

履修コード/科目名称	551651 / スポーツ・ウエルネス実習Ⅱ (後期基礎) 551652 / スポーツ・ウエルネス実習Ⅲ (後期基礎) 551653 / スポーツ・ウエルネス実習Ⅳ (後期基礎) 551654 / スポーツ・ウエルネス実習Ⅰ (後期基礎)		
開講年度・期	2026年 後期	開講曜日・時限	水曜日 4時限
主担当教員氏名(カナ)	岩本 哲也 (イワモト テツヤ)		
授業概要	<p>ユニバーサルスポーツは、年齢や性別、身体能力、スポーツ経験の有無に関わらず、誰もが一緒に楽しめるプログラムです。本授業では、互いの違いを受け入れつつ、スポーツを通じて協力することや支え合うことの大切さを学び、新しい仲間とのつながりを深めることを目指します。</p> <p>履修者は、それぞれのペースで楽しみながら、共通の目標に向かってチームで取り組む経験を通して、性別や障がいの有無に関係なく成長する機会を得られます。また、本授業は単なる運動の場にとどまらず、共感力やコミュニケーション能力を育み、健康的なライフスタイルの実践にもつながる貴重な学びの場です。</p>		
到達目標(ねらい)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 他者と協力する姿勢を身につける チームスポーツや共同作業を通して、仲間と協力しながら取り組む力を養い、協働の大切さを実践から理解します。 2. 新しいスポーツへの挑戦を通じて運動への関心を高める 普段関わる機会の少ないスポーツに挑戦し、新たな楽しさや魅力を発見することで、運動への意欲を高めます。 3. 共感力やコミュニケーション能力を育む 多様な背景を持つ仲間との交流を通じて、相手の立場を理解する姿勢を学び、円滑にコミュニケーションを取る方法を身につけます。 4. 多様性を尊重する態度を身につける 性別、年齢、身体能力の異なる人々と共に活動する経験を通して、多様性を受け入れ、お互いを尊重し合う姿勢を育てます。 		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション	
	第2回	フライングディスク：基本投法、技術練習	
	第3回	ドッジビー：基本投法、技術練習	
	第4回	HADO：基礎操作・ゲーム	
	第5回	HADO：戦術・ゲーム	
	第6回	HADO：ゲーム	
	第7回	モルック：基本投法、ゲーム	
	第8回	モルック：応用投法、ゲーム	
	第9回	モルック：個人、団体戦（ゲーム）	
	第10回	スポーツダーツ：投げ方、COUNT-UP	
	第11回	スポーツダーツ：COUNT-UP、01	
	第12回	スポーツダーツ：01、UNDER THE HAT	
	第13回	フリーテニス：ゲーム	
	第14回	ネオホッケー：ゲーム	
	第15回	受講学生と相談の上、種目を決定	
準備学習			
履修上の留意点等	各自で体調を整え、万全な状態で授業に参加してください。体調管理を怠ると、安全面や集中力に影響が出る可能性がありますので、事前に十分な睡眠と適切な食事を心がけましょう。		

遠隔授業（オンライン授業）の実施回数	対面での授業実施が難しい場合、WebClassを活用したオンデマンド型やリアルタイム配信型のオンライン形式を行います。軽い運動を含む場合もあるため、運動可能な環境を準備してください。	
成績評価の方法	80%	平常点
	20%	総合評価（積極性・協調性・授業態度など）
教科書/テキスト	特になし。	
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	授業内容や方法の基本方針を維持しつつ、さらに良い授業を実現するために、状況に応じて柔軟に対応します。また、学生による授業アンケートの結果などを踏まえ、適宜改善を図りながら、授業の向上に努めます。	
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	<p>本授業では、学生が主体的に取り組む姿勢を重視し、アクティブラーニングの手法を取り入れています。グループで協力しながら競技内容を理解し、実技後には振り返りや意見交換を行うことで、学びを深めていきます。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. グループワーク 協力してルールの理解や簡単な戦術を考え、実技に活かします。 2. 振り返り活動 実技後に自信の取り組みを見直し、次回に向けた改善点を確認します。 3. ディスカッション・フィードバック グループ内で意見交換を共有し、理解を広げます。 4. 課題解決的な学習 競技中の課題について話し合い、実践の中で解決を試みます。 	
オープンな教育リソースの活用		