

時間割コード	G2B60506	開講年度	2026				
授業題目	ターゲットスポーツ				担当教員	加藤 彩乃	
英文授業名	Target Sports						
単位数	1	講義期間	前期	曜日・時限	水曜・2時限	対象学生	全
講義室	共通教育第1体育館			授業形態	実技	遠隔授業科目	備考
信大コンピテンシー	非該当						
(1)授業の達成目標	授業で得られる「学位授与の方針」要素				【授業の達成目標】		
	大学D P 持続可能な社会を実現するための課題に取り組む力				・ゲームの中で常に変化する自己の心身の状態や周囲の状況を読み取り、その時々で必要な行動の選択と実践ができるようになる。 ・様々な種目の経験から得られた知識やスキルを活かし、オリジナルの種目を創造できるようになる。		
(2)授業で学べる「テーマ」	多文化協働、健康長寿						
(3)全学横断特別教育プログラム							
(4)授業の概要	本授業では、「狙うこと」をテーマとして、ディスクゴルフやペタンクなど、高校までの体育ではあまり扱うことがなかった種目を複数回ずつ行いながら、状況を分析・判断する力を養います。 基礎練習では、それぞれの種目に必要な技術を身につけ、応用として個人やチームでゲームを実施し、スキルの上達や仲間との協働を実感できるようにします。授業の後半には、受講生が考案したターゲットスポーツを実施し、スポーツをつくる楽しさや、仲間との関わりを楽しむ経験を重ねます。 この授業で扱う種目は、走りながら行うプレーや、他者との接触プレーがないため、運動が苦手な人でも安心して楽しむことができる授業内容となっています。積極的にエントリーをしてください。						
(5)授業のキーワード	ニュースポーツ、自己発見、課題発見・解決						
(6)授業計画	1) オリエンテーション／ターゲットスポーツとは 2) モルック（用具の取扱練習・基礎ゲーム） 3) モルック（応用ゲーム：チーム戦及びゲームの運営） 4) ディスクゴルフ1（用具の取扱練習） 5) ディスクゴルフ2（基礎ゲーム）：野球場利用予定 6) ディスクゴルフ3（応用ゲーム）：野球場・構内利用予定 7) ペタンク1（用具の取扱練習） 8) ペタンク2（基礎ゲーム） 9) 受講生と検討するターゲットスポーツ 10) 受講生と検討するターゲットスポーツ 11) ターゲットスポーツを考案する1（グループ活動） 12) ターゲットスポーツを考案する2（グループ活動・考案したスポーツを改良する） 13) 他グループのゲームを実践・評価する1 14) 他グループのゲームを実践・評価する2 15) 他グループのゲームを実践評価する3／授業アンケートの実施 15週終了後、最終レポートあり（締切は1週間後）、実技テストはありません。 受講生の心身の状態や興味関心、用具の確保・天候、受講生の希望によって実施スケジュールや種目を変更することがあります。その場合は、事前に授業内やe-alps等で連絡をします。						
(7)成績評価の方法	1) 授業への取り組み(積極的な参加:50点) 2) 個人内理解度(種目ごとの振り返り:30点(1種目6点*5種目)) 3) 作成したターゲットスポーツの完成度（10点） 4) 最終レポート(授業全体を通した学び:10点)						
(8)成績評価の基準	1) 授業への取り組み(積極的な参加:50点) ・授業にふさわしい準備を整え、毎回の授業に臨んでいるか。 ・授業内のスポーツへの積極的な参加だけでなく、用具の準備片付けにも参加しているか。 ・運動のコツを理解し、仲間同士でアドバイスをすることや、得たことをゲームで応用しているか。 ・グループメンバーや受講生間で、授業のねらいに沿ったコミュニケーションを積極的に取るように行動しているか。 （特定のものが苦手（ex,運動や人前で発表することなど）であっても、その他の内容で自分が得意なことを活かし、グループの中で力を発揮しようとしているか。） 2) 個人内理解度(種目ごとの振り返り（Googlフォーム）:30点(1種目6点*5種目)) ・各種目の特徴や運動特性に気づいているか、また狙うことを通した自己との対峙について自身の言葉で振り返っているか。 ・そのスポーツから派生し、他ノ多分野の気づきも歓迎する。 3) 作成したターゲットスポーツの完成度（10点） ・授業での気づきを踏まえターゲットスポーツの要素を含む、魅力的なゲームであるか。 ・他のグループへの紹介がわかりやすいか。						

(8)成績評価の基準	4) 最終レポート(授業全体を通した学び:10点) ・授業全体を通して、ターゲットスポーツ全般に共通する特徴やその他のスポーツとの違いについて説明されており、スポーツ場面以外にも応用できる点に気づいているかどうか。 欠席および20分以上の遅刻と早退は減点する。 最終レポートの提出は必須。 以上の内容を合計し、 60点以上70点未満を「水準にある」、70点以上80点未満を「やや上にある」、80点以上90点未満を「かなり上にある」、90点以上を「卓越している」として評価する。
(9)事前事後学習の内容	【事前学習】 ・各種目のルールや特徴を事前に調べ、必要なスキルのイメージや関連知識を深めること。 ・授業後半のターゲットスポーツの考案に向け、世界で行われているターゲットスポーツを調べたり、身近な用具で実施できるターゲットスポーツについてアイデアを蓄積しておくこと。 【事後学習】 ・授業での学びや考えを他者に言葉で伝えられるようにまとめること(コメントシート) ・各回の運動スキルや、自己の心の動きを振り返り、他のスポーツや生活の一場面での類似点と相違点について説明できるようにすること。 ・ふり返りやゲームの結果から、次のゲームでの個人の目標設定や、チームの作戦に生かすこと。 これらの学習は、授業後半のターゲットスポーツをつくる際のヒントとなるため積極的に取り組むこと。 この授業は45時間の学修を必要とする内容です。従って、15時間以上の時間外学習が必要となります。
(10)履修上の注意	<本授業の特徴について> 1) この授業は年度当初の抽選システムにエントリーし、当選した学生が受講することができます。 2) 運動が苦手な学生や、持病やケガ、障害等で運動に何かしらの困難さがある学生も受け入れます。積極的にエントリーしてください。 また、受講を検討する学生のうち、履修に関して特別な配慮が必要な場合は、エントリー前に加藤までメールにて相談してください。 <授業の取り組み方について> 1) 各スポーツそのものを楽しむことはもちろんのこと、自身の心と体の動きや変化を感じながら学習に取り組んでください。 2) 受講生同士で教え合ったり、調べたことを共有したりするなど、他の受講生との関わりを持つ中で自分のスキルや理解を高めるようにしてください。 3) 遅刻や早退が多い場合は、運動技能が高くとも評価が低くなる場合があります。
(11)質問、相談への対応	基本的には授業時間の前後に直接受け付けます。 メールで問合せをする際には、学籍番号、氏名、受講する授業名を明記の上、連絡をしてください。 加藤彩乃 a_katou@shinshu-u.ac.jp
(12)授業への出席	授業は全ての回に出席することを前提としますが、「信州大学における授業の出席に関する要項」第4に規定する「学修の補充の対象とする事由」で欠席した場合は代替の課題を提出することで、学修の補充をします。 ただし、これらの欠席を含めて、全体での欠席回数が5回以上の場合は、授業の到達目標を達成できない授業構成となっているため単位認定ができません。 授業の出欠は、呼名への応答で確認します(出席確認システムは使用しません)。 授業開始後30分までは遅刻、遅刻3回で1回欠席とします。 長期の入院等で、長期間授業に参加できない場合は、早急に授業担当教員に申し出てください。
(13)授業に出席できない場合の学修の補充	「学修の補充の対象とする事由」により出席できない場合は、共有教育履修案内に掲載されている方法により補充を受けるための申請を行ない、申請した旨担当教員まで報告してください。 ただし、「学修の補充の対象とする事由」に該当する場合であっても、欠席回数が5回以上ある場合は、授業の達成目標の到達に至る教育の質を担保することができないため、単位認定はできません。
【教科書】	指定しない
【参考書】	指定しない