2019年度 授業シラバスの詳細内容

○基本情報

科目名(英)	スポーツ実践・基礎Ⅰ（Sports Practice Fundamentals Ⅰ）		
ナンバリングコード	A10701	大分類 / 難易度 科目分野	教養基礎科目 / 基礎レベル 特別科目
単位数	2	配当学年 / 開講期	1 / 前期
必修・選択区分	選択		
授業コード	A001304	クラス名	レスリング部
担当教員名	鈴木　照夫		
履修上の注意、履修条件	指定クラブ学生のみ受講可 能動的に取り組むこと。出席と取り組みの内容を重視します。		
教科書	なし		
参考文献及び指定図書	必要に応じて紹介します。		
関連科目	健康の科学、スポーツサイエンス、生涯スポーツ指導、スポーツ実践・基礎Ⅰ・Ⅱ、 スポーツ実践・応用Ⅰ・Ⅱ、スポーツリテラシーⅠ～Ⅵ、スポーツリテラシーⅦA・B、ⅧA・B		

○成績評価の指標 / ○成績評価基準（合計100点）

到達目標の観点	到達目標	テスト（期末試験・中間確認等）	提出物（レポート・作品等）	無形成果（発表・その他）
【関心・意欲・態度】	スポーツを通じて自らの人間力を向上させるとともに、スポーツへの強い情熱をもっていること。			25点
【知識・理解】	スポーツに強い関心と興味をもち、スポーツに関する専門知識を身に付けていること。			25点
【技能・表現・コミュニケーション】	スポーツにおける専門的課題をコミュニケーションによって解決するために必要となる技能と表現力をもっていること。			25点
【思考・判断・創造】	スポーツに関する理解力と幅広い視野と多角的かつ柔軟な思考力をもっていること。			25点

○到達目標に対する到達度の目安、および、成績評価の補足

取り組みの内容により総合的に評価します。達成水準の目安は以下の通りです。
[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。
[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。
[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。
[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。

○授業の目的・概要等

授業の目的	前・後期を通して、各種目における体力づくりの基礎知識やスポーツトレーニングの原理原則を理解し、実践することを目的とします。	
授業の概要	実践的なトレーニング方法を学び、スポーツ実践能力を向上させます。	
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	
	(3)アクティブ・ラーニング	「アクティブ・ラーニング科目」
地域志向科目		
実務経験のある教員による授業科目		

○備考欄

試合日程等の都合により若干の予定変更をすることがあります。

2019年度 授業シラバスの詳細内容

○授業計画　科 目 名 : スポーツ実践・基礎Ⅰ（Sports Practice Fundamentals Ⅰ）　授業コード:A001304
担当教員: 鈴木　照夫

学修内容

1. 基本トレーニング1
基礎的なトレーニングについてコーチングし演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

2. 基本トレーニング2
基礎的なトレーニングについてコーチングし演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

3. 基本トレーニング3
基礎的なトレーニングについてコーチングし演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

4. 基本トレーニング4
基礎的なトレーニングについてコーチングし演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

5. 基本トレーニング5
基礎的なトレーニングについてコーチングし演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

6. 基本トレーニング6
基礎的なトレーニングについてコーチングし演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

7. 基本トレーニング7
基礎的なトレーニングについてコーチングし演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

8. 基本トレーニング8
基礎的なトレーニングについてコーチングし演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

○授業計画　科 目 名 : スポーツ実践・基礎Ⅰ（Sports Practice Fundamentals Ⅰ）　授業コード:A001304
担当教員: 鈴木　照夫

学修内容

9. 練習試合1
試合形式で実践的に演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

10. 練習試合2
試合形式で実践的に演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

11. 練習試合3
試合形式で実践的に演習します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

12. 大会への出場準備
大会への出場準備をします。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

13. 大会への出場1
大会に出場します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

14. 大会への出場2
大会に出場します。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

15. 自己点検授業
これまでの取り組みについて振り返り、成果と問題点を明らかにして次の取り組みに繋げます。
予習:（約2.0h）
復習:（約2.0h）

16.
予習:
復習: