

スポーツ方法実習(陸上競技) II

科目ナンバリング ESS-210
選択 1単位

大熊 誠二

1. 授業の概要(ねらい)

学習指導要領で扱われる陸上競技(跳運動・投運動)の内容について取り上げ、学校教育の場面における保健体育科教員や、地域でのスポーツ指導者として、指導場面に携わることができるようにすることを目指す。そのために、陸上競技(跳運動・投運動)における基本的な個人技能の習得、陸上競技(跳運動・投運動)に関する基礎基本となる理論の理解、指導場面における安全指導等についてを修得する。

2. 授業の到達目標

- ・陸上競技(跳運動・投運動)の指導者として、指導を行う際の、基礎基本となる技能の習得
- ・陸上競技(跳運動・投運動)に関する専門的、理論的な知識の理解
- ・トレーニング方法や安全観管理など、指導場面において必要となる資質能力の獲得

3. 成績評価の方法および基準

授業に取り組む態度・ミニレポート(30%)、レポート課題(30%)、実技試験(40%)で評価する。

4. 教科書・参考文献

参考文献

- 『中学校学習指導要領解説保健体育編平成29年7月』 文部科学省、東山書房
- 『高等学校学習指導要領解説保健体育編平成30年7月』 文部科学省、東山書房

5. 準備学修の内容

授業中で学んだことをその日のうちにプリントにまとめ、ひとつのファイルに綴じ、ポートフォリオを作成すること。(最終レポート作成の際に役立つ)

6. その他履修上の注意事項

- ①運動用のトレーニングウェア、ランニングシューズ等を持参すること。
※ケガ予防の観点からも、スポーツメーカー等の用具を準備することが望ましい。
- ②筆記用具(ペン、ルーズリーフ、ファイルなど)を持参すること。
- ③スポーツ方法実習(陸上競技Ⅰ)からの継続履修をすることが望ましい。
※安全管理、科目の系統性のため、受講人数制限もありうるが、この条件を加味して優先する。
毎回の授業において、学修活動の進捗状況をしっかりと把握すること。

7. 授業内容

- 【第1回】 オリエンテーション:授業の進め方、評価方法、受講上の留意点、学校体育での陸上競技(跳運動・投運動)の取り扱い方
- 【第2回】 走り幅跳び(立ち幅跳びの計測、用器具の使用法、計測方法)
- 【第3回】 走り幅跳び(助走局面、踏み切り局面、空中局面、着地局面)
- 【第4回】 走り幅跳び(実技テストと学習活動についての振り返り)
- 【第5回】 走り高跳び(垂直とびの計測、用器具の使用法、計測方法)
- 【第6回】 走り高跳び(助走局面、踏み切り局面、空中局面、着地局面)
- 【第7回】 走り高跳び(実技テストと学習活動についての振り返り)
- 【第8回】 投運動(学校教育における投運動の取扱い)
- 【第9回】 投運動(砲丸投げ、円盤投げ、やり投げについて)
- 【第10回】 投運動(実技テストと学習活動についての振り返り)
- 【第11回】 陸上競技における学習指導案についての理解①
- 【第12回】 陸上競技における学習指導案についての理解②
- 【第13回】 陸上競技領域の学習指導案作成
- 【第14回】 陸上競技(跳運動・投運動)についての指導方法についての総括、トレーニング方法等についてのまとめ
- 【第15回】 LMS]授業の総括 陸上競技(跳運動・投運動)の指導方法についての振り返り、最終レポートの提出