

タイトル「**2023年度スポーツ科学部(公開用)**」、フォルダ「**(共通)**」
シラバスの詳細は以下となります。



| | | | |
|---------------|---|------|----|
| 科目ナンバー | RMGT/SSCS1204 | | |
| 科目名 | スポーツ実技2 | | |
| 担当教員 | 安住 文子 | | |
| 対象学年 | 1年,2年,3年,4年 | 開講学期 | 前期 |
| 曜日・時限 | 水1 | | |
| 講義室 | 剣道場 | 単位区分 | 選 |
| 授業形態 | 実技 | 単位数 | 1 |
| 科目大分類 | 総合教育 | | |
| 科目中分類 | 総合基礎 | | |
| 科目小分類 | リテラシー | | |
| 科目の位置付け（開発能力） | <p>■DPコード 学修のゴールを示すディプロマポリシー（DP）との関連 DP1-D 「市民的素養・市民的教養」市民的要素と参加コミュニティに積極的な変化をもたらすために、知識・スキル・価値観・動機を動員することができる。 DP2-B 「自己の特性を理解し社会に貢献しようとする姿勢」自己の存在意義を知り、自らを高め続けようと努力することができる。</p> <p>■CRコード 学修を通じて開発するマインドセット・ナレッジ・スキルを示すコモンルーブリック（CR）との関連 D1 市民的素養と参加（80%） B1 自己啓発（20%）</p> | | |
| 教員の実務経験 | | | |
| 成績ターゲット区分 | ■成績ターゲット：能力開発の目標ステージと対応 2 進期～3 発展期 | | |
| 科目概要・キーワード | <p>現代生活においては、多くの人が運動不足による弊害の危機に直面していると言えます。健康で活力に充ちた人生を望むならば、生活の中に積極的に運動を取り入れ、主体的な活動として実践することが必要とされています。この授業では、剣道の礼法や実践を通して、種目に関する知識を学ぶとともに、身体活動の今日的意義について認識を高めます。授業形態は実技形式により行います。なお、対応するコンピテンスに基づき効果的な授業方法として、又は各授業を補完・代替するためオンライン授業を一部取り入れる場合があります。</p> <p>■キーワード：剣道、コミュニケーション、自己啓発</p> | | |
| 授業の趣旨 | <p>■副題 剣道を他者とコミュニケーションを図りながら実践します。また、体力測定を実施し、自身の体力を把握します。</p> <p>■授業の目的 剣道の実践を通して、自身がチームに貢献できることを考え、自己の存在意義を知り、社会に貢献する力を養うことを目的とします。また、心身共に健全な社会人となるために、自身の現状の体力を把握し、スポーツの実践の必要性を知ることを目的とします。</p> <p>■授業のポイント 現代生活において、多くの人が運動不足による弊害の危機に直面していると言えます。健康で活力に充ちた人生を望むならば、生活の中に積極的に運動を取り入れ、主体的な活動として実践することが必要です。本授業では、社会人になる前に運動を実践することの重要性を学びます。また、実際に剣道の実践により、自身の体力に気づき、把握し、今後の生活習慣改善を検討します。また、剣道の基本的な練習やゲーム等の実技を通して、身体活動の今日的意義について認識を高めます。</p> | | |

| 総合到達目標 | <p>■自己の存在意義を知り、社会に貢献する力を養うために、スポーツのルールに従い、実践し、積極的にコミュニケーションを図る能力を修得する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・剣道のルールに従い、参加することができる（第2回～第15回） ・剣道の練習やゲーム等を通して、コミュニケーションができる（第2回～第15回） <p>■心身共に健全な社会人となるために、実技をとおして、自身の体力の現状の課題を捉え、それを踏まえて自身の体力向上や健康維持のためのスポーツの必要性について説明できる能力を修得する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・実技の実践をとおして、自己の体力を把握し改善点を認識できる（第2回～第15回） ・体力向上や健康維持のための剣道を例にスポーツの必要性を具体的に述べるができる（第2回～第15回） | | | | | | | | | | | | |
|---------|--|---|----|---|---|---|--|---|--|---|--|---|--|
| 成績評価方法 | <p>■授業シート（20%）：適用ルーブリック D1 （評価の観点）自身が授業中に実践できるように各種ルール等を調べているか、予習シートで評価します。 （フィードバックの方法）授業時間中に解説を行います。</p> <p>■授業参加度（60%）：適用ルーブリック D1 （評価の観点）剣道を実践し、個々の動作に加え、他者とコミュニケーションを図ることができるか、授業態度で評価します。また、テストの実技到達度も評価します。 （フィードバックの方法）ポータルサイトで出席状況を提示し、コミュニケーションが足りていない学生には、授業時間中に助言します。実技到達度テストでは、テスト終了後に助言を行います。</p> <p>■レポート1回（20%）：適用ルーブリック B1 （評価の観点）学修した剣道に関するルールや内容について説明することができるか、レポートで評価します。 （フィードバックの方法）授業時間中に解説を行います。</p> | | | | | | | | | | | | |
| 履修条件 | 特にありません | | | | | | | | | | | | |
| 履修上の注意点 | 面手ぬぐいの用意が必要になります。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業内容 | <table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="464 972 517 1025">回</th> <th data-bbox="517 972 1497 1025">内容</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="464 1025 517 1205">1</td> <td data-bbox="517 1025 1497 1205"> ①授業テーマ ガイダンス（全体テーマおよび進め方の説明） ②授業概要 授業のテーマや内容、スケジュール、評価方法、次週からの授業準備に必要な物品を把握する（D1）。 ③予習（60分） シラバスを読み、内容をよく把握しておくこと。 ④復習（60分） 次週からの授業に必要な服装等を準備すること。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="464 1205 517 1413">2</td> <td data-bbox="517 1205 1497 1413"> ①授業テーマ 剣道の基本① ②授業概要 剣道の歴史、自然体、礼法について学び、実践できる。アイスブレイクによりチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道の歴史、礼法を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道の礼法を把握し、用具（木刀・竹刀）、基本動作（足さばき）を把握しておくこと。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="464 1413 517 1648">3</td> <td data-bbox="517 1413 1497 1648"> ①授業テーマ 剣道の基本② ②授業概要 足さばき、素振りの基本動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道用具（木刀・竹刀）および剣道の基本動作（足さばき）を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道用具の扱いおよび基本動作（足さばき・素振り）を把握しておくこと。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="464 1648 517 1861">4</td> <td data-bbox="517 1648 1497 1861"> ①授業テーマ 剣道の基本③ ②授業概要 剣道用具の着脱（垂・胴）、空間打突（正面・左右面、小手、胴）の動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道用具の種類を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道用具（垂・胴）のつけ方、基本動作を把握しておくこと。 </td> </tr> <tr> <td data-bbox="464 1861 517 2096">5</td> <td data-bbox="517 1861 1497 2096"> ①授業テーマ 剣道の基本④、打ち方・打たせ方の基本① ②授業概要 打ち方、打たせ方（竹刀打突）、面、小手、胴、一挙動で打つ動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道の基本動作を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道の基本動作を把握し、一挙動で打つまでに必要な技術を把握しておくこと。 </td> </tr> </tbody> </table> | 回 | 内容 | 1 | ①授業テーマ ガイダンス（全体テーマおよび進め方の説明） ②授業概要 授業のテーマや内容、スケジュール、評価方法、次週からの授業準備に必要な物品を把握する（D1）。 ③予習（60分） シラバスを読み、内容をよく把握しておくこと。 ④復習（60分） 次週からの授業に必要な服装等を準備すること。 | 2 | ①授業テーマ 剣道の基本① ②授業概要 剣道の歴史、自然体、礼法について学び、実践できる。アイスブレイクによりチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道の歴史、礼法を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道の礼法を把握し、用具（木刀・竹刀）、基本動作（足さばき）を把握しておくこと。 | 3 | ①授業テーマ 剣道の基本② ②授業概要 足さばき、素振りの基本動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道用具（木刀・竹刀）および剣道の基本動作（足さばき）を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道用具の扱いおよび基本動作（足さばき・素振り）を把握しておくこと。 | 4 | ①授業テーマ 剣道の基本③ ②授業概要 剣道用具の着脱（垂・胴）、空間打突（正面・左右面、小手、胴）の動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道用具の種類を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道用具（垂・胴）のつけ方、基本動作を把握しておくこと。 | 5 | ①授業テーマ 剣道の基本④、打ち方・打たせ方の基本① ②授業概要 打ち方、打たせ方（竹刀打突）、面、小手、胴、一挙動で打つ動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道の基本動作を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道の基本動作を把握し、一挙動で打つまでに必要な技術を把握しておくこと。 |
| 回 | 内容 | | | | | | | | | | | | |
| 1 | ①授業テーマ ガイダンス（全体テーマおよび進め方の説明） ②授業概要 授業のテーマや内容、スケジュール、評価方法、次週からの授業準備に必要な物品を把握する（D1）。 ③予習（60分） シラバスを読み、内容をよく把握しておくこと。 ④復習（60分） 次週からの授業に必要な服装等を準備すること。 | | | | | | | | | | | | |
| 2 | ①授業テーマ 剣道の基本① ②授業概要 剣道の歴史、自然体、礼法について学び、実践できる。アイスブレイクによりチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道の歴史、礼法を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道の礼法を把握し、用具（木刀・竹刀）、基本動作（足さばき）を把握しておくこと。 | | | | | | | | | | | | |
| 3 | ①授業テーマ 剣道の基本② ②授業概要 足さばき、素振りの基本動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道用具（木刀・竹刀）および剣道の基本動作（足さばき）を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道用具の扱いおよび基本動作（足さばき・素振り）を把握しておくこと。 | | | | | | | | | | | | |
| 4 | ①授業テーマ 剣道の基本③ ②授業概要 剣道用具の着脱（垂・胴）、空間打突（正面・左右面、小手、胴）の動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道用具の種類を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道用具（垂・胴）のつけ方、基本動作を把握しておくこと。 | | | | | | | | | | | | |
| 5 | ①授業テーマ 剣道の基本④、打ち方・打たせ方の基本① ②授業概要 打ち方、打たせ方（竹刀打突）、面、小手、胴、一挙動で打つ動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。 ③予習（60分） 剣道の基本動作を把握しておくこと。 ④復習（60分） 剣道の基本動作を把握し、一挙動で打つまでに必要な技術を把握しておくこと。 | | | | | | | | | | | | |

| | |
|----|--|
| 6 | <p>①授業テーマ 剣道の基本⑤、打ち方・打たせ方の基本②</p> <p>②授業概要 剣道具の着脱（垂・胴・面・小手）、打ち方・打たせ方（面、小手、胴）の基本の受け方について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。</p> <p>③予習（60分） 剣道具（面）を自身で装着できるようにその手順を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 剣道具（面）のつけ方、打ち方・打たせ方の基本動作を把握しておくこと。</p> |
| 7 | <p>①授業テーマ 打ち方・打たせ方の応用①</p> <p>②授業概要 踏み込んでの打ち方・打たせ方（面、小手、胴）の基本動作について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。</p> <p>③予習（60分） 剣道の踏み込み動作を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 剣道の踏み込んでの打ち方・打たせ方を把握しておくこと。</p> |
| 8 | <p>①授業テーマ 打ち方・打たせ方の応用②</p> <p>②授業概要 踏み込んでの打ち方・打たせ方（面、小手、胴）の基本の受け方、及び応用技術について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。</p> <p>③予習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作、及び応用技術を把握しておくこと。</p> |
| 9 | <p>①授業テーマ 打ち方・打たせ方の応用③</p> <p>②授業概要 踏み込んでの打ち方・打たせ方（面、小手、胴）の基本の受け方、及び応用技術（切り返し）について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。</p> <p>③予習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作、及び応用技術を把握しておくこと。</p> |
| 10 | <p>①授業テーマ 打ち方・打たせ方の応用④</p> <p>②授業概要 踏み込んでの打ち方・打たせ方（しかけ技・連続技、払い技）の基本の受け方、及び応用技術について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。</p> <p>③予習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作、及び応用技術を把握しておくこと。</p> |
| 11 | <p>①授業テーマ 打ち方・打たせ方の応用⑤</p> <p>②授業概要 踏み込んでの打ち方・打たせ方（応じ技・抜き技、すり上げ技、返し技）の基本の受け方、及び応用技術について学び、実践できる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。</p> <p>③予習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作、及び応用技術を把握しておくこと。</p> |
| 12 | <p>①授業テーマ 剣道の互角練習①</p> <p>②授業概要 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作を用いて、互角練習ができる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。</p> <p>③予習（60分） 剣道の互角練習を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作、及び互角練習を把握しておくこと。</p> |
| 13 | <p>①授業テーマ 剣道の互角練習②</p> <p>②授業概要 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作を用いて、互角練習ができる。試合の場面を想定して戦略を練ることができる。剣道を通してチームメイトとコミュニケーションを図ることができる（D1）。</p> <p>③予習（60分） 剣道の互角練習を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 踏み込んでの打ち方・打たせ方の基本動作、及び互角練習を把握しておくこと。</p> |
| 14 | <p>①授業テーマ まとめ①</p> <p>②授業概要 これまでに学習したことを総括し、授業内テストを行う（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） これまでに行った剣道の技術を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） これまでの内容を振り返り、自身に必要な能力を再検証すること。</p> |

| | |
|-------------|---|
| | 15 ①授業テーマ まとめ② ②授業概要 これまでに学習したことを総括し、授業内テストを行う（B1・D1）。 ③予習（60分） これまでに行った剣道の技術を把握しておくこと。 ④復習（60分） これまでの内容を振り返り、自身に必要な能力を再検証すること。 |
| 関連科目 | 「スポーツ講義」「スポーツ実技1」（1年次開講科目）ならびに「スポーツ実技3<集中>」（2年次開講科目）は、本講と関係します。 |
| 教科書 | 特にありません |
| 参考書・参考URL | 特にありません |
| 連絡先・オフィスアワー | <ul style="list-style-type: none"> ■連絡先 開講時に告知します。 ■オフィスアワー 開講時に告知します。 |
| 研究比率 | |

