

平成27年度 授業シラバスの詳細内容

科目名(英)	スポーツリテラシーⅢ (Sports LiteracyⅢ)		授業コード	E001401
担当教員名	岡村 典慶、岩元 正敏、郡 弘文、武田 正芳、堀 仁史		科目ナンバリングコード	E20802
配当学年	2	開講期	前期	
必修・選択区分	選択	単位数	2	
履修上の注意または履修条件	運動ができる服装、屋内用シューズを必ず用意する。			
受講心得	出席は毎時間取ります。また、遅刻をしないよう注意してください。レポートの提出を求めます。			
教科書	特になし			
参考文献及び指定図書	講義の中で、資料を配付しますので、各自ファイルに保管し毎週持参してください。			
関連科目	健康の科学			

授業の目的	<p>運動指導を行う上では、単に運動技能を習得するだけではなく、効率の良い運動プログラムの立案には「体力テスト」が必要です。また指導で「うまく伝える」「わかりやすく伝える」などのプレゼンテーション能力も必要になります。さらに運動指導時の「安全管理」は指導者の義務であり、また事故や怪我が起きたときの対処法を理解するとともに未然に防ぐことも指導者として求められる能力です。</p> <p>この科目では、実際に身体活動を行いながら、お互いに指導することを学びながら、ティーチングとコーチングについて実践的に学習します。</p>
授業の概要	<p>体力測定、形態計測、身体組成測定を行い、個人の現状を把握します。またその評価方法についても学習します。また「チャレンジ・ザ・ゲーム」を通して、運動指導や支援の方法を学びます。さらに安全な指導・支援のために必要な知識と、テーピングの技法を学び、未然に事故を防ぐ知識と技術の習得を目指します。</p>

○授業計画	
学修内容	学修課題(予習・復習)
第1週：オリエンテーション スポーツリテラシーⅢ(コーチング&ティーチング法)の講義内容と進め方について説明します。	
第2週：体力測定の方法1 形態計測(身長、体重、等)、身体組成、機能の測定(握力、垂直跳び、脚進展力、背筋力等)、筋持久力(上体起こし、腕立て伏臥腕屈伸等)、スピード(反復横跳び、全身反応)、柔軟性(立位・長座体前屈、上腿そらし)平衡性(片足閉眼立ち)等の測定方法を学び実測します。 グループを3つに分けて、3週にわたって測定します。	第2週から14週まで必要に応じ資料配付します。
第3週：体力測定の方法2 形態計測(身長、体重、等)、身体組成、機能の測定(握力、垂直跳び、脚進展力、背筋力等)、筋持久力(上体起こし、腕立て伏臥腕屈伸等)、スピード(反復横跳び、全身反応)、柔軟性(立位・長座体前屈、上腿そらし)平衡性(片足閉眼立ち)等の測定方法を学び実測します。 グループを3つに分けて、3週にわたって測定します。	
第4週：体力測定の方法3 形態計測(身長、体重、等)、身体組成、機能の測定(握力、垂直跳び、脚進展力、背筋力等)、筋持久力(上体起こし、腕立て伏臥腕屈伸等)、スピード(反復横跳び、全身反応)、柔軟性(立位・長座体前屈、上腿そらし)平衡性(片足閉眼立ち)等の測定方法を学び実測します。 グループを3つに分けて、3週にわたって測定します。	

第5週：体力測定の評価		
測定された各自のデータを評価・分析を行います。またそれぞれのデータを学生生活に活かす具体的な手立てを模索します。		
第6週：運動指導と安全管理		
運動指導における安全管理の重要性について学習し、理解を深めます。		
第7週：チャレンジ・ザ・ゲーム I		
日本レクリエーション協会が主催する「チャレンジ・ザ・ゲーム」の種目ごとの推進員の資格取得を目指すとともに、総合型地域スポーツクラブで実施する「チャレンジ・ザ・ゲーム大会」の支援スタッフ(希望者のみ)としての資質向上を目指します。 それぞれの種目の活動後に理解度に応じてチャレンジ・ザ・ゲーム推進員の申請を行います。 第1回目は、チャレンジ・ザ・ゲーム種目の紹介と、コミュニケーションゲームを体験します。		
第8週：チャレンジ・ザ・ゲーム II		
チャレンジ・ザ・ゲームの「ロープ」を使用した種目についてルールと審判法を学習し、実際にロープを使った種目を体験します。		
第9週：チャレンジ・ザ・ゲーム III		
チャレンジ・ザ・ゲームの「スティック」を使用した種目についてルールと審判法を学習し、実際にロープを使った種目を体験します。		
第10週：チャレンジ・ザ・ゲーム IV		
チャレンジ・ザ・ゲームの「リング」を使用した種目についてルールと審判法を学習し、実際にロープを使った種目を体験します。		
第11週：チャレンジ・ザ・ゲーム V		
チャレンジ・ザ・ゲームの「ネットとボール」を使用した種目についてルールと審判法を学習し、実際にロープを使った種目を体験します。		
第12週：チャレンジ・ザ・ゲーム VI		
チャレンジ・ザ・ゲームの「ムカデ競走用テープ」と「ゴム」を使用した種目についてルールと審判法を学習し、実際にロープを使った種目を体験します。		
第13週：テーピング I		
伸縮テープおよびキネシオテープの効果とまき方について理解し、足関節のテーピングを実習します。		
第14週：テーピング II		
伸縮テープおよびキネシオテープの効果とまき方について理解し、膝関節のテーピングを実習します。		
第15週：まとめ		
運動指導および支援について学習した内容、また安全にチャレンジ・ザ・ゲームを実施するためのプログラムの検証を行います。		
第16週：期末試験		
授業の運営方法	(1)授業の形式	「演習等形式」
	(2)複数担当の場合の方式	「複数クラス方式」
	(3)アクティブ・ラーニング	
地域志向科目	カテゴリ II : 地域での体験交流活動を教育内容に含む科目	
備考		

○単位を修得するために達成すべき到達目標

【関心・意欲・態度】	形態計測、身体組成、機能の測定、筋持久力、スピード、柔軟性、平衡性等を測定し、自らの現状を理解している。
【知識・理解】	運動指導および支援について、また安全にチャレンジ・ザ・ゲームを実施するためのプログラムを理解している。
【技能・表現・コミュニケーション】	チャレンジ・ザ・ゲームの種目についてルールと審判法を学習し、種目の技術を習得している。
【思考・判断・創造】	運動指導における安全管理の重要性について理解している。

○成績評価基準(合計100点)			合計欄	100点
到達目標の各観点と成績評価方法の関係および配点	期末試験・中間確認等 (テスト)	レポート・作品等 (提出物)	発表・その他 (無形成果)	
【関心・意欲・態度】 ※「学修に取り組む姿勢・意欲」を含む。			50点	
【知識・理解】 ※「専門能力(知識の獲得)」を含む。	10点		15点	
【技能・表現・コミュニケーション】 ※「専門能力(知識の活用)」「チームで働く力」「前に踏み出す力」を含む。			15点	
【思考・判断・創造】 ※「考え抜く力」を含む。			10点	
<p>(「人間力」について)</p> <p>※以上の観点に、「こころの力」(自己の能力を最大限に発揮するとともに、「自分自身」「他者」「自然」「文化」等との望ましい関係を築き、人格の向上を目指す能力)と「職業能力」(職業観、読解力、論理的思考、表現能力など、産業界の一員となり地域・社会に貢献するために必要な能力)を加えた能力が「人間力」です。</p>				

○配点の明確でない成績評価方法における評価の実施方法と達成水準の目安	
成績評価方法	評価の実施方法と達成水準の目安
レポート・作品等 (提出物)	
発表・その他 (無形成果)	<p>達成水準の目安は以下の通りです。</p> <p>[Sレベル] 単位を修得するために達成すべき到達目標を満たしている。</p> <p>[Aレベル] 単位を修得するために達成すべき到達目標をほぼ満たしている。</p> <p>[Bレベル] 単位を修得するために達成すべき到達目標をかなり満たしている。</p> <p>[Cレベル] 単位を修得するために達成すべき到達目標を一部分満たしている。</p>