

履修コード/科目名称	550751 / 健康・スポーツ実習 550752 / 健康・スポーツ実習	
開講年度・期	2024年 通年	開講曜日・時限
単位数	2	
付記		
主担当教員氏名(カナ)	深井 正樹 (フカイ マサキ)	
副担当教員氏名(カナ)	下谷内 勝利 (シモヤチ カツトシ) 出井 章雅 (デイ アキマサ)	
授業概要	下記の URL または、KONECO トップページ左側にある関連サイト欄【「健康・スポーツ実習」シラバス】から、種目ごとのシラバスを閲覧してください。 https://www.komazawa-u.ac.jp/campuslife/studies/undergraduate/registration/sports-syllabus.html	
到達目標(ねらい)	「授業概要」欄のとおり	
授業スケジュール	同上。 第1回 対面でオリエンテーションと種目選択を実施します。 所定の授業実施場所、時間に集合してください。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。	
履修上の留意点等	履修上の注意 ○第1回目の授業は対面でオリエンテーションと種目選択を実施します。 所定の授業実施場所、時間に集合してください。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。 なお、初回授業を欠席してしまった場合は、第2回の授業開始前までに玉川キャンパスの体育教員室(第2体育館2階)を訪問のうえ、その旨を相談してください。 ○実技実習においては、スポーツや運動に適したウェアとシューズを着用してください。 ○オンライン授業の場合(オンデマンド型、リアルタイム配信型等) 1. WebClassの学内システムを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらいます。 2. 軽運動を実施する内容が含まれる授業回もあります。 遠隔授業(オンライン授業)の実施回数 ○対面での授業開講・受講が難しいと判断された場合にはWebClassを活用してオンライン授業を行います。	
遠隔授業(オンライン授業)の実施回数		
成績評価の方法	試験	
	レポート	
	小テスト	
	平常点	
	100%	内訳は、種目によって異なります。
教科書/テキスト		
参考書 ▶ 図書館蔵書検索		
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	「授業概要」欄のとおり	
関連リンク		
実務経験がある教員による授		

業科目

アクティブラーニング型の授
業科目

履修コード/科目名称	550751 / 健康・スポーツ実習 (ゴルフ)		
開講年度	2024年	開講曜日・時限	金・1
担当教員氏名 (カナ)	下谷内 勝利 (シモヤチ カツトシ)		

授業概要	生涯スポーツのひとつであるゴルフの理論と実践を学習する。		
到達目標 (ねらい)	安全にラウンドプレーをする為の基礎知識、技術、およびマナーを身につけてもらい、生涯スポーツのひとつとしてその礎を築くことを目標とする。		
授業スケジュール	第1回	種目選択・種目別ガイダンス	
	第2回	ゴルフスイングの基礎 (グリップ、アドレス、スイング)	
	第3回	打撃練習 (ピッチングウェッジ=PW)	
	第4回	打撃練習 (PW)	
	第5回	打撃練習 (PW・7アイアン)	
	第6回	打撃練習 (PW・7アイアン)	
	第7回	打撃練習 (PW・7アイアン・1ウッド)	
	第8回	ラウンドプレー (模擬コース) (ゴルフコース、マナー、エチケットの解説)	
	第9回	ラウンドプレー (模擬コース) ストロークプレイ	
	第10回	ラウンドプレー (模擬コース) ストロークプレイ	
	第11回	ラウンドプレー (模擬コース) ストロークプレイ	
	第12回	パッティング (ゴルフコースおよびゴルフクラブの解説)	
	第13回	パッティング	
	第14回	パッティング	
	第15回	パッティング	
準備学習	予備知識としてテレビ等でゴルフの試合が放送される場合は、テレビ観戦してほしい。		
履修上の留意点等	<p>第1回目の授業はオリエンテーションと種目選択を実施するため、所定の授業実施場所、時間に集合してもらいたい。授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定することから必ず出席してほしい。なお、初回授業を欠席してしまった場合は、WebClassでの連絡か第2回の授業開始前までに玉川キャンパスの体育教員室(第2体育館2階)を訪問のうえ、その旨を相談してほしい。</p> <p>雨天および強風時は、教場を変更する場合がありますので掲示板を確認すること。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 服装は、一般的なスポーツウエアとする。 2. シューズは、運動靴 (スパイク不可) とする。 3. ゴルフ用グローブ (1000円程度) を各自用意すること。 4. 教場への携帯電話の持込は厳禁。 5. 全授業回対面で行う予定であるが、オンライン授業 (オンデマンド型、リアルタイム配信型等) になった場合は以下の通りである。 <p>Web Class や Google Meet 等の学内システムを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出してもらおう。</p>		
遠隔授業 (オンライン授業) の実施回数	必要と判断した際に、Web Class にて連絡する。		
成績評価の方法	70%	平常点	
	30%	実技点	
	平常点 (積極性・協調性・受講態度等) 70%、実技点30%とする。実技科目であることから授業に出席して実技を実践することが重要となる。遅刻、欠席は減点の対象とする。実技点は模擬コースでのスコアのランキングで評価する。		
教科書/テキスト	特に指定しない。		
参考書	WebClass にて提供する予定である。		
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	特に大きな改善点については指摘されていない。		
関連リンク	http://www.jga.or.jp/jga/isp/index.html		
実務経験がある教員による授業科目	該当しない。		

履修コード/科目名称	550751 / 健康・スポーツ実習 (室内球技)		
開講年度	2024年	開講曜日・時限	金・1
担当教員氏名(カナ)	深井 正樹 (フカイ マサキ)		
授業概要	室内球技スポーツ(バスケットボール・バレーボール・バドミントン等)を教材とし、各種目の基礎技術やルールを学び、各種目の理解を深める。		
到達目標(ねらい)	各球技を通じて、仲間とコミュニケーションを図りながら、ルールやマナーといった楽しさを理解すると共に、健康・体力の増進を目的とする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション 種目選択・種目別ガイダンス□	
	第2回	バスケットボール	
	第3回	バスケットボール	
	第4回	バスケットボール	
	第5回	バスケットボール	
	第6回	バレーボール	
	第7回	バレーボール	
	第8回	バレーボール	
	第9回	バレーボール	
	第10回	バドミントン	
	第11回	バドミントン	
	第12回	バドミントン	
	第13回	バドミントン	
	第14回	受講者と相談のうえ種目を決定	
	第15回	まとめ	
準備学習	特になし		
履修上の留意点等	<p>履修上の注意点</p> <p>○第1回目の授業はオリエンテーションと種目選択を実施します。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。 なお、初回授業を欠席してしまった場合は、WebClassでの連絡か第2回の授業開始前までに玉川キャンパスの体育教員室(第2体育館2階)を訪問のうえ、その旨を相談してください。</p> <p>○スポーツに適したウェアとシューズを着用してください。</p> <p>○オンライン授業の場合(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)</p> <ol style="list-style-type: none"> WebClassを用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出します。 軽運動を実施する内容が含まれることもあります。 <p>遠隔授業(オンライン授業)の実施回数</p> <p>○対面での授業開講・受講が難しいと判断された場合には、WebClassを活用してオンライン授業を行います。</p>		
遠隔授業(オンライン授業)の実施回数			
成績評価の方法	70%	平常点	
	30%	実技	
	出席、授業への取り組み態度、意欲を総合して成績評価する。		
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	前年度アンケートにおいて総合的に良い評価を得ているが、より学生が興味を持ち、積極的に授業に参加できるよう心がける。		
関連リンク			
実務経験がある教員による授業科目			

履修コード/科目名称	550751 / 健康・スポーツ実習 (テニス)		
開講年度	2024年	開講曜日・時限	金・1
担当教員氏名(カナ)	出井 章雅 (デイ アキマサ)		

授業概要	テニスは年齢や性別問わず一生楽しめるスポーツです。「競技」としてのテニスは運動量が多く、タフなスポーツですが、授業では「生涯スポーツ」の一環として捉え、自己の体力及び技術の向上を目的とします。そして仲間と力を合わせ「運動の楽しさ」やフィットネス・スキルの向上を計り、スポーツのもつリーダーシップ・フォローシップの理解度を深め、心身共に豊かな人間性の成長を学んでいきます。□		
到達目標(ねらい)	グラウンドストローク、ボレー、スマッシュ、サービスなどの個々の基本的打球技術の習得と、ルールやマナーを理解する。また、テニスを通じてスポーツの持つ価値を実感し、自分の能力や技術に合わせた楽しみ方を身につけスポーツを生活の一部として養ってほしいと考えます。さらに、経験者や未経験者においても共通の体験・経験を通して、大学時代でなければ得られない人間関係を作り、社会性を養い、総合的人格の形成を目指していきます。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション 種目選択・種目別ガイダンス□	
	第2回	テニピン、ラケットティング、ミニストローク	
	第3回	ラケットティング、ボレー、ミニストローク(ボールの回転やグリップの特性)	
	第4回	ストロークの基本技術 簡易ゲーム	
	第5回	スマッシュ、サービスの基本技術 簡易ゲーム	
	第6回	ボレーの基本技術 簡易ゲーム	
	第7回	ラリーを通しての応用練習	
	第8回	PLAY&STAYの導入 簡易ゲーム	
	第9回	半面でのシングルスゲーム	
	第10回	半面でのシングルスゲーム(団体戦)	
	第11回	ダブルスのルールと戦術	
	第12回	シングルス・ダブルスのゲーム(団体戦)	
	第13回	シングルス・ダブルスのゲーム(団体戦)	
	第14回	ダブルスのゲーム(トーナメント)	
	第15回	理解度の確認	
準備学習	体育実技なので、フルに動けるよう体調管理に留意すること。 授業内でも説明するが、あらかじめテニスのルールを理解しておくこと。		
履修上の留意点等	<p>○第1回目の授業はオリエンテーションと種目選択を実施します。 授業概要について説明し、前後期の選択種目を決定します。必ず出席してください。なお、初回授業を欠席してしまった場合は、WebClassでの連絡か第2回の授業開始前までに玉川キャンパスの体育教員室(第2体育館2階)を訪問のうえ、その旨を相談してください。</p> <p>○スポーツに適したウェアとシューズを着用してください。</p> <p>○オンライン授業の場合(オンデマンド型、リアルタイム配信型等)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. WebClass を用いて、資料配信、音声解説、動画等を使用して授業を行い、課題を提出します。 2. 軽運動を実施する内容が含まれることもあります。 		
遠隔授業(オンライン授業)の実施回数	○対面での授業開講・受講が難しいと判断された場合には、WebClassを活用してオンライン授業を行います。		
成績評価の方法	50%	平常点	
	50%	実技点	
	成績評価の主な、授業に取り組む姿勢が重要となる。出席率は8割以上とする。実技テストは行わず、毎回の簡易ゲームや総当たり戦の結果が実技点となる。		
教科書/テキスト	なし		
参考書	新版テニス指導教本(大修館書店)、JTAテニスルールブック ※必要毎に配布していきます。		
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	今年度より実施の授業であるため、学生によるアンケートはありません。		
関連リンク			
実務経験がある教員による授業科目	当科目はテニス(硬式)分野の実務経験を有する教員による授業科目です。		