習の意義と処方について理解する。 水泳の安全管理の重要性と方法について理解する。 【授業時間外学修】 書籍やメディアを活用して水泳学習および安全管理に関する理解を深める。(4.0hr)				第10回 指導実践② 【 到達目標 】 各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。 【授業時間外学修】 模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)		
第3回 安全水泳と水泳授業の単元計画 【 到達目標 】 背浮きを含めた身を守る安全水泳の意義を理解する。 水泳授業における単元計画の作成する上での留意点を理解する。 【授業時間外学修】 安全水泳と水泳指導の計画の立て方に関する理解を深める。(4.0hr)				第11回 指導実践③ 【 到達目標 】 各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。 【授業時間外学修】 模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)		
第4回 水慣れ・水遊び 【 到達目標 】 水泳授業の導入としての水慣れ、水遊びの内容を取り上げ、その方法を理解し、実践できるようになる。 【授業時間外学修】 書籍やメディアを活用して小学生対象の水慣れ、水遊びに関する理解を深める。(4.0hr)				第12回 指導実践④ 【 到達目標 】 各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。 【授業時間外学修】 模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)		
第5回 泳法の習得に向けた指導体験(クロール) 【 到達目標 】 クロールの泳法習得に向けた指導を取り上げ、体験する中で理解を深め、実践できるようになる。 【授業時間外学修】 書籍やメディアを活用してクロールの指導実践に関する理解を深める。(4.0hr)				第13回 指導実践⑤ 【 到達目標 】 各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。 【授業時間外学修】 模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)		
第6回 泳法の習得に向けた指導体験(平泳ぎ) 【 到達目標 】 平泳ぎの泳法習得に向けた指導を取り上げ、体験する中で理解を深め、実践できるようになる。 【授業時間外学修】 書籍やメディアを活用して平泳ぎの指導実践に関する理解を深める。(4.0hr)				第14回 指導実践の反省と検討 【 到達目標 】 これまで行ってきた指導実践についてディスカッションし、各々が改善すべき点を明確に理解する。 【授業時間外学修】 これまでに作成した水泳指導に必要な資料を、他者評価を基にさらに洗練させる。(4.0hr)		
第7回 泳法の習得に向けた指導体験(背泳ぎ) 【 到達目標 】 背泳ぎの泳法習得に向けた指導を取り上げ、体験する中で理解を深め、実践できるようになる。 【授業時間外学修】 書籍やメディアを活用してク背泳ぎの指導実践に関する理解を深める。(4.0hr)				第16回 水泳指導と安全管理に関する基礎知識のテスト 【 到達目標 】 これまでの授業で扱った水泳指導と安全管理に関する基礎知識を有している。 【授業時間外学修】 講義資料や書籍を活用し、授業で扱った水泳指導と安全管理に関する知識をまとめる。(4.0hr)		
第8回 指導実践 【 到達目標 】 各自で作成した指導計画に沿って模擬授業を行う。 【授業時間外学修】 模擬授業の評価と反省を行い、より良い水泳指導につながる資料を蓄積する。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 本演習は、水泳指導者としての心構えと実践的知識に関する講義と指導実践を行う。そのため、「指導者とはどうあるべきか」を考えた受講態度が求められる。プールでの安全管理および安全対策の理解の一環として、アクセサリー類の着用は不可とする。また、指導実践においては他の学生の指導内容にも関心を持ち、評価する視点を持つことが大切である。各回の学習活動および指導実践の内容は、その授業終了時にフィードバックを行う。						
【教科書・参考書など】 「水泳指導教本」 日本水泳連盟編、大修館書店 「水泳の医学（Ⅰ、Ⅱ）」 武藤芳照著、ブックハウスHD						
【成績評価方法】 1. 指導実習の計画書（30%）、2. 指導実習の実践（40%）、3. 水泳指導に関する筆記試験（30%）。						

科 目 名		スポーツ指導演習（バスケットボール）		担当者	柴田 雅貴	
英 文 名		Seminar in Sports Teaching Method (Basketball)				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3				専門基礎・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HBE311		卒業認定方針との関連	⑥
【到達目標】 学校体育におけるバスケットボールについて、主な対象となる初心者が個人技術やグループ・チーム戦術の習得を目指す教科体育の指導法を学ぶことが目的である。具体的には、マイクロティーチングでは10分程度の指導計画を作成し実際に指導を行い、模擬授業では単元計画を立案・学習指導案を作成し実際に指導を展開する。そしてそれぞれの指導後に指導役および生徒役双方で振り返りを行い指導の反省・検証を行って進めていく。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
マイクロティーチングについて		個人技術を十分に理解し、効果的に指導することができる		個人技術を理解し、指導することができる		個人技術の理解・指導ともにできない
模擬授業について		十分に計画された指導案を作成し、効果的に指導することができる		計画された指導案を作成し、指導することができる		指導案は作成できるが、十分に指導することができない
学びに向かう力について		授業に対して主体的・積極的に非常によく取り組むことができる		授業に対して主体的・積極的に取り組むことができる		授業に対して主体的・積極的に取り組むことができない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 授業のねらいと進め方 【 到達目標 】 1 授業のねらいと進め方を理解する。 2 中学校・高等学校体育科学学習指導要領「球技」について理解する。 【授業時間外学修】 バスケットボールの授業において求められる内容について調べる。(4.0hr)				第9回 模擬授業の展開と検証 【 到達目標 】 1 実際の模擬授業を通して指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)		
第2回 教科体育における指導の深い理解 【 到達目標 】 1 指導計画作成上の配慮事項を理解する。 2 体育の目標における3つの柱について深く理解する。 【授業時間外学修】 体育授業における単元計画の立案方法について調べる。(4.0hr)				第10回 模擬授業の展開と検証 【 到達目標 】 1 実際の模擬授業を通して指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)		
第3回 マイクロティーチングでの指導計画の作成 【 到達目標 】 1 マイクロティーチングで指導する技術の指導計画を作成する。 【授業時間外学修】 学習指導案の作成方法について調べる。(4.0hr)				第11回 模擬授業の展開と検証 【 到達目標 】 1 実際の模擬授業を通して指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)		
第4回 マイクロティーチングの展開と検証 【 到達目標 】 1 実際のマイクロティーチングを通して技術についての指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)				第12回 模擬授業の展開と検証 【 到達目標 】 1 実際の模擬授業を通して指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)		
第5回 マイクロティーチングの展開と検証 【 到達目標 】 1 実際のマイクロティーチングを通して技術についての指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)				第13回 模擬授業の展開と検証 【 到達目標 】 1 実際の模擬授業を通して指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)		
第6回 マイクロティーチングの展開と検証 【 到達目標 】 1 実際のマイクロティーチングを通して技術についての指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)				第14回 模擬授業の展開と検証 【 到達目標 】 1 実際の模擬授業を通して指導法を習得する。 2 実際に指導した指導法について分析・検証し、今後の指導法について考察する。 【授業時間外学修】 それぞれの役割に応じて指導実践を振り返る。(4.0hr)		
第7回 単元計画の立案 【 到達目標 】 1 単元計画について理解し、単元計画を立案する。 【授業時間外学修】 体育授業における単元計画の立案方法について調べる。(4.0hr)				第15回 総合的検証 【 到達目標 】 1 これまでのマイクロティーチングおよび模擬授業を通して行った指導法について分析し、今後の指導法について検証する。 【授業時間外学修】 教育実習に行くことを想定し、授業で得られた情報の整理を行う。(4.0hr)		
第8回 模擬授業での学習指導案の作成 【 到達目標 】 1 単元計画をもとに、学習指導案を作成する。 【授業時間外学修】 学習指導案の作成方法について調べる。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 実習も行う授業となるため、服装・身だしなみは体育実技にふさわしいものとする。アクセサリ類は決して身につけない。本演習はすべてグループ毎に活動するので、ただ参加するのではなく、積極的にグループの中で活動し、さらにはリーダーシップを取って授業を受ける。また、毎時間グループでディスカッションを行うので、積極的に発言し、論理的に話ができるよう努めることが求められる。						
【教科書・参考書など】 特に教科書は指定しない。 参考書：「バスケットボールの指導教本 上・下巻」（公財）日本バスケットボール協会編（大修館書店） 「高等学校学習指導要領(平成30年告示)解説 保健体育編 体育編」文部科学省						
【成績評価方法】 平常授業での到達目標に対する到達度を70％、作成した単元計画および学習指導案を30％として評価する。						

科 目 名		スポーツ指導演習（バレーボール）		担当者	湯澤 芳貴	
英 文 名		Seminar in Sports Teaching Method (Volleyball)				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3				専門基礎・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HBE312		卒業認定方針との関連	⑥
【到達目標】						
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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
バレーボールの基礎技能の指導理論について		指導理論を十分理解し自ら説明できる		指導理論を確認しながら説明できる		指導理論の理解が不十分で説明できない
バレーボールの指導実践について		指導理論を十分理解し実践できる		指導理論を理解しているが十分に実践できない		指導理論の理解が不十分で実践できない
バレーボールの指導計画作成について		指導計画について十分理解し計画作成できる		指導計画について理解し、確認しながら計画作成ができる		指導計画の理解が不十分で計画作成できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 学校体育の場におけるバレーボールの初心者を対象にした指導をおこなうために、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。						
【教科書・参考書など】 教科書は特になし。						
【成績評価方法】 指導理論の理解を20％、学習指導案作成を30％、指導実践を50％として評価する。						

科 目 名		柔道		担当者	佐藤 雄哉		
英 文 名		Judo					
単 位 数	1	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科	
履修年次	3				専門基礎・選択		
授業形態	実技	科目ナンバー	HBE315		卒業認定方針との関連	⑥⑨	
【到達目標】							
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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
基礎知識に関する事項		柔道の成り立ちや性質を説明できる		柔道の成り立ちや性質を理解している		柔道の成り立ちや性質を理解していない	
前回り受け身に関する事項		人の前回り受け身を見て不十分な点を指摘出来る		身を護るレベルの前回り受け身が取れる		危険な前回り受け身である	
投げ技、固め技に関する事項		基礎技能を有機的に使用し、試合を楽しめる		基礎技能を身に着け、安全に試合が行える		試合を行う際に危険な状況が散見される	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
第1回 オリエンテーション（授業展開について） 【 到達目標 】 授業の全体像を把握する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）				第9回 受身試験 【 到達目標 】 正確な動作を習得し、安全確保について理解する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）			
第2回 柔道の基本動作、受身（後受身）、固め技（袈裟固、乱取） 【 到達目標 】 正確な動作を習得し、安全確保について理解する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）				第10回 投げ技（大腰）、固め技（関節技、乱取） 【 到達目標 】 投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）			
第3回 受身（横受身・前回受身）、固め技（袈裟固の逃れ方、乱取） 【 到達目標 】 正確な動作を習得し、安全確保について理解する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）				第11回 投げ技（払い腰、約束練習）、固め技（絞め技、乱取） 【 到達目標 】 投げ技・固め技の理論を理解し、正確な動作を習得する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）			
第4回 受身（前回受身）、固め技（崩れ袈裟固め、横四方固、乱取） 【 到達目標 】 正確な動作を習得し、安全確保について理解する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）				第12回 投げ技（体落とし、約束練習）、固め技（様々な姿勢での攻防、乱取）Ⅰ 【 到達目標 】 基本動作を用いて相手の動きに応じた攻防ができる。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）			
第5回 投げ技の基本動作（姿勢、組み方、進退動作、崩しー作りー掛け）、投げ技（膝車） 【 到達目標 】 基本動作を理解し、正確な動作を習得する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）				第13回 投げ技（連絡技、乱取）、固め技（様々な姿勢での攻防、乱取）Ⅱ 【 到達目標 】 基本動作を用いて相手の動きに応じた攻防ができる。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）			
第6回 投げ技（膝車、小内刈）、固め技（上四方固、乱取） 【 到達目標 】 投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）				第14回 試験（投げ技、固め技） 【 到達目標 】 正確な動作を身につけ、柔道に関して理解する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）			
第7回 投げ技（大外刈り、背負投）、固め技（縦四方固、乱取） 【 到達目標 】 投げ技の理論を理解し、正確な動作を習得する。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）				第15回 簡易な試合 【 到達目標 】 柔道全般を理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 参考書を用いて技術の理解を深める。（1.0hr）							
【学修上の留意点】 安全面に留意する。授業の際は、集中して取り組むこと。また、「何故？」という課題、疑問を持って授業に参加すること。 状況に応じて映像教材や資料を提示し、論理的な技術体系の解説を施しながら柔道に対する理解を深めていく。本講義を理解するためには、感覚的な技術の習得と併せて、論理的な技術体系の理解が重要である。レポートや理解度確認テストを通して明らかとなった課題を解説、フィードバックし、課題の解決に取り組むことが求められる。							
【教科書・参考書など】 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】 調整中							

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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
身体の測定に関して		様々な測定の意義や方法を理解して、自身が中心的な役割として、実施することができる。		様々な測定の意義や方法を理解して、自身が補助的な役割として、実施することができる。		様々な測定の意義や方法を理解しておらず、それを実施することができない。
データ処理・解釈に関して		得られたデータをパソコンを使い、適切な形に処理することができ、またそれをすでに得ている知識を踏まえて説明することができる。		得られたデータをパソコンを使い、指示された形で処理することができ、またそれを説明することができる。		得られたデータを処理することができない。
プレゼンテーション・レポートに関して		他者が理解しやすく、さらに興味が持てるプレゼンテーションやレポートを作成することができる。		他者が理解できるプレゼンテーションやレポートを作成することができる。		他者が理解することが難しいプレゼンテーションやレポートを作成する。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 ガイダンス 【 到達目標 】 授業の進め方・概要を理解する。 これまでの関連科目に関する理解の確認をする。 【授業時間外学修】 授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)				第9回 プレゼンテーション資料作成 【 到達目標 】 成果発表の順序や視覚的效果を理解する。 【授業時間外学修】 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） 【 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。 【授業時間外学修】 授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)				第10回 プレゼンテーション（1） 【 到達目標 】 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。 【授業時間外学修】 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） 【 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。 【授業時間外学修】 実習により測定したデータをまとめてくる。(4.0hr)				第11回 論文の読み方 【 到達目標 】 学術論文の形式を学び、それぞれの重要な点をまとめる。 【授業時間外学修】 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） 【 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。 【授業時間外学修】 授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)				第12回 実験計画の立案 【 到達目標 】 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。 【授業時間外学修】 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） 【 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。 【授業時間外学修】 実習により測定したデータをまとめてくる。(4.0hr)				第13回 実験の実施 【 到達目標 】 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。 【授業時間外学修】 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） 【 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。 【授業時間外学修】 授業で配布された資料を見直しながら、次回の講義の準備を進める。(4.0hr)				第14回 データ解析（2） 【 到達目標 】 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。 【授業時間外学修】 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） 【 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。 【授業時間外学修】 実習により測定したデータをまとめてくる。(4.0hr)				第15回 プレゼンテーション（2） 【 到達目標 】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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)						
【学修上の留意点】 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。						
【教科書・参考書など】 授業内で適宜紹介する。また、データ処理やプレゼンテーションに関しては、教養演習や情報処理で利用したテキストが参考になる。						
【成績評価方法】 出席および小レポート（40％）、プレゼンテーション（30％）、最終レポート（30％）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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
体力トレーニングのプログラム作成能力について		体力トレーニングの実施手順・原理原則に従って、合理的なプログラムが作成できる。		体力トレーニングに関する教科書などを参照しながら、合理的なプログラムが作成できる。		知識・理解が不十分で作成できない。
プログラム実践能力について		プログラムを安全、効果的に実践でき、途中経過を評価し修正することもできる。		プログラムを安全に実践できる。		プログラムが実践できない。
プログラム実践の評価能力について		プログラム実践の結果を分析・評価でき、振り返り、成果と課題について論理的に解説できる。		プログラム実践の結果を分析・評価できる。		プログラム実践の結果を分析・評価できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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)						
【学修上の留意点】 毎回の内容についてよく理解し考えて自分の意見を出す努力をすること。「聞く・考える・書く・話す」に積極的に取り組むこと。 配布資料が多いので、授業ごとに整理して有効活用できるようにしておくこと。 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。 必要に応じて、オンライン授業（オンデマンド方式）も実施するので、大学のシステム（Pholly、Googleドライブ）について十分に確認、理解しておくこと。また、パソコン、様々なソフト、アプリケーションの扱いにも慣れておくこと。						
【教科書・参考書など】 配布資料、ビデオ視聴などによる。						
【成績評価方法】 中間課題30%、最終課題70%で評価する。						

科 目 名		スポーツ健康科学演習		担当者	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
【到達目標】						
スポーツ医学の研究手法、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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
研究スキル		研究スキルを説明できる		研究スキルが理解できている		研究スキルが理解できていない
研究実践		研究を主体的に実践できる		研究内容が理解できている		研究内容が理解できていない
研究発表		研究発表を実践できる		研究発表内容を説明できる		研究発表内容が理解できていない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 学内施設を利用して、研究を実行する。（4.0hr）		
第2回 スポーツ医学との研究方法 【 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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】 学内施設を利用して、研究を実行する。（4.0hr）		
第3回 研究データの処理法とグラフ作成法 【 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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】 学内施設を利用して、研究を実行する。（4.0hr）		
第4回 統計学的検討法 【 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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】 学内施設を利用して、研究を実行する。（4.0hr）		
第5回 研究論文の構成と参考文献の探し方 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 ノートパソコンを用いて、グラフを作成する。（4.0hr）		
第6回 研究発表の方法 【 到達目標 】 PowerPointを使った研究発表の方法について理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 ノートパソコンを用いて、統計学的検討を行う。（4.0hr）		
第7回 研究計画の立案① 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 研究テーマに関する文献を探して、理解しておく。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 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。 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。						
【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】 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
【到達目標】						
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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
陸上競技・陸上運動のプログラミングについて		基本的・発展的な技能を実践でき、指導対象に適したプログラムを立案できる。		基本的な技能を実践でき、指導対象に適したプログラムを立案できる。		指導対象に適したプログラムを立案できない。
陸上競技・陸上運動の特性と理論について		特性と理論を理解し自分の動きに応用できる。		特性と理論を理解し説明できる。		特性と理論の理解が不十分で説明できない。
陸上競技・陸上運動の指導について		自分が習得した技能、理論をもとに、仲間の動きの修正の仕方を見つけ助言できる。		自分が習得した技能、理論をもとに、仲間の動きの課題を見つけることができる。		仲間の動きの課題を見つけることができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 陸上運動の特性について、書籍やメディアを活用して理解を深める。 （4.0hr）				第9回 跳運動の発表・指導実践・検討③ 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。 （4.0hr）				第10回 投運動プログラムの作成 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。 （4.0hr）				第11回 投運動の発表・指導実践・検討① 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。 （4.0hr）				第12回 投運動の発表・指導実践・検討② 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。 （4.0hr）				第13回 投運動の発表・指導実践・検討③ 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 跳運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。 （4.0hr）				第14回 指導実践の総括・問題点の検討 【 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。 【授業時間外学修】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。 【授業時間外学修】 跳運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。 （4.0hr）				第15回 陸上競技・陸上運動プログラムの発展 【 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 「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。						
【教科書・参考書など】 「基礎から身に付く陸上競技 初級編」公益財団法人日本陸上競技連盟 編（大修館書店）						
【成績評価方法】 プログラミングレポート50%、陸上競技・陸上運動プログラムの発表・指導実践50%として、総合的に評価する。						

科 目 名		スポーツプログラミング演習		担当者	木皿 久美子	
英 文 名		Seminar in Sports Program				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2				専門・必修	
授業形態	演習	科目ナンバー	HMR302		卒業認定方針との関連	⑦
【到達目標】						
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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
リズムムーブメントの基礎的な動きの習得について		見本となるデモンストレーションができる。		基礎的な動きを習得することができる。		基礎的な動きを習得することができない。
リズムムーブメントの基礎的な知識について		理解し自ら説明できる。		資料等を参照しながら説明することができる。		理解が不十分で説明できない。
指導について		様々な対象者を想定して、プログラムを構成することができ、指導することができる。		ある特定の対象に対して、プログラムを構成することができ、指示することができる。		プログラムを構成することができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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：体操型・キット式 【 到達目標 】 (1)キット式の構成法を理解し、組み合わせたり発展させたりする楽しさを体験する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 動きのイメージを膨らませておく。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 プログラミングはグループになって行うため、人任せにしないで動き等を積極的に提案できるように心がける。指導には良い動き方のデモンストレーションと声掛けなどのインストラクションがある。どちらも習得できるようにグループで互いに支援し合って授業を受ける。 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。						
【教科書・参考書など】 随時プリント配布。						
【成績評価方法】 実技試験70％、レポート30％						

科 目 名		スポーツプログラミング演習		担当者	中野 美沙	
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	⑥
【到達目標】 陸上競技・運動の特性および理論を踏まえ、様々な動きの経験を通して「走る・跳ぶ・投げる」の基本的なプログラムを作成し実施できる。また、問題点や課題を解決し、より実践的なプログラムを考案できる。さらに、子どもを対象にした走・跳・投運動について理解し、説明・企画できる。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
陸上競技・陸上運動の特性および理論について		特性および理論を説明できる。		特性および理論を資料等を参照に説明できる。		特性および理論の説明ができない。
陸上競技・陸上運動のプログラムの作成について		目的に応じてプログラムを作成できる。		目的に応じて資料等を参照にプログラムを作成できる。		目的に応じたプログラムの作成ができない。
陸上競技・陸上運動の指導について		対象に応じて習得した知識を活用して指導できる。		対象に応じて活用し指導できる。		対象に応じた活用と指導ができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 オリエンテーション、陸上競技・運動の特性 【 到達目標 】 (1)陸上競技・運動の特性を理解し、授業の内容について把握し、説明できる。 (2) 走・跳・投運動の特性を理解し、説明できる。 【授業時間外学修】 陸上競技・運動の特性について、書籍等を活用して理解を深める。（4.0hr）				第9回 跳運動の発表・実施・検討③ 【 到達目標 】 (1)跳運動のプログラムについて、用器具を準備し、説明できる。 (2)作成したプログラムを活用し、指導することができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）		
第2回 走運動プログラムの考案・作成 【 到達目標 】 (1)グループ毎に分かれ、走運動プログラムについてのねらい、用具、方法、注意点について明確にし、説明できる。 (2)走運動の特性について理解し、説明できる。 【授業時間外学修】 走運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr）				第10回 投運動プログラムの考案・作成 【 到達目標 】 (1)グループ毎に分かれ、投運動プログラムについてのねらい、用具、方法、注意点について明確にし、説明できる。 (2)投運動の特性について理解し、説明できる。 【授業時間外学修】 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・実施・検討① 【 到達目標 】 (1)走運動のプログラムについて、用器具を準備し、説明できる。 (2)作成したプログラムを活用し、指導することができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）				第11回 投運動の発表・実施・検討① 【 到達目標 】 (1)役割分担を決め、実施に必要な用器具と手順を理解でき、準備することができる。 (2)安全に配慮した用器具の準備ができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）		
第4回 走運動の発表・実施・検討② 【 到達目標 】 (1)走運動のプログラムについて、用器具を準備し、説明できる。 (2)作成したプログラムを活用し、指導することができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）				第12回 投運動の発表・実施・検討② 【 到達目標 】 (1)役割分担を決め、実施に必要な用器具と手順を理解でき、準備することができる。 (2)安全に配慮した用器具の準備ができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）		
第5回 走運動の発表・実施・検討③ 【 到達目標 】 (1)走運動のプログラムについて、用器具を準備し、説明できる。 (2)作成したプログラムを活用し、指導することができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）				第13回 投運動の発表・実施・検討③ 【 到達目標 】 (1)役割分担を決め、実施に必要な用器具と手順を理解でき、準備することができる。 (2)安全に配慮した用器具の準備ができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）		
第6回 跳運動プログラムの考案・作成 【 到達目標 】 (1)グループ毎に分かれ、跳運動プログラムについてのねらい、用具、方法、注意点について明確にし、説明できる。 (2)作成したプログラムを活用し、指導することができる。 【授業時間外学修】 跳運動プログラムの実践事例について、書籍などを活用して理解を深める。（4.0hr）				第14回 指導実践の総括・問題点の検討 【 到達目標 】 (1)各プログラムを振り返り、改善点を明確にする。 【授業時間外学修】 自己評価および他者評価により、指導実践内容の問題点を抽出して対策を検討する。（4.0hr）		
第7回 跳運動の発表・実施・検討① 【 到達目標 】 (1)跳運動のプログラムについて、用器具を準備し、説明できる。 (2)作成したプログラムを活用し、指導することができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）				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。 【授業時間外学修】 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・実施・検討② 【 到達目標 】 (1)跳運動のプログラムについて、用器具を準備し、説明できる。 (2)作成したプログラムを活用し、指導することができる。 【授業時間外学修】 実施したプログラムについて、改善点を検討して次回の授業の準備を進める。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 走・跳・投運動にふさわしい服装とシューズで参加すること。また、実践的な能力を高めるために相互フィードバックやグループディスカッションなどを行うため、学習者側の立場からも積極的に授業に参加すること。学習者同士のグループ学習の際は、役割分担を決めて他人任せにしないこと。						
【教科書・参考書など】 「陸上競技指導教本アンダー13 楽しいキッズの陸上競技」財団法人日本陸上競技連盟 編（大修館書店） 配布資料						
【成績評価方法】 企画したプログラムおよびレポート（最終レポートを含む）を50%、プレゼンテーションを含む指導実践およびグループ学習を50%として、総合的に評価する。						

科 目 名		スポーツプログラミング演習		担当者	湯浅 暁子	
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
【到達目標】 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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
運動、スポーツの特性を理解する		運動の効果やスポーツ実施の意義について説明 することができる		運動の効果について理解できている		運動の効果についての理解が不十分
ボールを使用したプログラムを考案する		「ボール」の概念を広く持ち、プログラムを考案 することができる		既製品のボールを使用してプログラムを考案でき ている		プログラム内容の狙いが不明瞭である
年代や運動強度を想定したプログラムを考案し 実践する		年代や障がいの有無等を考慮し、生涯スポーツと しての「楽しみ」も含めプログラムを考案できる		受講者が概ね満足できるプログラムを考案でき ている		プログラム構成が不十分のため、実施中に何度も 修正が生じている
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 実施した内容の振り返りを行う。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 実習が中心となるため、服装・身だしなみは実技にふさわしいものとする。安全面の観点からフード付きのスウェットやジャケットの着用は避けること(フードが引っかかるなどして頭部や頸部の損傷を防止するため)。また、グループ単位で活動するため、役割を決め積極的に参加すること。						
【教科書・参考書など】 特になし。随時授業にて資料を配布する。						
【成績評価方法】 授業での理解度50%、レポート課題・グループ発表内容50%として評価する。						

科 目 名		スポーツ指導論		担当者	柴田 雅貴	
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
【到達目標】 現代におけるスポーツ指導のあり方を論理的に学び、実践で役立てられるようにすることをねらいとする。スポーツ指導に必要な資質・能力となる思考・判断〔理念・哲学〕、態度・行動〔対自分・対他者〕、一般的・専門的な知識・技能について議論を深めながら自分なりの理想的なスポーツ指導像を形成していく。そして、理想的な女性の指導像を導き出し、現代におけるスポーツ指導のあるべき姿を探っていく。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
スポーツ指導の思考・判断〔理念・哲学〕を理解する		深く理解し十分な説明ができる		よく理解し説明できる		理解が不十分で説明できない
スポーツ指導の態度・行動〔対自分・他者〕を理解する		深く理解し十分な説明ができる		よく理解し説明できる		理解が不十分で説明できない
スポーツ指導の一般的・専門的な知識・技能を理解する		深く理解し十分な説明ができる		よく理解し説明できる		理解が不十分で説明できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 コーチおよびコーチングとは 【 到達目標 】 語源からみる「指導者（コーチ）」および「指導（コーチング）」の本来の意味を理解し、スポーツ指導のあるべき姿を探る。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）				第9回 ライフステージに応じたコーチング 【 到達目標 】 指導対象となる選手の多くが児童・生徒（小学～中学～高校）となる育成年代の指導について学び、発育発達に応じたトレーニングや指導上の留意点について理解し、スポーツ指導のあるべき姿を探る。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）		
第2回 スポーツの意義と価値 【 到達目標 】 語源からみる「スポーツ」の本来の意味を理解し、スポーツ指導のあるべき姿をスポーツマンシップにも触れながら探る。また、日本におけるスポーツ指導者の資格について理解する。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）				第10回 指導現場の特徴〔実際の指導〕 【 到達目標 】 海外を代表する実際の指導者のコーチングや指導理念などについて映像で触れ、スポーツ指導のあるべき姿を探る。対象は子ども達の選手を指導する指導者とする。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）		
第3回 指導者の役割と使命 【 到達目標 】 選手およびチームが有するビジョンと戦略、それに応じたコーチング環境の整備について、目的と目標の違いについて明らかにしながら理解する。 その上で指導する際の優先順位を明確にする必要性を感じとり、スポーツ指導者のあるべき姿を探る。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）				第11回 指導者の倫理観・規範意識 【 到達目標 】 これまでに実際に起こった指導者の暴言・暴力による指導、モラルに反した行動について理解し、選手の人権を尊重したハラスメントのないインテグリティを身に付けたスポーツ指導のあるべき姿を探る。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）		
第4回 指導者に求められる資質能力 【 到達目標 】 複雑で動的なコーチング現場で、より適切な意思決定と行動を可能にする「グッドコーチ」について理解し、指導者に求められる資質能力を探る。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）				第12回 指導におけるリスクマネジメントと指導者のセルフコントロール 【 到達目標 】 スポーツに内在する危険、そのリスクマネジメント、法律上の責任について理解するとともに、選手の基本的人権を脅かすことのないよう指導者の心理的・行動的な特徴を知り、指導者自身のセルフコントロールの重要性について理解する。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）		
第5回 指導現場の特徴〔実際の指導〕 【 到達目標 】 日本を代表する実際の指導者のコーチングや指導理念などについて映像で触れ、スポーツ指導のあるべき姿を探る。対象は成人選手の日本代表チームを指導する指導者とする。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）				第13回 選手と双方向のコミュニケーション 【 到達目標 】 選手と指導者による双方向の効果的な言語・非言語のコミュニケーションについて理解し、スポーツ指導のあるべき姿を探る。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）		
第6回 選手のキャリア・デザイン 【 到達目標 】 選手である前に一人の人間（社会人）として選手は成長や成熟が必要であり、指導の中で「挑戦（失敗）」「主体性（自主性）」を選手に身に付けさせ中長期的な視野での選手育成について理解する。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）				第14回 指導現場の特徴〔実際の指導〕 【 到達目標 】 日本を代表する実際の指導者のコーチングや指導理念などについて映像で触れ、スポーツ指導のあるべき姿を探る。対象は女子高校生選手を指導する指導者とする。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）		
第7回 指導に必要な多様な思考法 【 到達目標 】 指導現場における課題発見・解決に向けての思考法〔論理的・分析的・創造的・批判的思考〕について理解し、スポーツ指導のあるべき姿を探る。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）				第15回 指導者のキャリアデザイン 【 到達目標 】 指導者のワークライフバランス、成長過程や中長期目標の重要性について理解し、これまでの14回の講義を振り返り、各自が理想とするスポーツ指導者を導き出し、スポーツ指導のあるべき姿を探る。 【授業時間外学修】 総合的な自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）		
第8回 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系 【 到達目標 】 スポーツ指導で必要となるトレーニングサイクル（期分け）を理解するとともに、実際のトレーニング計画を目標・手段・方法・評価を含め立案できるよう学びを深める。 【授業時間外学修】 自分なりのスポーツ指導のあるべき姿を整理する。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 講義全般にわたってパワーポイントを用いて行う。ただしパワーポイントの資料は一切配布しない。そのため、パワーポイントの内容を写すことはもちろん、それだけにとどまらず講義も聴きながらメモをとり、毎授業終了時に授業内容から理解した事柄をまとめ、自分の意見や考えを整理するための小レポートを作成する。結果は、次の授業時に解説によるフィードバックを行う。スポーツ指導という体育学部にとって非常に重要な授業であるため積極的な参加が望まれる。						
【教科書・参考書など】 必要に応じてプリント教材を配布する。						
【成績評価方法】 毎授業時の小レポートの達成度70%、最終レポートの達成度30%で評価する。						

科 目 名		救急処置法		担当者	夏井 裕明	
英 文 名		First Aid				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2				専門・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
【到達目標】						
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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
外傷総論		外傷の応急処置を説明できる		外傷の応急処置が理解できている		外傷の応急処置が理解できていない
外傷各論		頭部・顔面・体幹・四肢外傷・障害の応急処置を説明できる		頭部・顔面・体幹・四肢外傷・障害の応急処置が理解できている		頭部・顔面・体幹・四肢外傷・障害の応急処置が理解できていない
心肺蘇生法		心肺蘇生法を実践できる		心肺蘇生法を説明できる		心肺蘇生法が理解できている
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 シラバスを参考として、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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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)						
【学修上の留意点】 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（グループエクササイズ・フィットネス・インストラクター）資格取得のための必修科目である。1年次開講の「機能解剖学」、「スポーツ生理学」を履修済みであることを前提とする。2年次後期開講の「スポーツ医学」も併せて履修することが望ましい。 第15回的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。 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。						
【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】 期末試験成績（100%）で成績を評価する。合格基準は60%以上である。なお、試験は試験期間中に別途実施。						

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
【到達目標】						
子どもたちの体力や運動能力の低下が心配されている今日、子どもの発達を理解し運動指導ができる人材が求められている。子どもたちが主体的に身体を動かす意欲を育み、動くことの楽しさを体験することのできる運動遊びを設定するために、年齢に応じた運動発達の過程を理解する。 また、子どもとの遊びを実践的に行い、子どもの遊びと体力や運動能力について考える。						
【ループリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
子どものスポーツ指導の基礎的事項・理論		基礎的事項・理論について説明できる。		基礎的事項・理論について授業資料を参照しながら説明できる。		基礎的事項・理論についての理解が不十分で説明できない。
子どものスポーツ指導の応用的事項・理論		基礎実技を体得し、模範的な実践できる。		基礎実技を体得し、実践ができる。		基礎実技の体得が不十分で実践ができない。
子どものスポーツ指導の基礎的事項等を理解し応用（指導）ができる。		基礎的事項（理論・実技）に基づき年齢に応じた指導ができる。		基礎的事項（理論・実技）に基づき指導ができる。		基礎的事項（理論・実技）に基づいた指導ができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。		
【授業時間外学修】 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）				【授業時間外学修】 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。		
【授業時間外学修】 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）				【授業時間外学修】 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。		
【授業時間外学修】 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）				【授業時間外学修】 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。 （附属幼稚園、附属保育園、近隣保育園の子どもたちの参加）		
【授業時間外学修】 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）				【授業時間外学修】 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。 （附属幼稚園、附属保育園、近隣保育園の子どもたちの参加）		
【授業時間外学修】 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）				【授業時間外学修】 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。 （附属幼稚園、附属保育園、近隣保育園の子どもたちの参加）		
【授業時間外学修】 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）				【授業時間外学修】 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。 （附属幼稚園、附属保育園、近隣保育園の子どもたちの参加）		
【授業時間外学修】 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）				【授業時間外学修】 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用い、運動遊びを展開する。						
【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】						
授業は実技を中心に行う。実際に子どもたちと一緒に遊ぶ場面もあることから、服装・身だしなみは実習にふさわしいものとする。 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。						
【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】						
実技試験70%、レポート30%						

科 目 名		健康福祉スポーツ論（高齢者）		担当者	佐伯 徹郎	
英 文 名		Theory of Welfare Sports for Aged People				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3				専門・選択	
授業形態	講義	科目ナンバー	HME301		卒業認定方針との関連	⑥⑦
【到達目標】 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、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て発表する、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の獲得を目指す。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
高齢者の身体特性、体力・運動能力の特徴の理解		高齢者の身体特性、体力・運動能力の特徴について理解し説明できる		高齢者の身体特性、体力・運動能力の特徴について資料等に基づいて説明できる		理解が足りず説明できない
高齢者の運動実施における留意事項		高齢者の運動実施上の留意事項を具体的に示すことができる		高齢者の運動実施上における基本的な留意事項を説明できる		理解が足りず説明できない
高齢者向け運動プログラムの作成法と指導法		高齢者向け運動プログラムの作成法と指導法を修得し、現場で応用できる		高齢者向け運動プログラムの作成法と指導法の基本を理解し活用できる		方法論が十分修得できず活用できない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 (2)グリープ分けを行い、課題について意見をまとめる。 【授業時間外学修】 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：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習する。 【授業時間外学修】 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2回 加齢に伴う身体 の構造と機能の変化 【 到達目標 】 (1)加齢に伴う身体 の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。 【授業時間外学修】 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：柔軟性運動の指導法 【 到達目標 】 (1)高齢者向け柔軟性運動のプログラム指導法について学習する。 【授業時間外学修】 高齢者に適した柔軟性運動の指導法について調査・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。 【授業時間外学修】 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：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習する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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：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習する。 【授業時間外学修】 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習する。 (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習する。 【授業時間外学修】 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：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。 【授業時間外学修】 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 【 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と指導法について学習する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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：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習する。 【授業時間外学修】 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)				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③ 【 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。 【授業時間外学修】 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指導法 【 到達目標 】 (1)高齢者向けレジスタンス運動の指導法について学習する。 【授業時間外学修】 高齢者に適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)						
【学修上の留意点】 介護が必要な高齢者については対象としない。そのような高齢者の運動に興味関心ある学生は、健康福祉スポーツ演習（障害者）の受講を薦める。 高齢者の身体特性や体力・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。グループ発表の内容には教員からのコメントを返す。発表グループ以外のグループは参加者役もしくは観察者役として相互評価を行う。 必要に応じて、オンライン授業（オンデマンド方式）も実施するので、大学のシステム（Pholly、Googleドライブ）について十分に確認、理解しておくこと。また、パソコン、様々なソフト、アプリケーションの扱いにも慣れておくこと。						
【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】 課題提出状況40％、グループ発表に対する相互評価と教員評価60％、計100％で評価する。						

331.エアロビクス・エクササイズ.xlsx

科 目 名		エアロビクス・エクササイズ		担当者	佐伯 徹郎	
英 文 名		Practice of Aerobic Exercise				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3				専門・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HME303		卒業認定方針との関連	⑦
【到達目標】						
健康体力づくりからスポーツ能力向上まで、さまざまな目標達成に役立つエアロビクス・エクササイズ（有酸素性運動）の理論（VO2maxやATなど）を実践的に理解することを目指す。そのために、代表的な有酸素性運動を中心として、さまざまな運動・スポーツにおける有酸素系の負荷特性を体感する。その際、それぞれの運動強度を心拍数応答および主観的運動強度（RPE）から検討し、プログラミングや指導に関する資料が作成できるようになることを目指す。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
エアロビクス・エクササイズの基礎的事項について		エアロビクス・エクササイズの理論（VO2maxやATなど）について理解し、自らまとめて説明できる。		エアロビクス・エクササイズの知識と理論について、教科書などを参照して説明できる。		理解が不十分で説明できない。
エアロビクス・エクササイズの実技能力について		エアロビクス・エクササイズを、心拍数およびRPEを用いて、目的に応じて安全、効果的に実践できる。		自身のエアロビクス・エクササイズの負荷について、心拍数およびRPEから評価、説明できる。		心拍数およびRPEを用いて実践できない。
エアロビクス・エクササイズの指導能力について		エアロビクス・エクササイズを、心拍数およびRPEを用いて、対象者に応じて安全、効果的に指導できる。		他者のエアロビクス・エクササイズの負荷について、心拍数およびRPEから、評価、説明できる。		心拍数およびRPEについて評価できない、指導に活用できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 エアロビクス・エクササイズについて調査・考察する。(4.0hr)				第9回 いろいろな運動の負荷特性②：実技 【 到達目標 】 (1)いろいろな運動の無酸素系の負荷特性を実感する。 【授業時間外学修】 いろいろな無酸素性運動の種類について調査・考察する。(4.0hr)		
第2回 有酸素性運動の理論 【 到達目標 】 (1)有酸素性運動の理論について理解する。 【授業時間外学修】 有酸素性運動の理論について調査・考察する。(4.0hr)				第10回 いろいろな運動の負荷特性②：解説 【 到達目標 】 (1)いろいろな運動の無酸素系の負荷特性について理解する。 【授業時間外学修】 いろいろな無酸素性運動の負荷特性および効果について調査・考察する。(4.0hr)		
第3回 有酸素系能力の評価の実際①：実技 【 到達目標 】 (1)有酸素系能力（AT）の評価を実践する。 【授業時間外学修】 ATの測定評価法（実技）について調査・考察する。(4.0hr)				第11回 有酸素性運動プログラムの作成法 【 到達目標 】 (1)有酸素性運動のプログラムを作成する。 【授業時間外学修】 有酸素性運動のプログラムの理論や作成法について調査・考察する。(4.0hr)		
第4回 有酸素系能力の評価の実際①：理論 【 到達目標 】 (1)有酸素系能力（AT）の評価法について理解する。 【授業時間外学修】 ATの測定評価法（理論）について調査・考察する。(4.0hr)				第12回 有酸素性運動プログラムの発表①：実技 【 到達目標 】 (1)有酸素性運動のプログラムを体験し、評価する。 【授業時間外学修】 有酸素性運動のプログラムの実際について調査・考察する。(4.0hr)		
第5回 有酸素系能力の評価の実際②：実技 【 到達目標 】 (1)有酸素系能力（VO2max）の評価を実践する。 【授業時間外学修】 VO2maxの測定評価法（実技）について調査・考察する。(4.0hr)				第13回 有酸素性運動プログラムの発表②：実技 【 到達目標 】 (1)有酸素性運動のプログラムを体験し、評価する。 【授業時間外学修】 有酸素性運動のプログラムの実際についてさらに調査・考察し、理解を深める。(4.0hr)		
第6回 有酸素系能力の評価の実際②：理論 【 到達目標 】 (1)有酸素系能力（VO2max）の評価法について理解する。 【授業時間外学修】 VO2maxの測定評価法（理論）について調査・考察する。(4.0hr)				第14回 プログラムおよび指導法の評価①：個人 【 到達目標 】 (1)有酸素性運動のプログラム作成および指導の評価法について理解する。 【授業時間外学修】 有酸素性運動の指導理論や習得法について調査・考察する。(4.0hr)		
第7回 いろいろな運動の負荷特性①：実技 【 到達目標 】 (1)いろいろな運動の有酸素系の負荷特性を実感する。 【授業時間外学修】 いろいろな有酸素性運動の種類について調査・考察する。(4.0hr)				第15回 プログラムおよび指導法の評価②：討論 【 到達目標 】 (1)有酸素性運動のプログラム作成および指導の評価法について討論する。 【授業時間外学修】 有酸素性運動の指導法の実際についてさらに調査・考察する。(4.0hr)		
第8回 いろいろな運動の負荷特性①：解説 【 到達目標 】 (1)いろいろな運動の有酸素系の負荷特性について理解する。 【授業時間外学修】 いろいろな運動の有酸素系の負荷特性および効果について調査・考察する。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 実技の内容を講義で確認（解説）する、という形をとるので、理論と実践を関連付けながら取り組むこと。 配布資料が多いので紛失等に気をつけて整理しておくこと。 実技の際は、しっかり記録をつけながら取り組むこと。 授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。 必要に応じて、オンライン授業（オンデマンド方式）も実施するので、大学のシステム（Pholly、Googleドライブ）について十分に確認、理解しておくこと。また、パソコン、様々なソフト、アプリケーションの扱いにも慣れておくこと。						
【教科書・参考書など】 配布資料、ビデオ視聴などによる。						
【成績評価方法】 毎回の課題記入状況40%、最終課題60%で評価する。						

科 目 名		レジスタンス・エクササイズ		担当者	中野 美沙・中川 未加子	
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
【到達目標】						
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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
レジスタンス・エクササイズの基礎的事項について		レジスタンス・エクササイズの理論と方法について、知識が身に付き、理解し、自らまとめて説明できる。		レジスタンス・エクササイズの知識と理論について、教科書などを参照して説明できる。		理解が不十分で説明できない。
レジスタンス・エクササイズの実技能力について		レジスタンス・エクササイズを適切な動作・負荷で実践でき、解説しながら見本を示せる。		レジスタンス・エクササイズを適切な動作・負荷で実践できる。		適切な動作・負荷で実践できない。
レジスタンス・エクササイズの指導能力について		レジスタンス・エクササイズの適切な動作・負荷について指導できる。		レジスタンス・エクササイズの指導のポイントを理解し、説明できる。		指導のポイントの理解が不十分で説明できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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)						
【学修上の留意点】 トレーニングに適した服装、室内シューズを用意し、過剰なアクセサリー等は控えること。 安全・効果的にトレーニングできるように体調管理に努めること。 グループおよび個人ごとの学習活動において、記録をつけながらの実技となる。 授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。 必要に応じて、オンライン授業（オンデマンド方式）も実施するので、大学のシステム（Pholly、Googleドライブ）について十分に確認、理解しておくこと。また、パソコン、様々なソフト、アプリケーションの扱いにも慣れておくこと。						
【教科書・参考書など】 配布資料による。						
【成績評価方法】 毎回の課題記入状況40％、最終課題60％で評価する。						

科 目 名		健康福祉スポーツ演習（障害者）		担当者	村上 光輝	
英 文 名		Seminar in Welfare Sports for Disabled				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	3				専門・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HME305		卒業認定方針との関連	⑥
【到達目標】						
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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
健康福祉スポーツの基礎的事項・理論について		理論を理解し自らまとめて説明できる。		理論を資料を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明ができない。
障害の状態に合わせたスポーツの工夫について		対象にあわせて運動内容を自ら考えることができる。		対象にあわせて運動内容を資料をみたり、他の実践状況を調べたりしながら考えることができる。		理解が不十分で、運動内容の提示ができない。
障害の状態に合わせたスポーツ実践について		対象に合わせた運動内容を実践、改善ができる。		対象に合わせた運動内容を実践ができる。		理解が不十分で実践ができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 福祉、医療場面における身体運動、スポーツ				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 】				【 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。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。（4.0hr）				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				第10回 知的障害者に対するスポーツ体験およびプログラム作成（グループワーク）		
【 到達目標 】				【 到達目標 】		
障害者を対象とした諸施策や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。				ラダートレーニング、フライングディスク体験をする。		
スポーツ基本法、スポーツ基本計画について理解を深める。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。（4.0hr）				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ポート				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 】				【 到達目標 】		
パラリンピックにおける種目やクラス分けについて基礎的な知識を学び指導の工夫などを考察する。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。（4.0hr）				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 健康福祉スポーツ（障害者）とコミュニケーション				第12回 スポーツイベント作成（グループ討論）		
【 到達目標 】				【 到達目標 】		
コミュニケーションスキルやソーシャルスキルの基礎を学び、人前で話したり、相手の意見を傾聴したりすることを通して、スポーツ指導者や障害者を対象としたコミュニケーションスキルについて理解を深めることができる。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。（4.0hr）				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）				第13回 スポーツイベント作成発表及び講評		
【 到達目標 】				【 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。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
授業内容に関連する文献を図書館等で探して読む。（4.0hr）				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体験およびプログラム作成（グループグループワーク）				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 】				【 到達目標 】		
ガイドランニング、ゴールボールを体験する。				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。		
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。				全国障害者スポーツ大会について理解を深める。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。（4.0hr）				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）				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 】				【 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。				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。		
【授業時間外学修】				【授業時間外学修】		
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。（4.0hr）				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体験およびプログラム作成（グループワーク）						
【 到達目標 】						
車椅子体験、ボッチャ体験をする。						
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。						
【授業時間外学修】						
課題に基づき、関連する教材、資料の準備を行う。（4.0hr）						
【学修上の留意点】						
グループ学習により、障害者を対象とした健康スポーツプログラムの作成及び指導の実践を行う。作成したプログラム及び実践に対する評価は次回の授業でフィードバックを行う。また、課題に対する授業内での意見交換や発表だけではなく、レポートの提出も行う。						
【教科書・参考書など】						
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】						
グループ討論の内容に関する評価（20％） レポートによる評価（20％） 課題作成および実践による評価（60％）						

科 目 名		健康スポーツ特別演習		担当者	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
【到達目標】 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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
測定・指導について		様々な対象者を想定して、運動プログラムや体力測定を構成することができ、他者目線で指導することができる。		ある特定の対象者に対して、運動プログラムや体力測定を構成することができ、指示することができる。		運動や体力測定の内容を構成することができない、また指導することができない。	
コミュニケーション・リスクマネジメントについて		実際の運動指導現場を想定して、どんな対象者にも合わせた対応ができ、また俯瞰的かつ多角的な視点で危機管理ができる。		実際の運動指導現場を想定して、ある特定の対象者への対応ができ、また危機管理ができる。		実際の運動指導現場を想定した対応ができない、また危機管理が不十分である。	
産業現場実習について		自身の有している知識や経験を実習で活かすことができ、さらに新たな実践指導能力を習得することができる。		新たな実践指導能力を習得することができる。		新たな実践指導能力を習得することができない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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	
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
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 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。						
【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】 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	
【到達目標】 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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
スポーツ実習でのプログラミングについて		基本的・発展的な技能を自ら実践でき、指導対象に適したプログラムを立案できる。		基本的な技能を自ら実践でき、指導対象に適したプログラムを立案できる。		指導対象に適したプログラムを立案できない。	
各スポーツの特性と理論について		特性と理論を理解し指導に活用できる。		特性と理論を理解し説明できる。		特性と理論の理解が不十分で説明できない。	
スポーツ実習について		実習先での指導者の指導法を学び、自身の指導法にも活用できる。		実習先での指導者の指導法を学び、今後の指導に活かすために要点をまとめて説明できる。		実習先での指導者からの学びが不十分で、指導法の要点を説明できない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
第1回 スポーツ教室の実習の目的 【 到達目標 】 スポーツ教室の実習の目的について理解する。 【授業時間外学修】 スポーツ教室の実習の目的について確認し、次の授業の準備をする。（4.0hr）				第9回 各スポーツ教室での実習1-4 受講者の様子 【 到達目標 】 受講者の様子について理解する。 【授業時間外学修】 受講者の様子について実習日誌に記載をし、次の授業の準備をする。（4.0hr）			
第2回 実習場所と対象者の把握 【 到達目標 】 実習場所と対象者について把握し理解する。 【授業時間外学修】 実習場所と対象者について把握し確認し、次の授業の準備をする。（4.0hr）				第10回 各スポーツ教室での実習2-1（なぎなた・バドミントン・ビリヤード・ボーリングなど） 【 到達目標 】 スポーツ教室の内容について理解する。 【授業時間外学修】 スポーツ教室の内容について実習日誌に記載をし、次の授業の準備をする。（4.0hr）			
第3回 実習種目のルール 【 到達目標 】 実習種目のルールについて理解する。 【授業時間外学修】 実習種目のルールについて確認し、次の授業の準備をする。（4.0hr）				第11回 各スポーツ教室での実習2-2 指導者の指導方法 【 到達目標 】 指導者の指導方法について理解する。 【授業時間外学修】 指導者の指導方法について実習日誌に記載をし、次の授業の準備をする。（4.0hr）			
第4回 実習種目の基本的な技能 【 到達目標 】 実習種目の基本的な技能について理解する。 【授業時間外学修】 実習種目の基本的な技能について確認し、次の授業の準備をする。（4.0hr）				第12回 各スポーツ教室での実習2-3 実際の指導 【 到達目標 】 実際の指導について理解する。 【授業時間外学修】 実際の指導について実習日誌に記載をし、次の授業の準備をする。（4.0hr）			
第5回 実習へ向けての準備 【 到達目標 】 実習担当者に集合時間・場所など、実習へ向けての準備を確認し全体を把握する。 【授業時間外学修】 実習担当者に集合時間・場所など、実習へ向けての準備を確認し準備をする。（4.0hr）				第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。 【授業時間外学修】 受講者の様子について実習日誌に記載をし、次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。 【授業時間外学修】 スポーツ教室の内容について確認し、次の授業の準備をする。（4.0hr）				第14回 活動への評価 【 到達目標 】 活動への評価をレポートとしてまとめることができる。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 指導者の指導方法について実習日誌に記載をし、次の授業の準備をする。（4.0hr）				第15回 プレゼンテーション 【 到達目標 】 プレゼンテーションを正確に行うことができる。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 実際の指導について実習日誌に記載をし、次の授業の準備をする。（4.0hr）							

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
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※後期 15 回分						
第16回 イベント事業の目的 【 到達目標 】 イベント事業の目的について理解する。 【授業時間外学修】 イベント事業の目的について確認し、イベントへ向けての準備をする。 (4.0hr)				第24回 イベント事業2-1 イベントの内容(区民スポーツまつり・世田谷ハーフマラソン・子ども駅伝・ドッジボールなど) 【 到達目標 】 イベントの内容について理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 イベントの場所と対象者について確認し、イベントへの準備をする。 (4.0hr)				第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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 イベント担当者に集合時間・場所など、イベントへ向けての準備をする。 (4.0hr)				第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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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)						
【学修上の留意点】 世田谷区民の地域スポーツ活動としての演習であることから、しっかりとした言葉と態度で臨むこと。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。						
【教科書・参考書など】 特になし。						
【成績評価方法】 演習における課題達成度50%、レポートとしての実習日誌の作成・報告及びプレゼンテーションが50%として評価する。						

科 目 名		健康スポーツ特別演習		担当者	木皿 久美子		
英 文 名		Special Seminar on Sports Wellness Sciences					
単 位 数	4	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科	
履修年次	3				専門・選択		
授業形態	演習	科目ナンバー	HME401		卒業認定方針との関連	⑦	
【到達目標】 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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】		様々な対象者を想定して、運動プログラムや体力測定を構成することができ、他者目線で指導することができる。		ある特定の対象に対して、運動プログラムや体力測定を構成することができ、指示することができる。		運動や体力測定の内容を構成することができない、また指導することができない。	
コミュニケーション・リスクマネジメントについて		実際の運動指導現場を想定して、どんな対象者にも合わせた対応ができ、また俯瞰的かつ多角的な視点で危機管理ができる。		実際の運動指導現場を想定して、ある特定の対象者への対応ができ、また危機管理ができる。		実際の運動指導現場を想定した対応ができない、また危機管理が不十分である。	
産業現場実習について		自身の有している知識や経験を実習で活かすことができ、さらに新たな実践指導能力を習得することができる。		新たな実践指導能力を習得することができる。		新たな実践指導能力を習得することができない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※前期 1 5 回分							
第1回 オリエンテーション 【 到達目標 】 【授業時間外学修】 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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	
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
【授業内容・過ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 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。						
【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】 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	
【到達目標】 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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】		各種運動・スポーツの特性および健康効果について理解し、自らまとめて説明できる。		各種運動・スポーツの特性および健康効果について理解し、教科書などを参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。	
健康目的の運動・スポーツの実践能力について		健康目的の運動・スポーツを、対象者に応じた種目を選択し、適切な動作・負荷で実践できる。		健康目的の運動・スポーツを、対象者に応じた種目選択、適切な動作・負荷について説明できる。		種目選択、適切な動作・負荷について説明できない	
健康目的の運動・スポーツの指導能力について		健康目的の運動・スポーツを、対象者に応じた種目を選択し、適切な動作・負荷で指導できる。		健康目的の運動・スポーツを、対象者に応じた指導のポイントについて説明できる。		指導のポイントの理解が不十分で説明できない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※前期 15 回分							
第1回 授業のねらいと進め方 【 到達目標 】 【授業時間外学修】 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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 ／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
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※後期 15 回分						
第16回 ジョギング教室の実際①：講義 【授業時間外学修】 ジョギングの理論について、調査・考察する。（4.0hr）				第24回 ジョギング教室アシスタント③ 【授業時間外学修】 ジョギング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）		
第17回 ジョギング教室の実際②：実技 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。				第25回 ジョギング教室アシスタント④ 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。		
【授業時間外学修】 ジョギングを実践し記録する。（4.0hr）				【授業時間外学修】 ジョギング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）		
第18回 ジョギング教室の実際③：討論 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。				第26回 ジョギング教室アシスタント⑤ 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。		
【授業時間外学修】 ジョギング教室の運営について、調査・議論する。（4.0hr）				【授業時間外学修】 ジョギング指導の実際について振り返り、次回の課題を明確にする。（4.0hr）		
第19回 ジョギング指導の実際①：フォーム 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。				第27回 ジョギング教室の評価①：自己の取り組み方 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。		
【授業時間外学修】 ジョギングのフォーム指導について、調査・考察する。（4.0hr）				【授業時間外学修】 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際②：ペース 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。				第28回 ジョギング教室の評価②：他者および内容 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。		
【授業時間外学修】 ジョギングのペース指導について、調査・考察する。（4.0hr）				【授業時間外学修】 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 補強運動の実際および指導法 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。				第29回 ジョギング教室の評価③：討論 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。		
【授業時間外学修】 補強運動の理論と実技について、調査・考察する。（4.0hr）				【授業時間外学修】 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 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。				第30回 ウォーキング・ジョギング教室企画案作成 【到達目標】 実務的な内容について理解し、実践できる。		
【授業時間外学修】 ジョギングの全般的な指導について、調査・考察する。（4.0hr）				【授業時間外学修】 ウォーキング・ジョギング教室の実際について広く調査し比較・考察する。（4.0hr）		
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。						
【授業時間外学修】 ジョギング教室について、広く調査・考察する。（4.0hr）						
【学修上の留意点】 地域の方を対象としたウォーキング・ジョギング教室、あるいは外部のイベントが学習の場になるので、しっかりした態度で臨むこと。16～30回は集中授業となる。授業における課題や意見・感想などの記載内容は、次回の授業時に教員のコメントをつけて紹介し、授業の振り返りとする。 必要に応じて、オンライン授業（オンデマンド方式）も実施するので、大学のシステム（Pholly、Googleドライブ）について十分に確認、理解しておくこと。また、パソコン、様々なソフト、アプリケーションの扱いにも慣れておくこと。 なお、授業内容については、外部のイベントへの参加を重視するが、その内容・予定について、初回授業でガイダンスするので、よく確認・理解して、参加の可否をよく見極めてから履修すること。						
【教科書・参考書など】 特に使用しない。						
【成績評価方法】 準備段階25%、実技のアシスタント50%、評価段階25%で評価する。						

科 目 名		健康スポーツ特別演習		担当者	須甲 理生	
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
【到達目標】 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（小中高等学校の教育現場）で実施されている様々な体育・健康教育の活動（体育授業、保健授業、特別活動における体育的活動など）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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
学校現場における体育・健康教育の目標や内容に関する事項		学校現場における体育・健康教育の目標や内容について具体的に説明できる。		学校現場における体育・健康教育の目標や内容について説明できる。		学校現場における体育・健康教育の目標や内容について説明できない。
学校現場における体育・健康教育の実践能力について		学習者の実態に応じた体育・健康教育に関する個別最適な学習環境を設定し、適切な指導・支援ができる。		体育・健康教育に関する適切な指導・支援ができる。		体育・健康教育に関する適切な指導・支援ができない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※前期 1 5 回分						
第1回 授業のねらいと進め方 【 到達目標 】 本授業の学修内容と流れについて理解できるようにする。 【授業時間外学修】 自身が受けてきた体育・健康教育の活動について振り返る。（4.0hr）				第9回 学校体育における球技ベースボール型の実際：講義及び実技 【 到達目標 】 学校体育における球技ベースボール型の内容と指導方法について説明できるようにする。		
				【授業時間外学修】 学校体育における球技ゴールベースボール型の内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）		
第2回 学校現場における体育・健康教育の現状と課題：講義 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育の現状と課題について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育の現状と課題について、調査・考察する。（4.0hr）				第10回 学校体育における武道の実際：講義 【 到達目標 】 学校体育における武道の内容と指導方法について説明できるようにする。		
				【授業時間外学修】 学校体育における武道の内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）		
第3回 学校体育における体づくり運動の実際：講義及び実技 【 到達目標 】 学校体育における体づくり運動の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 学校体育における体づくり運動の内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）				第11回 学校体育における武道の実際：講義及び実技 【 到達目標 】 学校体育におけるダンスの内容と指導方法について説明できるようにする。		
				【授業時間外学修】 学校体育におけるダンスの内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）		
第4回 学校体育における器械運動の実際：講義及び実技 【 到達目標 】 学校体育における器械運動の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 学校体育における器械運動の内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）				第12回 学校体育の指導補助①：実習 【 到達目標 】 学校現場の体育授業において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。		
				【授業時間外学修】 学校体育の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。（4.0hr）		
第5回 学校体育における陸上競技の実際：講義及び実技 【 到達目標 】 学校体育における陸上競技の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 学校体育における陸上競技の内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）				第13回 学校体育の指導補助②：実習 【 到達目標 】 学校現場の体育授業において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。		
				【授業時間外学修】 学校体育の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。（4.0hr）		
第6回 学校体育における水泳の実際：講義 【 到達目標 】 学校体育における水泳の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 学校体育における水泳の内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）				第14回 学校体育の指導補助③：実習 【 到達目標 】 学校現場の体育授業において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。		
				【授業時間外学修】 学校体育の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。（4.0hr）		
第7回 学校体育における球技ゴール型の実際：講義及び実技 【 到達目標 】 学校体育における球技ゴール型の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 学校体育における球技ゴール型の内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）				第15回 学校体育の指導補助に関する振り返り：討論 【 到達目標 】 学校体育の指導補助に関わる振り返りシートに基づき、実践的な成果と課題について議論することができる。		
				【授業時間外学修】 学校体育の指導補助に関わる成果と課題についてプレゼンテーション資料を作成する。（4.0hr）		
第8回 学校体育における球技ネット型の実際：講義及び実技 【 到達目標 】 学校体育における球技ネット型の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 学校体育における球技ネット型の内容と指導方法について、調査・考察する。（4.0hr）						

科 目 名		健康スポーツ特別演習		担当者	須 甲 理 生	
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
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※後期 1 5 回分						
第16回 体育理論授業の実践：講義 【 到達目標 】 体育理論の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 体育理論の内容と指導方法について、調査・考察する。 （4.0hr）				第24回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助⑤：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）		
第17回 保健授業の実践①：講義 【 到達目標 】 保健の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 保健の内容と指導方法について、調査・考察する。 （4.0hr）				第25回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助⑥：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）		
第18回 保健授業の実践②：講義 【 到達目標 】 保健の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 保健の内容と指導方法について、調査・考察する。 （4.0hr）				第26回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助⑦：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）		
第19回 特別活動等による体育・健康教育の実践：講義 【 到達目標 】 特別活動等による体育・健康教育の内容と指導方法について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 特別活動等による体育・健康教育の内容と指導方法について、調査・考察する。 （4.0hr）				第27回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助⑧：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）		
第20回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助①：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）				第28回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助⑨：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）		
第21回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助②：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）				第29回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関する振り返り①：討論 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートに基づき、実践的な成果と課題について議論することができる。 【授業時間外学修】 指導補助に関わる成果と課題についてプレゼンテーション資料を作成する。 （4.0hr）		
第22回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助③：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）				第30回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関する振り返り②：討論 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートに基づき、実践的な成果と課題について議論することができる。 【授業時間外学修】 指導補助に関わる成果と課題についてプレゼンテーション資料を作成する。 （4.0hr）		
第23回 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助④：実習 【 到達目標 】 学校現場における体育・健康教育活動において個別最適な学びを促し、効果的な指導補助を行うことができる。 【授業時間外学修】 学校現場における体育・健康教育活動の指導補助に関わる振り返りシートを作成する。 （4.0hr）						
【学修上の留意点】 学校現場で実習する際には、児童・生徒に大きな影響を与えることを十分に自覚し、責任を持つてのぞむこと。毎回の講義や実技は相互に関連しているので、講義や実技の内容について集中してノートを取り、予習・復習を行っていくことが必要になる。						
【教科書・参考書など】 授業内で適宜指示する。						
【成績評価方法】 毎回の講義の小レポートや実習計画シート25%、指導補助に関わる振り返りシート50%、最終レポート25%で評価する。						

科 目 名		健康スポーツ特別演習		担当者	中丸 信吾		
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	
【到達目標】 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、野外活動（登山やデイキャンプ、宿泊キャンプ）の企画・立案および運営・指導について、学内・学外での学習を通して実践的に学ぶことを目的としている。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
野外活動の特性と理論について		特性と理論を理解し指導に活用できる。		特性と理論を理解し説明できる。		特性と理論の理解が不十分で説明できない。	
プログラムの企画・立案について		指導対象を理解し、目的に合わせたプログラムを企画・立案できる。		目的に合わせたプログラムを企画・立案できる。		プログラムを企画・立案ができない。	
野外活動の運営・指導について		様々な状況に対して臨機応変に対処しながら運営・指導することができる。		安全に配慮して運営・指導することができる。		運営・指導の理解が不十分で実施できない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※前期 15 回分							
第1回 授業のねらいと進め方 【 到達目標 】 授業のねらいと進め方が理解できる。 【授業時間外学修】 健康スポーツについて、幅広く調査・考察する。（4.0hr）				第9回 デイキャンプ教室の評価：自己のふりかえりと他者からのフィードバック 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、改善のための方法を考えることができる。 【授業時間外学修】 デイキャンプ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2回 野外活動の基礎①：野外活動の教育的意義（講義） 【 到達目標 】 野外活動の基礎理論について理解できる。 【授業時間外学修】 野外活動の基礎理論について、調査・考察する。（4.0hr）				第10回 登山教室の企画①：プログラムの立案 【 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。 【授業時間外学修】 登山教室の企画について、調査・考察する。（4.0hr）			
第3回 野外活動の基礎②：対象理解（講義） 【 到達目標 】 野外活動の基礎理論について理解できる。 【授業時間外学修】 野外活動の基礎理論について、調査・考察する。（4.0hr）				第11回 登山教室の企画②：指導方法と安全管理 【 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。 【授業時間外学修】 登山教室の企画について、調査・考察する。（4.0hr）			
第4回 野外活動の基礎③：安全管理と安全教育（講義） 【 到達目標 】 野外活動の基礎理論について理解できる。 【授業時間外学修】 野外活動の基礎理論について、調査・考察する。（4.0hr）				第12回 登山教室の企画③：実地踏査 【 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。 【授業時間外学修】 登山教室の企画について、調査・考察する。（4.0hr）			
第5回 デイキャンプ教室の企画①：プログラムの立案 【 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。 【授業時間外学修】 デイキャンプ教室の企画について、調査・考察する。（4.0hr）				第13回 登山教室の運営と指導①：登山の引率 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 登山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 デイキャンプ教室の企画②：指導方法と安全管理 【 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。 【授業時間外学修】 デイキャンプ教室の企画について、調査・考察する。（4.0hr）				第14回 登山教室の運営と指導②：自然観察 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 登山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 デイキャンプ教室の運営と指導①：野外炊事 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 デイキャンプについて幅広く調査し、自分の取り組みと比較・考察する。（4.0hr）				第15回 登山教室の評価：自己のふりかえりと他者からのフィードバック 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、改善のための方法を考えることができる。 【授業時間外学修】 登山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 デイキャンプ教室の運営と指導②：アウトドアスポーツ 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 デイキャンプ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）							

科 目 名		健康スポーツ特別演習		担当者	中丸 信吾	
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
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 ※後期 1 5 回分						
第16回 キャンプの基礎①：組織キャンプとは（講義） 【 到達目標 】 キャンプの基礎理論について理解できる。 【授業時間外学修】 キャンプの基礎理論について、調査・考察する。（4.0hr）				第24回 宿泊キャンプの運営と指導②：テント泊 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 キャンプの運営と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17回 キャンプの基礎②：キャンプ指導者の役割（講義） 【 到達目標 】 キャンプの基礎理論について理解できる。 【授業時間外学修】 キャンプの基礎理論について、調査・考察する。（4.0hr）				第25回 宿泊キャンプの運営と指導③：自然あそびゲーム 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 キャンプの運営と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18回 キャンプの基礎③：キャンプのリスクマネジメント（講義） 【 到達目標 】 キャンプの基礎理論について理解できる。 【授業時間外学修】 キャンプの基礎理論について、調査・考察する。（4.0hr）				第26回 宿泊キャンプの運営と指導④：仲間づくりゲーム 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 キャンプの運営と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19回 宿泊キャンプの企画①：組織体制とプログラムの立案 【 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。 【授業時間外学修】 キャンププログラムの企画について、調査・考察する。（4.0hr）				第27回 宿泊キャンプの運営と指導⑤：キャンプファイヤー 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 キャンプの運営と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20回 宿泊キャンプの企画②：プログラムの指導方法 【 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。 【授業時間外学修】 キャンププログラムの企画について、調査・考察する。（4.0hr）				第28回 宿泊キャンプの運営と指導⑥：ネイチャークラフト 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 キャンプ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 宿泊キャンプの企画③：プログラムの安全管理 【 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。 【授業時間外学修】 キャンププログラムの企画について、調査・考察する。（4.0hr）				第29回 宿泊キャンプの評価①：自己のふりかえり・他者からのフィードバック 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、改善のための方法を考えることができる。 【授業時間外学修】 キャンプ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 宿泊キャンプの企画④：スタッフミーティング 【 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。 【授業時間外学修】 キャンププログラムの企画について、調査・考察する。（4.0hr）				第30回 宿泊キャンプの評価②：討論 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、改善のための方法を考えることができる。 【授業時間外学修】 キャンプ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23回 宿泊キャンプの運営と指導①：野外炊事 【 到達目標 】 実務的な内容について理解し、実践できる。 【授業時間外学修】 キャンプの運営と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）						
【学修上の留意点】 地域の親子や子どもを対象としたデイキャンプ教室や登山教室、あるいは学外でのキャンプ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。各プログラムの運営と指導の実際は集中授業となる。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。 必要に応じて、オンライン授業（オンデマンド方式）も実施するので、大学のシステム（Pholly、Googleドライブ）について十分に確認、理解しておくこと。また、パソコン、様々なソフト、アプリケーションの扱いにも慣れておくこと。 なお、授業内容については、学外でのイベントへの参加を重視するが、その内容・予定について、初回授業でガイダンスするので、よく確認・理解して、参加の可否をよく見極めてから履修すること。 野外教育の理解を深めるため、「野外活動」「野外教育論」を履修することが望ましい。 日本キャンプ協会公認キャンプインストラクター資格を取得している学生は、本実習を受講した上、認定試験に合格し資格申請をすることで、キャンプディレクター2級資格が取得できます。						
【教科書・参考書など】 教科書は特に指定しない。必要に応じて資料を配布する。 参考書：「キャンプディレクター必携 第3版」（公社）日本キャンプ協会						
【成績評価方法】 準備段階25%、運営と指導50%、評価段階25%で評価する。						

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
【到達目標】						
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どのようなものがあるか理解する。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
生活習慣病と健康の基礎的事項・理論について		理論を理解し自らまとめて説明できる。		理論を教科書等を参照しながら説明できる。		理解が不十分で説明できない。
生活習慣病と健康の研究知見に関する事項		研究知見の要点を自らまとめて説明できる。		研究知見を資料等を参照しながら説明できる。		知見の理解が不十分で説明できない。
生活習慣病と健康の研究知見の活用に関する事項		知見の活用について意見を示すことができる。		知見の活用に関する理解はできており、資料等を参考にしながら説明できる。		知見の活用に関する理解が不十分で意見が述べられない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 生活習慣病概論－生活習慣病についての総括的理解 【 到達目標 】 生活習慣病とは何か、生活習慣病に含まれる疾病について理解する。 わが国の疾病構造や死亡原因の変化における生活習慣病が占める内容を理解する。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)				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 】 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。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)		
第2回 生活習慣病の予防 【 到達目標 】 生活習慣病の1次予防、2次予防、3次予防の内容について理解する。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)				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 】 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。 【授業時間外学修】 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 【 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。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)				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 】 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。 【授業時間外学修】 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 【 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。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)				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 】 慢性閉塞性肺炎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。 【授業時間外学修】 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 【 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。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)				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 】 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。 【授業時間外学修】 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 【 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。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)				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 】 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。 【授業時間外学修】 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 【 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。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)				第15回 生活習慣と健康 一総括－ 実践的な観点から 【 到達目標 】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 配布資料を用いて授業内容の復習をする。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 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。 すべての講義終了後に課題レポートを提出する。						
【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 第3版」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】 対面授業の出席率と講義終了時のレポート提出						

科 目 名		運動プログラム管理演習		担当者	大澤 拓也・夏井 裕明	
英 文 名		Seminar in Medical Management for Exercise Program				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	4				専門・選択	
授業形態	演習	科目ナンバー	HME403		卒業認定方針との関連	⑦
【到達目標】						
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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
運動プログラムの作成総論		運動プログラム作成の理論を説明できる		運動プログラム作成の理論が理解できている		運動プログラム作成の理論が理解できていない
運動プログラムの作成各論		生活習慣病に対する運動プログラム作成を説明できる		生活習慣病に対する運動プログラム作成が理解できている		生活習慣病に対する運動プログラム作成が理解できていない
服薬者の運動プログラム作成		服薬者の運動プログラム作成を説明できる		服薬者の運動プログラム作成が理解できている		服薬者の運動プログラム作成が理解できていない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）						
【学修上の留意点】 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。 大学において対面で授業を行う。						
【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】 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	大澤 拓也・夏井 裕明		
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	
【到達目標】							
〔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。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
運動負荷試験の理論		運動負荷試験の理論を説明できる		運動負荷試験の理論が理解できている		運動負荷試験の理論が理解できていない	
運動負荷試験の実際		運動負荷試験の実際を説明できる		運動負荷試験の実際が理解できている		運動負荷試験の実際が理解できていない	
運動負荷試験の実践		運動負荷試験の検者になれる		運動負荷試験の被検者になれる		運動負荷試験を見学する	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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・測定用プロトコールを理解する。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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。 【授業時間外学修】 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）							
【学修上の留意点】 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。 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。							
【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。 「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】 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
【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成果を残すとともに、生涯をとおして心身ともに健康で豊かに生活できる習慣を身に付ける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、健康スポーツ関連の職に就く者・一般の社会人になる者は生涯をとおして健康で生活するためのスポーツ習慣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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
ガイダンスへの取り組みについて		ガイダンスへ出席し、積極的に参加する		ガイダンスへ出席する		ガイダンスへ無断で欠席する
スポーツ・舞踊活動報告書について		今後の活動に活かすことのできる報告書を提出することができる		十分な内容の報告書を期日までに提出することができる		報告書を期日までに提出することができない
それぞれのスポーツ・舞踊活動に対する主体性・積極性について		スポーツ・舞踊活動に対して主体的・積極的に非常によく取り組むことができる		スポーツ・舞踊活動に対して主体的・積極的に取り組むことができる		スポーツ・舞踊活動に対して主体的・積極的に取り組むことができない
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】 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年次以降の充実につな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。12月もしくは1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。12月もしくは1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。12月もしくは1月にガイダンスを実施する。						
【授業時間外学修】 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。						
【学修上の留意点】 大学でスポーツあるいは舞踊活動を実施する学生が、さらにそのスポーツあるいは舞踊活動を継続させて実施する場合に受講できる。受講学生は1年ごとに実施したスポーツあるいは舞踊活動の内容について報告書を提出する（1月頃）。12月もしくは1月にガイダンスを実施するので、ポータル配信もしく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。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。						
【授業時間外学修】 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
【目標とねらい】						
3年次からの2年間にわたる活動をとおして健康スポーツ学の理解をさらに深めるとともに、研究方法にふれながら、健康スポーツ学を展開する専門的な能力を高めることが目的である。2年次までに学修した基礎知識と技能を踏まえ、さらに、3年からの専門的な学習内容も活かしながら、自身の興味に基づいて研究テーマを設定し、具体的な研究方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。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
卒業研究の方法論の基礎的事項への理解		卒業研究の基礎的事項を十分説明している。		卒業研究の基礎的事項を説明している。		卒業研究の基礎的事項を説明していない。
研究計画の設定と研究活動の展開		研究計画を設定し、進んで研究活動を展開している。		研究計画を設定し、研究活動を展開している。		研究計画を設定し、研究活動を展開していない。
卒業論文の作成と成果の発表		卒業論文の作成に積極的に取り組み、成果を発表している。		卒業論文の作成に取り組み、成果を発表している。		卒業論文の作成に取り組んでいない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
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。						
【授業時間外学修】						
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。						
【授業時間外学修】						
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		教育原論(教育課程を含む)		担当者	瀬川 大	
英 文 名		Theory of Education (Theory of Curriculum)				
単 位 数	2	科目区分・必修 ／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科
履修年次	2		教職科目	教職科目	教職科目	
授業形態	講義	科目ナンバー	STE201・DTE201・HTE201		卒業認定方針との関連	⑨
【到達目標】 教育の基本的概念や理念、教育に関する歴史や思想、教育課程の意義や編成原理、カリキュラムマネジメント等を学ぶ科目である。教育の歴史や思想の中で、教育の概念や理念がどのように変化、発展してきたのかを考察し、現代的教育課題を理解する。また、学習指導要領を基準として各学校において編成される教育課程について、その意義や編成の方法を理解するとともに、各学校の実情に即してカリキュラム・マネジメントを行うことの意義も理解できるようにする。						
【ルーブリック（学修の到達レベル）】						
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル
教育の基本的概念や教育の歴史・思想について		教育の基本概念や教育の歴史・思想について十分に理解し、その内容や現代的意義を説明することができる。		教育の基本概念や教育の歴史・思想について理解し、その内容を説明することができる。		教育の基本概念や教育の歴史・思想について理解し、その内容を説明できない。
現代社会における教育の課題について		社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について、学習指導要領の変遷を押さえながら理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉えることができる。		社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉えることができる。		社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉えるできない。
教科横断的なカリキュラム編成について		教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示し、その意義を説明することができる。		教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示することができる。		教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示できない。
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】						
第1回 教育の基本的概念 【 到達目標 】 教育の基本的概念や理念、教育の目的などについて理解する。 【授業時間外学修】 教育の基本的概念に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)				第9回 教育課程の編成原理 【 到達目標 】 教育課程の編成原理にはいくつかある。ここでは、それらのうち代表的なものとして、「経験中心主義」と「学問中心主義」について理解する。 【授業時間外学修】 「経験中心主義」と「学問中心主義」についての文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)		
第2回 教育と子育ての歴史 【 到達目標 】 教育と子育ての歴史について、古代から現代までの構造的な理解を進める。 【授業時間外学修】 教育と子育ての歴史に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)				第10回 教育課程編成と学習指導要領 【 到達目標 】 学校教育の教育課程における学習指導要領の役割を理解し、その構造を説明できる。 【授業時間外学修】 学校教育の教育課程における学習指導要領の役割に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)		
第3回 教育の思想—ヨーロッパ 【 到達目標 】 ヨーロッパの代表的な教育思想を学び、教育の思想と実際の教育や学校とのかかわりについて理解する。 【授業時間外学修】 ヨーロッパの代表的な教育思想家の著作を図書館等で探して読む。(4.0hr)				第11回 学習指導要領の変遷 【 到達目標 】 学習指導要領の改訂の変遷および改訂内容並びにその社会的背景を理解する。 【授業時間外学修】 学習指導要領の改訂の変遷に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)		
第4回 教育の思想—日本古代から近世 【 到達目標 】 日本の古代から近世までの教育思想について学ぶ。日本の教育の独自の歴史、思想文化的な背景を理解する。 【授業時間外学修】 近世までの日本の教育思想に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)				第12回 学力問題 【 到達目標 】 近年の教育課程改革をもたらした「学力問題」について、その概要と本質を理解し、説明できる。 【授業時間外学修】 「学力問題」に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)		
第5回 近代学校の成立 【 到達目標 】 近代学校および教育制度について、日本と諸外国の違いに留意して理解する。 【授業時間外学修】 近代学校および教育制度に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)				第13回 教科横断的なカリキュラム編成 【 到達目標 】 教科・領域を横断して教育内容を選択・配列する方法を例示することができる。 【授業時間外学修】 教科横断的なカリキュラム編成に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)		
第6回 近代教育制度の展開 【 到達目標 】 現代にいたる教育と学校の変遷について、日本の学校を中心に理解する。 【授業時間外学修】 現代にいたる教育と学校の変遷に関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)				第14回 新学習指導要領と「主体的・対話的で深い学び」 【 到達目標 】 今回行われた学習指導要領の改訂の中で、とりわけ重要視されている「主体的・対話的で深い学び」について、その内容と長期的な指導計画に組み入れる必要性について、理解する。 【授業時間外学修】 アクティブ・ラーニングに関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)		
第7回 地域社会と学校 【 到達目標 】 地域社会と学校、家族と学校とのかかわりについて、歴史的経緯を踏まえて理解する。 【授業時間外学修】 地域社会や家族と学校とのかかわりに関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)				第16回 カリキュラムをどう評価するか 【 到達目標 】 教育課程を実践するに際しては評価が伴うこと、およびそのレベルや方法に様々な種類があることを理解し、説明できる。カリキュラム・マネジメントについても理解する。 【授業時間外学修】 教育評価、カリキュラム・マネジメントに関連する文献を図書館等で探して読む。(4.0hr)		
第8回 現代社会における教育の課題 【 到達目標 】 社会の変化に伴う教育のあり方の歴史的変遷について理解するとともに、現代社会における教育の新たな課題を捉える。 【授業時間外学修】 現代社会における教育の課題について、新聞等を読み多角的に理解する。(4.0hr)						
【学修上の留意点】 本科目によって、教育に関する基本原理や学校教育における教育課程の全体像を把握することが、教員として教育実践に携わるためには不可欠である。授業においては、できるだけわかりやすい説明を心がけるつもりである。授業内容は講義に加え、グループワーク、ディスカッション、授業内における小レポートなどの方法を用いる予定である。レポート等の提出物については、後の授業回でフィードバックを行う。学生諸君には、授業への積極的な参加を求めたい。						
【教科書・参考書など】 ・教科書：文部科学省『高等学校学習指導要領解説 総則編』 ・参考書：田嶋一他『やさしい教育原理 第3版』有斐閣						
【成績評価方法】 グループ討論、発表、小レポートなど（30％）、試験（70％）により評価する。なお、試験は試験期間中に別途実施。						

科 目 名		教育の方法と技術（情報通信技術を活用した教育の理論及び方法を含む）		担当者	須 甲 理 生		
英 文 名		Methodology of Education					
単 位 数	2	科目区分・必修／選択の区別	スポーツ科学科	ダンス学科	健康スポーツ学科	子ども運動学科	
履修年次	2		教職科目	教職科目	教職科目		
授業形態	講義	科目ナンバー	STE203・DTE203・HTE203			卒業認定方針との関連	⑨
【到達目標】 本講義では、学習指導要領で求められる資質・能力を子供たちに習得させていくために必要な、教育の方法及び技術、情報通信技術を活用した教育の理論及び方法に関する基礎的な知識・技能を身に付けることを目的とする。具体的には、教育の方法として、主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の展開方法、学習成果を確実に上げるための基礎的条件と内容的条件、目標に準拠した評価や指導と評価の一体化等に関する学習評価について理解していく。また、教育の技術として、授業中の子供たちに対する相互作用行動（言葉かけ）、学習指導案の作成方法について理解していく。さらに、個別最適な学びと協働的な学びの一体的充実を図るための情報通信技術の効果的な活用の意義と方法、情報通信技術を活用した学習指導や校務の推進の在り方、子供たちに情報活用能力（情報モラルを含む）を育成するための指導法についても身に付けることを目的とする。							
【ルーブリック（学修の到達レベル）】							
学修内容		理想的な到達レベル		標準的な到達レベル		未到達レベル	
教育の方法に関する事項		理論を踏まえて、教育の方法について具体的に説明できる。		教育の方法について説明できる。		教育の方法について説明できない。	
教育の技術に関する事項		理論を踏まえて、教育の技術について具体的に説明できる。		教育の技術について説明できる。		教育の技術について説明できない。	
情報通信技術を活用した教育の理論及び方法に関する事項		理論を踏まえて、情報通信技術の活用について具体的に説明できる。		情報通信技術の活用について説明できる。		情報通信技術の活用について説明でない。	
【授業内容・週ごとの到達目標・授業時間外学修】							
第1回 学習指導要領で求められる資質・能力と保健体育科における見方・考え方 【 到達目標 】 教育方法の基礎的理論と実践について理解すると共に、学習指導要領で求められる資質・能力の各要素と要素間の関係性について保健体育科という教科の特性の視点から理解する。また、保健体育科における見方・考え方について説明できるようにする。 【授業時間外学修】 考え方についてまとめる。（4.0hr）				第9回 個別最適な学びと協働的な学びの一体的充実を図るための情報通信技術の効果的な活用 【 到達目標 】 保健体育科における個別最適な学びと協働的な学びの一体的充実を図るための情報通信技術活用の意義と在り方について、具体的な授業事例を通して理解する。また、特別に支援を要する生徒に対する情報通信技術の活用の意義と活用にあたっての留意点について説明できる。 【授業時間外学修】学習指導案例を基に、目育成を目指す資質・能力や学習場面に応じた情報通信技術を効果的に活用する方法について小レポートをまとめる。（4.0hr）			
第2回 授業の基礎的条件と内容的条件 【 到達目標 】 教育方法の基礎的理論である授業の基礎的条件（学習規律の確立等）と内容的条件（目標・内容・教材、教具・方法の一貫性等）について、説明できるようにする。また、学級・生徒・教員・教室・教材・ICTなど授業を構成する基礎的な要件を理解する。 【授業時間外学修】 基礎的条件と内容的条件について記載された資料（論文）を読んでまとめる。（4.0hr）				第10回 保健体育科におけるデジタル教材の作成と活用（1） 【 到達目標 】 「体育分野」や「科目体育」の実技の授業において、反転学習や授業内で活用できるデジタル教材の作成方法を理解する。また、デジタル教材を作成・活用する際には、運動領域の特性、単元の位置、生徒の実態、育成を目指す資質・能力、学習場面等の要因を複眼的に捉える必要性について理解する。 【授業時間外学修】 具体的な学習場面等を想定した実技授業用のデジタル教材を作成する。（4.0hr）			
第3回 授業における教師の効果的な指導方略と指導技術（1） 【 到達目標 】 教師による発問、肯定的・橋正的な言葉かけ、励まし等の行い方について、授業場面を想定して、具体例を挙げながら説明できるようにする。また、基礎的な板書、掲示物の示し方、ICTを活用したインストラクションの仕方等の技術を身に付ける。体育授業における四大教師行動について理解する。 【授業時間外学修】 指導技術について記載された資料（論文）を読んでまとめる。（4.0hr）				第11回 保健体育科におけるデジタル教材の作成と活用（2） 【 到達目標 】 作成した実技授業用のデジタル教材をグループに分かれて発表・討議し、各発表事例から情報通信技術の効果的な活用方法や基礎的な指導法を身に付ける。また、情報活用力（情報モラルを含む）について、保健体育科の実技授業の特性に応じた基礎的な指導法を身に付ける。 【授業時間外学修】実技授業において情報通信技術を活用する効果的な指導法、情報活用力（情報モラルを含む）を育成するための効果的な指導法について小レポートをまとめる。（4.0hr）			
第4回 授業における教師の効果的な指導方略と指導技術（2） 【 到達目標 】 「デモンストレーション・説明・掲示物・ICTの活用・発問等の言葉かけ・指導内容の単純化やキーワード化、学習形態」等の授業計画段階で設定・選択する指導方略について理解する。 【授業時間外学修】 具体的な授業例を想定した指導技術や指導方略について小レポートをまとめる。（4.0hr）				第12回 保健体育科におけるデジタル教材の作成と活用（3） 【 到達目標 】 「保健分野」、「科目保健」、「体育理論」の座学の授業において、反転学習や授業内で活用できるデジタル教材の作成方法を理解する。また、その際には、単元の特性、単元の位置、生徒の実態、育成を目指す資質・能力、学習場面等の諸要因を複眼的に捉える必要があることについて理解する。 【授業時間外学修】 具体的な学習場面等を想定した座学授業用のデジタル教材を作成する。（4.0hr）			
第5回 授業の目標・指導内容の設定と教材・教具の開発・適用 【 到達目標 】 学習指導要領を踏まえた授業の目標や指導内容の設定、目標の達成や指導内容の習得を促す教材・教具（ICTの活用含む）の開発・適用について、具体例を挙げながら説明できるようにする。また、単元教材と単位教材の関係性と教材配列についても理解する。 【授業時間外学修】 目標・指導内容、教材・教具の設定について具体例を挙げながら小レポートを作成する。（4.0hr）				第13回 保健体育科におけるデジタル教材の作成と活用（4） 【 到達目標 】 作成した座学授業用のデジタル教材をグループに分かれて発表・討議し、各発表事例から情報通信技術の効果的な活用方法や基礎的な指導法を身に付ける。また、情報活用力（情報モラルを含む）について、保健体育科の座学授業の特性に応じた基礎的な指導法を身に付ける。 【授業時間外学修】座学授業において情報通信技術を活用する効果的な指導法、情報活用力（情報モラルを含む）を育成するための効果的な指導法について小レポートをまとめる。（4.0hr）			
第6回 主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の実現 【 到達目標 】 主体的・対話的で深い学びとは何か、また、主体的・対話的で深い学びを取り入れた授業の展開方法について、具体的な授業研究の成果や授業映像から理解する。 【授業時間外学修】 主体的・対話的で深い学びを取り入れた体育あるいは保健授業の具体例を作成する。（4.0hr）				第14回 情報通信技術に関わる学校内外の環境と教師の働き方の変容（1） 【 到達目標 】 ICT支援員などの外部人材や大学等の外部機関との連携の在り方、学校におけるICT環境の整備の在り方について、事例を通して理解する。また、情報通信技術を指導や学習評価に効果的に活用することで教師の働き方が変容してきていることについて、事例を通して理解する。 【授業時間外学修】 学習評価に活用できる情報通信技術を活用した学習カードを作成する。（4.0hr）			
第7回 学習指導案の作成方法（1）：学習評価の基礎的な考え方 【 到達目標 】 学習指導案例を基に、評価規準及び基準の設定方法、評価計画の作成方法について理解する。また、目標に準拠した評価、指導と評価の一体化、観点別学習状況の評価の考え方について説明できるようにする。目標・内容、教材・教具、学習形態等の一貫性を有する授業の設計方法について理解する。 【授業時間外学修】学習指導案例を基に、評価規準及び基準の設定方法、評価計画の作成方法について、また、目標・内容、教材・教具、学習形態等の一貫性につまとめる。（4.0hr）				第15回 情報通信技術に関わる学校内外の環境と教師の働き方の変容（1） 【 到達目標 】 遠隔・オンライン教育の意義や関連するシステムの使用法について理解する。また、統合型校務支援システムを含む情報通信技術を効果的に活用した校務の推進が教師の働き方の変容に及ぼす影響について理解する。最後に、学校や教員自身の情報セキュリティや生徒に対する情報活用力（情報モラルを含む）を教科横断的に育成していくことの意義や方法について事例を通して理解する。 【授業時間外学修】上記の授業内容に関するレポートを作成する。			
第8回 学習指導案の作成方法（2）：学習場面に応じた情報通信技術の効果的な活用 【 到達目標 】 学習指導案例に基づき、育成を目指す資質・能力や学習場面に応じた情報通信技術を効果的に活用する方法について理解する。 【授業時間外学修】 学習指導案例を基に、目育成を目指す資質・能力や学習場面に応じた情報通信技術を効果的に活用する方法について小レポートをまとめる。（4.0hr）							
【学修上の留意点】 教育実習において、学校現場の生徒に大きな影響を与えることを十分に自覚し、教職免許を取るのにふさわしい態度で講義に臨むこと。毎回の講義は相互に関連しているので、講義内容について集中してノートを取り、予習・復習を行っていくが必要になる。デジタル教材作成やレポート等の課題、テストにも積極的に取り組むことが大切である。							
【教科書・参考書など】 文部科学省『中学校学習指導要領解説保健体育編』（2018年）東山書房 文部科学省『高等学校学習指導要領解説保健体育編・体育編』（2019年）東山書房 岡出美則 他 編著『体育科教育学入門 三訂版』大修館書店（2020年）							
【成績評価方法】 デジタル教材や小レポート等の課題（50%）及び試験（50%）にて評価する。							

