

2022年度 授業シラバスの詳細内容

○基本情報			
科目名	スポーツリテラシーⅢ（Sports LiteracyⅢ）		
ナンバリングコード	E20802	大分類 / 難易度 科目分野	経営経済学科 専門科目 / 標準レベル スポーツトレーナー
単位数	2	配当学年 / 開講期	2 年 / 前期
必修・選択区分	選択：経営経済学部 コース選択必修：情報メディア学科 情報コミュコース ※入学年度及び所属学科コースで異なる場合がありますので、学生便覧で必ず確認してください。		
授業コード	E001401	クラス名	-
担当教員名	堀 仁史、武田 正芳、吉田 明		
履修上の注意、 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。 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、NSCA認定校カリキュラム科目		

○基本情報		
授業の目的	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。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。	
授業の概要	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。	
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	「実習、フィールドワーク」
地域志向科目	カテゴリー II：地域での体験交流活動を教育内容に含む科目	
実務経験のある教員による授業科目	該当しない	

○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	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】	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。			50点
【知識・理解】	形態計測、身体組成、機能の測定、筋持久力、スピード、柔軟性、平衡性等を測定方法を理解し、活用できる	10点		15点
【技能・表現・コミュニケーション】	形態計測、身体組成、機能の測定、筋持久力、スピード、柔軟性、平衡性等を測定方法を理解し、その技術(測定方法)を習得している。			15点
【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。			10点

○成績評価の補足(具体的な評価方法および期末試験・レポート等の学習成果・課題のフィードバック方法)
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。 課題のフィードバックは、次回以降の授業中に行います。

○その他
2022年度は新型コロナウイルス感染症の感染防止対策として、履修制限を行います。 1) 上限を最大で20名までとします。 2) これまでの「NSCA認定校カリキュラム」の履修状況から、本講義の履修の可否を判断します。

2022年度 授業シラバスの詳細内容

○授業計画		科 目 名	スポーツリテラシーⅢ（Sports LiteracyⅢ）	授業コード	E001401
		担当教員	堀 仁史、武田 正芳、吉田 明		
学修内容					
1. 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。					
予習					約2時間
復習					約2時間
2. 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。					
予習		すべての体力要素とその測定方法について理解する。			約2時間
復習		すべての体力要素とその測定方法について理解を深める。			約2時間
3. 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。					
予習		すべての体力要素とその測定方法について理解する。			約2時間
復習		すべての体力要素とその測定方法について理解を深める。			約2時間
4. 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。					
予習		すべての体力要素とその測定方法について理解する。			約2時間
復習		すべての体力要素とその測定方法について理解を深める。			約2時間
5. 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。					
予習		測定されたデータについて分析して評価する方法を理解する。			約2時間
復習		測定されたデータについて分析して評価する方法の理解を深める。			約2時間
6. 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（危険の予測とその対応策、危険を参加者に周知する、万が一の事故における対処方を理解する）について学習し、理解を深めます。					
予習		運動指導における安全管理について理解を深める。			約2時間
復習		運動指導における安全管理について理解を深め、実践する。			約2時間
7. 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。					
予習		チャレンジ・ザ・ゲームとその効果について理解する。			約2時間
復習		チャレンジ・ザ・ゲームとその効果について理解を深める。			約2時間
8. 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。					
予習		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理解する。			約2時間
復習		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の理解を深める。			約2時間

○授業計画	科 目 名	スポーツリテラシーⅢ（Sports LiteracyⅢ）	授業コード	E001401
	担当教員	堀 仁史、武田 正芳、吉田 明		
学修内容				
9. 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。				
予習	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理解する。			約2時間
復習	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の理解を深める。			約2時間
10. 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。				
予習	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理解する。			約2時間
復習	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の理解を深める。			約2時間
11. 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。				
予習	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理解する。			約2時間
復習	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の理解を深める。			約2時間
12. 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。				
予習	チャレンジ・ザ・ゲームの「ムカデ競走用テープ」と「ゴム」を使用した種目のルールと審判法を理解する。			約2時間
復習	チャレンジ・ザ・ゲームの「ムカデ競走用テープ」と「ゴム」を使用した種目のルールと審判法の理解を深める。			約2時間
13. 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。				
予習	伸縮テープおよびキネシオテープの効果とまき方と足関節のテーピングについて理解する。			約2時間
復習	伸縮テープおよびキネシオテープの効果とまき方と足関節のテーピングについて理解を深める。			約2時間
14. 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。				
予習	伸縮テープおよびキネシオテープの効果とまき方と足関節のテーピングについて理解する。			約2時間
復習	伸縮テープおよびキネシオテープの効果とまき方と膝関節のテーピングについて理解を深める。			約2時間
15. 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。				
予習	チャレンジ・ザ・ゲームを題材にして指導要領を考える。			約2時間
復習	授業で行った指導について修正をする。			約2時間
16. 期末試験				
予習				
復習				