

授業科目名	応用体育剣道(春)
科目番号	2211203
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
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(接触) 男女別要素(特別ルール・ペア/チーム分け) G科目 実務経験教員 対面 短期留学生が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)自分の健康や体力を知り、身心の体調管理に生かすことができる (2)身体を動かす楽しさを知り、生活に運動を取り入れることができる (3)体育・スポーツの意義や価値を理解できる (4)剣道の礼儀作法を身につける。
授業計画	剣道に関しては、剣道最高段位八段を有する元日本代表である教員が、その経験を生かして授業を実施する。 第1週 オリエンテーション 授業の概要 剣道の基本 竹刀の握り方 第2週 剣道の基本 竹刀の振り方と足捌き 第3週 剣道の基本 竹刀の振り方と足捌き 第4週 剣道の基本 素振りの応用編 踏み込み足(グループワーク) 第5週 剣道の基本、素振りの応用編、踏み込み足 第6週 木刀による剣道基本稽古法を行うための基礎技能 第7週 木刀による剣道基本稽古法(グループワーク) 第8週 木刀による剣道基本稽古法(グループワーク) 第9週 木刀による剣道基本稽古法(グループワーク) 第10週 木刀による剣道基本稽古法総仕上げ 第11週 試験
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	木刀による剣道基本稽古法の映像や資料を、予習復習に活かす。授業内の活動内容等をmanabaにて提出する
教材・参考文献・配付資料等	剣道指導要領、木刀による剣道基本稽古法
オフィスアワー等(連絡先含む)	火曜14:00～17:00 nabeyama.takahiro.gn at u.tsukuba.ac.jp
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意)	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

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、礼法

授業科目名	応用体育サッカー(春)
科目番号	2213243
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	小井土 正亮
授業概要	サッカーの技術・戦術の基本を理解する。また、それらをゲームのどのような場面で使用するのが効果的なのかを学び、よりゲームの楽しさを実感する。
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 実務経験教員 対面 短期留学生が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)サッカーの特性を理解する。 2)仲間と協力して、ゲームを楽しむ。 3)サッカーを通して、心身を健康に保つ方法を学び実践する。
授業計画	サッカーの戦術、作戦の概念について理解するとともに、ボール操作の技能とボールを持たない時の動きを効果的にゲーム中に発揮できる。また、チーム内での役割を効果的に発揮できるようにする。 第1週 オリエンテーション 第2週 パス&コントロール 2人組 第3週 パス&コントロール 3人組 第4週 ボールポゼッション (数的優位) 第5週 ボールポゼッション (数的同数) 第6週 シュート(ゴール前の攻防) 第7週 ゲーム(チーム戦術・プレリーグ戦) 第8週 ゲーム(リーグ戦) 第9週 ゲーム(リーグ戦) 第10週 ゲーム(順位決定戦) 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% 単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	健康観察記録を行うことを欠かさずに、授業での学びを次週までに復習する。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡)	まずはメール等で連絡のこと。

絡先含む)	連絡先:内2664、koido.masaaki.gu@u.tsukuba.ac.jp 水曜日10時～11時
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	できるだけトレーニングシューズ(靴底が固く、凹凸があるもの)を推奨する。
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	応用体育シューティングスポーツ(春)
科目番号	2214203
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	嵯峨 寿
授業概要	アーチェリーの初歩的技術の習得やゲーム体験などを通してスポーツの文化的、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	男女別要素(特別ルール・ペア/チーム分け) G科目 対面 短期留学生在が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)互いに安心して運動ができるよう、用具や自らの行動の安全性に配慮できる。 (2)弓矢のスポーツでの活用法を学び、身体を用いてそれを表現することができる。 (3)チーム戦において、仲間や相手を敬い、友愛を育む方法を修得できる。 (4)セルフジャッジに当たってフェアな判断・採点ができる。 (5)ルールを工夫改変しながら、独自の競技方法やルールなどを考案できる。
授業計画	春学期はアーチェリーを初学者を想定した内容にて行う。近距離(5m~10m位置)からの発射が中心となる。アーチェリー場は屋外施設につき、雨天時は教室ほかでの学習となる。 第1週 生命の安全に必要となる、この授業で厳守すべき約束事について理解する 第2週 楽なスタンス、自分に合った立ち方を見つける 第3週 弦をしっかりと引くための技術、注意点を学ぶ 第4週 的に向かってしっかりと押せる弓の握り方を体得する 第5週 アンカーリングの重要性を理解し、その体得を目指す 第6週 競技形式の練習をしながら、採点方法を知る 第7週 照準器の使用方法を学び、使いこなせるようにする 第8週 班対抗(3人一組)によるトーナメント戦を行う 第9週 色々なゲームを考案し、実際に運営してみる 第10週 上達度を確認する実技検定を行う(10mの距離から10射) 第11週 予備日
履修条件	殺傷力のある道具を用いるため、安全への注意を怠らないこと。
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	授業時に伝える復習課題や予習に取り組むこと。
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)	月曜日16時から18時 随時メールにてアポを取った上で来室ください

オフィスアワー等（連絡先含む）	体育科学系棟B504研究室 029-853-2629 saga.hitoshi.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）	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。 運動が苦手、下手だと感ずる人には、高校までの体育にはない新しい種目にぜひ挑戦して下さい。初心者どうしお互いに教え合いながら学びます。春秋を通じ、弓矢を用いた競技を体験しながら、スポーツの文化的背景が理解できます。矢や弦、的などの消耗品代として教材費500円を徴収します。
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）	なし
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	2215223
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	平岡 拓晃
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 対面 道着の下にTシャツ着用可。 短期留学生在が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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) 武道である柔道の特性を理解する。 (2) 相手と協力しながら、楽しく安全に柔道を実施できる。 (3) 数種類の受身の技術を体得し、その場面に応じて実践できる。
授業計画	柔道を安全に楽しく稽古する。 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 体力測定(グループ1フィットネス系種目+希望クラス) 第5週 受身、大外刈、絞技 第6週 受身、大外刈、絞技 第7週 受身、大内刈、絞技、乱取 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	健康観察記録を行うとともに、授業内容に関連する資料を確認し、授業での学びをmanabaで提出する。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	hiraoka.hiroaki.gb@u.tsukuba.ac.jp
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意)	道着の下に T シャツ着用可。 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。

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)	ティーチングアシスタント (TA) : 1 名
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	応用体育ジョグ&ウォーク(春)
科目番号	2216263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	榎本 靖士
授業概要	ジョギングとウォーキングの科学的基礎を学びながら、現代的なスポーツとして生涯にわたって実践するための知識と経験を得る。自身の体力や健康状態に合わせたジョギングおよびウォーキングが実践でき、さらに健康と体力を維持、増進するための課題と解決方法を検討できるようになる。またジョギングやウォーキングを楽しみながら行える態度を養う。
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 対面 ランニングシューズが必要 短期留学生在が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)	(1)自分の健康や体力を知り、身心の体調管理に生かすことができる (2)身体を動かす楽しさを知り、生活に運動を取り入れることができる (3)やや長い時間のジョギングができる
授業計画	第1週 授業内容の説明と導入 第2週 ウォーキングとジョギングの基礎 第3週 移動スピードとストライド・ピッチ 第4週 体力測定 第5週 体力測定の振り返り 第6週 ウォーキングの楽しみ方 第7週 ウォーキングのジョギングのフォーム 第8週 ジョギングのスピードと身体の負荷 第9週 ゆっくり、長いジョギング 第10週 まとめ 運動の効果と楽しみ
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	Manabaでの課題の提出を求める
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11時30分~12時 水曜日11:30~12:00 体育科学系A棟 A603 2669 enomoto.yasushi.ft at u.tsukuba.ac.jp ランニングシューズが必要
その他(受講生にのぞ)	単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う。

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	応用体育水泳(春)
科目番号	2217263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	角川 隆明
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、四泳法の技術や水球の基本的技術の習得および水中で自己保全するための知識を身につける。
備考	男女別要素(接触) G科目 対面 短期留学生が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)自分の健康や体力を知り、身心の体調管理に生かすことができる (2)身体を動かす楽しさを知り、生活に運動を取り入れることができる (3)体育・スポーツの意義や価値を理解できる (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 授業内容の説明等、水慣れ 第2週 基本姿勢の確認、10分間泳 第3週 泳法練習（キック） 第4週 泳法練習（クロール） 第5週 泳法練習（バタフライ） 第6週 泳法練習（背泳ぎ） 第7週 泳法練習（平泳ぎ） 第8週 スタート、ターン 第9週 個人メドレー 第10週 高飛び込み(飛込プール) 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	健康観察記録を行うとともに、授業での学びをmanabaでレポートする。
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417(853-2643) tsunokawa.takaaki.ke@u.tsukuba.ac.jp
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意）	単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う。

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	2221263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
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。
備考	男女別要素(特別ルール・ペア/チーム分け) G科目 対面
授業方法	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)ソフトボールの基礎的な技術を身につけ、仲間と共に課題に挑戦できる (2)チームプレーの価値を理解し、他者との協力の中で自身の長所を發揮できる (3)体育・スポーツの意義や価値を理解できる
授業計画	第1週 オリエンテーション、キャッチボール、内野守備練習 第2週 カットプレー、外野守備練習 第3週 打撃練習、シートノック 第4週 打撃練習、シート打撃 第5週 クイックスロー、練習試合1 第6週 ピッチング、カバーリング、練習試合2 第7週 ピッチング、送球練習、リーグ戦1 第8週 内外野の連係プレー、リーグ戦2 第9週 打球コントロール、チーム練習、リーグ戦3 第10週 プレーオフ 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	授業内の活動記録を作成し、manabaを通じて提出する。
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)	奈良 隆章 木曜日10時30分から11時30分 体育科学系A棟 405 nara.takaaki.gp@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)	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以上の者としします。
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	応用体育卓球(春)
科目番号	2222223
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
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	男女別要素(接触) G科目 実務経験教員 対面
授業方法	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)自分の健康や体力を知り、身心の体調管理に生かすことができる (2)身体を動かす楽しさを知り、生活に運動を取り入れることができる (3)体育・スポーツの意義や価値を理解できる (4)卓球の基礎的知識について学ぶ
授業計画	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仕方 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 基本的なフォアハンドの応用、ミニゲーム 第6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7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 第8週 ゲーム性が高いスポーツへの馴化(1)、ミニゲーム 第9週 ゲーム性が高いスポーツへの馴化(2)、応用的ゲーム 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	授業で興味関心を持った内容について、自発的に学習を行う。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	特に定めない。研究室訪問の際は、事前にメール連絡をすること。 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、本科目は初心者を中心とした内容となっている。 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。
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	2230223
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	永田 真一
授業概要	本授業は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特別な支援を必要とする学生を対象に開講している。学習内容は運動習慣に繋がるような多様な楽しみ方ができるスポーツを紹介することを目的とする。受講生全体のコンディションを鑑み、内容等の変更をすることがある。
備考	1階トリム運動室 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以上のものとする G科目 実務経験教員 対面 短期留学生が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)フライングディスクの特性を理解し、適切に利用できる。 (2)フライングディスクを使った競技のルールについて理解する。 (3)フライングディスクを使った遊びのバリエーションを考え実践することができる。 (4)他者と一緒に運動する楽しさを学び、実践できる。
授業計画	米国セラピューティックレクリエーションの資格及び障害のある人へのスポーツ指導経験を活かし、受講者のコンディション等に合わせた内容の授業を実施する。 第1週 スポーツと心身のコンディショニングについて考える 第2週 フライングディスクに関する基礎知識（ルール・バリエーション） 第3週 バックハンドスロー・コントロール 第4週 バックハンドスロー・距離をのばす 第5週 屋内体力測定 第6週 フライングディスクのゲーム 第7週 屋外体力測定 第8週 ディスクゴルフ・ルールと工夫 第9週 ディスクゴルフ・参加者主導コース設定 第10週 ディスクゴルフ・参加者主導コース実施 第11週 予備日
履修条件	本授業は体育を履修する上で心身のコンディション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している。受講前に担当教員との面談を要する。
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	授業当日の正午までに1週間の日常セルフケア課題を、毎回授業翌日正午までに授業での活動記録レポートをすること。また、それを期末レポートとしてまとめること。
教材・参考文献・配付	

資料等	
オフィスアワー等（連絡先含む）	nagata.shinichi.gm@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）	単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う。
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	応用体育ニュースポーツ(春)
科目番号	2233203
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	齊藤 武利
授業概要	既成のスポーツ競技や種目にとらわれることなく、新たに開発され、あまり知られていないスポーツ種目(フライングディスク、ユニホック、グランドゴルフなど)や世界各国の伝統的なスポーツ種目(インディアカ、ペタンク、綱引きなど)を体験する。その実践を通して、自分の体力に応じた「新たなスポーツ」を楽しむ方策などを見つけ出し、スポーツそのものに対する自分の価値観について考えてみる。
備考	当日の実施場所や教室は、天候等によって変更になるために、決定後周知 G科目 詳細後日周知 対面 短期留学生が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)自分の健康や体力を知り、身心の体調管理に生かすことができる (2)身体を動かす楽しさを知り、生活に運動を取り入れることができる (3)体育・スポーツの意義や価値を理解できる (4)フライングディスクのルールを理解し、競技のイメージを持つことができる。
授業計画	第1週 体育授業ガイダンス 第2週 様々なウォーキング種目の体験 第3週 フライングディスク1：基本技術(バックハンドなど) 第4週 室内でできるニュースポーツ1(Gボールなど) 第5週 フライングディスク2：フォアハンド&各種ゲーム(ディスクゴルフなど) 第6週 個人でできるニュースポーツ1(縄跳びなど) 第7週 室内でできるニュースポーツ2(ダブルダッチ、スポンジテニスなど) 第8週 個人でできるニュースポーツ2(グラウンドゴルフ) 第9週 グループで行うニュースポーツ1(インディアカ) 第10週 まとめ 第11週 予備日
履修条件	運動に適したシューズ・スポーツウェア着用のこと。
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	授業当日の正午までに1週間の日常セルフケア課題を、毎回授業翌日正午までに授業での活動記録レポートをすること。また、それを期末レポートとしてまとめること。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	問い合わせ先：sai to.taketoshi.fw@u.tskuba.ac.jp (非常勤講師)

その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う。
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	応用体育バスケットボール(春)
科目番号	2234263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	守屋 志保
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(接触) G科目 対面 短期留学生が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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特性を理解し、ゲームを楽しめる。 (2)チームワークを高め、仲間とともに課題や目標に挑戦できる。 (3)バスケットボールの基本的な技術、戦術を身につける。 (4)バスケットボール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 授業内容の説明、バスケットボールの特性理解 第2週 3x3バスケットボールの特性と理解 第3週 基礎技術の習得(ゴール近くのシュート) 第4週 基礎技術の習得(パス、キャッチ) 第5週 基礎技術の習得(リバウンド) 第6週 基礎技術の習得(ドリブル) 第7週 基礎技術を生かしたゲーム 第8週 基礎技術を生かしたゲーム 第9週 基礎技術を生かしたゲーム 第10週 基礎技術を生かしたゲーム
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	健康観察記録を行うとともに、授業での学びをmanabaでレポートする。 バスケットボールのゲームを見て、戦術・戦略について知識を深める。
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: moriya@edogawa-u.ac.jp
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う。
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	応用体育ハンドボール(春)
科目番号	2237223
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	山田 永子
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(特別ルール・ペア/チーム分け) G科目 連携学生の受講可 対面 短期留学生在が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)ハンドボールのルール・戦術を理解し、適切にプレーできる。 (2)パス、キャッチ、ドリブル、シュートができる。 (3)仲間と協力しながら、審判に従い、楽しく安全にゲームを実施できる。 (4)ハンドボール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 授業概要の説明、チーム決め、基礎技能(ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート)、ルールの説明、簡易ゲーム 第2週 基礎技能(ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート)、ゲーム局面の理解、速攻のボール運び、ゲーム 第3週 基礎技能(ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、GKの技術と戦術、ゲーム 第4週 屋内体力測定 第5週 屋外体力測定 第6週 基礎技能(ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、防御技能(インターセプト)、速攻1人・2人、ゲーム 第7週 基礎技能(ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、ラインプレーヤーの役割1、ゲーム 第8週 基礎技能(ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、ラインプレーヤーの役割2、ゲーム 第9週 リーグ戦 第10週 リーグ戦 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	健康観察記録を行うとともに、授業での学びを次週までに復習する。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	yamada.eiko.ga@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）	単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う。
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	応用体育フィットネストレーニング(春)
科目番号	2240263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	河合 季信
授業概要	健康・体力の意義について理解し、筋力トレーニングと有酸素運動を組み合わせたトレーニングを行う。
備考	G科目 実務経験教員 対面
授業方法	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)自分の健康や体力を知り、身心の体調管理に生かすことができる (2)身体を動かす楽しさを知り、生活に運動を取り入れることができる (3)体育・スポーツの意義や価値を理解できる
授業計画	アイススケートの日本代表選手、監督・コーチを務めた教員が、その経験を活かして授業を実施する。 第1週 授業内容の説明, 導入 第2週 トレーニング場の使い方 第3週 形態測定とウォーミングアップ・クーリングダウン 第4週 体力測定 第5週 体力測定に関するフィードバック 第6週 自重を使ったレジスタンストレーニング 第7週 マシンを使ったレジスタンストレーニング：導入 第8週 マシンを使ったレジスタンストレーニング：発展 第9週 1RMについての説明と測定 第10週 持久性トレーニング 第11週 予備日
履修条件	体育館用室内シューズを各自用意すること。
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	スマホアプリを使って日常の運動記録を行うとともに、授業での学びをWebフォームでレポートする。
教材・参考文献・配付資料等	配布資料
オフィスアワー等（連絡先含む）	特に設定しないので事前にメールで日程調整をしてください。 体育系B棟3F B316研究室 kawai.toshinobu.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）	単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う。
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	応用体育フラッグフットボール(春)
科目番号	2241263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	松尾 博一
授業概要	フラッグフットボールの前パスゲームを通して、フラッグフットボールの戦術的知識や技能について理解し、チームの状況に応じた作戦立案について実践的に学ぶ。
備考	G科目 詳細後日周知 対面 短期留学生在が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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)自分の健康や体力を知り、身心の体調管理に生かすことができる (2)身体を動かす楽しさを知り、生活に運動を取り入れることができる (3)体育・スポーツの意義や価値を理解できる
授業計画	第1週 フラッグフットボールの基礎 第2週 ルール確認と攻撃の作戦立案 第3週 攻撃の作戦練習 第4週 体力測定 第5週 パスゲーム 1 第6週 パスゲーム 2 第7週 パスゲーム 3 第8週 リーグ戦1 第9週 リーグ戦2 第10週 リーグ戦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	フラッグフットボール及びアメリカンフットボールに関連した試合映像や映画などの作品を視聴し、フットボール競技の戦術や歴史、文化的な背景についてmanabaでレポートする。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等（連絡先含む）	matsuo.hirokazu.ga 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）	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。
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	2245223
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	坂本 昭裕
授業概要	春学期の授業では、課題解決的なチャレンジアクティビティを通じて、1)自己理解を深めること、2)コミュニケーション能力を高め、他者理解を高めること、さらに3)グループ作りの方法について学ぶことを目標にする。
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 対面 短期留学生在が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	実習・実験・実技
学位プログラム・コンピテンストとの関係	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(レクリエーションゲーム) 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 チャレンジアクティビティ(4):トローリー(コミュニケーション・共感) 第7週 チャレンジアクティビティ(5):テンショントラバース(コミュニケーション) 第8週 チャレンジアクティビティ(6):ウォール(挑戦・信頼) 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 振り返り・授業評価 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	・授業ノートのアンケートに回答する。また、授業ノートに授業内容を振り返って学んだことについて記入する。
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 特に定めないが、事前に連絡してから訪問してください。 sakamoto.akihiro.ff 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）</p>	<p>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。 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。</p>
<p>他の授業科目との関連</p>	
<p>ティーチングフェロー（TF）・ティーチングアシスタント（TA）</p>	
<p>キーワード</p>	<p>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</p>

授業科目名	応用体育リフレッシュ体操(春)
科目番号	2248263
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	春AB 金2
担当教員	狩野 莉奈
授業概要	心地よい運動や仲間との交流を通して、スポーツを楽しむ豊かな心と知識を養う。また、乗ることのできる「Gボール」や大きな鉄の輪の中に入って回転する「ラート」運動など、非日常的な運動に触れることで、心身をリフレッシュする。
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 対面 短期留学生在が受講を希望する際は、原則初回授業の3日前までに授業担当教員に連絡し受講許可を得る事
授業方法	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.協調性・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)Gボールの特性を理解し、適切に利用できる。 (2)ラート運動の側方回転ができる。(1回転/補助の有無は問わない) (3)仲間と協力しながら、楽しく安全にペア運動を実施できる。 (4)体操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 ストレッチ・体ほぐし 第2週 Gボールの特性・用具に慣れる 第3週 Gボール・バランス運動(自分のからだの重心探し) 第4週 屋内体力測定 第5週 Gボール・バウンド運動 第6週 Gボール・ローリング運動 第7週 Gボール・ペア運動 第8週 ラート運動の特性・用具に慣れる 第9週 ラート・基本回転 第10週 ラート・応用回転 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	健康観察を行うとともに、授業での学びの予習・復習を行う。
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:kano.rina.kn@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)	単位認定は、原則として当該授業科目の出席時間数が3分の2以上の者について行う。

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