



タイトル「**2024年度スポーツ科学部(公開用)**」、フォルダ「**実務経験のある教員による科目**」  
シラバスの詳細は以下となります。



|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |    |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|----|
| 科目ナンバー        | RMGT/SSCS1205                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |      |    |
| 科目名           | スポーツ実技 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |      |    |
| 担当教員          | 上原 優香                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |      |    |
| 対象学年          | 1年,2年,3年,4年                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 開講学期 | 前期 |
| 曜日・時限         | 水 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |      |    |
| 講義室           | 柔道場                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 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） | D Pコード 学修のゴールを示すディプロマポリシー（D P）との関連<br>D P 2 国際的教養人としての感性とグローバルに行動できるコミュニケーション能力<br>■ C R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（C R）との関連<br>D 1 市民的素養と参加－ 8 0 % ・ B 1 自己啓発－ 2 0 %                                                                                                                                                                                                                                          |      |    |
| 教員の実務経験       | 現役中は全日本選手権や世界選手権で優勝し、引退した現在は日本大学女子柔道部のコーチとして指導しています。本授業では、柔道競技の特性や独特な動きについて、実務上の経験と知識を活かして、柔道の基本や正確な動きを講義します。（第 7 回・第 9 回・第 11 回・第 1 3 回）                                                                                                                                                                                                                                                                                     |      |    |
| 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<br>2 進期～ 3 発展期                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |      |    |
| 科目概要・キーワード    | 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、体力測定とそれに関わる講義及びスポーツ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。授業形態は実技により行います。なお、対応するコンピテンシーに基づき効果的な授業方法として、又は授業を補完・代替するためオンライン授業（オンデマンド型・ライブ配信型）を取り入れる場合があります。<br>■キーワード：生涯スポーツ、コミュニケーション、自己啓発                                                                                                                     |      |    |
| 授業の趣旨         | ■副題 柔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。<br>■目的 柔道の実践を通して、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。<br>■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、実際に体力測定を行うことで、自身の体力を把握し、今後の生活習慣改善を検討します。また、スポーツ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。 |      |    |

| 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、スポーツをルールに従い、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"> <li>・各種スポーツのルールに従い、参加することができる（第2回～第15回）</li> <li>・スポーツを通して、コミュニケーションができる（第2回～第15回）</li> <li>・自身の体力レベルを把握し、自身に合わせた運動計画を検討することができる（第1回～第15回）</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 成績評価方法  | <p>■授業シート（80%）：適用ルーブリック D 1<br/>（評価の観点）ルールに従いスポーツを実践し、他者とコミュニケーションを図ることができるか、授業シートで評価します。<br/>（フィードバックの方法）授業時間中に解説します。</p> <p>■レポート1回（20%）：適用ルーブリック B 1<br/>（評価の観点）学修したスポーツ・運動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、レポート等で評価します。<br/>（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    | 特になし                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 履修上の注意点 | 柔道衣が必要です                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 授業内容    | <table border="1"> <thead> <tr> <th>回</th><th>内容</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td><td> <p>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）</p> <p>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（D 1）。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> </td></tr> <tr> <td>2</td><td> <p>①授業テーマ 体力測定①</p> <p>②授業概要 体力を測定する。また、体力測定を通じて、チームメイトとコミュニケーションを図る（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の方法について調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の体力測定データを管理、把握しておくこと。</p> </td></tr> <tr> <td>3</td><td> <p>①授業テーマ 体力測定②</p> <p>②授業概要 体力を測定する。また、体力測定を通じて、チームメイトとコミュニケーションを図る（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の方法について調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の体力測定データを管理、把握しておくこと。</p> </td></tr> <tr> <td>4</td><td> <p>①授業テーマ 体力測定の解説、及びスポーツの意義</p> <p>②授業概要 体力測定を通して自身の体力の現状の課題を捉えることができ、その結果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することができる（B 1・D 1）。授業の後半にレポートを実施する。解説は後日、授業時間中に行う。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の全国平均値を調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の不足する体力項目を把握し、今後の生活におけるスポーツの必要性を考えること。</p> </td></tr> <tr> <td>5</td><td> <p>①授業テーマ 柔道の理念・礼法</p> <p>②授業概要 先週実施したレポートの解説を受け、スポーツの必要性について説明することができる。また、柔道理念について・礼法について学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 柔道の歴史、基本理念を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った礼法を練習しておくこと。</p> </td></tr> <tr> <td>6</td><td> <p>①授業テーマ 柔道着の着用方法・礼法</p> <p>②授業概要 柔道着の着用方法・礼法を学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 柔道の基本動作について調べておくこと。</p> <p>④復習（60分） 柔道着を自分で着用できる、また礼法を練習しておくこと。</p> </td></tr> <tr> <td>7</td><td> <p>①授業テーマ 基本動作及び受け身①</p> <p>②授業概要 実務経験を踏まえて受け身の意味を学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p> </td></tr> </tbody> </table> | 回 | 内容 | 1 | <p>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）</p> <p>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（D 1）。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> | 2 | <p>①授業テーマ 体力測定①</p> <p>②授業概要 体力を測定する。また、体力測定を通じて、チームメイトとコミュニケーションを図る（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の方法について調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の体力測定データを管理、把握しておくこと。</p> | 3 | <p>①授業テーマ 体力測定②</p> <p>②授業概要 体力を測定する。また、体力測定を通じて、チームメイトとコミュニケーションを図る（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の方法について調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の体力測定データを管理、把握しておくこと。</p> | 4 | <p>①授業テーマ 体力測定の解説、及びスポーツの意義</p> <p>②授業概要 体力測定を通して自身の体力の現状の課題を捉えることができ、その結果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することができる（B 1・D 1）。授業の後半にレポートを実施する。解説は後日、授業時間中に行う。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の全国平均値を調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の不足する体力項目を把握し、今後の生活におけるスポーツの必要性を考えること。</p> | 5 | <p>①授業テーマ 柔道の理念・礼法</p> <p>②授業概要 先週実施したレポートの解説を受け、スポーツの必要性について説明することができる。また、柔道理念について・礼法について学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 柔道の歴史、基本理念を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った礼法を練習しておくこと。</p> | 6 | <p>①授業テーマ 柔道着の着用方法・礼法</p> <p>②授業概要 柔道着の着用方法・礼法を学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 柔道の基本動作について調べておくこと。</p> <p>④復習（60分） 柔道着を自分で着用できる、また礼法を練習しておくこと。</p> | 7 | <p>①授業テーマ 基本動作及び受け身①</p> <p>②授業概要 実務経験を踏まえて受け身の意味を学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p> |
| 回       | 内容                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 1       | <p>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）</p> <p>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（D 1）。</p> <p>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。</p> <p>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。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 2       | <p>①授業テーマ 体力測定①</p> <p>②授業概要 体力を測定する。また、体力測定を通じて、チームメイトとコミュニケーションを図る（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の方法について調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の体力測定データを管理、把握しておくこと。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 3       | <p>①授業テーマ 体力測定②</p> <p>②授業概要 体力を測定する。また、体力測定を通じて、チームメイトとコミュニケーションを図る（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の方法について調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の体力測定データを管理、把握しておくこと。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 4       | <p>①授業テーマ 体力測定の解説、及びスポーツの意義</p> <p>②授業概要 体力測定を通して自身の体力の現状の課題を捉えることができ、その結果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することができる（B 1・D 1）。授業の後半にレポートを実施する。解説は後日、授業時間中に行う。</p> <p>③予習（60分） 体力測定の全国平均値を調べてくること。</p> <p>④復習（60分） 自身の不足する体力項目を把握し、今後の生活におけるスポーツの必要性を考えること。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 5       | <p>①授業テーマ 柔道の理念・礼法</p> <p>②授業概要 先週実施したレポートの解説を受け、スポーツの必要性について説明することができる。また、柔道理念について・礼法について学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 柔道の歴史、基本理念を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った礼法を練習しておくこと。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 6       | <p>①授業テーマ 柔道着の着用方法・礼法</p> <p>②授業概要 柔道着の着用方法・礼法を学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p> <p>③予習（60分） 柔道の基本動作について調べておくこと。</p> <p>④復習（60分） 柔道着を自分で着用できる、また礼法を練習しておくこと。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |
| 7       | <p>①授業テーマ 基本動作及び受け身①</p> <p>②授業概要 実務経験を踏まえて受け身の意味を学び、実践することができる。柔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（D 1）。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |    |   |                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                            |   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                                                                                                                                                        |   |                                                                                                           |

|             |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | <p>③予習（60分） 授業で行った基本動作を反復練習をしておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った基本動作、受け身を練習しておくこと。</p>                                                                                                                                                                                                             |
| 8           | <p>①授業テーマ 基本動作及び受け身②</p> <p>②授業概要 受け身を段階的に学び、実践することができる。柔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） 受け身について種類を調べておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った基本動作、受け身を練習しておくこと。</p>                                                                                                                 |
| 9           | <p>①授業テーマ 基本の固め技①</p> <p>②授業概要 実務経験を踏まえて固め技を学び、実践することができる。柔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） 固め技について調べておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った固め技を練習しておくこと。</p>                                                                                                                       |
| 10          | <p>①授業テーマ 基本の固め技②</p> <p>②授業概要 固め技を学び、実戦形式の練習を行うことができる。柔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） 固め技について調べておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った固め技を練習しておくこと。</p>                                                                                                                          |
| 11          | <p>①授業テーマ 基本の投げ技①</p> <p>②授業概要 実務経験を踏まえて投げ技を学び、実践することができる。柔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） 投げ技について調べておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った受け身及び投げ技を反復練習をしておくこと。</p>                                                                                                               |
| 12          | <p>①授業テーマ 基本の投げ技②</p> <p>②授業概要 投げ技を学び、実践することができる。柔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） 授業で行った受け身及び投げ技を反復練習をしておくこと。</p> <p>④復習（60分） 授業で行った受け身及び投げ技を反復練習をし、合理的な連絡技を調べておくこと。</p>                                                                                                 |
| 13          | <p>①授業テーマ 投げ技の連絡技</p> <p>②授業概要 実務経験を踏まえてこれまで学んだ技を繋げ、連絡技を実践することができる。柔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） 授業で行った受け身及び投げ技を反復練習をし、合理的な連絡技を調べておくこと。</p> <p>④復習（60分） 礼法・受け身・投げ技・連絡技・固め技を把握し、実技テストで行えるようにしておくこと。</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。礼法・受け身・投げ技・連絡技・固め技を把握し、実践することができる（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） 柔道の授業を通じ学んだことについてまとめておくこと。</p> <p>④復習（60分） これまで行った練習方法で反復練習しておくこと。</p>                                                                                                       |
| 15          | <p>①授業テーマ まとめ②</p> <p>②授業概要 これまで学んできたことを総括し柔道を行うことができる。スポーツにおけるコミュニケーションの重要性を説明できる（B1・D1）。</p> <p>③予習（60分） これまで学んできた技術を振り返り、その要点について整理をしておくこと。スポーツにおけるコミュニケーションの重要性を把握しておくこと。</p> <p>④復習（60分） 柔道の内容を振り返り、自身の反省点を挙げるとともに、今後の健康維持のために必要な運動について考察すること。スポーツにおけるコミュニケーションの重要性を説明できるようにしておくこと。</p> |
| 関連科目        | 「スポーツ実技1」（1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 | ■オフィスアワー<br>開講時に連絡します。                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 研究比率        |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |



---

Copyright (c) 2016 NTT DATA KYUSHU CORPORATION. All Rights Reserved.