

2023 年度 長岡大学シラバス

授業科目名 科目コード	健康とスポーツ (Health Promotion and Sports) 141034-14-000					担当教員	桐生 拓 (キリュウ タク)		
科目区分	教養科目	必修・ 選択区分	選択	単位 数	2	配当年次	1 年次	開講期	通年
科目特性	協同学修型 AL/課題解決型 AL								

① 授業のねらい・概要
生涯を通じて健康的に過ごすために、身体的・精神的・社会的側面から健康問題にアプローチし実践的に学ぶ。より発展的な理論・技術はもちろん、グループワークやスポーツという身体活動で人とのかかわり方も重要と理解し実践を狙いとしている。よって実技と講義を両軸と捉え授業を展開する。
② ディプロマ・ポリシーとの関連
コミュニケーション能力/情報収集・分析力を養う
③ 授業の進め方・指示事項
主にグループでの発表活動と実技を行う。グループの編成を行うので初回講義の出席を基本とする。また、実技においては運動に適したスポーツウェア、シューズ(うち履き)で授業に参加すること。
④ 関連科目・履修しておくべき科目
特になし。ただし日常生活で運動・健康に関する事象に興味をもって生活することが望ましい
⑤ テキスト (教科書)
テキスト指定なし。
⑥ 参考図書・指定図書
早稲田大学スポーツ科学学術院 編(2011) 教養としてのスポーツ科学 改訂版 大修館書店
⑦ 評価 A に対応する具体的な学習到達目標の目安
(i) 健康に関する諸問題について理解できること (ii) 健康な生活のためにどのようにスポーツと関わるかの理解し実践できること (iii) 他者との協力など主体的に活動できること

⑧ ルーブリック					
評価項目	評価基準				
	S	A	B	C	D
	到達目標を越えたレベルを達成している	到達目標を達成している	到達目標達成にはやや努力を要する	到達目標達成には努力を要する	到達目標達成には相当の努力を要する
(i) 健康に関する諸問題について理解できること	健康に関する諸問題について発展的内容を高度に健康に説明できる	健康に関する諸問題について高度に健康に説明できる	健康に関する諸問題について説明できる	健康に関する諸問題についてさらに教員等の支援を受けて説明できる	健康に関する諸問題について教員等の支援を受けても説明できない
(ii) 健康な生活のためにどのようにスポーツと関わるかの理解し実践できること	健康な生活のためにどのようにスポーツと関わるか発展的内容を高度に理解し実践できる	健康な生活のためにどのようにスポーツと関わるか高度に理解し実践できる	健康な生活のためにどのようにスポーツと関わるか理解し実践できる	健康な生活のためにどのようにスポーツと関わるか教員等の支援を受けて理解し実践できる	健康な生活のためにどのようにスポーツと関わるか理解し実践できない
(iii) 他者との協力など主体的に活動できること	他者との協力など主体的な活動を発展的内容を高度に理解し実践できる	他者との協力など主体的な活動を高度に理解し実践できる	他者との協力など主体的な活動を理解し実践できる	他者との協力など主体的な活動を教員等の支援を受けて理解し実践できる	他者との協力など主体的な活動を実践できない

⑨ 学習の到達目標（評価項目）とその評価の方法、フィードバックの方法								
学習到達目標（評価項目）	試験	小テスト	課題	レポート	発表・実技	授業への参加・意欲	その他	合計
総合評価割合				30%	20%	50%		100%
(i) 健康に関する諸問題について理解できること				30%		10%		40%
(ii) 健康な生活のためにどのようにスポーツと関わるかの理解し実践できること					20%	10%		30%
(iii) 他者との協力など主体的に活動できること						30%		30%
フィードバックの方法	初回講義にてグループの編成・発表の具体的な方法を説明するので必ず出席する事。							

⑩ 担当教員からのメッセージ（昨年度授業アンケートを踏まえての気づき等）
授業に適さない服装での参加・遅刻は適宜減点等の対象にする。また、スポーツを通して人との関わり方を学ぶことも重要であり、積極的な授業への参加を期待する。

⑪ 授業計画と学習課題			
回数	授業の内容	授業外の学習課題と時間（分） （※特別な持参物）	
1	オリエンテーション（前期実施種目や授業の流れについて説明）	発表テーマについての調査・予習	120 分
2	発表・選択種目の実技①	発表テーマについての調査・復習	120 分
3	発表・選択種目の実技②	発表テーマについての調査・復習	120 分
4	発表・選択種目の実技③	発表テーマについての調査・復習	120 分
5	発表・選択種目の実技④	発表テーマについての調査・復習	120 分
6	発表・選択種目の実技⑤	発表テーマについての調査・復習	120 分
7	発表・選択種目の実技⑥	発表テーマについての調査・復習	120 分
8	発表・選択種目の実技⑦	発表テーマについての調査・復習	120 分
9	発表・選択種目の実技⑧	発表テーマについての調査・復習	120 分
10	発表・選択種目の実技⑨	発表テーマについての調査・復習	120 分
11	発表・選択種目の実技⑩	発表テーマについての調査・復習	120 分
12	発表・選択種目の実技⑪	発表テーマについての調査・復習	120 分
13	発表・選択種目の実技⑫	発表テーマについての調査・復習	120 分
14	発表・選択種目の実技⑬	発表テーマについての調査・復習	120 分
15	発表・選択種目の実技⑭	発表テーマについての調査・復習	120 分
16	オリエンテーションⅡ（後期実施種目や授業の流れについて説明）	発表テーマについての調査・予習	120 分
17	発表・選択種目の実技⑮	発表テーマについての調査・復習	120 分

18	発表・選択種目の実技⑩	発表テーマについての調査・復習	120 分
19	発表・選択種目の実技⑪	発表テーマについての調査・復習	120 分
20	発表・選択種目の実技⑫	発表テーマについての調査・復習	120 分
21	発表・選択種目の実技⑬	発表テーマについての調査・復習	120 分
22	発表・選択種目の実技⑭	発表テーマについての調査・復習	120 分
23	発表・選択種目の実技⑮	発表テーマについての調査・復習	120 分
24	発表・選択種目の実技⑯	発表テーマについての調査・復習	120 分
25	発表・選択種目の実技⑰	発表テーマについての調査・復習	120 分
26	発表・選択種目の実技⑱	発表テーマについての調査・復習	120 分
27	発表・選択種目の実技⑲	発表テーマについての調査・復習	120 分
28	発表・選択種目の実技⑳	発表テーマについての調査・復習	120 分
29	発表・選択種目の実技㉑	発表テーマについての調査・復習	120 分
30	発表・選択種目の実技㉒	発表テーマについての調査・復習	120 分

⑫ アクティブラーニングについて

課題解決型 AL 及び協同学修型 AL を採用する。毎授業ごとに紹介されるトピックスに関してディスカッションを行う。

※以下は該当者のみ記載する。

⑬ 実務経験のある教員による授業科目

実務経験の概要

実務経験と授業科目との関連性