

科目名	スポーツの実技	科目分類	□専門科目群 ■総合科目群		
			全学科	□必修 ■選択	
			学科	□必修 □選択	
英文表記	Practice of Sports	開講年次	■1年 ■2年 ■3年 ■4年		
		開講期間	□前期 □後期 ■通年 □集中		
ふりがな	なかざわ しょう	実務家教員担当科目		修得単位	2単位
担当者名	中澤 翔	実施方法	■対面のみ □遠隔のみ □対面・遠隔併用		
授業のテーマ	「生涯スポーツ」の礎を築くことができるように、積極的に各種スポーツに取り組む。				
到達目標	健康な心身の獲得とともに、自身に適した「生涯スポーツ」を模索する。				
授業概要	施設・用具の整ったスポーツ種目（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球など）を試合中心で実践する。また、各種スポーツのルールを理解した上で、スポーツ時における安全管理（ウォーミングアップ、暑熱・寒冷対策）についても習得する。なお、施設の関係や選択者が少なくチーム編成ができない場合には、実施種目を制限することもある。				
授業計画					
第1回	オリエンテーション	第17回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第2回	バドミントン（1）ルール説明、基本技術	第18回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第3回	バドミントン（2）試合① 個人戦	第19回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第4回	バドミントン（3）試合② 個人戦	第20回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第5回	バドミントン（4）試合③ ダブルス	第21回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第6回	バドミントン（5）試合④ ダブルス	第22回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第7回	バレーボール（1）ルール説明、基本技術	第23回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第8回	バレーボール（2）試合①	第24回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第9回	バレーボール（3）試合②	第25回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第10回	バスケットボール・卓球（1）ルール説明、基本技術	第26回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第11回	バスケットボール・卓球（2）試合①	第27回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第12回	バスケットボール・卓球（3）試合②	第28回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第13回	フットサル・卓球（1）ルール説明、基本技術	第29回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第14回	フットサル・卓球（2）試合①	第30回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）		
第15回	フットサル・卓球（3）試合②	第31回	筆記試験		
第16回	試合（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球）				
授業時間外の学習	実施するスポーツ種目のルールを予習する。また、著書や映像を通じて特性や本質を理解する。				
履修条件 受講のルール	スポーツ活動に適した服装（ジャージ上下）と履物（体育館用シューズ等）を準備すること。携帯電話は使用不可とする。				
テキスト	特に使用しない				
参考文献・資料	『観るまえに読む大修館スポーツルール（大修館書店）』				
成績評価の方法	受講態度（服装、活動状況、意欲など）を重視し、筆記試験と併せて総合的に評価する。総合評価は、受講態度60%、試験40%とする。 ※出席回数が規定に満たなかった場合及び授業料その他納入金等の全額を納めていない場合は試験を受けることができません。				
オフィスアワー	水曜日 8:30~10:00、金曜日 10:40~11:30				

成績評価の基準	秀(100～90点)、優(89～80点)、良(79～70点)、可(69～60点)、不可(59点以下)
実務経験及び 実務を活かした 授業内容	
学生への メッセージ	体を動かすことによって爽快感・達成感・他者との連帯感、精神的な充足を図り、さらには、体力の向上・生活習慣病の予防など、心身両面にわたる健康の保持増進に繋げることができます。授業を通して、「生涯スポーツ」の礎を築きましょう。