

科目名称：	スポーツ（ビジネス実務学科）	
担当者名：	松下 裕子	
区分	授業形態	単位数
基礎教育科目	実技	1
授業の目的・テーマ		
本授業ではバレーボール・バドミントン・卓球などのスポーツ実践を通して基本技術を習得していく。また実技を通して健康管理能力や他者とのコミュニケーション能力を育成する。合わせて自身の精神面を磨き協調性も高めていく。また生涯を通じて実践出来るニュースポーツの体験から様々な場面で柔軟な対応力を身に付ける。また、体育祭等の課外行事で他者と協力することも積極的に奨める。		
授業の達成目標・到達目標		
各競技のルールを理解し、ボールなどのコントロール能力の向上を図る。チームプレーの中からコミュニケーション能力の向上を目指す。自身の体力を知り維持もしくは向上を図る。		

基礎教育科目	ディプロマポリシー（卒業認定・学位授与の方針）	重点項目
DP(1)	自己理解を深め目標に向かって主体的に行動するとともに、多様性を尊重し他者との信頼関係を築いていくことができる。	○
DP(2)	様々な課題に取り組み幅広い教養を身につけるとともに、変化する社会に対応するための協働的な実践力を身につけている。	
DP(3)	専門的な知識や技能を修得し、それぞれの分野において、これらを柔軟に活用していくことができる。	

評価方法/ディプロマポリシー	定期試験	クイズ 小テスト	提出課題 (レポート含む)	その他	合計
全学DP(1)		50		50	100
全学DP(2)					0
全学DP(3)					0
					100

実務経験のある教員の担当	担当教員の实務経験の内容（内容・経験年数を記載）	
あり	《内容1》 スポーツプログラマー	《経験年数》 25年
	《内容2》レクリエーションコーディネーター	《経験年数》 34年
	《内容3》中高老年期運動指導士	《経験年数》15年
	《内容4》健康管理士	《経験年数》 7年

備考
実技科目であるので、服装(ジャージ)、シューズなどの決まりは厳守し、約束事も履行すること。

評価ルーブリック	すばらしい	とてもよい	よい	要努力
各競技のルール理解	審判が行え、他者に教えることができる	プレーができルールを理解する努力がみられる	アウト、セーフの判断ができる。	覚える意欲がみられない。
安全性、マナー	実技の道具の準備片付け、清掃に積極的に取り組む。	その場の状況に応じて準備、片付けができる。	声かけや注意することができる。	状況などを判断できない。
健康づくり	健康的な生活習慣を理解して実行できる。	体力の維持アップなどを考え行動する努力がみられる。	自分の健康状態を把握し課題を見つける。	生活行動を見直す意欲がみられない。

授業の内容・計画	事前事後学修の内容	事前事後学修時間(分)
第1回 コミュニケーションワーク・アイスブレイキング	運動に適した服装を準備し、ストレッチ体操を行って参加する。	30分
第2回 運動の効果、筋力トレーニング	ストレッチ体操を継続し、運動の効果を調べる。	30分
第3回 バレーボールルール確認、基礎練習①	筋トレのやり方を復習し、バレーボールのルールを予習する。	30分
第4回 バレーボール基礎練習②	バレーボールの基礎練習のため、ストレッチ体操を行ったり、守備の動画をみておく。	30分
第5回 バレーボール基礎練習③、ミニ試合	バレーボールの攻撃方法を予習しておく。	30分
第6回 バレーボール試合、インディアカ体験	バレーボールの攻撃・守備方法を復習しておく。	30分
第7回 バドミントンルール確認、筋力トレーニング	バドミントンのルールを予習し、ストレッチ体操を行っておく。	30分
第8回 バドミントン基礎練習①	バドミントンの基礎練習の動画を見たり、筋トレを復習しておく。	30分
第9回 バドミントン基礎練習②、グループワーク	バドミントンの攻撃方法を予習して、ストレッチ体操を行っておく。	30分
第10回 バドミントン基礎練習③、ペタンク体験	ニュースポーツである、ペタンクについて予習しておく。	30分
第11回 バドミントン試合	バドミントンの攻撃・守備を復習し、ストレッチ体操を行っておく。	30分
第12回 卓球のルール確認、基礎練習	卓球のスマッシュやレシーブ方法について予習しておく。	30分
第13回 卓球 基礎練習、筋力トレーニング	卓球のルールを復習し、ストレッチ体操を行っておく。	30分
第14回 卓球基礎練習、試合	筋トレを復習し、ストレッチ体操を行っておく。	30分
第15回 卓球試合、総括	14回の授業での自分の身体の変化などを振り返り日常生活に生かしていける事をまとめておく。	30分

事後学修時間については、受講するにあたっての最低限の目安を明記したが、単位取得のためには原則として授業時間と事前事後学修を含め学則第17条の2で規定された学修時間が必要である。
また、事前事後学修としては、次回までの課題運動の繰り返し準備をまとめることになる。

成績評価の方法・基準

定期試験は、実施しない。その他の評価配分は、以下のとおりである。
技能(50%)、授業中への貢献、積極的関与及び課外行事参加(健康・安全に関する知識・姿勢)50%

課題に対するフィードバック

毎回の授業内で、習熟度を確認し、フィードバックする。

教科書・参考書

各競技のルール資料、身体のしくみや骨格筋肉の資料の配付