

| 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 | | | | | ○ |
| | 自己管理能力 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。 | | | |