

履修コード/科目名称	550941 / スポーツ・ウエルネス実習Ⅰ（前期基礎） 550942 / スポーツ・ウエルネス実習Ⅱ（前期基礎） 550943 / スポーツ・ウエルネス実習Ⅲ（前期基礎） 550944 / スポーツ・ウエルネス実習Ⅳ（前期基礎）		
開講年度・期	2026年 前期	開講曜日・時限	
単位数	1		
付記	◎予		
主担当教員氏名(カナ)	田中 響（タナカ ヒビキ）		
副担当教員氏名(カナ)			
授業概要	<p>バスケットボール、バレーボール、バドミントンを主な種目とし、それぞれの競技を楽しむための基礎技術やルールについて学ぶ。</p> <p>加えて、社会で活躍するためには周囲と良好な関係を作ることが必要であり、コミュニケーション、リーダーシップ・フォロワーシップ等の社会的スキルが求められる。したがって本実習では、グループワークやグループディスカッション等を通じ、室内球技を媒体としてこれらのスキルも学習する。</p>		
到達目標(ねらい)	<p>各種目での技術向上はもとより、ゲームや練習を通してグループ内での協調性やリーダーシップ・フォロワーシップ等を養う機会とし、豊かな人間関係作りとともに生涯スポーツについても理解を深めることを目的とする。</p>		
授業スケジュール	<p>第1回 オリエンテーション（玉川校舎の第1体育館2階フロアにて対面で実施）</p> <p>第2回 バドミントン：ルール解説，基礎技術</p> <p>第3回 バドミントン：基礎技術，ゲーム</p> <p>第4回 バドミントン：基礎技術，ゲーム</p> <p>第5回 バドミントン：リーグ戦</p> <p>第6回 バレーボール：ルール解説，基礎技術</p> <p>第7回 バレーボール：基礎技術，ゲーム</p> <p>第8回 バレーボール：応用技術，ゲーム</p> <p>第9回 バレーボール：リーグ戦</p> <p>第10回 バスケットボール：ルール，解説基礎技術</p> <p>第11回 バスケットボール：基礎技術，ゲーム</p> <p>第12回 バスケットボール：基礎技術，ゲーム</p> <p>第13回 バスケットボール：リーグ戦</p> <p>第14回 受講者と相談のうえ種目を決定（基礎技術，ゲーム）</p> <p>第15回 受講者と相談のうえ種目を決定（基礎技術，ゲーム）</p>		
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を実施します。</p> <p>授業概要について説明しますので、必ず出席してください。</p> <p>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室内シューズを必ず着用してください。</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	試験		
	レポート		
	小テスト		
	80 % 平常点		
	20 % 総合評価（積極性・協調性・授業態度など）		
		授業に出席して、積極的に取り組むことが重要である。	
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	担当初年度のため、授業アンケートの実施なし。
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	グループ毎に戦術の立案や課題，課題に対する改善点，ルールの理解などに積極的に取り組み，主体的な学びと協働スキルの向上を目指す。
オープンな教育リソースの活用	