

授業科目名	応用体育剣道 (秋)
科目番号	2211273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
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 (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
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) 総仕上げ
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.	2211273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
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(equipment) 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) 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@u.tsukuba.ac.jp 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	応用体育ゴルフ (秋)
科目番号	2212253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 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(グリップ、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>”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> <p>印刷した資料を配布する</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

Course	Applied Physical Education Golf
Course No.	2212253
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Hitoshi Shiraki
Course Overview	In this course, students will learn about Golf Swing, History, manner, etiquette, rule, history and sportsman ship.Practical practice at a nearby golf course in the fall semester
Remarks	Expenses: Golf Driving Range / ¥ 1300, Golf Course / ¥ 4,000 face-to-face G-course Clubs are asked to select clubs for their height.
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)Basic of golf swing (grip, address) can be performed accurately. Golf swing by 7-irons can be practiced (2)Full swing can be practiced with a holed ball by 7-iron (3)full swing can be practiced with a range ball by 7-iron (4)You can practice approach shots from 10 to 20 yards by pitching wedge (5)You can practice approach shots from 30 yards by pitching wedge (6)you can hit a distance of 1 to 3 meters by putter (7)Round the mini course by pitching wedge (8)You can by 7-iron and pitching wedge at the golf driving range to determine the flight distance (9)Round at golf course by 7 irons, pitching wedge and putter (10)Understand the significance of lifelong sports through lectures

Class Schedule	<p>Week 1 Review the basics of the swing (grip, address) and check the full swing by 7-iron</p> <p>Week 2 Practice by putter to separate from 1 to 3 meters</p> <p>Week 3 practiced full swing with a holed ball by 7-iron</p> <p>Week 4 Practice a round at Round the mini course by pitching wedge</p> <p>Week 5 practice by 7-iron and pitching wedge to determine the flight distance at the driving range</p> <p>Week 6 practiced full swing with a range ball by 7-iron</p> <p>Week 7 Practice a round at the golf course by 7-iron, pitching wedge and putter</p> <p>Week 8 practice approach shots from 10 to 20 yards by pitching wedge</p> <p>Week 9 practice approach shots from 30 yards by pitching wedge</p> <p>Week 10 Lecture on sports activity of lifetime</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	Health observation records will be made, as well as preparation and review of class work.
Textbooks, References, and Supplementary Materials	Photocopies
Office Hours and Contact Information	<p>shiraki.hitoshi.fw@u.tsukuba.ac.jp</p> <p>shiraki.hitoshi.fw at u.tsukuba.ac.jp</p> <p>shiraki.hitoshi.fw@u.tsukuba.ac.jp</p>
Other (Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	<p>As a rule, students who attend the course for at least two-thirds of the classes will be eligible for credits</p> <p>Clubs are asked to select clubs for their height.</p> <p>Expenses: Golf Driving Range / ¥ 1300, Golf Course / ¥ 4,000</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	応用体育サッカー (秋)
科目番号	2213273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
担当教員	成瀬 和弥
授業概要	様々なゲームを通して基本的な戦術、ポゼッションプレーを理解し、集団行動・フォーメーションを成熟させていく。
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 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。
授業計画	サッカー (フットボール) は世界共通の文化である。本授業では、初心者でも十分に楽しめるよう配慮しながら、ゲームを中心に行い、サッカーの深遠な魅力を体感する。 第 1 週目的に合わせたゲーム形式の練習を行う: パス 第 2 週目的に合わせたゲーム形式の練習を行う: ポジショニング 第 3 週ルールの確認 第 4 週練習試合 第 5 週リーグ戦 1 (試合の運営方法) 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	サッカーを中心にさまざまなスポーツのゲームを観戦するとともに、スポーツを取り扱った映画や本などに親しむ。 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	授業時に関連する資料を配布する。
オフィスアワー等 (連絡先含む)	木曜日 2 時限目 naruse.kazuya.gu 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)	グラウンド用のシューズを必ず別途用意すること。なお、サッカーに適したシューズ (スパイクやトレーニングシューズ) が望ましい。 なお、取り替え式スパイクは使用禁止。 天候に合わせたウェアを着用すること。デニムやチノパンでの受講は禁止。 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 Soccer
Course No.	2213273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Kazuya Naruse
Course Overview	The purpose of this class is to understand the depth of football culture. It is also to learn basic tactics through various games.
Remarks	face-to-face elements by gender(contact) 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.
Class Schedule	Week 1pass Week 2positioning Week 3rule Week 4practice match Week 5league match Week 6league match Week 7league match Week 8league match Week 9league match Week 10Lecture on sports activity of lifetime
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	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	naruse.kazuya.gu@u.tsukuba.ac.jp naruse.kazuya.gu 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	応用体育シューティングスポーツ (秋)
科目番号	2214273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
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 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 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.	2214273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
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 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 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 how to set up arrow and take stance in Kyudo. 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 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	
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	2215273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
担当教員	松井 崇
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 シャツの着用可 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) 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	第 1 週既習技の復習 第 2 週足技、乱取 (立ち技、寝技) 第 3 週足技、乱取 (立ち技、寝技) 第 4 週腰技、関節技、乱取 (立ち技、寝技) 第 5 週腰技、関節技、乱取 (立ち技、寝技) 第 6 週腰技、関節技、乱取 (立ち技、寝技) 第 7 週手技、乱取 (立ち技、寝技) 第 8 週ルール、乱取 (立ち技、寝技) 第 9 週柔道の知識、乱取 (立ち技、寝技) 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)	matsui.takashi.ga@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>道着の下に T シャツ着用可。 単位認定の対象は、原則として当該授業科目の出席時間数が 3 分の 2 以上の者とする。 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.	2215273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Takashi Matsui
Course Overview	understanding the principle of the Judo techniques and learn the martial arts through experience.
Remarks	I face-to-face elements by gender(contact) elements by gender(other) G-course T-shirts may be worn under the Judo-wear. 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 way of UKEMI,and execute in any direction safely. (2) You can apply the technique in correct way to the partner. (3) You can move rationally in cooperation with your partner . (4) Through the technical practice,you can learn to keep safe and mental health.
Class Schedule	Week 1Review of learned techniques Week 2Ashiwaza, Randori (Tachiwaza & Newaza) Week 3Ashiwaza, Randori (Tachiwaza & Newaza) Week 4Koshiwaza, Kansetsuwaza, Randori (Tachiwaza & Newaza) Week 5Koshiwaza, Kansetsuwaza, Randori (Tachiwaza & Newaza) Week 6Tewaza, Kansetsuwaza, Randori (Tachiwaza & Newaza) Week 7Tewaza, Randori (Tachiwaza & Newaza) Week 8Rule, Randori (Tachiwaza & Newaza) Week 9Culture on Judo, Randori (Tachiwaza & Newaza) 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	matsui.takashi.ga@u.tsukuba.ac.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	<p>T-shirts may be worn under the Judo-wear.</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	Teaching Assistant:1
Course Keywords	communication, 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	2221233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 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

Course	Applied Physical Education Softball
Course No.	2221233
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
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, life skills, ethics, self-disclosure, sports-manship

授業科目名	応用体育卓球 (秋)
科目番号	2222253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
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、様々な種目に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	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) 卓球の競技特性を理解し、適切な課題解決ができる。 (2) 仲間とコミュニケーションを取り、適切なスポーツ行動ができる。 (3) ラリーを続け、楽しむことができる。 (4) 集団の特徴に応じて、自身の役割を考え、行動に移すことができる。 (5) 卓球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	プロスポーツ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 (繰り返し) 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、繰り返し) 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
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	1. 日本卓球協会, 卓球コーチング教本
オフィスアワー等 (連絡先含む)	特に定めない。研究室訪問する場合は、あらかじめメール等で連絡を取ること。 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点等)	受講にはインドア用シューズは必携。服装はスポーツウェア。 経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者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。
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 Table Tennis
Course No.	2222253
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Yuki Nonaka
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 the characteristics of table tennis and be able to solve problems appropriately. (2)To be able to communicate with peers and take appropriate sporting actions. (3) To be able to keep rallies going and enjoy the game. (4) Consider their own roles and take action according to the characteristics of the group. (5) Learn and practice ways to maintain physical and mental health through table tennis.
Class Schedule	Practical skills taught by instructors with professional sports backgrounds. Week 1Understanding and Application of Competitive Characteristics: Review Comprehensive review of fundamental techniques and sport-specific traits. Week 2Understanding and Application of Competitive Characteristics: Transitions Refining the speed and accuracy of forehand-backhand transitions. Week 3Understanding and Application of Competitive Characteristics: Footwork and Transitions Advanced practice of stroke transitions while moving across the court. Week 4Understanding and Application of Competitive Characteristics: Three-Point Footwork Mastering the ”three-point” movement pattern for optimal positioning. Week 5Understanding Advanced Techniques (1): Topspin Theoretical and practical understanding of ball rotation, focusing on topspin. Week 6Understanding Advanced Techniques (2): Backspin Theoretical and practical understanding of ball rotation, focusing on backspin/underspin.

	<p>Week 7 Understanding Advanced Techniques (3): Service Development of various serving techniques and their strategic importance.</p> <p>Week 8 Game Design for Different Groups Methods for adapting game rules and formats to suit the skill levels of specific groups.</p> <p>Week 9 Lecture on sports activity of lifetime</p> <p>Week 10 Understanding Table Tennis as a Lifelong Sport Exploring the value and role of table tennis in maintaining health and social connection throughout life.</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	1. 日本卓球協会, 卓球コーチング教本
Office Hours and Contact Information	No fixed hours. Please contact me via email prior to your visit. nonaka.yuki.gp at u.tsukuba.ac.jp
Other (Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	<p>Indoor shoes are required. You should wear sports wear as clothes.</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	応用体育ダンス (秋)
科目番号	2223273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 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 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) 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。
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文化を体験、自らが創造する準備をしていく 第 1 週ボディリセットプログラム ストレッチポールを使用した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」を通して伝説的なダンス文化の流行を体験する 第 3 週バレエ 西洋舞踊文化の体験 第 4 週モダンダンス 発祥から現在に至る経緯を整理し、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ダンス文化の体験 第 6 週グループ創作 1 自らテーマを以て身体表現に臨む準備 第 7 週グループ創作 2 自らのイメージの共有、マネージメントなどを体験しながら作品旁に向かう 第 8 週グループ創作 3 アイデアを巡らせながら、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、舞踊文化についての知識を深める 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@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 Dance
Course No.	2223273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Motoko Hirayama
Course Overview	” Discovery of your body” as the theme. An individual invention ability and the sensibility are polished by touching various dance cultures. Beautiful posture and the necessity of a healthy body making are understood while introducing the base of the yoga.
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.
Class Schedule	Week 1Reset body exercise Week 2Michael Jackson Week 3Ballet Week 4Street dance Week 5Jazz dance Week 6Group creation #1 Week 7Group creation #2 Week 8Group creation #3 Week 9Showing Week 10Lecture on sports activity of lifetime
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	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	hirayama.motoko.fp@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	応用体育テニス (秋)
科目番号	2225213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
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	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。
授業計画	第 1 週サーブ 1 第 2 週サーブ 1、スマッシュ 第 3 週ストロークのゲーム中の活用、ダブルスのフォーメーション 1 第 4 週ボレーのゲーム中の活用、ダブルスのフォーメーション 2 第 5 週各種ストロークの復習 1 第 6 週各種ストロークの復習 2 第 7 週ダブルスゲーム 第 8 週チーム対抗戦 1 第 9 週チーム対抗戦 2 第 10 週講義
履修条件	
成績評価方法	技能:35%、理解・知識: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	必要に応じてプリントを配布する。
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)	初心者向けの授業である。テニスコートでは、テニスシューズを着用すること。服装はスポーツウェアを基本とする。雨天等の理由でコートが使用できない場合には講義等を行う。受講生の技術習得状況により、授業内容を一部変更する場合がある。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。

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 Tennis
Course No.	2225213
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Kaoru Maezawa
Course Overview	Comprehensively learn knowledge and skills regarding tennis such as rules, manners, basic skills to enjoy playing tennis as a lifelong sport. Learning contents mainly consisted of doubles play.
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.
Class Schedule	Week 1Service 1 Week 2Service 2, Smash Week 3Practice of ground stroke during game, doubles' formation 1 Week 4Practice of volley during game, doubles' formation 2 Week 5Review of each stroke learned 1 Week 6Review of each stroke learned 2 Week 7Doubles game Week 8Team competition 1 Week 9Team competition 2 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	Health observation records will be made, as well as preparation and review of class work.
Textbooks, References,and Supplementary Materials	There may be a handout.
Office Hours and Contact Information	kaoru9hiyoko9@hotmail.co.jp
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	This class is for a biggner tennis player. Please attend the class with tennis shoes and sports attire. When it rains and the court becomes wet, there may be a lecture, instead. The class contents may be changed, depending on the skill levels of students. 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	

Teaching Fellow and/or Teaching Assistant	
Course Keywords	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	2230273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
担当教員	齊藤 まゆみ
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。学習内容は健康・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。
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。自分の身体への気づきや洞察を深めること。 (1) スポーツ場面での自己のニーズを知り、それにあわせた変更・調整ができる (アダプテッド)。 (2) 仲間と協力しながら課題を解決することができる。
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。障害者スポーツ指導員としての専門的スキルをもつ教員が個別のニーズに対応した授業を行います。 第 1 週 授業概要の説明: アダプテッド 第 2 週 テーブルテニス 1 第 3 週 テーブルテニス 2 第 4 週 テーブルテニス 3 第 5 週 タウンハウス 1 第 6 週 タウンハウス 2 第 7 週 囲碁ボール 1 第 8 週 囲碁ボール 2 第 9 週 ふりかえり 第 10 週 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	授業で提示された課題・健康観察を実施し、manaba で提出する。
教材・参考文献・配付資料等	
オフィスアワー等 (連絡先含む)	mayumi-saito.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>履修者の状況に合わせて柔軟に対応します。</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。</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>
<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 Trim Exercise
Course No.	2230273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Mayumi Saito
Course Overview	In this course, course instructor provides some physical activities which every student can enjoy and develop on your health. Students will be expected to have management skills between physical and mental health.
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 for various physical activities by performing exercise and addressing a concept of sports culture. (1)The goals of this class are to enjoy playing physical activities and form positive attitude to have interest on health and physical fitness based on creating a learning assignment and gradual training program fitted everyone's health condition.
Class Schedule	Week 1Introduction Week 2Adapted table tennis1 Week 3Adapted table tennis2 Week 4Adapted table tennis3 Week 5Town house1 Week 6Town house2 Week 7Adapted game of GO 1 Week 8Adapted game of GO 2 Week 9Reflection 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	please contact me by email if you want mayumi-saito.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

授業科目名	応用体育ニュースポーツ (秋)
科目番号	2233233
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
担当教員	藤本 巳由紀
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) 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	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) フライングディスクの特性を理解し、適切に利用できる。 (2) スティックを使って仲間へパスが打てる。 (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) ニュースポーツ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 週授業内容の説明・導入、ボッチャを体験 第 2 週ボッチャのルールを学び、ボッチャゲームを楽しむ (1) 第 3 週ボッチャゲームを楽しむ (2) 第 4 週フライングディスクの導入、基本のスローとキャッチを学ぶ 第 5 週”アルティメットのルールを学び、ゲームを楽しむ (1)” 第 6 週チームスポーツとしてのアルティメットを楽しむ (2) 第 7 週ユニホックの導入、ユニホックの基礎技術の習得 第 8 週ユニホックのゲームを楽しむ (1) 第 9 週生涯スポーツに関する講義 第 10 週ユニホックのゲームを楽しむ (2), ニュースポーツの振り返り
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	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	fujimoto.miyuki.gf(at)u.tsukuba.ac.jp (at) を@に代えてください
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）	”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。 天候や状況によってはシラバスに掲載していない種目を実施することがあります: ソフトバレー, ピックルボール, キンボールなど ”
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 New Sports
Course No.	2233233
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Miyuki Fujimoto
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	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)	☆ Enhancement of a sense of teamwork and reaching a common object with friends. By the end of the course, students will be able to: (1) carry out New Sports as a part of physically active life. (2) demonstrate competence to play New Sports safely with others. (3) demonstrate competence to use New Sports equipment appropriately. (4) demonstrate basic skills of each New Sport.
Class Schedule	Week 1Introduction to the Class and Boccia Experience Week 2Learning the Rules and Enjoy the Game of Boccia(1) Week 3Enjoy the Game of Boccia(2) Week 4Introduction to Flying Disc: Learning Basic Throws and Catches Week 5Learning the Rules and Enjoying Playing Ultimate(1) Week 6Enjoy Ultimate as a Team Sport(2) Week 7Introduction to Unihockey and Acquisition of Basic Unihockey Skills Week 8Enjoy Playing Unihockey(1) Week 9Lecture on Lifetime Sports Activities Week 10Enjoy Playing Unihockey(2) and Review of New Sports
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	Health observation records as well as preparation and review of classroom learning.

Textbooks, References, and Supplementary Materials	
Office Hours and Contact Information	fujimoto.miyuki.gf(at)u.tsukuba.ac.jp Replace(at) with @
Other(Behavioral expectations and points to note for students during coursework)	<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> <p>Depending on the weather and other circumstances, sports not listed in the syllabus may be conducted, such as softvolley, pickleball, and kin-ball etc.”</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	応用体育バスケットボール(秋)
科目番号	2234253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
担当教員	坂本 拓弥
授業概要	バスケットボールの特性を理解し、バスケットボールの個人戦術、グループ戦術(カットプレイ、スクリーンプレイ)を習得し、個人戦術、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(用具) 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) バスケットボールの特性を理解し、バスケットボールの個人及び集団技能を活かしたゲームができるようになる。 (2) チームメイトと協力して、ゲームプランを計画し実践することができるようになる。 (3) ゲームのスムーズな運営方法(審判法やスコアの記録等)を理解し、協力して実践できるようになる。 (4) バスケットボールの実践を、日常生活を豊かにする活動として位置づけることができるようになる。
授業計画	第1週オリエンテーション(含春学期の復習) 第2週基礎技術の確認: シュート・パス・ドリブル 第3週対人技術の確認:1対1、2対1 第4週グループ戦術:3対2、3対3 第5週グループ戦術: スクリーンプレイ 第6週グループ戦術: セットプレイ 第7週グループ戦術を活かしたゲーム: ハーフコート 第8週グループ戦術を活かしたゲーム: オールコート 第9週トーナメント形式のゲーム 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	毎回の授業において記述する各自の課題を踏まえて、それに取り組むための方法を次回授業までに各自で調べ、準備する。その際、バスケットボールに関する文献やネット上の情報など、複数のソースにあたって情報を収集することが望ましい。

教材・参考文献・配付資料等	資料等は、随時配布する。
オフィスアワー等（連絡先含む）	以下に連絡してください。 sakamoto.takuya.ga@u.tsukuba.ac.jp
その他（受講生にのぞむことや受講上の注意点等）	単位認定の対象は、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	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.	2234253
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Takuya Sakamoto
Course Overview	Understanding the characteristics of basketball, acquirement of Individual tactics and group tactics(cut play, screen play). Acquirement how to utilize technical and tactical fundamentals, and group tactics.
Remarks	face-to-face elements by gender(equipment) 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) Understanding the characteristics of basketball and acquirement of individual and group tactics. (2) You can play basketball games that utilize technical and tactical fundamentals, and group tactics. (3) Structure and practice game plans in cooperation with your teammates. (4) Acquire how to manage basketball games(referee, record of box score) smoothly with your teammates.
Class Schedule	Week 1Introduction (including review of spring semester) Week 2Brush up on technical fundamentals: shooting, passing and dribbling Week 3Brush up on interpersonal skills: 1on1 and 2on1 Week 4Group tactics: 3on2 and 3on3 Week 5Group tactics: screen pick and roll Week 6Group tactics: set play Week 7Mini games under restricted condition (time and space) Week 8Half court games using group tactics Week 9Full court games using group tactics Week 10Lecture on sports activity of lifetime
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	Based on the individual assignments written in each class, research and prepare methods to address them by the next class. It is desirable to gather information from multiple sources, such as literature on basketball and online sources, during this process.

Textbooks, References, and Supplementary Materials	I hand out some materials as needed.
Office Hours and Contact Information	If you have any questions, please e-mail me. sakamoto.takuya.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. 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	応用体育バドミントン (秋)
科目番号	2235273
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
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	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) 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 週各種フライトの精錬 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
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	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)	tanifuji@faculty.chiba-u.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>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。 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 Badminton
Course No.	2235273
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Chika Tanifuji
Course Overview	Learning of Badminton skills
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 characteristics of Badminton and use them appropriately. (2) You can play happily and safely while cooperating with your friends.
Class Schedule	Understanding the principles of badminton in order to play and enjoy games. History, manner, rule, and values of sports shall also be learned through playing games. Week 1Making the Group ☒ Group work Week 2Learning the Doubles tactics(1) Week 3Learning the Doubles tactics(2) Week 4Badminton Grip and Lob Week 5Drive-Sidearm-Stroke Week 6Drive-Overhead-Stroke Week 7Doules play and operation of the games(1) Week 8Doules play and operation of the games(2) Week 9Doules play and operation of the games(3) Week 10Lecture on sports activity of lifetime
Course Prerequisites	
Grading Philosophy	1Skill(35%), 2Knowledge(30%), 3Attitude(35%) 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	tanifuji@faculty.chiba-u.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	応用体育ハンドボール (秋)
科目番号	2237253
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
担当教員	山田 永子
授業概要	チーム内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身につける。
備考	対面 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
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を理解し、適切なプレーできる。 (2) チームメイトや相手チームの選手の動きや状況を感じながらプレイできる。 (3) 仲間と協力しながら審判の指示に従い楽しく安全にゲームを楽しむことができる。 (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	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
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。 manaba を利用してハンドボールのルールテストを行います。最優講義のレポートも評価の対象となります。 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, プレイアブル, 状況判断, グループ戦術

Course	Applied Physical Education Handball
Course No.	2237253
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Eiko Yamada
Course Overview	Think about individual roles in the team and acquire the ability to enjoy team sports.
Remarks	face-to-face elements by gender(equipment) 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) Understand the rules and tactics of handball and be able to play properly. (2)You can play while feeling the movements and situations of your teammates and opposing team’s players. (3)You can cooperate with your teammates and play game in fun and safe way. (4)Learn and practice how to keep your body and mind healthy through handball.
Class Schedule	Week 1Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), matchfrom different areas,A simple game with a task. Week 2Fundamental skill(ball coordination, throw, dribble, jump shot, feint movement), defense skill ”stealin the ball”, Introduction of open defense system, 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 ”numerical disadvantage”, explanation of closed defense, 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
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. Let's watch handball games on You Tube, etc., for image training.
Textbooks, References,and Supplementary Materials	Playing handball : a comprehensive study of the game
Office Hours and Contact Information	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	physical activity habits, sports culture, feeling the movements feeling the movements and situations, 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	2240213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 3
担当教員	谷川 聡
授業概要	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を理解した上で、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチングを豊かなスポーツ文化として日常生活の中で応用することをめざす。
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、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) 無酸素運動/有酸素運動の理解と実践 (2) 個々のトレーニング効果の主観的/客観的指標づくり (3) 個々の合目的的トレーニングの作成
授業計画	基本的な筋力トレーニングおよびエアロビクトレーニングの仕方を科学的視点から自分の身体を理解し、トレーニングを実践することができるようにする。また、自分の特性に合わせてトレーニングを計画・実行することで日常におけるトレーニングの必要性を理解する。 専門的なトレーニングについても概説する。 第1週 パーソナルトレーニングの目的と計画 第2週 パーソナルトレーニングの立案 第3週 パーソナルトレーニングの実践(有酸素トレーニング) 第4週 パーソナルトレーニングの実践(無酸素トレーニング) 第5週 パーソナルトレーニングの見直しと実践 第6週 パーソナルトレーニングと日常生活 第7週 パーソナルトレーニングの修正 第8週 パーソナルトレーニングのまとめ 第9週 講義 第10週 パーソナルトレーニングの自己評価
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	授業ごとに1週間の運動記録を報告させる。

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）	<p>ジャージや運動靴、室内シューズを用いること（ジーパンや革靴は不可）</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。</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 Fitness Training
Course No.	2240213
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	Satoru Tanigawa
Course Overview	Understanding the relationship among maintaining and promoting physical, mental health and exercise and physical fitness, this class focus on applying exercises, resistance training, jogging, stretching to daily life as sports culture.
Remarks	Work Experience faculty face-to-face elements by gender(contact) 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) Understanding and Practicing the anaerobic and aerobic exercises. (2) Making the objective and subjective index of Individual training effect. (3) Making the optimal individual training.
Class Schedule	To understand one's own body from a scientific point of view and to be able to practice basic strength training and aerobic training. Students will also understand the need for training in their daily lives by planning and executing training according to their own characteristics. Specialized training will also be outlined. Week 1planning the personal training standard Week 2planning the personal level training Week 3personal training (aerobic) Week 4personal training (anaerobic) Week 5practice the personal training Week 6modification the personal training Week 7practice the optimal personal training Week 8personal training outside Week 9evaluation of personal training 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	Have students submit a weekly exercise log for each class.

Textbooks, References, and Supplementary Materials	tanigawa.satoru.gb@u.tsukuba.ac.jp
Office Hours and Contact Information	tanigawa.satoru.gb@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 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	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	2245213
単位数	0.5 単位
標準履修年次	2 年次
時間割	秋 AB 木 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 21 日 (土) 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 21 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

Course	Applied Physical Education Outing Sports
Course No.	2245213
Credits	0.5Credits
Grade	2Year
Timetable	FallAB Thu3
Instructor	
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 22nd 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 21th, 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
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	
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