

授業科目名	発展体育サッカー (春)
科目番号	2313303
単位数	0.5 単位
標準履修年次	3 年次
時間割	春 AB 月 3
担当教員	小井土 正亮
授業概要	サッカーというスポーツの特性 (足でボールを扱う不安定さ、ミスが起きる頻度の高さ、状況の変化の連続など) を理解しつつ、よりゲームを楽しむために必要な技術・戦術の習得を目指す。
備考	実務経験教員 対面 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 短期留学生在が受講を希望する際は、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こと また原則先着順で 2~3 名までとします。
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)	自己を成長させ続ける力を習得し、より豊かなスポーツライフを形成する。 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	第 1 週授業内容の説明、導入 第 2 週パス&コントロール 1 2 人組 第 3 週パス&コントロール 2 3 人組 第 4 週ボールポゼッション (サポート) 第 5 週シュート (相手との駆け引き) 第 6 週フットサル 第 7 週ゲーム (グループ、チーム戦術) 第 8 週ゲーム (リーグ戦 1) 第 9 週ゲーム (リーグ戦 2) 第 10 週ゲーム (順位決定戦)
履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35% 技能および知識・理解の評価基準を授業時間内で提示し、解説・講評する 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
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（連絡先含む）	<p>体育科学系棟 B206</p> <p>水曜 10:00-11:00</p> <p>koido.masaaki.gu@u.tsukuba.ac.jp</p> <p>水曜日 10 時~11 時 koido.masaaki.gu 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>人工芝のサッカー場を使用するため、シューズ (凸凹があるものが望ましい) を別に用意すること</p> <p>レポート等の作成に際して生成 AI を用いる場合には、「教育における生成 AI 活用のガイドライン (学生向け)」を参照し、適切に活用してください。</p>
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	スポーツライフ, 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	発展体育ソフトボール(春)
科目番号	2321303
単位数	0.5 単位
標準履修年次	3 年次
時間割	春 AB 月 3
担当教員	木内 敦詞
授業概要	ソフトボールにおける安心安全と技能上達を、共生協働の実践を通して目指す。さらに、これらの活動を自己成長の機会として捉える視点を養う。授業は、受講者の技能や体力の多様性に応じて、使用球やルールを柔軟に調整して編成する。評価は技能や体力の優劣によって行わない。
備考	対面 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)	(1) 自己を成長させ続ける力を習得し、より豊かなスポーツライフを形成する。 (2) 誰もが安心して試行錯誤し互恵的に技能上達する班/チーム/クラスになる。 (3) 自身の心身の状態を踏まえて授業出席の可否を判断できる。 (4) 他者の多様性を踏まえた関わり方を説明できる。 (5) 活動の安全上のリスクを指摘・言語化できる。 (6) 授業活動を教育的視点から振り返り、改善点を述べられる。
授業計画	第 1 週 授業設計の理解、アイスブレイク、捕球・送球・打球の基本 第 2 週 捕送打のドリルとルール理解ミニゲームの基礎 第 3 週 捕送打のドリルとルール理解ミニゲームの応用 第 4 週 捕送打のドリルとルール理解ミニゲームの発展 第 5 週 塁間転送ドリルと制約主導型ゲームの基礎 第 6 週 塁間転送ドリルと制約主導型ゲームの応用 第 7 週 塁間転送ドリルと制約主導型ゲームの発展 第 8 週 内外野の連携ノックと公式戦の基礎 第 9 週 内外野の連携ノックと公式戦の応用 第 10 週 内外野の連携ノックと公式戦の発展
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。熱中症予防の観点から、帽子着用と飲み物持参を強く推奨する。安全管理上、長い爪での受講は認めない。
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35%。技能および知識・理解の評価基準を授業時間内で提示し、解説・講評する。本授業では技能点を活動点として評価する。
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	毎回授業の翌日 15 時まで、「授業当日のコンディション」と「授業内活動の省察」を manaba にてレポート提出のこと。また、ベースボール型競技(ソフトボールおよび野球)のルールや練習に関する動画視聴課題にも取り組むこと。
教材・参考文献・配付資料等	初歩的ルール理解の及ばぬ受講者は、以下に示す 2 冊目の図書の内容を理解の上、初回授業に出席されたい。 1. 川村 卓, 投げる捕る打つ野球解析図鑑、イースト・プレス ISBN-13: 9784781621340 2. 中野良一、木谷友亮, これさえ読めばだいたいわかる: 野球のルール超初級編、ベースボールマガジン社 ISBN-13: 8784583115382

オフィスアワー等（連絡先含む）	特に定めないが、事前にメールで連絡のこと。kiuchi.atsushi.fw@u.tsukuba.ac.jp kiuchi.atsushi.fw 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。レポート等の作成に際して生成 AI を用いる場合には、「教育における生成 AI 活用のガイドライン (学生向け) 筑波大学」を参照し、適切に活用すること。授業実施場所は主に野球場とするが、北東に隣接の多目的グラウンドも併用する。雨天時の室内練習場での授業に備えて、外履とは別の館内シューズを準備のこと。
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)	TA 配置あり (1 人)
キーワード	自己啓発力, スポーツライフ, スポーツ文化, 倫理観, スポーツマンシップ, チームワーク, 安心安全, 共生/協働/互惠, 上達/成長

授業科目名	発展体育ダンス(春)
科目番号	2323303
単位数	0.5 単位
標準履修年次	3 年次
時間割	春 AB 月 3
担当教員	岡子 美和
授業概要	多様なダンスに挑戦し、その動きを理解して技術の向上を目指す。さらに、個々の自己表現力と感性を磨き、生涯においてダンスを通して豊かな生活を送るための実践力を養う。
備考	対面 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)	☆自己を成長させ続ける力を習得し、より豊かなスポーツライフを形成する。 (1) 音楽合わせて連続した数種類のステップを踊ることができるようになる。 (2) パートナーやグループのメンバーとタイミング話合わせて踊ることができるようになる。 (3) 仲間と協力しながら楽しく踊ることができるようになる。 (4) ダンスを通して心身を健康に保つ方法を学び、実践できるようになる。
授業計画	第1週オリエンテーション 身体ほぐし 第2週リズムダンス: 基本のステップ(サイドステップ, ボックスステップ, ウォーキングのステップ)の練習 第3週リズムダンス: 基本のステップ、キック、ターンなどの足を使ったステップの練習 第4週リズムダンス 上半身の動き: の練習、上半身の動きとステップと合わせて踊る練習、2人組で動きを合わせて踊る練習 第5週実技テスト1(リズムダンス) 第6週アイソレーションの練習(体の各部位のコントロールを学ぶ) ジャズダンス: 基本的な身体の操作方法の練習、ステップなど組み合わせて踊る練習 第7週ジャズダンス: 基本的な身体の操作方法の練習、ステップ・ターンの練習 第8週ジャズダンス: グループ作品の練習、オリジナルの振りや隊形を創作して踊る練習 第9週実技テスト2(ジャズダンス) 第10週阿波おどり: 女踊り、男踊りをそれぞれ練習、蓮を作り群舞の構成を工夫して踊る 実技テスト3(阿波おどり: 群舞)

履修条件	
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35% 技能および知識・理解の評価基準を授業時間内で提示し、解説・講評する。
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	資料の配布やビデオ視聴など適宜行う。
オフィスアワー等（連絡先含む）	zushi.miwa.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）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・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。</li> <li>・レポート等の作成に際して生成 AI を用いる場合には、「教育における生成 AI 活用のガイドライン (学生向け)」を参照し、適切に活用すること。</li> </ul>
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	スポーツライフ, 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	発展体育テニス(春)
科目番号	2325303
単位数	0.5 単位
標準履修年次	3 年次
時間割	春 AB 月 3
担当教員	三橋 大輔
授業概要	テニスの基礎的な技術、戦術を習得しダブルスおよびシングルのプレーができるようにする。加えてルールやマナー、テニスの歴史を学び生涯スポーツとしてテニスを楽しむ能力を身につける。
備考	テニスシューズがあれば着用すること。なければ運動できる靴(革靴やサンダルは危険なので不可)を着用すること。 実務経験教員 対面 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)	自己を成長させ続ける力を習得し、より豊かなスポーツライフを形成する。 (1) ラケットとボールの関係性を学ぶ (2) テニスで「遊べる」ようになる
授業計画	第1週 授業内容の説明、導入 第2週 ラケットとボールの感覚をつかむ 第3週 屋内体力測定 第4週 屋外体力測定 第5週 フォアハンドストローク、簡易ゲーム 第6週 バックハンドストローク、ダブルスゲーム(ベースライン平行陣) 第7週 ボレー、ダブルスゲーム(ベースライン平行陣) 第8週 ダブルスのマナー 第9週 基礎技術の復習、相手を変えてのダブルスゲーム(雁行陣) 第10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% 技能および知識・理解の評価基準を授業時間内で提示し、解説・講評する。
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	
オフィスアワー等(連絡先含む)	mitsuhashi.daisuk.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)	テニスシューズがあれば着用すること。なければ運動できる靴(革靴やサンダルは危険なので不可)を着用すること。 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。 レポート等の作成に際して生成AIを用いる場合には、「教育における生成AI活用のガイドライン(学生向け)」を参照し、適切に活用してください。
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	自己啓発力, スポーツライフ, 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	発展体育トリム運動(春)
科目番号	2330303
単位数	0.5 単位
標準履修年次	3 年次
時間割	春 AB 月 3
担当教員	福田 崇
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。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディションを考慮して体力トレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。
備考	実務経験教員 対面 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・自立性」に関連する
授業の到達目標（学修成果）	自己を成長させ続ける力を習得し、より豊かなスポーツライフを形成する  (1) 自己のハンディキャップを理解して、できる運動を実践する (2) 他者のハンディキャップを理解して、協働して運動を実践する (3) 身体活動やスポーツを通して自己の生活が豊かになることを理解する (4) 他者とのコミュニケーションを図り、身体活動を楽しむ
授業計画	授業内容は受講生の心身のコンディションを考慮して変更することがある。また、天候や気候などによって変更もありうる。 第 1 週 授業内容の説明・導入 第 2 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 3 週 フライングディスクに関する基礎知識(ルール、練習・試合) 第 4 週 屋外体力測定 第 5 週 バックハンドスロー(正確なコントロール) 第 6 週 バックハンドスロー(距離をのばす) 第 7 週 フライングディスクのミニゲーム 第 8 週 フライングディスクのゲーム 1(個人リーグ戦) 第 9 週 フライングディスクのゲーム 2(団体リーグ戦) 第 10 週 フライングディスクのゲーム 3(団体トーナメント戦)
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% 技能および知識・理解の評価基準を授業時間内で提示し、解説・講評する。
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	日常生活の中で歩くことを意識する。週に 2 回 20 分程度のウォーキングを行う。自身の健康について気づいた点をメモをして授業時に発表する。

教材・参考文献・配付資料等	特になし、必要に応じて、授業時に資料を配布する。
オフィスアワー等（連絡先含む）	特に設定をしていません。メールで連絡をして下さい。 fukuda.takashi.gm 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）	カナダ障害者バレーボールナショナルチーム・アスレティックセラピストや国立スポーツ科学センター・現トレーニング指導員の経験を生かした誰もが身体活動を楽しめる体育授業を目指す。 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。 レポート等の作成に際して生成AIを用いる場合には、「教育における生成AI活用のガイドライン(学生向け)」を参照し、適切に活用してください。
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)	TA 配置あり(1人)
キーワード	スポーツライフ, 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	発展体育フラッグフットボール(春)
科目番号	2341303
単位数	1.0 単位
標準履修年次	3 年次
時間割	春 AB 月 3; 夏季休業中 集中
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大会への参加を目指し、チーム・マネージメントについて実践的に学修する。
備考	集中講義と併せて 1 単位とする 実務経験教員 対面 男女別要素(特別ルール・ペア/チーム分け) G 科目 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)	☆自己を成長させ続ける力を習得し、より豊かなスポーツライフを形成する。 (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	日本学生代表や学生チームの指導経験を活かして授業を実施する。 日本フラッグフットボール協会公式規則に準じたフラッグフットボール大会への参加を目指し、チーム・マネージメントについて実践的に学習する。 第 1 週授業概要説明とフラッグフットボールの理解 担当: 松元 剛 第 2 週公式規則の確認と攻撃用作戦の立案 担当: 松元 剛 第 3 週攻撃パス作戦の確認と修正 担当: 松元 剛 第 4 週攻撃ラン作戦の確認と修正 担当: 松元 剛 第 5 週攻撃フォーメーションの理解 ツインとスロットの違い 担当: 松元 剛 第 6 週守備用作戦の確認 担当: 松元 剛 第 7 週審判法の確認と模擬ゲーム 担当: 松元 剛 第 8 週リーグ戦: ランオフフェンスからの攻撃 担当: 松元 剛 第 9 週リーグ戦: パスオフフェンスからの攻撃 担当: 松元 剛 第 10 週リーグ戦: ランパスオプションからの攻撃 担当: 松元 剛 春学期中の週末等にて、3 日間の集中授業を実施する。 日程は、1 時間目の授業内で受講生と相談の上、決定する。 場所は学内にて実施し、例えば、フラッグフットボールの大会に参加し、他チームとの交流を行う。
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% 技能および知識・理解の評価基準を授業時間内で提示し、解説・講評する。
学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	授業での学びを manaba でレポートする。
教材・参考文献・配付資料等	日本フラグフットボール協会のサイト <a href="http://www.japanflag.org/">http://www.japanflag.org/</a> 1. 日本フラグフットボール協会, <a href="http://www.japanflag.org/">http://www.japanflag.org/</a>
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 / 体育科学系 B 棟 B317 029-853-2680 / 体育科学系 B 棟 B317 029-853-2680 matsumoto.tsuyosh.fn at u.tsukuba.ac.jp <a href="http://www.go-matsugen.jp/">http://www.go-matsugen.jp/</a>
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。 レポート等の作成に際して生成 AI を用いる場合には、「教育における生成 AI 活用のガイドライン (学生向け)」を参照し、適切に活用してください。
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	自己啓発力, スポーツライフ, 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	発展体育トラック&フィールド(春)
科目番号	2352303
単位数	0.5 単位
標準履修年次	3 年次
時間割	春 AB 月 3
担当教員	谷川 聡
授業概要	槍投げや円盤投げなど、高校までの授業では体験しない種目を積極的に行う。実技を中心に行うが、ルールや歴史、競技者の心理等についての講義も随時行う。
備考	実務経験教員 対面 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)	自己を成長させ続ける力を習得し、より豊かなスポーツライフを形成する (1) 自分の健康や体力を知り、身心の体調管理、生活に生かすことができる (2) 走・跳・投の身体を動かす楽しさを知り、各運動に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	ヒトの基本的な走る・跳ぶ・投げるを科学的視点から見直して、実践する。日常生活における身体活動を見直し、生涯スポーツのを考え直す。 また、一流競技選手のパフォーマンスの観戦方法をまなび、見る・する・支えるの三つの立場から捉えてスポーツの価値について考える。 第1週 授業ガイダンス 第2週 ジョグ&ウォーク 第3週 ジョギング 第4週 屋外体力測定 第5週 エアロビックエクササイズ 第6週 各種ステップ運動 第7週 ランニングとスプリントの理論 第8週 スプリントの理論と実践 第9週 陸上競技観戦法 1 第10週 陸上競技観戦法 2
履修条件	動きやすい服装(ジャージなど; ジーパンやチノパンでは出席できない)、腕時計(秒がわかるもの・各自)
成績評価方法	技能 35%、知識・理解 30%、態度・意欲 35% 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。 技能および知識・理解の評価基準を授業時間内で提示し、解説・講評する。

学修時間の割り当て及び授業外における学修方法	授業ごとに毎週の運動記録を提出させる
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等（連絡先含む）	tanigawa.satoru.gb@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）	運動が得意か得意でないかは問いません。 陸上競技・ヒトの動作のうんちくを語りたい人は是非どうぞ。ジャージや運動靴を用いること（ジーパンや革靴は不可） レポート等の作成に際して生成 AI を用いる場合には、「教育における生成 AI 活用のガイドライン (学生向け)」を参照し、適切に活用してください。
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	自己啓発力, スポーツライフ, スポーツ文化, 倫理観, スポーツマンシップ, チームワーク