

授業科目名	応用体育空手(秋)
科目番号	2207253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	麓 正樹
授業概要	空手道の基本的な技術の実践を通じて、自らの身体と心、他者の身体と心、そしてその関連について理解を深める。基本技術と呼吸法、フットワークと基本技術の協調、形および組手ができるようになる。
備考	男女別要素(接触) G科目 実務経験教員 対面 mfumoto@tiu.ac.jp 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。 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)空手の基本技術である突き、蹴り、受けが実践できる。 (2)空手の基本記述を適切な呼吸法とともに実践できる。 (3)空手の基本技術を適切なフットワークとともに実践できる。 (4)形が実践できる。
授業計画	筑波大学体育会空手道部監督がこれまでの経験などを活かして授業を行う。 第1週 その場基本3(様々な種類の突きと蹴り) 第2週 その場基本4(受けから攻撃への展開) 第3週 移動基本3(方向転換を伴う移動基本) 第4週 移動基本4(移動を伴う様々な攻撃と受け) 第5週 フットワークと打撃との協調3(様々なステップからの複合技術) 第6週 複合技術2(受けと突き蹴りの組み合わせ) 第7週 ミットと相手に対する打ち込み(打撃のコントロール) 第8週 触り組手と自由組手(四肢、体幹へのタッチとその応用) 第9週 講義 第10週 形2(複数のメンバーによる形の協調) 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	毎回の授業で扱った内容の振り返りを行い、自身の課題を抽出して克服に努めるとともに、次回に向けた課題を明確にする（約1時間）
教材・参考文献・配付資料等	1. 全日本空手道連盟,空手道教範 2. 全日本空手道連盟,空手道一伝統的武道の心と技を学ぼう 3. 藤田幸雄,強くなる空手動きの方程式
オフィスアワー等（連	メール対応し、必要に応じて面談

絡先含む)	Email:mfumoto@tiu.ac.jp
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	空手道衣を貸与する。授業内容は受講者の特性に応じて変更することがある。 履修条件として、やむを得ない場合を除いて遅刻欠席をせず、意欲を持って授業に臨むこと。 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	応用体育剣道(秋)
科目番号	2211253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	鍋山 隆弘
授業概要	防具をつけ、相手と駆け引きができる技術を身につけるとを目標とし、心身の向上も目指す。
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 実務経験教員 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。
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 日本剣道形の歴史と礼法 第2週 日本剣道形(太刀の形1本目) 第3週 日本剣道形(太刀の形2本目) 第4週 日本剣道形(太刀の形3本目) 第5週 日本剣道形(太刀の形4本目) 第6週 日本剣道形(太刀の形5本目) 第7週 日本剣道形(太刀の形6本目) 第8週 日本剣道形(太刀の形7本目) 第9週 日本剣道形(太刀の形1本目から7本目)総仕上げ 第10週 講義 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	日本剣道形の映像や資料を、予習復習に活かす。
教材・参考文献・配付資料等	剣道指導要領、剣道講習会資料
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、礼法

授業科目名	応用体育シューティングスポーツ(秋)
科目番号	2214253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	嵯峨 寿
授業概要	弓道の初歩的技術の習得と競技会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	秋学期は弓道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ため春学期同様「青空教室」となる。なお雨天時の学習は教室ほかでの学習となる。 第1週 弓道場での安全確保のための振る舞いや厳守事項を覚える 第2週 角見のはたらきを理解し、体得をめざす 第3週 弓道における足踏とは何かを知り、体現する 第4週 取懸(馬手の正しい使い方)を習得する 第5週 "手の内"を明かします(弓手の正しい整え方) 第6週 なぜ残身が必要か 第7週 弾(ゆかけ)の付け方を習得し、使用に慣れる 第8週 照準器のない弓道用の弓での狙いの付け方を学ぶ 第9週 実技検定を兼ね班対抗(3人一組)の競技会を行う 第10週 講義 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、授業での学びの予習・復習を行う。
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)	金曜日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	応用体育水泳(秋)
科目番号	2217233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	山川 啓介
授業概要	着衣泳, 救助法, スカーリング, 立ち泳ぎなどを習得し, 自己保全能力を高めるとともに, カヤックや飛板飛込を体験し, 生涯スポーツとしてアクアティックスポーツを安全に楽しむ能力を培う。
備考	男女別要素(ウェア) 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
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、心身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) 水泳の基本知識を学び、実戦への興味・関心を高める (5) アクアティックスポーツを幅広く体験し、生涯スポーツとして安全に楽しむ能力を培う
授業計画	第1週 10分間泳, スロースイム、飛板飛込 第2週 10分間泳, スカーリング, 立ち泳ぎ、横泳ぎ 第3週 10分間泳, 救助法 第4週 10分間泳, 着衣泳 第5週 10分間泳, カヤック 第6週 10分間泳, カヤック 第7週 10分間泳, 水球: 基本スキル 第8週 10分間泳, 水球: ゲーム 第9週 10分間泳, 水球: ゲーム 第10週 講義 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	授業時に必要に応じて紹介する。
オフィスアワー等(連絡先含む)	E-mail: yamakawa.keisuke.gm@u.tsukuba.ac.jp
その他(受講生にのぞ	水着、スイムキャップおよびゴーグルを着用のこと。泳力に自信のない人も受講でき

むことや受講上の注意 点等)	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)	TA1名配置予定
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(秋)
科目番号	2221253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	金田 健史
授業概要	応用体育(秋)では、応用体育(春)において獲得してきた基礎技能やルールに関する知識を生かして、より実践的なチーム練習と、ゲームにおいて更なる技能向上とチームスポーツとしてのソフトボールへの理解を深める。
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)試合状況に応じて、ボールを送球することができる。 (2)それぞれのポジションでボールを捕球することができる。 (3)投げられたボールを状況に合わせて打つことができる。 (4)仲間と協力し、チーム活動に積極的に参加できる。
授業計画	第1週 よりソフトボールを楽しむために、各チームでの課題練習1(打撃),およびゲーム形式 第2週 よりソフトボールを楽しむために、各チームでの課題練習2(守備),およびゲーム形式 第3週 よりソフトボールを楽しむために、各チームでの課題練習3(打撃),およびゲーム形式 第4週 よりソフトボールを楽しむために、各チームでの課題練習4(守備),およびゲーム形式 第5週 チーム練習(実験場面を意識した打撃),第一回リーグ戦1 第6週 チーム練習(実践場面を意識した守備),第一回リーグ戦2 第7週 チーム練習(実験場面を意識した打撃),第一回リーグ戦3 第8週 チーム練習(実験場面を意識した守備),第二回リーグ戦1 第9週 チーム練習,第二回リーグ戦2 第10週 講義 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	当該授業回においてみられた課題を振り返り、次週に向けた課題を明確にする(復習 1時間程度)
教材・参考文献・配付資料等	1. 吉村正,ベースボールマガジン社,うまくなるソフトボール 2. 功力靖雄,北隆館,図解野球,ソフトボールの教室
オフィスアワー等(連	kaneda.takeshi.gb@u.tsukuba.ac.jp

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)	一年間を通してソフトボールの魅力に触れ、経験の有無や男女による体力差などを考慮しながらソフトボールを楽しむ方法を学び、実践していく。このため、女子ルールなども設ける。経験者にはチームのリーダー的活躍を期待したい。雨天時については別途指示する。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	応用体育卓球(秋)
科目番号	2222213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	野中 由紀
授業概要	スポーツ活動に関する知識を深め、様々な種目通ずる技術を理解した上で、ゲームや技術練習を応用的に行い、スポーツに関する自由な発想を育てる。
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)卓球の競技特性について理解し、運用できる。 (2)仲間とコミュニケーションを取り、円滑に課題をクリアできる。 (3)集団全体の動きを把握し、主体的に行動できる力を身に付ける。 (4)対人競技を通して、相手や仲間のことを考え、スポーツマンシップについて学ぶ。 (5)運動機会を得るための、簡単なスポーツレクリエーション等の企画、運営ができる。
授業計画	プロスポーツの選手経験を有する教員が、その経験を踏まえ、実技を指導する。 第1週 卓球の競技特性の理解と応用(復習) 第2週 卓球の競技特性の理解と応用(切り返し) 第3週 卓球の競技特性の理解と応用(移動を伴うフットワーク、切り返し) 第4週 卓球の競技特性の理解と応用(移動を伴うフットワーク、3点動作) 第5週 応用的な技術への理解(ボールの回転方向:上回転) 第6週 応用的な技術への理解(ボールの回転方向:下回転) 第7週 応用的な技術への理解(サービス) 第8週 集団に応じたゲームの設定法 第9週 講義 第10週 生涯スポーツとしての卓球への理解 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。 nonaka.yuki.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)	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。

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	応用体育ダンス(秋)
科目番号	2223253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	米澤 麻佑子
授業概要	動きの探究や作品創作に挑戦し、身体の様々な可能性を発見するとともに、自己を表現する力を高める。
備考	男女別要素(接触) 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)ダンスの基礎的な身体の使い方を学び、様々な音楽によって体を動かす楽しさを知る。 (2)健康・体力づくりの方法を理解し、継続して体を動かす習慣を身につける。
授業計画	第1週 ストレッチ 第2週 様々なリズムのダンス 第3週 リズムダンス 基礎 第4週 リズムダンス 応用 第5週 動きの創造 第6週 動きの創造 発展 第7週 作品創作(1) 第8週 作品創作(2) 第9週 講義 第10週 ダンス発表 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)	yonezawamayuko@gmail.com
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	応用体育テニス(秋)
科目番号	2225273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	前澤 かおる
授業概要	テニスのルールやマナー、基礎的な技術など、生涯スポーツとしてテニスを楽しむための知識や技能を総合的に学ぶ。主に、ダブルスのプレーを中心に扱うこととする。
備考	男女別要素(特別ルール・ペア/チーム分け) G科目 対面 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)テニスの施設・用具の特性やマナーを学び、楽しく安全にプレーできる。 (2)テニスの戦術を学び、試合の中で実践することができる。 (3)テニスの練習方法を自ら考案し、仲間とプレーすることができる。 (3)テニスを楽しむために、安定したサーブを打つことができる。
授業計画	第1週 テニスのルール・マナーの復習、基本的な動作やショットの復習 第2週 サーブの多様な練習法 第3週 ペアで練習内容の考案と実践 第4週 応用的なショット(アプローチ) 第5週 応用的なショット(ポーチ) 第6週 応用的なショット(スマッシュ) 第7週 応用的なショットを活用したダブルスの戦術 第8週 練習内容の考案と実践 第9週 グループで練習内容の考案と実践 第10週 ダブルスの試合、模擬トーナメント 第11週 スキルテスト
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	技術習得にはイメージを得ることも重要であるので、メディアなどでテニスに触れることが望ましい。
教材・参考文献・配付資料等	附属図書館で閲覧可能なテニスに関する雑誌・図書等 1. BASEBALL MAGAZINE SHA Co. Ltd.,Tennis magazine
オフィスアワー等(連絡先含む)	kaoru9hiyoko9@hotmail.co.jp
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	運動のできる服装およびシューズは持参すること。ラケットの貸出は可能。 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	応用体育トリム運動(秋)
科目番号	2230253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	坂本 昭裕
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。学修内容は健康・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。秋学期では、春学期の状況を踏まえて発展的に授業内容を検討する。昨年度はネイチャーゲームを行った。
備考	1階トリム運動室 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)ネイチャーゲームを通じて身近な自然環境を感じ、気づくことができる。 2)普段使わない感覚器を活用し感受性を高める。 3)仲間の感性に共感できる。 4)自然環境保護について理解する。 5)持続可能性の観点から自然環境を理解し適切に行動できる。
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。履修者の状況に合わせて柔軟に対応します。 第1週 授業概要の説明 第2週 ネイチャーゲーム(1):マイツリー(触覚に開かれる) 第3週 ネイチャーゲーム(2):ネイチャートレイル(仲間と共感する、ゆだねる) 第4週 ネイチャーゲーム(3):カモフラージュ(色と視覚について理解する) 第5週 ネイチャーゲーム(4):大地の窓(自然との一体感を感じる) 第6週 ネイチャーゲーム(5):ネイチャー俳句(季節感を感じる、表現する) 第7週 ネイチャーゲーム(6):ネイチャースケッチ(身近な自然に気づく、表現する) 第8週 ネイチャーゲーム(7):火起こし(温感を感じる、癒しを感じる) 第9週 まとめ・ふりかえり 第10週 講義 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	
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.

オフィスアワー等（連絡先含む）	tsukuba.ac.jp
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。 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，自然体験

授業科目名	応用体育バドミントン(秋)
科目番号	2235213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	谷藤 千香
授業概要	バドミントンの習慣を形成し、自らの意志でバドミントンと係わることの楽しさを学ぶ。
備考	男女別要素(特別ルール・ペア/チーム分け) G科目 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)バドミントンの特性を理解し、適切にプレイできる。 (2)仲間と協力しながら、楽しく安全に活動できる。
授業計画	バドミントンの基礎的技術を習得し、自分自身の能力を最大限活かしたゲームを展開できるようになる。また、クラス全体で楽しい大会運営ができるよう、他者等の関係を学習する。 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。 第1週 各種フラインクの精練 第2週 強打のためのラケット操作、身体操作の学習 第3週 移動を伴ったシャトルのコントロール (1) 第4週 サービスの工夫 第5週 ルールの理解と審判法の学習 第6週 移動を伴ったシャトルのコントロール (2) 第7週 ダブルスにおけるフォーメーションの学習 第8週 試合の運営 (1) 第9週 試合の運営 (2) 第10週 講義 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	毎回授業後3日以内に授業での活動記録レポートを、それぞれmanabaで入力のこと。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	tani fuji@faculty.chiba-u.jp
その他(受講生にのぞむことや受講上の注意点等)	一流プレイヤーの試合等を観戦することを勧める。 屋内用運動靴と運動に適した服装で活動すること。 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	応用体育バレーボール(秋)
科目番号	2236253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	秋山 央
授業概要	バレーボールの各種技術をゲームを通して向上させるとともに、仲間と協力してボールを繋ぎ、チームワークを高める能力を身につける。
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) チーム内の役割を理解して、基本的なコート内の位置取りと動き方を理解する。 (2) サープレシブとディフェンスのフォーメーションを理解する。 (3) 3段攻撃を実施することができる。 (4) 仲間と共にチームワークを高め、楽しくゲームをすることができる。
授業計画	第1週 基礎技術の復習 第2週 基本的なコート内の位置と動き方 第3週 チーム構成とフォーメーション 第4週 リードアップゲーム 第5週 リーグ戦1(チームオーダー) 第6週 リーグ戦2(サーブレシブフォーメーション) 第7週 リーグ戦3(ディフェンスフォーメーション) 第8週 リーグ戦4(チームワーク) 第9週 講義 第10週 リーグ戦5(総括) 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、授業での学びの予習・復習を行う。
教材・参考文献・配付資料等	1. FIVB, Coaches manual, 2011
オフィスアワー等(連絡先含む)	木曜日 14時~16時 akiyama.nakaba.ff@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, チームワーク

授業科目名	応用体育フラッグフットボール(秋)
科目番号	2241233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	松元 剛
授業概要	日本フラッグフットボール協会公式規則に準じたゲームを通して、フラッグフットボールに関する戦術的知識や技能の実践力を高め、ゲームパフォーマンスの向上を目指す。
備考	男女別要素(特別ルール・ペア/チーム分け) G科目 対面 各チームの男女数が均等になるように男女混合チームを作ります。ゲームにおいては特別ルールを設定し、全員が積極的にゲームに関与できるよう工夫を行います。 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)フラッグフットボールの特性を理解し、チーム活動ができる。 (2)フラッグフットボールの公式ルールを理解し、ゲームができる。 (3)フラッグフットボールの基本的な攻撃戦術を理解し、チームの特性に応じてゲーム中に発揮できる。 (4)フラッグフットボールの基本的な守備戦術を理解し、チームの特性に応じてゲーム中に発揮できる。 (5)仲間と協力しながら、楽しく安全にゲームを実施できる。
授業計画	日本フラッグフットボール協会公式規則に準じたゲームを通して、フラッグフットボールに関する戦術的知識や技能の実践力を高め、ゲームパフォーマンスの向上を目指す。 第1週 公式規則の確認とランプレイの立案 第2週 ランプレイ、パスプレイの作戦確認 第3週 守備の作戦立案と確認 第4週 作戦カードを用いた模擬ゲーム 第5週 リーグ戦1、アメリカのスポーツ文化 第6週 リーグ戦2、米国大学フットボールの現状 第7週 リーグ戦3、NFL(プロ・フットボール)の現状 第8週 リーグ戦4、アメリカンフットボールとフラッグフットボール 第9週 講義 第10週 リーグ戦5、米国大学フットボールとボウルゲーム 第11週 予備日
履修条件	特になし
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	毎時の授業について、テーマを設定の下でリフレクションを行い、関連した参考文献やサイト等を参照しながらレポートとしてまとめる。
教材・参考文献・配付資料等	日本フラッグフットボール協会のサイト http://www.japanflag.org/ 授業時の配布資料

教材・参考文献・配付資料等	1. Japan Flag Football Association, http://www.japanflag.org/
オフィスアワー等（連絡先含む）	月曜10:30~11:30 体育科学系B棟 B317 029-853-2680 matsumoto.tsuyosh.fn 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）	筑波大学eラーニング学習管理システムmanabaを用いて、授業時の課題をレポートする。授業中は、安全面を考慮に入れて行動すること。授業の予習・復習については、授業時の課題レポートを通して行うこと。 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	応用体育ボディ・ワーク(秋)
科目番号	2243253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	加藤 敏弘
授業概要	足ほぐし、コアトレーニング、ストレッチング(円柱補助具を含む)、呼吸体操、軸をとらえるためのワーク等を行い、「からだ」に対する知識を深め、他者とコミュニケーションを図りながら、それらの技能の習熟を図る。緊張しこわばってしまった身体を他者とともにほぐし、引き締め、ゆるめ、整えることで、生涯にわたって運動を継続する力を育む。
備考	男女別要素(接触) G科目 対面 男女別要素(接触)ペアワークが苦手な方は単独で行うことができます。ペアの組み方は自由です。3人組になることもあります。 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)自己と他者のからだが相互に影響し合うことに気づくことができる。 (2)軸を整えることでつながりを促進することができる。 (3)仲間と協力しながら、楽しく安全にペアで運動を実施できる。 (4)自分の課題に合った方法で心身を健康に保つ方法を学び、実践できる。
授業計画	毎時間実習記録カードに授業前のからだの具合と今日のねらいを記入し、授業内容とその時の感じと考えたことを記載しながら、授業が展開される。 第1週 行動様式に気づくためのボディ・ワーク 第2週 コミュニケーションを促進するためのボディ・ワーク 第3週 姿勢を整えるためのボディ・ワーク 第4週 呼吸を整えるためのボディ・ワーク 第5週 メンテナンスのためのボディ・ワーク(スポーツマッサージ) 第6週 筋力アップのためのボディ・ワーク 第7週 軸をとらえるためのボディ・ワーク 第8週 他者と共振するためのボディ・ワーク 第9週 課題を確認し、自分らしく課題を解決するためのボディ・ワーク 第10週 講義 第11週 予備日 授業終了前に授業後のからだの具合と変化を記入し、ペアから一言もらい振り返りを行う。
履修条件	運動が苦手な方や身体に不安を感じている方、運動をやりすぎて身体を痛めつけてしまった方、競技で躓きを感じている方を主な対象としています。
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	授業で学んだボディ・ワークを日常生活に取り入れた状況について、翌週の授業日までmanabaの小テスト機能を使って入力する。

方法	
教材・参考文献・配付資料等	授業中に必要な資料を配付するので、それを閲覧しながら実施する。
オフィスアワー等（連絡先含む）	連絡先:toshihiro.kato.bsk@vc.ibaraki.ac.jp(茨城大学)
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。 かならず運動のできる運動着に着替え、運動後にも更衣すること。汗を拭うタオルと口元を拭くタオルの2つを用意すること。授
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	応用体育リフレッシュ体操(秋)
科目番号	2248253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋AB 木2
担当教員	長谷川 聖修
授業概要	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、これまでに体験したことのない異次元の動き通じて、心身をリフレッシュすること。
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)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	Gボール運動に関しては、NPO法人日本Gボール協会にて指導者養成の講師を担当する教員がその経験を活かして授業を実施する。 第1週 ストレッチ・からだほぐし 第2週 Gボール運動の特性,用具に慣れる 第3週 バランス運動(自分のからだの重心探し) 第4週 パウンド運動(リズムに乗って弾んでみよう) 第5週 ローリング運動(スーパーマンになってみよう) 第6週 ラート運動の特性,用具に慣れる 第7週 基本回転1(逆さま世界を味わおう) 第8週 基本回転2(逆さま世界を味わおう) 第9週 講義 第10週 側方回転(宇宙遊泳を楽しもう) 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	毎回の授業において日常生活で実践可能な運動プログラムを提示する。その記録レポートについて翌週授業の前日正午までに、manabaで入力のこと。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等(連絡先含む)	オフィスアワーは特に設けていない。まずはメール等で連絡のこと。 hasegawa.kiyonao.fu@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