

授業科目名	応用体育器械運動 (秋)
科目番号	2208233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 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、「動きのコントロール」をテーマに、各自の能力にあった技能の習得と運動の理解を目指す。
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演技ができる。(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	器械運動に関しては、体操競技における日本代表コーチ経験者である教員がその技能・知識を活かして授業を実施する。 第1週トランポリン (基礎技能チェック) 第2週トランポリン (基礎技の組み合わせ) 第3週トランポリン (発展技の組み合わせ) 第4週トランポリン (基礎技の連続) 第5週トランポリン (発展技の連続) 第6週トランポリン (高度な技の連続) 第7週トランポリン (基礎技で構成された演技) 第8週トランポリン (発展技で構成された演技) 第9週トランポリン (高度な技で構成された演技) および講義 第10週トランポリン (演技) 確認テスト (実技) とフィードバック
履修条件	特になし。
成績評価方法	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	1 週間の健康観察と運動体験を記録し、レポートにまとめることで、授業における学修内容の予習・復習を行う。
教材・参考文献・配付資料等	適宜指示する。
オフィスアワー等 (連絡先含む)	随時。メールにて対応する。 kanaya.mariko.fp 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。 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	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 (秋)
科目番号	2212213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
担当教員	白木 仁
授業概要	ゴルフの基本技術を発展させ、ミニコースの実践を通してルール、マナー、パートナーシップ、スポーツマンシップを習得する。また、秋学期中には、近郊ゴルフコースにてコース実習を行う。
備考	経費 打撃場約¥ 1,300 コース約¥ 4,000 対面 G 科目 クラブは、身長に合わせたクラブを選択する
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) ゴルフの基本動作 (グリップ、アドレス) を正確に行える。7 番アイアンによるスイングが実践できる。</p> <p>(2) 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>(3) 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>(4) ピッチングウェッジを用いて 10 ヤードから 20 ヤードのアプローチショットが実践できる。</p> <p>(5) ピッチングウェッジを用いて 30 ヤードのアプローチショットが実践できる。</p> <p>(6) パターを用いて 1 メートルから 3 メートルの距離を打ち分けることができる。</p> <p>(7) ピッチングウェッジを用いてミニコースをラウンドできる。</p> <p>(8) 近郊練習場にて、7 番アイアン、ピッチングウェッジを用いて飛距離の打ち分けができる。</p> <p>(9) ゴルフコースにて、7 番アイアン、ピッチングウェッジ、パターを用いてラウンドできる。</p> <p>(10) 講義を通して、生涯スポーツの意義を理解する。</p>

授業計画	<p>第1週 7番アイアンを用いて、スイングの基本(アドレス)の復習とフルスイングの確認</p> <p>第2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3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4週 ピッチングウェッジを用いて 10 ヤードから 20 ヤードのアプローチスイングの実践</p> <p>第5週 ピッチングウェッジを用いて 30 ヤードのアプローチスイングの実践</p> <p>第6週 パターを用いて 1メートルから 3メートルの距離の打ち分けの実践</p> <p>第7週 ピッチングウェッジを用いてミニコースのラウンド実践</p> <p>第8週 近郊練習場にて、7番アイアン、ピッチングウェッジを用いて飛距離の打ち分け実践</p> <p>第9週 ゴルフコースにて、7番アイアン、ピッチングウェッジ、パターを用いてラウンド実践</p> <p>第10週 講義</p>
履修条件	
成績評価方法	<p>1 技能 35% 2 知識・理解 30% 3 態度・意欲 35%</p> <p>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。</p>
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	<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>shiraki.hitoshi.fw@u.tsukuba.ac.jp</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)	<p>クラブは、身長に合わせたクラブを選択してもらおう。</p> <p>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。近郊練習場での打撃練習時に費用が約¥1,300、ゴルフコースでの実習費用が約¥4,000 かかります。</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	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 (秋)
科目番号	2213213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
担当教員	小井土 正亮
授業概要	ボールそのものを扱う技術に加え、ボールを持たない時の動きを理解することで、ゲーム中の相手との駆け引きを楽しめる能力を養うことを目指す。
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)	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 週基礎技術 1(ボールを止める、蹴る) 第 2 週基礎技術 2 (ボールを止める、蹴る、運ぶ) 第 3 週グループ戦術 1(ボールポゼッション) 第 4 週グループ戦術 2(突破) 第 5 週グループ戦術 3(仲間との協力、シュート) 第 6 週チーム戦術 1(オフサイドの理解、フォーメーション) 第 7 週チーム戦術 2(リーグ戦) 第 8 週チーム戦術 3(リーグ戦) 第 9 週チーム戦術 4(リーグ戦) 第 10 週講義
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 水曜 10:00-11:00 koido.masaaki.gu@u.tsukuba.ac.jp 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>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。 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	

授業科目名	応用体育柔道 (秋)
科目番号	2215253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
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	I 対面 男女別要素 (接触) 男女別要素 (その他) G 科目 道着の下に T シャツ着用可。アクセサリ等の装飾品は外す。
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)	☆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	受身を基礎として、安全に配慮しながら各技の特徴や構造を理解し、段階的に乱取を行う。 第 1 週既習技の復習 受身およびこれまでに学んだ技の確認と安全配慮 第 2 週受身の復習 膝車の習熟 抑込技および安全に配慮した乱取 第 3 週足技の習熟 足技を中心とした乱取 絞技および安全に配慮した乱取 第 4 週腰技の基本構造 絞技の安全に配慮した乱取 第 5 週腰技の習熟 関節技および導入と乱取 第 6 週手技の基本構造 関節技の実践と安全配慮 第 7 週手技の習熟 乱取 (立ち技・寝技) 第 8 週柔道の基本的なルールを理解 ルールを意識した乱取 (立ち技・寝技) 第 9 週講義 第 10 週授業内容のまとめ 確認テスト
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	健康観察記録を継続して行うとともに、授業内で示したポイントおよび授業に関連して提示する教材を踏まえ、予習・復習を行い、理解を深める。
教材・参考文献・配付資料等	

オフィスアワー等（連絡先含む）	hiraoka.hikaru.gb 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)」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)	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	応用体育ソフトボール (秋)
科目番号	2221213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
担当教員	奈良 隆章
授業概要	ソフトボールの技術構造や戦術について理解を深め、作戦や状況に応じた実践的な技能を高める。また、チーム練習やリーグ戦を通して仲間との協調性やリーダーシップを身につける。
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)	☆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発揮できる (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、ダブルプレー 第 2 週野手間フライ、練習試合 1 第 3 週ランダウンプレー、練習試合 2 第 4 週ピッチング、練習試合 3 第 5 週打撃練習、練習試合 4 第 6 週リーグ戦 1 第 7 週内野バックホーム、リーグ戦 2 第 8 週チーム練習、リーグ戦 3 第 9 週講義 第 10 週プレーオフ
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	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 以上の者となります。 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	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	2223233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
担当教員	平山 素子
授業概要	「身体を使う・創造する」段階では、様々なジャンルのダンスにチャレンジすることでダンス文化の多様性や、現代性を再認識する。さらに、自らの身体を使ってオリジナルのダンス作品を制作し、身体から発信される多彩な表現世界を楽しむ。
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)	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。 (4) 心身を健康に保つ方法を学び、実践できる。
授業計画	「身体を使う・創造する」をキーワードに多様なダンス時ジャンルを体験し、創造へと向かう 第 1 週リセットボディプログラム ストレッチポールを使った様々な身体調整法を体験する 第 2 週マイケル・ジャクソン 「スリラー」を題材に伝説となったダンス文化の流行を体験する 第 3 週バレエ 西洋の舞踊文化の体験する 第 4 週モダンダンス 発祥から現在に至る歴史を学びながら、自らの身体で自由な創造を体験する 第 5 週ジャズ 劇場型の洗練された振付スタイルを体験する 第 6 週グループ創作 1 自らのイメージを身体を通して発信する準備 第 7 週グループ創作 2 他者とのイメージの共有、マネージメントなどを体験しながら、作品作りに向かう 第 8 週グループ創作 3 アイデアを巡らせながら、仲間と協力して作品を完成形に近づける 第 9 週発表会 実演と鑑賞をセットに、改めて舞踊文化の多様性を学ぶ 第 10 週講義
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）	hirayama.motoko.fp at u.tsukuba.ac.jp hirayama.motoko.fp@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	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	2225253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
担当教員	三橋 大輔
授業概要	スピンサーブを含む発展的技術や戦術などについて学ぶ。
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)	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) 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 週基礎技術の復習 第 2 週スピンサーブの導入、チャンピオンゲーム 第 3 週スピンサーブの練習、チャンピオンゲーム 第 4 週レベル別ダブルス 第 5 週レベル別の 1 セットマッチダブルス 第 6 週 1 セットマッチダブルス 第 7 週ダブルスのルール 第 8 週ダブルスのマナー 第 9 週パートナーを変えてのチャンピオンゲーム 第 10 週技術の総復習、チャンピオンゲーム 第 11 週スキルテスト 第 12 週 第 13 週 第 14 週 第 15 週 第 16 週 第 17 週 第 18 週 第 19 週 第 20 週 第 21 週 第 22 週
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	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	2230213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 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）	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) 自己で普段よりできる運動を積極的に行う (4) 多くのスポーツを見る
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 グランドゴルフに関する基礎知識 (歴史、ルール他) 第 2 週 クラブの持ち方、ボールの打ち方 第 3 週 ボールのコントロール 1(距離) 第 4 週 ボールのコントロール 2(コントロール) 第 5 週 様々な障害物からのアプローチ 第 6 週 ミニゲーム 1(個人戦) 第 7 週 ミニゲーム 2(団体戦) 第 8 週 グランドゴルフ大会 1(個人戦) 第 9 週 講義 第 10 週 グランドゴルフ大会 2(団体戦)
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 15 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	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	2236233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
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	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)	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) サーブレシー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(サーブレシー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(統括)
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。 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	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 (秋)
科目番号	2237213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
担当教員	榎 浩輔
授業概要	ゲームの理解、グループ・チーム戦術の習得によって、チームの中での個々の役割について考え、チームスポーツを楽しむ能力を養う。
備考	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 詳細後日周知
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週チーム決め、基礎スキル (ボールコントロール、パス、ドリブル) の復習、ゲーム 第2週基礎スキル (ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、グループのディフェンスタクティク (インターセプト)、オープンディフェンスの紹介、ゲーム 第3週基礎スキル (ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、アタックポジション解説、ウィングシュートテクニック、ゲーム 第4週基礎スキル (ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、グループのディフェンスタクティク (スイッチ)、ゾーンディフェンスの紹介、ゲーム 第5週基礎スキル (ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、グループのディフェンスタクティク (数的少数状況)、ゾーンディフェンスの紹介、ゲーム 第6週基礎スキル (ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、アタックテクニック (パラレル)、ゲーム 第7週基礎スキル (ボールコントロール、パス、ドリブル、シュート、フェイント)、ピボットプレーヤーの基礎的なスキルとタクティク、ゲーム 第8週リーグ戦における戦い方 第9週リーグ戦における戦い方 第10週2年生講義
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	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	ハンドボール大事典：国際ハンドボール連盟公式コーチング教本 Playing handball : a comprehensive study of the game
オフィスアワー等（連絡先含む）	s2430482@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。 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。
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	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(秋)
科目番号	2240233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
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	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) 各種トレーニング機器の特性を理解し、適切に利用できる。 (2) 自らトレーニング計画を立て、実施結果を評価できる。 (3) フィットネス・トレーニング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	※スケートの日本代表監督・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 1RM 測定 2 第2週 秋学期トレーニング計画の作成 第3週 秋学期トレーニング計画の実施(導入) 第4週 秋学期トレーニング計画の実施(維持) 第5週 秋学期トレーニング計画の中間評価と見直し 第6週 秋学期トレーニング計画の実施(修正) 第7週 秋学期トレーニング計画の実施(発展) 第8週 1RM 測定 3 第9週 講義 第10週 秋学期トレーニング計画の最終評価
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%。 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	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	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 (秋)
科目番号	2245253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 水 3
担当教員	
授業概要	秋学期の授業では、キャンプのための技術 (火おこし、野外炊事 (昼食づくり)、ロープワーク、タープテント設営等) について実践的に学修し、実際にデイキャンプを体験する。日程は、11 月 22 日 (日) 午前を予定している。したがって、授業時数については、調整する。
備考	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)	☆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) 野外運動・キャンプの理解を深める。 2) 野外運動・キャンプの技術を修得する (ロープワーク・火起こし、野外炊事など)。 3) 野外運動・キャンプを通じて自然環境の価値について考えることができる。 4) 野外運動・キャンプ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 第 2 週キャンプ技術 (1) ロープワーク 第 3 週キャンプ技術 (2) タープテント 第 4 週キャンプ技術 (3) 火おこし 第 5 週キャンプ技術 (4) 湯沸かし 第 6 週キャンプ技術 (5) グループで野外炊事のメニューを考える 第 7 週 Day Camp (集中 11 月 22 日 (土) 8:40~11:25 第 8 週・タープテント設営・野外炊事コンテスト 第 9 週講義 第 10 週確認テスト・フィードバック・振り返り・授業評価
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% により評価を行う。本時の学修目標について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	実技・体験 (90%)、演習 (10%)。授業について感じたこと、考えたことを復習すること。また、翌週の活動内容について Web などを活用して予習すること。
教材・参考文献・配付資料等	1. 日本野外教育研究会編, キャンプテキストその考え方と実践 ISBN-13: 9784764415485
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)	主体的に学び、考え、行動して下さい。 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。 レポートを作成時には、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。生成 AI による提案や回答が必ずしも正確とは限らないため、得られた情報は批判的に評価し、責任をもって内容を精査してください。
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	運動習慣, スポーツ文化, 倫理観, スポーツマンシップ, 調べ学習, 課題解決