

応用体育(春)

授業科目名	応用体育(オンライン・春)
単位数	0.5単位
標準履修年次	2年次
開設モジュール・曜時限	春AB水3・春AB木2・春AB木3・春AB金2
担当教員名	金谷麻理子・平岡 拓晃
授業形態	実習・実験・実技

学位プログラム・コンピテンスとの関係	「5. 心身の健康と人間性・倫理性」に関連する 「6. 協働性・主体性・自律性」に関連する		
授業の到達目標(学修成果)	運動習慣を定着させ、スポーツ文化に対する理解を深める。 ----- (1) 柔道の基本的な知識を理解し安全に基本動作を実施できる。 (2) ジョグ&ウォークに有効な補助運動を実施できる。		
キーワード	コミュニケーション、運動習慣、スポーツ文化、倫理観、スポーツマンシップ		
授業内容	(前文)		
	第1週	科目のオリエンテーション	
	第2週	柔道(基本動作1: 柔道衣の着方、礼法、姿勢、組み方、進退、崩し、体捌き)	
	第3週	柔道(基本動作2: 後受身、横受身、前受身、前回り受身)	
	第4週	柔道(固技)	
	第5週	柔道(手技)	
	第6週	柔道(腰技)	
	第7週	柔道(足技)	
	第8週	ジョグ&ウォーク(ジョギング準備運動)	
	第9週	ジョグ&ウォーク(股関節補助運動)	
	第10週	ジョグ&ウォーク(体幹補強運動)	
	第11週	予備日	
	(後文)		
成績評価方法	技能35%、知識・理解30%、態度・意欲35% ※上記を各回小テスト(各10点、計100点)で評価する。なお、小テストの実施期間はコンテンツをアップロードした日より1週間とし、期間内に実施したものを評価の対象とする。		
参考図書	(前文)		
		著者	表題 等
	(後文)		
オフィスアワー等(連絡先含む)	kanaya.mariko.fp@u.tsukuba.ac.jp(金谷) hiraoka.hiroaki.gb@u.tsukuba.ac.jp(平岡)		
備考	単位認定の対象は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者とする。		