

授業科目名	応用体育剣道 (秋)
科目番号	2211213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 金 2
担当教員	鍋山 隆弘
授業概要	剣道具をつけ、相手と駆け引きができる技術を身につけることを目標とし、心身の向上も目指す。
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
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	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 週講義 第 10 週日本剣道形 (太刀の形 1 本目から 7 本目)
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	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、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

Course	Applied Physical Education Kendo
Course No.	2211213
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Takahiro Nabeyama
Course Overview	To wear the Kendo armor or bogu, being able to perform techniques where you strike based on your opponents reaction and to become in sync with your opponent to improve the mind and body.
Remarks	Work Experience faculty face-to-face elements by gender(contact) elements by gender(special rule/pair/team) G-course
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture.
Class Schedule	Kendo teacher who is a former representative of Team Japan that currently holds the highest rank in Kendo, 8th Dan, implements his own experiences to conduct his classes. Week 1History and etiquette of Nihon Kendo Kata Week 2Nihon Kendo Kata (Ippon-me of tachi’ s (long sword) kata)and learning how to hit and receive hits Week 3Nihon Kendo Kata (Nihon-me of tachi’ s kata) Week 4Nihon Kendo Kata (Sanbon-me of tachi’ s kata) Week 5Nihon Kendo Kata (Yonhon-me of tachi’ s kata) Week 6Nihon Kendo Kata (Gohon-me of tachi’ s kata) Week 7Nihon Kendo Kata (Roppon-me of tachi’ s kata) Week 8Nihon Kendo Kata (Nanahon-me of tachi’ s kata) Week 9Lecture Week 10Wrap up of Nihon Kendo Kata (tachi’ s kata from ippon-me to nanahon-me)
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Prepare and review the videos and materials of Nihon Kendo Kata

Textbooks, References, and Supplementary Materials	Kendo Teaching Guidelines, Kendo Workshop Materials
Office Hours and Contact Information	Tuesday 14:00~17:00 nabeyama.takahiro.gn at u.tsukuba.ac.jp
Other (Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	In principle, credit will be granted to students who have attended at least 2/3 of the hours of the class. When using AI to write a report, follow the “(For students) Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship, Etiquette

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	2214213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 金 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	対面 G 科目 短期留学生在が受講を希望する際は、原則初回授業の 7 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)	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) お互いが安心して授業に臨めるよう、用具の取り扱いや自らの行動と生活に十分注意することができる。 (2) スポーツにおける弓矢の安全な使用方法を修得し、身体を用いてそれを表現できるようになる。 (3) チーム間の対戦ゲームにおいて、仲間と相手の存在を尊重し、協力と感謝の気持ちを表す方法を修得できる。 (4) セルフジャッジに臨んでは、所定の規則に基づき、正確な判断・採点をすることができる。 (5) ルールを色々と改変しながら、独自の競技方法や大会運営の仕方など色々と考案できる。
授業計画	秋学期は弓道の初学者を想定した授業である。 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 週弓道場で厳守すべき、安全安心のためのきまりや振る舞い方、道具の選定や取り扱いについて理解する。 第 2 週矢の番え方を修得し、発射の体験する 第 3 週弓道における足踏とは何かを知り、体現する 第 4 週角見のはたらきを理解し、体得をめざす。残心の必要を知る 第 5 週取懸 (馬手=右手の正しい使い方) を習得する 第 6 週弓手=左手の正しい整え方”手の内”を習得する 第 7 週磔 (ゆがけ) 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 週実技の到達度を確認する実技検定を行う 第 10 週講義 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、励まし合いながら学びます。 弓矢を用いた競技を春秋を通じて体験しながら、スポーツにみられる文化的特性が理解できます。

履修条件	殺傷力のある道具を用いるため、自己管理と他者への配慮などを十分に行えること。原則として、今年度の春学期「シューティングスポーツ」の単位取得者に限る。なお、昨年度以前に取得した春学期の単位にプラスし、今年度の本授業を受講する人は担当教員に事前に申し出ること。
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、態度・意欲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	健康観察とともに、授業で指示された課題について予習・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 随時メールにてアポを取った上で来室ください 体育科学系棟 B504 研究室 029-853-2629 saga.hitoshi.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）	アーチェリーまたは弓道を経験したことのある人は未経験者にチャンスを譲って下さい。弓、矢、弦、的などの消耗品の購入代として 500 円徴収します。 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。 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)	なし
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

Course	Applied Physical Education Shooting Sports
Course No.	2214213
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Hitoshi Saga
Course Overview	To know self-condition of physical fitness and mental health with the individual or group activities on Archery and Kyudo (japanese traditional style of bow shooting), and also to accept the various values of sport or its cultural aspects.
Remarks	face-to-face G-course In principle, exchange students who wish to take a class must contact the teacher in charge of the class at least seven days prior to the first class and obtain permission to take the class
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	Establishment of an awareness and knowledge for various physical activities by performing exercise and addressing a concept of sports culture. (1)consider to conduct yourself and to treat the equipment for keeping safty (2)learning how to use bow and arrow as sport (3)respect each other and develop the freindship through the match (4)make fair conduct and judgment in the game (5)create the unique regulation and rules for more enjoyable sport
Class Schedule	This is beginner class for not ever doing Kyudo. Very close distance target from 5m to 10m. In case of rainy, desk work will be held in the indoor room. Week 1Understanding about safety and avoiding risk with using bow and arrow. Choosing bow fitting your fitness. Week 2Understanding the distinguished feature of Kyudo’s bow. Week 3Learning the ”Anchoring”;how to pull bow string. Week 4Learning how to use right hand to pull string different from archery. Week 5Learning the most important how to hold the bow of Kyudo. Week 6Mastering the all step of Kyudo form. Week 7Understanding how to aim target in Kyudo and try it. Week 8Challenge the shooting from formal distance 28m. Week 9Learning how to operate group tournament match(Test) Week 10Lecture on sports activity of lifetime.
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.

Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Health observation records will be made, as well as preparation and review of class work.
Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	16:00-18:00 Friday Office:Inst. Health and PE Sciences Building B room NO.504 saga.hitoshi.fu at u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students)Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately. You need 500 yen for consumable goods using in class.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	physical activity habit, sports culture, ethic, sportsmanship

授業科目名	応用体育柔道 (秋)
科目番号	2215233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 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	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) 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	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

<p>その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）</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。 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>
<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>ティーチングアシスタント (TA):1 名</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</p>

Course	Applied Physical Education Judo
Course No.	2215233
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Hiroaki Hiraoka
Course Overview	understanding the principle of the Judo techniques and learn the martial arts through experience.
Remarks	face-to-face elements by gender(contact) elements by gender(other) G-course Students may wear a T-shirt under the judo uniform. Accessories and other decorative items must be removed.
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	☆ Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture.
Class Schedule	With ukemi as the foundation, students will learn the characteristics and structure of each technique while paying careful attention to safety, and will progressively engage in randori. Week 1Review of previously learned techniques; confirmation of ukemi and techniques learned to date, with attention to safety Week 2Review of ukemi; development of hiza-guruma; osaekomi-waza and randori conducted with attention to safety Week 3Development of ashi-waza; randori focusing on foot techniques; shime-waza and randori with attention to safety Week 4Basic structure of koshi-waza; introduction to kansetsu-waza and randori; practice of shime-waza with attention to safety Week 5Development of koshi-waza; kansetsu-waza and randori conducted with attention to safety Week 6Basic structure of te-waza; kansetsu-waza and randori; practice of kansetsu-waza with attention to safety Week 7Development of te-waza; randori (tachi-waza and ne-waza) Week 8Understanding basic judo rules; randori conducted with awareness of the rules(tachi-waza and ne-waza) Week 9Lecture on sports activity of lifetime Week 10Course summary and review; confirmation test
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Present and explain the criteria for evaluating Skill and knowledge/Attitude during class time, and provide commentary.

Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Students should maintain health observation records and deepen their understanding through preparation and review, using the key points covered in class and related course materials.
Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	hiraoka.hikaru.gb at u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students)Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	Teaching Assistant:1
Course Keywords	communication, physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育ジョグ&ウォーク (秋)
科目番号	2216273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 金 2
担当教員	榎本 靖士
授業概要	ウォーキングとジョギングを科学的理解を中心に、より実践的な経験と知識を習得する。ウォーキングとジョギングのスピード、時間、距離、気候、地面の変化によって環境と自分の相互関係を感じられるようになる。ウォーキングとジョギングを楽しむために必要な健康および体力の状態をマネジメントできるようになる。生活にあったウォーキングやジョギングを主体的に実践する。
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 ランニングシューズが必要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)	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。 長い距離のジョギングができる
授業計画	第 1 週ウォーキングとジョギングの世界 第 2 週ジョギングとウォーキングのコンディショニング 第 3 週スピードを変えたウォーキングとジョギング 第 4 週不整地でのジョギング 第 5 週はだしのウォーキングとジョギング 第 6 週ジョギングとウォーキングの補強運動 第 7 週ジョギングとウォーキングの体力 第 8 週ゆっくり、長いジョギング 第 9 週 2 年生講義 第 10 週まとめ
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	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 / 体育科学系 A 棟 A603 2669 / 体育科学系 A 棟 A603 2669 enomoto.yasushi.ft 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)	ランニングシューズが必要。 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)	TA 配置あり
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

Course	Applied Physical Education Jog and walk
Course No.	2216273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Yasushi Enomoto
Course Overview	You learn advanced physical literacy for jogging and walking based on scientific understanding through the activities in variety of time, distance, and terrain. The goal is set for getting the ability and understanding to jog and walk for yourself subjectively.
Remarks	Work Experience faculty face-to-face elements by gender(contact) elements by gender(special rule/pair/team) G-course Need running shoesIn principle, exchange students who wish to take a class must contact the teacher in charge of the class at least three days prior to the first class and obtain permission to take the class
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. Jog for a long distance
Class Schedule	Week 1Introduction of jogging and walking world Week 2Conditioning for jogging and walking Week 3Change in speed of jogging and walking Week 4Jogging and walking in uneven surface Week 5Jogging and walking on barefoot Week 6Functional movement for jogging and walking Week 7Fitness for jogging and walking Week 8Long slow distance Week 9Lecture on sports activity of lifetime Week 10Review of the course
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Health observation records will be made, as well as preparation and review of class work. Some tasks should be made on Manaba out of class.

Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	enomoto.yasushi.ft at u.tsukuba.ac.jp Need running shoes
Other (Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students) Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	Yes
Course Keywords	communication, physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育水泳 (秋)
科目番号	2217273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 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。特に秋学期は、基本技能の習得や四泳法を楽に速く泳ぐための技術を身につけるとともに、水中安全への理解を深める。
備考	対面 男女別要素 (ウェア) 男女別要素 (接触) G 科目 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)	☆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) 仲間と協力しながら、楽しく水球のゲームが実践できる。 (3) 楽に速く泳げる正しい泳法を実践できる。 (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 週水球 (基本技能、パス、ドリブル) 第 2 週水球 (巻き足、シュート、ポジショニング) 第 3 週水球 (戦術、ミニゲーム) 第 4 週水中安全 第 5 週救助法、着衣泳 第 6 週カヤック (基本技能、操船) 第 7 週カヤック (コントロール、クルーズ) 第 8 週泳法練習、水中映像撮影 第 9 週講義 第 10 週 30 分間泳、授業評価
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)	連絡先: 体育系 B 棟 417(853-2643) tsunokawa.takaaki.ke@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>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。</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>運動習慣, スポーツ文化, 倫理観, スポーツマンシップ</p>

Course	Applied Physical Education Swimming
Course No.	2217273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Takaaki Tsunokawa
Course Overview	Understanding and improving self health and fitness with swimming. Various types of water sports will be achieved, swimming, water polo, diving, skin diving, synchronized swimming, and swim with clothes on.
Remarks	face-to-face elements by gender(wear) elements by gender(contact) G-course In principle, exchange students who wish to take a class must contact the teacher in charge of the class at least three days prior to the first class and obtain permission to take the class
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	☆ Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. (1) Understand the characteristics of underwater environments and basis skills for floating. (2) You can dive in the deep safely. (3) You can enjoy playing water polo with friends. (4) Learn and carry out how to keep your mind and body healthy through swimming.
Class Schedule	Week 1Water Polo 1 (Ball dribble, Pass, Mini game) Week 2Water Polo 2 (Treading water, Shoot, Games) Week 3Water Polo 3 (Tactics of offence and defense, Positioning, Games) Week 4Water safety skill Week 5Life saving Week 6Kayak1 (Basic skill) Week 7Kayak2 (Control, Cruise) Week 8Correction of swimming skill using underwater camera Week 9Lecture on sports activity of lifetime Week 1030-min swimming, Class evaluation
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.

Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Health observation records will be made, as well as preparation and review of class work.
Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	Office Hours: N/A (I don't set up certain office hours, so please let me know in advance if you intend to come and see me.) Location: B417 Phone Number (Ext.): 2643 tsunokawa.takaaki.ke@u.tsukuba.ac.jp
Other (Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students) Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育ソフトボール (秋)
科目番号	2221273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 金 2
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

Course	Applied Physical Education Softball
Course No.	2221273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Takaaki Nara
Course Overview	We will deepen our understanding of softball techniques and strategies, and hone our skills so that we may succeed on the playing field. Both in practice and regular season games, we will learn teamwork, cooperation and leadership.
Remarks	face-to-face elements by gender(special rule/pair/team) G-course
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. 1)Understand the basic softball skills and be able to take on challenges with your peers. 2)Understand the value of team play and be able to demonstrate your strengths in cooperation with others. 3)Understand the significance and value of physical education and sports.
Class Schedule	Week 1Orientation, Double play Week 2Fly catching, Exhibition match1 Week 3Run down play, Exhibition match2 Week 4Pitching, Exhibition match3 Week 5Batting, Exhibition match4 Week 6League1 Week 7Infielder’s throwing practice, League2 Week 8Team practice, League3 Week 9Lecture on sports activity of lifetime Week 10Play off
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Write a report about in-class activities and submit it through manaba.
Textbooks, References,and Supplementary Materials	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

Office Hours and Contact Information	Takaaki Nara Thursday 10:30am~11:30am Faculty of Health and Sport Sciences A405 nara.takaaki.gp@u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students)Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship, life skills, self-disclosure, Cooperation

授業科目名	応用体育卓球 (秋)
科目番号	2222233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 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の深まりとともに、活動の成果を享受する能力を高める。様々なスポーツシーンに関係する技術を理解した上で、ゲーム・技術練習共に、より多様な形態で実施し、ゲームスポーツに関する自由な発想を育てる。
備考	実務経験教員 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) 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	元日本代表コーチ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 週打球技術の理解と発展、より進んだ空間的認知を伴うフォアハンド 第 2 週距離的条件を変えたプレー、正確な空間認知と速い動作の両立 第 3 週グリップワークの発展、道具を手で操作するスポーツの理解 第 4 週フットワークの理解と発展、広範囲の移動 第 5 週競技経験者と初級者が一緒に参加するゲームの設定法 第 6 週団体戦ゲーム、個人競技に置ける団体戦形式のあり方に関する理解 第 7 週卓球を利用したスポーツレクリエーションの企画・運営について 第 8 週用具条件への適応 第 9 週講義 第 10 週用具条件への適応と発展
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

<p>その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）</p>	<p>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。 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。</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</p>

Course	Applied Physical Education Table Tennis
Course No.	2222233
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Shintaro Ando
Course Overview	Along with the deepening of knowledge on sports or time, it enhances the ability to enjoy the results of activities. After understanding techniques related to various sports scenes, practice in a variety of forms together with games and technical exercises, and develop a free idea about game sports.
Remarks	Work Experience faculty face-to-face elements by gender(contact) G-course
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	☆ Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. (1) Understand and be able to operate the characteristics of table tennis. (2)To be able to communicate with peers and complete tasks smoothly. (3) Understand the movements of the entire group and acquire the ability to act independently. (4)Learn about sportsmanship through interpersonal competition, considering the opponent and fellow players. (5)To be able to plan and manage simple sports recreation and other activities to provide opportunities for exercise.
Class Schedule	A former Japan national team coach provides practical instruction based on their experience. Week 1Understanding and Developing Hitting Techniques: Forehand with Advanced Spatial Awareness Evolution of striking skills and practicing forehand strokes that require higher levels of spatial recognition Week 2Playing under Varying Distance Conditions: Balancing Precise Spatial Awareness and Rapid Movement Practicing at different distances from the table to harmonize accurate spatial perception with quick reaction speeds. Week 3Advanced Grip Work: Understanding Sports Involving Manual Tool Manipulation Developing sophisticated grip techniques and understanding the characteristics of sports where equipment is operated by hand Week 4Understanding and Developing Footwork: Wide-Range Movement Mastering the principles of footwork and practicing movement across a broad area of the court.

	<p>Week 5 Game Design for Diverse Skill Levels: Integrating Experienced Players and Beginners Methods for setting up games and matches where both experienced players and beginners can participate together effectively.</p> <p>Week 6 Team Matches: Understanding Team Formats within Individual Sports Organizing team-based competitions and understanding the significance of team formats in an inherently individual sport.</p> <p>Week 7 Planning and Management of Sport Recreation using Table Tennis Designing and coordinating recreational sports events and activities through table tennis.</p> <p>Week 8 Adaptation to Equipment Conditions Adjusting techniques and tactics to different equipment specifications (e.g., different types of rackets or balls).</p> <p>Week 9 Lecture on sports activity of lifetime</p> <p>Week 10 Advanced Adaptation to Equipment Conditions and Further Development Refining the ability to adapt to equipment variations and further enhancing overall technical proficiency.</p>
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	<p>Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%)</p> <p>Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.</p>
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Students are expected to study voluntarily out of class on topics of interest to them in class.
Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	No fixed hours. Please contact me via email prior to your visit. ando.shintaro.fu at u.tsukuba.ac.jp
Other (Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	<p>Indoor shoes should be brought without fail. Be sure to wear sportswear.</p> <p>Accept experienced students. However, the level of this class is targeted at beginners.</p> <p>As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits.</p> <p>When using AI to write a report, follow the “(For students) Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.</p>
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	communication, physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育トリム運動 (秋)
科目番号	2230233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 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	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 実務経験教員 対面 G 科目 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）	☆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) 多様なアダプテッド体育種目について理解する。 (2) 自己の特性を理解し、できる運動を実践する。 (3) 他者の特性を理解し、協働して運動を実践する。 (4) 屋内・屋外でできるスポーツの実践法を学び、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 週多様なアダプテッド体育種目についての紹介 第 2 週ペタンク・ルールと工夫 第 3 週ペタンク・ゲーム 第 4 週卓球バレー・ルールと工夫 第 5 週卓球バレー・ゲーム 第 6 週競技用車いすの操作法・スラローム競技 第 7 週ウィルチェアラグビー・ルールと工夫 第 8 週ウィルチェアラグビー・ゲーム 第 9 週車いすバスケットボール 第 10 週講義
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	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	
オフィスアワー等（連絡先含む）	メールにてアポイントメントをとってください GSI410 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。 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

Course	Applied Physical Education Trim Exercise
Course No.	2230233
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Shinichi Nagata
Course Overview	This course accepts students who need special assistance in physical education class. This course aims to introduce sports that can be played in a variety of ways. Depending on the collective status of the enrolled students, the course contents may be modified.
Remarks	Those who were absent more than 1/3 of the class will not be considered for the credit of this class Work Experience faculty face-to-face G-course In principle, exchange students who wish to take a class must contact the teacher in charge of the class at least three days prior to the first class and obtain permission to take the class
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	Establishment of an awareness and knowledge for various physical activities by performing exercise and addressing a concept of sports culture. By the end of this course, students will be able to: (1) know various adapted sports. (2) understand the ability of self, and practice activities they can. (3) understand the ability of others, and practice activities together. (4) learn and practice activities that can be done indoors and outdoors.
Class Schedule	The instructor is a Certified Therapeutic Recreation Specialist (CTRS) and has experience working with individuals disabilities. The contents of the class may be modified according to the collective status of the enrolled students. Week 1Introduction to adaptive activities Week 2Petanque: Rules and adaptations Week 3The game of petanque Week 4Takkyu Volleyball: Rules and adaptations Week 5The game of Takkyu Volleyball Week 6Sport wheelchair: slalom Week 7Wheelchair rugby: Rules and adaptations Week 8The game of wheelchair rugby Week 9The game of wheelchair basketball Week 10Lecture on sports activity of lifetime
Course Prerequisites	Only students who have physical or mental disorders can take the class. Before taking the class, students need to have an interview with a course instructor.

Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skills and knowledge/understanding will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Health observation records will be made, as well as preparation and review of class work.
Textbooks, References, and Supplementary Materials	N/A
Office Hours and Contact Information	By appointment GSI410 nagata.shinichi.gm@u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students)Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	communication, physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育ニュースポーツ (秋)
科目番号	2233213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 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、大学生によって新たに開発されたスポーツ種目のフライングディスク競技やあまり一般的には知られていないスポーツ種目(ユニホック、グランドゴルフなど)を体験する。また、昔から受け継がれている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)についても改めて体験してその楽しみについて再考する。さらに、これらの実践を通して、基礎体育で養った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	実施場所や教室については、当日の天候により、決定後周知 対面 G 科目 詳細後日周知 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)	☆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) ニュースポーツの体験を通じて、新たなスポーツ文化との関わりを享受できる。 (2) 様々なニュースポーツの体験を通じて、スポーツの楽しみを再確認できる。 (3) 仲間と協力しながら、楽しく安全にスポーツを実施できる。 (4) ニュースポーツの体験を通して、心身のリフレッシュ方策を実践できる。
授業計画	第 1 週ターゲットタイプのニュースポーツ 1(ボッチャなど) 第 2 週ターゲットタイプのニュースポーツ 2 (アーチェリーなど) 第 3 週道具を使ったニュースポーツ 1(チャレンジ・ザ・ゲーム) 第 4 週道具を使ったニュースポーツ 2(スポンジテニスなど) 第 5 週道具を使ったニュースポーツ 3(クロッカーなど) 第 6 週ボールを使ったニュースポーツ (ソフトバレーボールなど) 第 7 週ボールを使ったニュースポーツ (キンボールなど) 第 8 週ゲームタイプのニュースポーツ (ユニホックなど) 第 9 週講義 第 10 週ニュースポーツのまとめ
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% 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:saito.taketoshi.fw@u.tsukuba.ac.jp(非常勤講師; 金曜)
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	<p>運動するにふさわしい服装(特に、靴など)で参加すること。</p> <p>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。</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

Course	Applied Physical Education New Sports
Course No.	2233213
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Taketoshi Saito
Course Overview	"New sports" subjects are not to implement major sports, but to experience various sports events. Various sports events are Flying Disc, G-ball,Ground Golf,Petanque,Universal-hockey, Bound Tennis, Double Dutch,Kin-Ball,etc. and so on.
Remarks	Classroom will be announced later. face-to-face G-course Details will be announced. In principle, exchange students who wish to take a class must contact the teacher in charge of the class at least three days prior to the first class and obtain permission to take the class
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to "5. Mental and physical health, humanity, and ethics" Related to "6. Cooperative, independent, and autonomous"
Course Objectives(Learning Outcomes)	☆ Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. (1) Understand the characteristics of G balls and use them appropriately. (2) You can do paired exercises happily and safely while cooperating with your friends. (3) Learn and carry out how to keep your mind and body condition.
Class Schedule	Week 1boccia Week 2archery Week 3double dutch Week 4soft tennis Week 5grand golf Week 6soft volleyball Week 7kinn ball Week 8G ball Week 9indoor hockey Week 10Lecture
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skills and knowledge/understanding will be presented, explained and critiqued during class time.

Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Students must complete a weekly daily self-care assignment by noon on the day of class, and a report recording their activities in class by noon the day after each class. Also, summarize it as a final report.
Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	e-mail :taketoshi.saito.fw@u.tsukuba.ac.jpfriday
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students)Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育バスケットボール(秋)
科目番号	2234273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 金 2
担当教員	
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)、グループ戦術(カットプレイ、スクリーンプレイなど)を習得し、バスケットボールの特性を理解し、グループ戦術を活かしたゲームができるようになる。
備考	対面 男女別要素(接触) G 科目 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)	☆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週個人戦術の復習(ファundメンタルの確認) 第2週グループ戦術の習得(ドリブルサポート) 第3週グループ戦術の習得(アウトナンバー) 第4週グループ戦術の習得(ディフェンス) 第5週リーグ戦1 第6週リーグ戦2 第7週リーグ戦3 第8週リーグ戦4 第9週リーグ戦5 第10週2年生講義
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: s2530483@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	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

Course	Applied Physical Education Basketball
Course No.	2234273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	
Course Overview	Acquiring fundamentals, understanding offense and defense principles and team play from both playing and coaching perspective. Health, fitness, and skills of jumping, running, and throwing shall also be enhanced for enjoyable lifetime by playing basketball.
Remarks	face-to-face elements by gender(contact) G-course In principle, exchange students who wish to take a class must contact the teacher in charge of the class at least three days prior to the first class and obtain permission to take the class
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	☆ Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. (1)Understand of basketball and Enjoy of game. (2)Enhance teamwork and achieve goal together. (3)Acquire basic skills and tactics. (4)Learn how to stay healthy though basketball
Class Schedule	Week 1Individual skill(Fundamental) Week 2Group work(Dribble support) Week 3Group work(Out number) Week 4Group work(Defense) Week 5League1 Week 6League2 Week 7League3 Week 8League4 Week 9League5 Week 10Lecture
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Health observation records will be made, as well as preparation and review of class work.

Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	s2530483@u.tsukuba.ac.jp
Other (Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students) Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	p.e-center@un.tsukuba.ac.jp
Course Keywords	communication, physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育ハンドボール (秋)
科目番号	2237233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 金 2
担当教員	山田 永子
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	対面 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、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)	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）	yamada.eiko.ga@u.tsukuba.ac.jp 木曜 14:00~15:30
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

Course	Applied Physical Education Handball
Course No.	2237233
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Eiko Yamada
Course Overview	Acquiring fundamental skills and tactics of handball. Learning team work through mini games and handball games.
Remarks	face-to-face elements by gender(special rule/pair/team) G-course In principle, exchange students who wish to take a class must contact the teacher in charge of the class at least three days prior to the first class and obtain permission to take the class
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. (1) Understand the rules and tactics of handball and be able to play properly. (2) Acquired techniques of pass, receive, dribble, shot. (3) You can cooperate with your teammates and follow the referee and play game in a fun and safe way. (4) Learn and carry out how to keep your mind and body healthy through handball.
Class Schedule	Week 1Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), match Week 2Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), defense skill ”stealin the ball”, explanation of open defense, match Week 3Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), explanation of attack positions, shooting technique of wing position, match Week 4Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), defense tactic ”falling out and switching”, explanation of closed defense, match Week 5Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), defense tactic for numerical disadvantage, match Week 6Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), attack tactic (parallel), match Week 7Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), basic skill and tactic of Pivot, match Week 8League Week 9League

	Week 10Lecture on sports activity of lifetime
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%), Skill(35%), Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skills, knowledge and understanding will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Record your health and condition observations and review lessons learnt in class by the following week.
Textbooks, References, and Supplementary Materials	Playing handball : a comprehensive study of the game
Office Hours and Contact Information	Office Hours: Location: B302 Tel. Number (Ext.): 2636 yamada.eiko.ga@u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. There is a rules test for handball. Lecture reports are also evaluated. When using AI to prepare reports, etc., please refer to the "Guidelines for the Use of AI in Education (for students)" and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	communication, physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

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	2240273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 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	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) 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	トレーニング場にある各種トレーニング機器および大学内の環境を利用してトレーニングを行う。自重を使ったトレーニングも行うので、自宅等で継続的に実施すると良い。 ※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@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>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。</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</p>

Course	Applied Physical Education Fitness Training
Course No.	2240273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Toshinobu Kawai
Course Overview	Understand the significance of health and physical fitness, and do training with a combination of resistance training and aerobic exercise.
Remarks	Work Experience faculty face-to-face G-course
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. (1) Know their own health and physical fitness, and be able to use this knowledge to manage their physical and mental health. (2) Know the joy of exercise and include physical activity in their daily lives. (3) Understand the meaning and value of physical education and sport.
Class Schedule	Week 1IRM test (2) Week 2Planning for tailor-made training programs Week 3Implementation of tailor-made training programs (introduction) Week 4Implementation of tailor-made training programs (maintain) Week 5Interim evaluation and review of tailor-made training programs Week 6Implementation of tailor-made training programs (modification) Week 7Implementation of tailor-made training programs (development) Week 8IRM test (3) Week 9Lecture on sports activity of lifetime Week 10Final evaluation of the tailor-made training program
Course Prerequisites	Indoor shoes for the gymnasium must be provided by own.
Grading Philosophy	Attitude(35%), Skill(35%), Knowledge(30%). Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Record the daily exercise using a smartphone app and report your learning content for the day through a web form.
Textbooks, References,and Supplementary Materials	Handouts
Office Hours and Contact Information	An office hour isn't fixed. Contact by e-mail in order to adjust meeting time. 体育系 B 棟 3F B316 研究室 kawai.toshinobu.gp at u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students)Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	

Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	communication, physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育フラッグフットボール (秋)
科目番号	2241273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 金 2
担当教員	松尾 博一
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	実務経験教員 対面 G 科目 詳細後日周知 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) 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 週公式規則の確認とランプレイの立案 第 2 週パスプレーとランプレーの作戦立案 第 3 週守備の作戦立案と確認 第 4 週作戦図を用いた練習 第 5 週リーグ戦 1 第 6 週リーグ戦 2 第 7 週リーグ戦 3 第 8 週リーグ戦 4 第 9 週講義 第 10 週リーグ戦 5、まとめ
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	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	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
オフィスアワー等 (連絡先含む)	matsuo.hirokazu.ga 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>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。</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>運動習慣, スポーツ文化, 倫理観, スポーツマンシップ</p>

Course	Applied Physical Education Flag Football
Course No.	2241273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Hirokazu Matsuo
Course Overview	Through flag football games, students will improve their tactical knowledge and skills related to flag football and improve their game performance.
Remarks	Work Experience faculty face-to-face G-course Details will be announced. In principle, exchange students who wish to take a class must contact the teacher in charge of the class at least three days prior to the first class and obtain permission to take the class
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. 1)Learn about your health and physical fitness and use it to manage your physical and mental condition. 2)Learn the joy of physical activity and get exercise into your life 3)Understand the significance and value of physical education and sports.
Class Schedule	Week 1Review official rules and making run-play Week 2Practicing the strategy of run-play and pass-play Week 3Planning and practicing defensive strategy Week 4Simulation game using strategy cards Week 5 on 5(full game), run-pass combination offense strategy 1 Week 6 on 5(full game), run-pass combination offense strategy 2 Week 7 on 5(full game), run-pass combination offense strategy 3 Week 8 on 5(full game), advanced defense strategy 1 Week 9Lecture on sports activity of lifetime Week 10 on 5(full game), advanced defense strategy 2/Conclusion
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%),Skill(35%),Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skill and knowledge will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Students will watch game films, movies, and other works related to flag football and American football and report on the tactics, history, and cultural background of the football game in MANABA.

Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	matsuo.hirokazu.ga at u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to write a report, follow the “(For students)Guidelines for the Utilization of Generative AI in Education” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育野外運動 (秋)
科目番号	2245233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 金 2
担当教員	坂本 昭裕
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 14 日 (土) 午前 (8:40 から 11:25) 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 14 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 週休 講 第 10 週確認テスト・フィードバック・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% により評価を行う。授業の学修目標について評価基準を授業時間内に提示し、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 HP 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)	

<p>その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）</p>	<p>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。</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>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</p>

Course	Applied Physical Education Outing Sports
Course No.	2245233
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Akihiro Sakamoto
Course Overview	In the fall semester, students will learn practical camping skills (fire making, outdoor cooking (lunch making), rope work, tarp tent setup, etc.) and actually experience day camping. The schedule is the morning of Saturday, November 15th AM. Therefore, the number of class hours will be adjusted.
Remarks	face-to-face elements by gender(contact) elements by gender(special rule/pair/team) G-course
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to “5. Mental and physical health, humanity, and ethics” Related to “6. Cooperative, independent, and autonomous”
Course Objectives(Learning Outcomes)	☆ Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. 1) Develop intellectual understanding for outdoor pursuit and camping. 2) Acquire the skills necessary for outdoor pursuit and camping(Rope work, Building a fire, Outdoor cooking) 3) To be able to think about the value of the natural environment through outdoor pursuit and camping. 4) To be able to enjoy outdoor pursuit and camping.
Class Schedule	Week 1Orientation Week 2Camp skill (1) Rope work Week 3Camp skill (2) Terp tent Week 4Camp skill (3) Building a fire Week 5Camp skill (4) Building a fire and boil water Week 6Camp skill (5) Thinking about outdoor cooking menu as a group Week 7Day camp (6) (intensive 14th, November 8:40~11:25 Week 8・Set up tarp tent ・ outdoor cooking contest etc. Week 9Lecture Week 10Achievement Test・Lecture on sports activity of lifetime・Class evaluation Week 11optional
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Evaluation is based on 1 skill 35% 2 knowledge and understanding 30% 3 attitude and motivation 35%.The assessment criteria for the learning objectives of the course will be presented, explained and critiqued in class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Practical skills and experience (90%), exercises (10%).Review what you felt and thought about the class.Also, prepare for the following week’s activities by using the website.

Textbooks, References, and Supplementary Materials	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
Office Hours and Contact Information	Monday 15:00-17:00
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	Students who attend two-thirds or more of the classes in question are eligible for credit approval. When preparing reports, please refer to the Guidelines for the Use of Generated AI in Education (for students) and use them appropriately. As suggestions and answers provided by the Generated AI may not always be accurate, critically evaluate the information obtained and scrutinise the content responsibly.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	physical activity habits, sports culture, ethics, sportsmanship

授業科目名	応用体育リフレッシュ体操 (秋)
科目番号	2248273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 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	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、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 ラート運動の特性・用具に慣れる 第 2 週 ラート・基本回転 1 第 3 週 ラート・基本回転 2 第 4 週 ラート・側方回転 第 5 週 ラート・側方回転 第 6 週 トランポリンの特性・用具に慣れる 第 7 週 トランポリン 基礎運動 第 8 週 トランポリン 基礎運動の組み合わせ 第 9 週 講義 第 10 週 トランポリン 応用運動の組み合わせ
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	

オフィスアワー等（連絡先含む）	連絡先:kano.rina.kn@u.tsukuba.ac.jp kano.rina.kn 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。 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	

Course	Applied Physical Education Refresh Movements
Course No.	2248273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Fri2
Instructor	Rina Kano
Course Overview	Through pleasant exercise and interaction with peers, the program fosters a rich mind and knowledge of the enjoyment of sports.They also refresh their minds and bodies through exposure to unusual physical activities such as "G-ball," which they can ride, and "Wheel Gymnastics" , in which they spin inside a large iron ring.
Remarks	Work Experience faculty face-to-face elements by gender(contact) elements by gender(special rule/pair/team) G-course Short-term international students who wish to take a class must, in principle, contact the instructor in charge of the class at least three days prior to the first class and obtain permission to take the class.
Course Type	practical training, experiments, skills practice
Relation to Degree Program Competences	Related to "5. Mental and Physical health humanity, and ethics" Related to "6. Cooperative, independent, and autonomous"
Course Objectives(Learning Outcomes)	☆ Establishment of an awareness and knowledge of various physical activities by performing exercise and addressing the concept of sports culture. (1) Understand the characteristics of G-balls and use them appropriately. (2) You can 1side rotation in wheel gymnastics.(support doesn't matter) (3) You can do paired exercises happily and safely while cooperating with your friends. (4) Learn and carry out how to keep your mind and body healthy through gymnastics.
Class Schedule	Week 1Stretching Week 2Basic movement on the wheel gymnastics Week 3Basic rotation on the wheel gymnastics Week 4Basic rotation on the wheel gymnastics Week 5Rotation on the wheel gymnastics Week 6Basic movement on the wheel gymnastics Week 7Basic trampoline movements Week 8Combinations of basic trampoline movements Week 9Lecture on sports activity of life time Week 10Combinations of Advanced Trampoline Movements
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	Attitude(35%), Skill(35%), Knowledge(30%) Criteria for evaluation of skills and knowledge/understanding will be presented, explained and critiqued during class time.
Course Hours Break-down and Out-of-Class Learning	Conduct health observations as well as prepare and review classroom learning.

Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	Email: kano.rina.kn@u.tsukuba.ac.jp kano.rina.kn at u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits. When using AI to create reports, etc., please refer to the “Guidelines for the Use of AI in Education (for students)” and use AI appropriately.
Relation to Other Courses	
Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	physical activity habits, sports culture, ethics