

授業科目名	応用体育器械運動 (春)
科目番号	2208223
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	金谷 麻理子
授業概要	主にトランポリンを用いて、「器具との協調」をテーマに、各自の能力にあった技能の取得と運動の理解を目指す。
備考	男女別要素 (接触) G 科目
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) 器械・器具の特性を理解し、適切に利用できる。 (2) トランポリンの基礎的な技ができる。(自身の技能にあわせて技を選択する。) (3) 仲間と協力しながら安全にペアワークおよびグループワークができる。 (4) トランポリンを通して、運動観察能力を身につけ、活用できる。
授業計画	第 1 週科目のオリエンテーションおよび基礎技能チェック 第 2 週トランポリン (導入) 第 3 週トランポリン (ストレートジャンプ系) 第 4 週トランポリン (腰落ち系) 第 5 週トランポリン (膝落ち系) 第 6 週屋内体力測定 第 7 週屋外体力測定 第 8 週トランポリン (腰落ち系) 第 9 週トランポリン (組み合わせ技) 第 10 週トランポリン (技能チェック) 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等 (連絡先含む)	火曜 11:30~12:10 中央体育館体操競技場
その他 (受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	

他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント(TA)	
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

授業科目名	応用体育剣道 (春)
科目番号	2211263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	鍋山 隆弘
授業概要	剣道具を着け稽古できるまでの基礎的技術と、礼儀作法の習得を通して心身の向上を目指す。
備考	男女別要素 (用具) 男女別要素 (接触) 男女別要素 (特別ルール・ペア/チーム分け) G 科目
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。
授業計画	第 1 週 授業内容の説明、導入 第 2 週 剣道の特性 第 3 週 基本 (姿勢、礼儀作法) 第 4 週 素振り (上下素振り, 前後正面打ち) 第 5 週 素振り (前後正面打ち、跳躍素振り) 第 6 週 屋内体力測定 第 7 週 屋外体力測定 第 8 週 足捌き 第 9 週 実技試験 第 10 週 筆記試験 第 11 週 予備日
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	剣道指導要領
オフィスアワー等 (連絡先含む)	火曜 14:00 ~ 17:00 nabeyama.takahiro.gn@u.tsukuba.ac.jp
その他 (受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	欠席すると対峙する相手に迷惑がかかるので出席を心がけること

他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント(TA)	
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

授業科目名	応用体育ゴルフ(春)
科目番号	2212243
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	白木 仁
授業概要	ゴルフの基本技術(スイング、アプローチショット、パターの技術)を中心にルール、マナー等を段階的に学習する。さらに、ゴルフの実践を通して、パートナーシップ、スポーツマンシップを習得する。また、体力測定を実施することにより自身の体力を確認する。
備考	G 科目 クラブは、身長に合わせたクラブを選択してもらう
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)	<p>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。</p> <p>(1) 本授業の予定を確認し、ゴルフに関する歴史、ゴルフの用具に関する知識を習得できる。</p> <p>(2) 7 番アイアンを用いて、自由打撃を行い、ゴルフのスイングを経験する。</p> <p>(3) ゴルフスイングの基本(グリップ、アドレス)を理解し、ミニスイングが実践できる。</p> <p>(4) 正しいアドレスを習得し、ハーフスイングが実践できる。</p> <p>(5) 7 番アイアンを用いて穴あきボールにてフルスイングが実践できる。</p> <p>(6) 屋内体力測定を行い、自身の身体的能力(柔軟性、体脂肪量、敏捷性)を確認できる。</p> <p>(7) 屋外体力測定を行い、自身の身体的能力(全身持久性、瞬発力、巧緻性)を確認できる。</p> <p>(8) 7 番アイアンを用いてレンジボールにてフルスイングが実践できる。</p> <p>(9) ピッチングウェッジを用いてアプローチショットが実践できる。</p> <p>(10) パターを用いてパッティングが実践できる。</p>

授業計画	<p>第1週 授業内容の説明、ゴルフの概説</p> <p>第2週 7番アイアンを用いて、穴あきボールによる自由打撃</p> <p>第3週 スイングの基礎練習（グリップ、アドレス）の解説、7番アイアンを用いたミニスイングの実践</p> <p>第4週 7番アイアンを用いて、穴あきボールによるハーフスイングの実践</p> <p>第5週 7番アイアンを用いて、穴あきボールによるフルスイングの実践</p> <p>第6週 屋内体力測定</p> <p>第7週 屋外体力測定</p> <p>第8週 7番アイアンを用いて、レンジボールによるフルスイングの実践</p> <p>第9週 ピッチングウェッジを用いてのアプローチショットの実践</p> <p>第10週 パターを用いてのパッティングの実践</p> <p>第11週 予備日</p>
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	<p>印刷した資料を配布する</p> <p>テレビでのゴルフ試合観戦。</p> <p>新聞や雑誌のゴルフに関する記事の閲読。”</p>
オフィスアワー等（連絡先含む）	<p>オフィスアワー:木曜日 (14:00～19:00) オフィス:総合研究棟 D - 621</p> <p>shiraki.hitoshi.fw at u.tsukuba.ac.jp</p>
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	クラブは、身長に合わせたクラブを選択してもらう。
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）	
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

授業科目名	応用体育サッカー（春）
科目番号	2213263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	成瀬 和弥
授業概要	様々なゲーム形式を通じて攻撃・守備の原理や基本技術を身につける。
備考	男女別要素（接触） 男女別要素（特別ルール・ペア/チーム分け） G 科目
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	・スポーツ文化の理解
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。
授業計画	サッカー（フットボール）は、世界で最も人気のあるスポーツの1つである。サッカーは世界共通の文化ということもできる。この授業を通して、世界を魅了するサッカーの魅力の一端を体感したい。 第1週 授業内容の説明、導入 第2週 ボールを蹴る 第3週 ボールを止める 第4週 屋内体力測定 第5週 屋外体力測定 第6週 ボールを運ぶ（ドリブル） 第7週 ボールを奪う（守備） 第8週 攻撃と守備の原則（1対1） 第9週 攻撃と守備の攻防（2対2、3対3） 第10週 ブラインドサッカー 第11週 予備日
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	授業時に関連する資料を配布する。
オフィスアワー等（連絡先含む）	
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	天候に合わせたウェアを着用すること。

他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント(TA)	
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



授業科目名	応用体育シューティングスポーツ (春)
科目番号	2214263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	嵯峨 寿
授業概要	アーチェリーを定期的に継続実施することで、運動の生活習慣化を図ると共に、スポーツの文化的、社会的、倫理的価値や精神的効果について理解を深めます。
備考	アーチェリーは左利きの用具がありますが、弓道は全員が右です。いずれも屋外で行う授業です。 G 科目
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	・スポーツ文化の理解
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。
授業計画	春学期はアーチェリー、秋学期は和弓を行う。いずれも初心者を対象とした内容のため経験者には物足りないことを予めご承知下さい。 第 1 週オリエンテーション 第 2 週射場の使用規則、用具の取り扱い方、適切な服装など安全確保の注意を行い、発射を体験する。 第 3 週楽なスタンス、弓手の握り方、押すポイントなどを習得する。 第 4 週屋内体力測定 第 5 週屋外体力測定 第 6 週弦を引く利き腕の使い方 (アンカーリング) を習得する 第 7 週 30m、50m の遠的に挑戦する。道具の特性、これまで学んだ技能の習得度を確認する。 第 8 週照準器 (サイト) の活用調整法を学ぶ。 第 9 週競技会を通して採点法を学ぶ。 第 10 週実技検定を兼ね、班対抗 (3 人一組) による競技会を行う。 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	授業の進行に応じ適宜紹介する。
オフィスアワー等 (連絡先含む)	適時対応するが、事前に電話 029(853)2629 またはメール <a href="mailto:saga.hitoshi@u.tsukuba.ac.jp">saga.hitoshi@u.tsukuba.ac.jp</a> にて連絡し在室を確認の上、研究室 (体育科学系 B 棟 504) まで来室されたい。

その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	教材費 1000 円を徴収します。アーチェリーは左利きの用具を用意していますが、弓道は全員右で行うこととなります。いずれの種目とも屋外で行いますので各自、紫外線対策をして臨んで下さい。天候や射場のコンディションにより、授業の場所や授業計画が変更になることがあります。
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）	
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

授業科目名	応用体育柔道(春)
科目番号	2215263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	小俣 幸嗣
授業概要	柔道の文化的特性を理解し、基本的な技術を習得して攻防ができるようにする。柔道を通じて体力を養い、他のスポーツにも応用できるバランス感覚や巧緻性などを習得する。
備考	男女別要素(接触) 男女別要素(その他) G 科目 女子は 道着の下に T シャツを着用すること
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) 受身の方法を理解し、色々な動きの中で安全な倒れかたができる。 (2) 施技の動きを相手との関連で適用できる。 (3) 相手と協力しながら、安全に相互の動きを実施できる。 (4) 技の稽古を通して心身を健康に保つ方法を学び、実践できる。
授業計画	第 1 週柔道場での常識、柔道着の扱い方、進退、移動、組み方、受身、抑込技 第 2 週受身、体捌き、出足払、抑込技 第 3 週受身、出足払、抑込技 第 4 週受身、大外刈、絞技 第 5 週受身、大外刈、絞技、乱取 第 6 週屋内体力測定 第 7 週屋外体力測定 第 8 週受身、膝車、関節技、乱取 第 9 週受身、膝車、関節技、乱取 第 10 週受身、乱取 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	komatajudo@gmail.com

その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	女子は道着の下に T シャツを着用すること
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）	
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

授業科目名	応用体育水泳(春)
科目番号	2217243
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	高木 英樹
授業概要	本学プール施設の特性を活かし、さまざまな水辺活動に取り組む。特に春学期は、スキndaイビングやリズム泳の基本的技術の習得および安全に実施するための知識を身につける。
備考	男女別要素(ウェア) 男女別要素(接触) G 科目
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) 水中環境の特性を理解し、リラックスして抵抗の少ない姿勢を維持できる。 (2) 安全に楽しくスキndaイビングを行うことができる。 (3) 仲間と協力しながら、楽しく水球のゲームが実践できる。 (4) 生涯スポーツとして水泳に取り組める基礎技能と理論が身についている。
授業計画	第1週 授業内容ガイダンス、10分間泳 第2週 水慣れ、基本姿勢の確認 第3週 スキndaイビング(用具の説明、パイプクリア) 第4週 スキndaイビング(耳抜き、ジャックナイフ潜行) 第5週 スキndaイビング(マスククリア,5m 潜水) 第6週 屋内体力測定(中央体育館) 第7週 屋外体力測定(陸上競技場) 第8週 リズム泳(スカーリング) 第9週 リズム泳(ショートルーティーン) 第10週 高飛込(屋外飛込プール) 第11週 予備日
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	連絡先:体育系 B 棟 415(853-6330) takagi.hideki.ga at u.tsukuba.ac.jp <a href="http://www.taiiku.tsukuba.ac.jp/~takagi/">http://www.taiiku.tsukuba.ac.jp/~takagi/</a>
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	

他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント(TA)	
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

授業科目名	応用体育ソフトボール (春)
科目番号	2221223
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	奈良 隆章
授業概要	ソフトボールの練習や試合を通じて、仲間と協力しながら様々な課題に挑戦する。学期の前半は守備練習を重点的に行い、後半はチームを固定してリーグ戦を実施する。また、中盤に実施する体力測定の結果を基に、自身の健康づくりについて考える。
備考	男女別要素 (特別ルール・ペア/チーム分け) G 科目
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。
授業計画	第 1 週オリエンテーション、チーム編成、キャッチボール、フライ捕球、ゴロ捕球 第 2 週キャッチボール、カットドリル、内野ノック、外野ノック 第 3 週打撃練習、コンテスト 1、簡易ゲーム 第 4 週打撃練習、練習試合 第 5 週コンテスト 2、ボール回し、試合 第 6 週屋内体力測定 第 7 週屋外体力測定 第 8 週体力測定の振り返り、内外野の連係プレー、試合 第 9 週コンテスト 3、試合 第 10 週チーム練習、試合 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	1. 丸山克俊, 成美堂出版, わかりやすいソフトボールのルール
オフィスアワー等 (連絡先含む)	木曜日 10 時 30 分から 11 時 30 分 体育科学系 B 棟 303 6336 nara.takaaki.gp at u.tsukuba.ac.jp
その他 (受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	ソフトボールはチーム一丸となって勝利を目指す競技です。ソフトボール経験の有無にかかわらず、仲間と協力しながら積極的に活動することを望みます。
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント (TA)	

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
-------	---



授業科目名	応用体育卓球 (春)
科目番号	2222243
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	安藤 真太郎
授業概要	スポーツ活動に関する知識を深める。独特の練習法を通じ、単一種目をより深く追求することにより、様々なスポーツシーンに関係する技術を理解させる。応用的ミニゲームへも取り組む。
備考	受講にはインドア用シューズは必携。服装はスポーツウェア。経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者重視の内容となっている。 実務経験教員 男女別要素 (接触) G 科目
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) 卓球の競技特性を理解し、適切な課題解決ができる。 (2) 仲間とコミュニケーションを取り、適切なスポーツ行動ができる。 (3) ラリーを続け、楽しむことができる。 (4) 卓球を通して心身を健康に保つ方法を学び、実践できる。
授業計画	日本ナショナルチームコーチ経験のある教員が、その経験を踏まえ授業を実施する。 第 1 週 授業内容の説明、受講生の技術、運動能力レベル、スポーツ行動力のチェック 第 2 週 卓球の競技的特性、フォアハンド導入 第 3 週 打球技術の基本、飛来するボールに対する補足のしかた 第 4 週 基本的なフォアハンドの技術チェック、ゲーム導入 第 5 週 フォアハンドとバックハンドの関連性 (1)、グリップとラケット操作 第 6 週 屋内体力測定 第 7 週 屋外体力測定 第 8 週 フォアハンドとバックハンドの関連性 (2)、姿勢の安定、ミニゲーム (1) 第 9 週 ゲーム性が高いスポーツへの馴化、ミニゲーム (2) 第 10 週 ボール認知時間の短縮、短時間内認知・判断が必要なスポーツの理解 第 11 週 予備日
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	1. japan Table Tennis Association, Table Tennis Coaching Textbook

オフィスアワー等（連絡先含む）	特に定めない。研究室訪問する場合は、あらかじめメール等で連絡を取ること。 ando.shintaro.fu at u.tsukuba.ac.jp
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	受講にはインドア用シューズは必携。服装はスポーツウェア。 経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者を重視した内容となっている。
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）	
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

授業科目名	応用体育ダンス(春)
科目番号	2223263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	平山 素子
授業概要	「身体の発見」をテーマに、多様なダンス文化に挑戦する。「身体を知る」段階では、導入としてインド式健康法のヨガを体験することで自らの身体を見つめなおし、健康的な身体作りを形成できる能力を養う。さらに、リズミカルな音楽に合わせた動きを体験することで、フィットネスやコミュニケーションとしてのダンスの効果を知る。
備考	男女別要素(接触) G 科目
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)	スポーツに関する基礎的知識と技術を習得し、実践できる。 (1) ダンスの多様性や、価値を理解する。 (2) 自らの身体から発信される情報に興味を持つ。 (3) 仲間と協力しながら、楽しく安全に運動を実施できる。
授業計画	「身体を知る」をキーワードに様々なアプローチから市hン対を見つめなおす 第1週授業内容説明 ヨガ入門 第2週ヨガ基礎・初級 第3週ボディバランスエクササイズ ヨガ・太極拳・ピラティスなどの複合エクササイズ 第4週体力づくりとしてのダンス エアロビックダンス 第5週体力づくりとしてのダンス2 ダンスワークアウト 第6週屋内体力測定 第7週屋外体力測定 第8週コミュニケーションとしてのダンス マンボをベースとしたペアダンス ベーシックステップを中心に 第9週コミュニケーションとしてのダンス マンボをベースとしたペアダンス 第10週コミュニケーションとしてのダンス 発展的な振付にチャレンジしながらのペアダンス 第11週予備日
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	

オフィスアワー等（連絡先含む）	hirayama at taiiku.tsukuba.ac.jp
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）	
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

授業科目名	応用体育トリム運動 (春)
科目番号	2230263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	齊藤 まゆみ
授業概要	体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講する。学習内容は健康・体力に興味を持てる態度を形成することを目的とし、受講生のコンディションにあわせた教材を用意したい。
備考	1 階トリム運動室 実務経験教員 G 科目
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。自分の身体への気づきや洞察を深める。 (1) スポーツ場面での自己のニーズを知り、それに合わせた変更・調整ができる (アダプテッド)。 (2) 仲間と協力しながら課題を解決することができる。
授業計画	授業内容は、以下の通りですが、受講者の体調を考慮して内容を変更することもあります。障害者スポーツ指導員としての専門的スキルをもつ教員が個別のニーズに対応した授業を行う。 第 1 週 授業概要の説明 第 2 週 ウォーキング 1 第 3 週 ウォーキング 2 第 4 週 フライングディスク 1 第 5 週 フライングディスク 2 第 6 週 屋内体力測定 第 7 週 屋外体力測定 第 8 週 ボッチャ 1 第 9 週 ボッチャ 2 第 10 週 まとめ・ふりかえり 第 11 週 予備日
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	

オフィスアワー等（連絡先含む）	月曜日 11:30～12:00
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	履修者の状況に合わせて柔軟に対応します。
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）	
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

授業科目名	応用体育バスケットボール(春)
科目番号	2234243
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	大高 敏弘
授業概要	バスケットボールの個人戦術(相手を打ち破る行為、相手からボールを奪う行為)を習得し、バスケットボールの特性を理解し、個人戦術を活かしたゲームができるようになる。
備考	男女別要素(用具) 男女別要素(接触) 男女別要素(特別ルール・ペア/チーム分け) G 科目
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) バスケットボールの戦術的特性を理解し、ゲームにおいてシュート、パス、ドリブル等の技術、それらを組み合わせた戦術を適切に発揮することができる。 (2) チームメイトと協力して、ゲームプランを構築することができる。 (3) チームメイトと協力して、ゲーム運営(審判、ゲーム記録等)を積極的にできる。
授業計画	第1週 授業内容の説明、バスケットボールの導入 第2週 バスケットボールの特性の理解 第3週 ボディーコントロール、パス、ドリブル、シュートなどの基礎技術の習得 第4週 ボディーコントロール、パス、ドリブル、シュートなどの基礎技術の習得 第5週 個人戦術の習得、1対1の攻防 第6週 屋内体力測定 第7週 屋外体力測定 第8週 個人戦術の習得、1対1の攻防 第9週 個人戦術を生かしたゲーム 第10週 スキルテスト、個人戦術を生かしたゲーム 第11週 予備日
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	メールにて連絡すること mail:totaka3558@gmail.com

その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）	
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



授業科目名	応用体育バドミントン (春)
科目番号	2235263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	吹田 真士
授業概要	バドミントンをプレイする能力の向上を図る。バドミントを通して人との関わり方を学ぶ。
備考	男女別要素 (特別ルール・ペア/チーム分け) G 科目
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。
授業計画	第 1 週オリエンテーション、ラケットとシャトルに慣れる・仲間づくり 第 2 週初心者を学ぶ 1 第 3 週初心者を学ぶ 2 第 4 週技術課題の学習 (ドライブ) 第 5 週様々なフライトを学ぶ 第 6 週屋内体力測定 第 7 週屋外体力測定 第 8 週ダブルス・ゲームとその運営 1 第 9 週リードアップ・ゲーム 1 第 10 週ダブルス・ゲームとその運営 2、まとめ 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等 (連絡先含む)	オフィスアワー:火曜日 10:30~11:45 E-mail : <a href="mailto:suita.masashi.gn@u.tsukuba.ac.jp">suita.masashi.gn@u.tsukuba.ac.jp</a> ( を@にかえてください)
その他 (受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント (TA)	

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
-------	---

授業科目名	応用体育ハンドボール (春)
科目番号	2237243
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	藤本 巳由紀
授業概要	ゲームを中心に、基礎的な技術・戦術を習得する。
備考	男女別要素 (用具) 男女別要素 (接触) 男女別要素 (特別ルール・ペア/チーム分け) G 科目
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) ハンドボールにおける基礎的な技能を身につけ実践できる。 (2) ハンドボールにおける playable の状態を理解し実践できる。 (3) 設定されたルールを理解し仲間と協力してゲームを楽しむことができる。
授業計画	第 1 週オリエンテーション、アイスブレイク、ボールを使った運動 第 2 週基礎技能 (様々なスロー、ドリブル、パス&キャッチ) 第 3 週様々なシュート技術、ランパス、シュートゲーム 第 4 週様々なフェイント技術、ランパス、シュートゲーム 第 5 週 GK の動きの実践 (捕球からスロー)、速攻からのシュート、簡易ゲーム 第 6 週屋内体力測定 第 7 週屋外体力測定 第 8 週プレイアブルの理解と実践、パスゲーム、簡易ゲーム 第 9 週プレイアブルの理解と実践、パスゲーム、簡易ゲーム 第 10 週プレイアブルの理解と実践、パスゲーム、簡易ゲーム 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等 (連絡先含む)	特に オフィスアワー は 設 け ない が 必 要 が あ れ ば 、 fuji-moto.miyuki.gf@u.tsukuba.ac.jp に事前の連絡を入れること。
その他 (受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	

他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント(TA)	
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, プレイアブル (playable)

授業科目名	応用体育フィットネストレーニング(春)
科目番号	2240203
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	谷川 聡
授業概要	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を理解した上で、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチングを豊かなスポーツ文化として日常生活の中で応用することをめざす。
備考	男女別要素(その他) G 科目
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) 無酸素運動/有酸素運動の理解と実践 (2) 個々のトレーニング効果の主観的/客観的指標づくり (3) 個々の合目的的トレーニングの作成
授業計画	第 1 週本授業のコンセプト、トレーニング機器使用方法説明 第 2 週トレーニング機器使用方法実践 第 3 週なわとびとスプリント・ジョギング 第 4 週講義(体力測定の意義を学び、結果を自己評価する) 第 5 週有酸素性能力向上の方法(ニコニコペースでのジョギング) 第 6 週屋内体力測定 第 7 週屋外体力測定 第 8 週筋力向上・筋肥大の手段(レジスタンス運動) 第 9 週筋力向上・筋肥大の方法(レジスタンス運動)(2) 第 10 週筋力向上・筋肥大の実践(レジスタンス運動)(3) 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	板書、配布資料
オフィスアワー等(連絡先含む)	
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	ジャージや運動靴、室内シューズを用いること(ジーパンや革靴は不可)

他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント(TA)	
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

授業科目名	応用体育野外運動 (春)
科目番号	2245203
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	坂本 昭裕
授業概要	野外運動 (自然を活用したアクティビティ) のための 1 基礎的な技術を習得すること。 2 そのための知的理解を深めること。3 活動実践のための方法的能力を養うこと。さらに、4 自然の中で活動することを通して、自己や環境に対する興味、関心、肯定的な価値観を涵養することを目標としたい。応用体育では、野外運動やアウトドアスポーツのさらなる理解と定着化をはかる。なお、春学期は、野性の森においてイニシアチブゲーム (チャレンジアクティビティ) と呼ばれるグループ作りのための活動を行う。
備考	男女別要素 (接触) 男女別要素 (特別ルール・ペア/チーム分け) G 科目
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) チャレンジアクティビティの特性を理解し協力して安全に取り組むことができる。 2) グループにおいて効果的にコミュニケーションできる。適切なブリーフィングができる。 3) 自然環境に気づき、理解し適切に行動できる。 4) 野外運動を通して自己理解や他者理解を深め、協働して実践できる。
授業計画	第 1 週授業ガイダンス (授業概要の説明、グルーピング) 第 2 週アイスブレイク 第 3 週チャレンジアクティビティ (1):ラインナップ (コミュニケーション) 第 4 週チャレンジアクティビティ (2):日本列島 (協力) 第 5 週チャレンジアクティビティ (3):斜めウォール (課題解決・挑戦) 第 6 週屋内体力測定 第 7 週屋外体力測定 第 8 週チャレンジアクティビティ (4):トロリー (コミュニケーション・共感) 第 9 週チャレンジアクティビティ (5):トラストフォール (挑戦・信頼) 第 10 週まとめ・ふりかえり 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	

教材・参考文献・配付資料等	第1回授業時に授業概要資料を配付
オフィスアワー等（連絡先含む）	月曜日 15:00～17:00
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	小雨（霧雨程度）の場合でも野性の森で実施する予定です。雨って人間だけが嫌いなのかもしれません。
他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）	
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, アウトドアスポーツ, 自然理解



授業科目名	応用体育トラック&フィールド (春)
科目番号	2252263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春 AB 木 3
担当教員	榎本 靖士
授業概要	陸上競技の走跳投という運動を目的および手段とし、体力や技能を高めるための理論および方法を学習し、あわせて競技能力に応じて競技を楽しむ態度を養う。また、健康・体力の意義について陸上競技の実践を通して理解する。
備考	男女別要素 (接触) 男女別要素 (特別ルール・ペア/チーム分け) G 科目
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。
授業計画	走・跳・投の基本的技能を理解して自分の身体で理解できるようにし、競技の観戦方法さらに、メディアスポーツ文化を学ぶ 第 1 週陸上競技の特性 第 2 週疾走局面における疾走技術 第 3 週スタートの技術 第 4 週ハードル走の基礎 第 5 週ハードリングの踏切, クリアランス, 着地の流れ 第 6 週屋内体力測定 第 7 週屋外体力測定 第 8 週リレーの特性 第 9 週バトンパスの技術 第 10 週陸上競技のパフォーマンスを考える 第 11 週予備日
履修条件	
成績評価方法	1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等 (連絡先含む)	水曜日 11:30~12:00 体育科学系 A 棟 A603 2669
その他 (受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	

他の授業科目との関連	
ティーチングフェロー (TF)・ティーチングアシスタント(TA)	
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