

科目名	体育実技 I (基礎) Physical Trainig I		担当教員 (研究室番号)	大西 範和 (501)		教員への連絡方法 (メールアドレス)						
履修年次	1年次 前期	科目 区分	教養・基礎科目		選択 区分	必修	単位数 (時間)	1(30)	授業 形態	実技	科目等 履修生	否
										オープンクラス	否	
科目 目的	本授業科目では、スポーツ（バドミントン）を題材とする。バドミントンのおもしろさを味わえる程度の技術を身につけることを目的に、毎回の授業の目標に応じた課題に取り組む。また、対抗戦での勝利をめざして自ら工夫しチームの仲間と協力し合う中から、技術を習得していく力やチームとして動く力をともに学びあう。心身のリフレッシュも体験し、健康な生活のために運動やスポーツを役立てたい。											
ディプロマ・ ポリシー (DP)	主要なDP	B 人々の生活に根ざした看護を実践するための幅広い教養と専門的知識を有している。（知識・理解）										
	関連する DP	C 多様な考え方や文化的背景を持つ人々の特徴に応じて、自らの看護活動の必要性や方法を説明するためのコミュニケーション能力を有している。（技能・表現）										
到達 目標	1. ゲームを十分に楽しみ、チーム対抗戦などで活躍できる程度の技術や戦術を使うことができる。（B） 2. 身体の動きやバドミントンの技術等についての知識を身につけ、プレーに活用できる。（B） 3. チーム内外で協力して、技術練習や対抗試合などを行うことができる。（C）											
成績評価方法 (基準)	毎時の活動、特に授業やグループワークへの取り組みを評価する(60%)、Web講義における課題への取り組みを評価する(40%)、出欠席状況（1回の欠席で-5%）											
再試験の有無と 基準等	毎時の活動状況をもとに成績評価を行うため、再試験は実施できない。											
教科書	特になし											
参考書等	特になし											
学生の主体性を伸ばすための教育方法と 学生への期待	本科目では、バドミントンの技術や戦術を段階的に高めることを目的としたプログラムを受け手として体験すること。自己の向上を体感すると共に、目的とそれを達成する手段の設定に触れ、体育実技 II におけるプログラムの計画・実施に役立てる。協調してスポーツ活動を行う中で、担当した役割を責任を持って果たす姿勢や仲間作りのための能力も身につけ、生涯にわたり人との関係を大切にすることを育て、医療・看護で問われる協調性を伸ばして欲しい。											
備考	対面授業においては、感染予防対策を大学の基準等に準じて行う。1クラスを2グループに分け、対面授業とWeb授業を隔週で交互に実施する。さらなる感染防止対策が求められる場合には、全面的にWeb上で実施する等の対策を行う。											
回	学習項目		学習内容					主担当 教員	授業 方法			
1回	ガイダンス		授業内容、出欠席の扱いや成績評価に関する説明、コートの設定、整備方法や潜在するリスクに関する説明やグループ分けを行う。					大西	講義			
2回	ドライブを打つ		身体の前で鋭くコンパクトに羽ばたくイメージのラケットスイングができるようにする。簡単なゲームを行う。					大西	実技			
3回	課題学習「バドミントンとは」		バドミントン競技の歴史や概要、ストロークの種類とラケットの持ち方について学ぶ。					大西	講義			
4回	オーバーハンドストロークで打つ		翼で大きく羽ばたくイメージを持ち、ラケットをオーバーハンドで大きくスイングできるようにする。簡単なゲームを行う。					大西	実技			
5回	課題学習「ラケットの動きを支える上肢の運動」		ラケットのストロークに必要な関節の動きについて理解し、シャトルを捉えて強くはじき返すことができるようイメージを高める。					大西	講義			
6回	ヘアピンショットを打つ		ラケットをシャトルの方向に出し、ラケットを持った脚をステップさせてシャトルを運ぶ、柔らかいタッチを身につける。簡単なゲームを行う。					大西	実技			
7回	課題学習「ラケットの動きを支える上肢の運動②オーバーハンドストローク」		オーバーハンドストロークに必要な関節の動きについて理解し、シャトルを捉えて強くはじき返すことができるようイメージを高める。					大西	講義			
8回	アンダーハンドストロークで打つ		ラケットをシャトルの方向に出し、ラケットを持った脚をステップさせ、コンパクトなスイングでシャトルを上方向にはじく。簡単なゲームを行う。					大西	実技			
9回	課題学習「フットワークと身体の移動」		ストロークを十分な体勢で行うための、脚の動きについて学ぶ。					大西	講義			
10回	サイドアームのストロークで打つ		サイドに動いてサイドアームのストロークで打つことのできるようなフットワークと上半身の動きを学ぶ。現行ルールでのゲームを行う。					大西	実技			
11回	課題学習「現行ルール」		現行の日本バドミントン協会が採用しているルールについて学ぶ。					大西	講義			
12回	グループ対抗戦①		日本バドミントン協会採用のルールで、チーム対抗戦を行う。					大西	実技			
13回	課題学習「シングルスゲーム分析」		オリンピックなどの一流選手が競技するシングルスゲームを視聴し、ゲームに活用できるよう、学習した内容をもとに分析してみる。					大西	講義			
14回	グループ対抗戦②		日本バドミントン協会採用のルールで、チーム対抗戦を行う。					大西	実技			

回	学習項目	学習内容	主担当 教員	授業 方法
15回	課題学習「ダブルスのゲーム分析」	オリンピックなどの一流選手が競技するダブルスゲームを視聴し、ゲームに活用できるよう、学習した内容をもとに分析してみる。	大西	講義

学 習 課 題

1回目課題（事後）：2回目以降に効果的な授業参加ができるよう準備を進める。  
 2～15回目課題（事後）：対面授業を行ったグループは、実技で学習した技術などの内容を復習し、Web講義で深められるよう理解する。  
 2～15回目課題（事後）：Web授業を行ったグループは、教材で学習した内容を理解し、対面授業や他の場面で活用できるように深める。

実務経験を活かした教育の取組

--