

履修コード/科目名称	551101 / 生涯スポーツ実習Ⅰ（前期・基礎） 551102 / 生涯スポーツ実習Ⅱ（前期・基礎） 551103 / 生涯スポーツ実習Ⅲ（前期・基礎） 551104 / 生涯スポーツ実習Ⅳ（前期・基礎）		
開講年度・期	2023年 前期	開講曜日・時限	
単位数	1		
付記	◎予		
主担当教員氏名(カナ)	山口 良博（ヤマグチ ヨシヒロ）		
副担当教員氏名(カナ)	下谷内 勝利（シモヤチ カツトシ）		

履修コード/科目名称	551101 / 生涯スポーツ実習Ⅰ(前期・基礎) 【室内球技】 551102 / 生涯スポーツ実習Ⅱ(前期・基礎) 【室内球技】 551103 / 生涯スポーツ実習Ⅲ(前期・基礎) 【室内球技】 551104 / 生涯スポーツ実習Ⅳ(前期・基礎) 【室内球技】		
開講年度	2023年	開講曜日・時限	金・2
担当教員氏名(カナ)	山口 良博 (ヤマグチ ヨシヒロ)		

授業概要	バスケットボール、バレーボール、バドミントンを主な種目とし、それぞれの競技を楽しむための基礎技術やルールについて学ぶ。		
到達目標(ねらい)	各種目での技術上達はもとより、ゲーム等をとおして協調性やリーダーシップ等を養う機会とし、豊かな人間関係作りとともに生涯スポーツについても理解を深めることを目的とする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション、種目選択(玉川校舎で実施)	
	第2回	バドミントン:基礎練習(ハイクリア、サービス)	
	第3回	バドミントン:基礎練習(ドライブ)、ゲーム	
	第4回	バドミントン:基礎練習(ヘアピン)、ゲーム	
	第5回	バドミントン:応用練習、リーグ戦	
	第6回	バレーボール:基礎練習(オーバーハンドパス、アンダーハンドパス)	
	第7回	バレーボール:基礎練習(サーブ)、ゲーム	
	第8回	バレーボール:基礎練習(スパイク)、ゲーム	
	第9回	バレーボール:応用練習、リーグ戦	
	第10回	バスケットボール:基礎練習(パス、シュート)	
	第11回	バスケットボール:基礎練習(ドリブル)、ゲーム	
	第12回	バスケットボール:基礎練習(1on1)、ゲーム	
	第13回	バスケットボール:応用練習、リーグ戦	
	第14回	受講者と相談のうえ種目を決定(基礎練習、ゲーム)	
	第15回	受講者と相談のうえ種目を決定(基礎練習、ゲーム)	
準備学習	各種目における基本的なルールを学習しておくこと。		

履修上の留意点等	<p>原則として全授業回を対面で実施します。 ただし、感染症等の蔓延等の事情により、オンラインのみでの授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)を実施する場合があります。</p> <p>○第1回目は対面でオリエンテーションと種目選択を実施します。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。</p> <p>○実技実習においては、運動に適したウェアとシューズを着用してください。</p> <p>○オンライン授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等) 1. 学内の授業支援システム(Web Class)を用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらいます。 2. 軽運動を実施する内容が含まれる授業回もあります。</p>	
成績評価の方法	80%	平常点
	20%	総合評価(積極性・協調性・授業態度など)
	授業に出席して、積極的に取り組むことが重要である。	
教科書/テキスト		
参考書		
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	「授業に積極的に取り組めた」項目が高評価であったが、今年度も学生の運動欲求を満たせるような授業展開を心がけたい。	
関連リンク		
実務経験がある教員による授業科目		

履修コード/科目名称	551101 / 生涯スポーツ実習Ⅰ(前期・基礎) 【卓球】 551102 / 生涯スポーツ実習Ⅱ(前期・基礎) 【卓球】 551103 / 生涯スポーツ実習Ⅲ(前期・基礎) 【卓球】 551104 / 生涯スポーツ実習Ⅳ(前期・基礎) 【卓球】		
開講年度	2023年	開講曜日・時限	金・2
担当教員氏名(カナ)	下谷内 勝利 (シモヤチ カツトシ)		

授業概要	卓球の基本技術を学習した後、シングルス、ダブルスの順にゲームを展開する。	
到達目標(ねらい)	上記の過程で卓球というスポーツへの理解を深めてもらうと同時に、生涯スポーツのひとつとしてその基礎を築くことを目標とする。	
授業スケジュール	第1回	種目選択・種目別ガイダンス
	第2回	ラケットイング、ネットの張り方の学習、フォアハンドの基本形、簡易ゲーム
	第3回	フォアハンドドライブ、シングルスリーグ戦
	第4回	フォアハンドドライブのショート、ロングの打ち方、シングルスリーグ戦
	第5回	バックハンドショートの打ち方、シングルスリーグ戦
	第6回	スマッシュ(3球目)、シングルスリーグ戦
	第7回	カットの打ち方、返球の方法。カット&カット、シングルスリーグ戦
	第8回	カット&ドライブリターン、シングルスリーグ戦
	第9回	ダブルスゲームの行い方、ダブルスゲームの練習、ダブルスリーグ戦
	第10回	ダブルスリーグ戦
	第11回	ダブルスリーグ戦
	第12回	ダブルスリーグ戦
	第13回	ダブルスリーグ戦
	第14回	ダブルスリーグ戦
	第15回	ダブルスリーグ戦
準備学習	卓球のルールを必ず予習しておいてほしい。テレビ等で卓球の試合が放送される場合は、テレビ観戦してほしい。	

履修上の留意点等	<p>第1回目の授業はオリエンテーションと種目選択を実施するため、所定の授業実施場所、時間に集合してもらいたい。授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定することから必ず出席してほしい。グループ毎にリーグ戦を行うため、30分以上の遅刻は厳禁。</p> <p>服装は、一般的なスポーツウェアとするが、必ず体育館シューズを用意すること(土足厳禁)。</p> <p>教場への携帯電話の持込は厳禁。</p> <p>新型コロナウイルス感染対策のためマスクを着用すること。</p> <p>全授業回対面で行う予定であるが、コロナ対策でオンライン授業(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)になった場合は以下のとおりである。</p> <p>WebClass や Google Meet 等の学内システムを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらう。</p>	
成績評価の方法	70%	平常点
	30%	実技点
	<p>実技科目であることから、出席して積極的に授業に取り組む姿勢が重要である。したがって、平常点70%、実技点30%の割合で評価する。遅刻、欠席は減点の対象とする。実技点はシングルのランキングにて判定する。</p>	
教科書/テキスト		
参考書		
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	<p>本年度より授業を行うため、アンケートは実施していない。</p>	
関連リンク		
実務経験がある教員による授業科目		