

科目名 Class	入学年度 Admission Year	開講学年・学期 School Year, Semester	単位数 Credit	必・選	授業担当者 Instructor	実務 経験
スポーツ理論	～218	2年生・前期	2単位	選択	桑野裕文	
履修の前提条件	スポーツ(する、みる、魅せる、支える)に関心があり、スポーツ(身体活動・運動)の実践を心掛けている人					
授業概要 (Course Outline)						
1. 日常生活における行動体力 ①トレーニング法 ②発育発達に応じた運動 2. スポーツ文化 ①スポーツの歴史 ②スポーツの実践						
授業を通して修得できる力 (Competency Goals)						
知識・理解の観点 Knowledge and Understanding	多文化・異文化に関する知識の理解 Multiple Culture / Different Culture					○
	人類の文化・社会と自然に関する知識の理解 Human Culture / Society / Nature					○
汎用的技能の観点 Generic Skills	コミュニケーション・スキル Reading / Writing / Speaking / Listening					○
	数量的スキル Mathematics					
	情報リテラシー Information Literacy					
	論理的思考力 Logical Thinking / Creative Thinking					
	問題解決力 Problem Solving					○
態度・志向性の観点 Personal Qualities	建学の精神 University Founding Philosophy					○
	自己管理力 Self-management					○
	チームワーク Teamwork					○
	リーダーシップ Leadership					
	倫理観 Ethical Sense					○
	市民としての社会的責任 Social Responsibility					
生涯学習力 Lifelong Learning					○	
到達目標 (Objectives)						
豊かなスポーツライフ(スポーツを生活の一部に取り入れた健康な生活)を送るための基礎知識とスポーツ実践法への理解を深める。						
事前学習の内容	トレーニング実践					
事後学習の内容	測定結果の集計・分析					
能動的学習【アクティブラーニング】の内容 (Active Learning)						
①スポーツクラブでのトレーニング体験 ②スポーツイベントへの参加ボランティア活動(補助役員)						
教員との連絡方法・オフィスアワー (Office Hour)						
研究室(359研究室)、オフィスアワー時間内、部活動指導時間内に随時受け付ける。						
その他 (Others)・外部試験との関連・学習の確認(ポートフォリオの作成と提出)について						
スポーツ関連の資格(指導者、トレーナー、審判、他)講座受講・資格有資格者は成績評価の対象とする。ポートフォリオシート「科目別履修確認チェック表」に必要事項を記入し最終講義時に提出して下さい。						

授業計画 (Course Schedule)			
テーマ Theme			
第1回	1. スポーツ	(1)スポーツと体育の違い(成り立ち)	
第2回		(2)日本のスポーツ(歴史、競技スポーツ、ニュースポーツ)	
第3回		(3)世界のスポーツ(歴史、組織)	
第4回		(4)オリンピック(歴史、商業オリンピック、オリンピックムーブメント)	
第5回	2. トレーニング	(1)トレーニングの原則(運動、栄養、休養、トレーニング機器)	
第6回		(2)年齢別・種目別トレーニング(ウェイトトレーニング)	
第7回		(3)スポーツマッサージ、テーピング、準備運動とクールダウン	
第8回	中間試験・レポート作成		
第9回	3. スポーツライフ	(1)スポーツクラブ(企業スポーツクラブ、総合型スポーツクラブ、スポーツ少年団)	
第10回		(2)スポーツイベント(参加型イベント、観るイベント、世界規模のイベント)	
第11回		(3)プロスポーツ(野球、サッカー、相撲、他)	
第12回		(4)スポーツメディア(TV、雑誌、他)	
第13回		(5)スポーツ傷害(傷害と障害、発育期の傷害、種目別傷害、RICE)	
第14回		(6)スポーツとルール(スポーツルールの機能と構造)	
第15回		(7)スポーツ行政とスポーツの将来像	
第16回	定期試験		
教科書 (Textbooks)			
書名 Title	著者名 Author	出版社 Publisher	ISBNコード ISBN Code
教員作成のプリント配布			
参考文献 (Reference Books)			
書名 Title	著者名 Author	出版社 Publisher	ISBNコード ISBN Code
教養としてのスポーツ科学 健康・運動・スポーツの科学	鈴木一行 鈴木一行	大修館 大修館	4-469-26521-7 4-469-26654-2
成績評価方法 (Grading Criteria / Method of Evaluation)			
スポーツ関連資格講座受講者・有資格者、スポーツイベントボランティア活動者、レポート提出者及び定期試験結果を成績評価の対象とする。			