

2. 体 育

社会、地球、数学、物理、化学、医学、看護、医療(春学期1年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2103123	基礎体育インラインスケート(春)	3	0.5	1	春AB	火1	共通体育実習棟	河合 季信	インラインスケートによる運動を通して、仲間と共にスポーツを楽しむための基礎を学ぶと共に、体力の維持・向上を目指す。	I G科目
2110123	基礎体育弓道(春)	3	0.5	1	春AB	火1	弓道場	松尾 牧則	本授業では弓道の基礎となる射法八節を学ぶ。近距離および中間距離における発射練習を通じて、安全で合理的な技法を学習する。また、簡易試合により試合の進め方についても学習する。	I G科目
2111123	基礎体育剣道(春)	3	0.5	1	春AB	火1	剣道場	鍋山 隆弘	剣道の基礎的技術、礼儀作法の習得を通して心身の向上を目指す。また、剣道の特性に関する知識を高め、健康・体力づくりにつなげてゆく。	I G科目
2115123	基礎体育柔道(春)	3	0.5	1	春AB	火1	柔道場	小俣 幸嗣	柔道の基本を習得する。基本的な技を使用した安全な乱取を通じて徒手格闘技の魅力を理解する。	I G科目
2116123	基礎体育ジョグ&ウォーク(春)	3	0.5	1	春AB	火1	陸上競技場	榎本 靖士	ジョギングとウォーキングの歴史的、文化的、身体科学的特性に触れながら、個人に適した楽しみ方を考えられるようになる。運動が苦手な人、歩くことや走ることが好きな人、将来マラソンに挑戦してみたい人など様々なレベルに合わせた実践を行い、自身の体力や健康を維持、増進できる能力を身につける。	I G科目
2117123	基礎体育水泳(春)	3	0.5	1	春AB	火1	屋内プール	本間 三和子	水の物理的特性を感じながら、4泳法、水球、スノーケリングの基本スキルを学ぶ。アクアティックスポーツの意義や価値に気づき、自己の健康・体力を確認する。	I G科目
2140123	基礎体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	1	春AB	火1	第2トレーニング場	大森 肇	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を学び、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチングの基礎的な方法を習得する。	I G科目
2112123	基礎体育ゴルフ(春)	3	0.5	1	春AB	火1	ゴルフフェージ、陸上競技場	白木 仁	ゴルフの基本技術及びルール、マナー等を段階的に学習する。さらに、ミニコースにおいてグループ間でフェローシップ、エチケットについて実践する。また、体力測定を実施することにより自身の体力を確認する。	II G科目
2125123	基礎体育テニス(春)	3	0.5	1	春AB	火1	体芸テニスコート	山田 幸雄	テニスの基礎技術を習得し、基本的な戦術を理解した雁行陣ダブルスがプレーできるようにする。合わせて、生涯スポーツとして楽しむために必要な知識を身につける。	II G科目
2134123	基礎体育バスケットボール(春)	3	0.5	1	春AB	火1	バスケットボール場	中祖 嘉人	バスケットボールの基礎技術(ボディーバランス、パス、シュート、ドリブルなど)、個人戦術(相手を打ち破る、相手からボールを奪う行為)の習得をとおして「走る」、「跳ぶ」、「投げる」等の基礎的運動能力を高めるとともに、習得した技術、個人戦術を活かしたゲームができるようになる。	II G科目
2135123	基礎体育バドミントン(春)	3	0.5	1	春AB	火1	第1体育館	吹田 真士	バドミントンの技能を習得するとともに、相手と一緒にプレイすることの大切さを学習する。	II G科目
2137123	基礎体育ハンドボール(春)	3	0.5	1	春AB	火1	ハンドボール場	山田 永子	ゲームを中心に、個人での状況解決の仕方、グループでの状況解決の仕方を学ぶ。また、ボールを使った様々な動きを通して、コーディネーション能力を高める。	II G科目
2141123	基礎体育フラッグフットボール(春)	3	0.5	1	春AB	火1	セキショウフィールド	松元 剛	フラッグフットボールを基にした簡易ゲームを通して、基礎的な技術力・戦術力を学習しながら、チーム活動にとって必要となるコミュニケーションやリーダーシップについて理解を深める。	II G科目
2145123	基礎体育野外運動(春)	3	0.5	1	春AB	火1	野外活動実習場	坂谷 充	野外運動とは自然を利用したアクティビティであり、1基礎的な技術を習得すること、2そのための知的理解を深めること、3活動実践のための方法的な能力(安全管理を含む)を養うこと、そして4自然の中で活動することを通して、自己や環境に対する興味、関心、肯定的な価値観を涵養することを目標とする。基礎体育では、これらに焦点をあてながら、野外運動の意義や価値に気づき、アウトドアスポーツに接近してゆく基礎を形成する。	II G科目
2130123	基礎体育トリム運動(春)	3	0.5	1	春AB	火1	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディショニングを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目

社会、地球、数学、物理、化学、医学、看護、医療(秋学期1年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2103133	基礎体育インラインスケート(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	共通体育実習棟	河合 季信	インラインスケートによる運動を通して、仲間と共にスポーツを楽しむための基礎を学ぶと共に、体力の維持・向上を目指す。	I G科目
2110133	基礎体育弓道(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	弓道場	松尾 牧則	本授業では弓道の基礎となる射法八節を学ぶ。近距離および中間距離における発射練習を通じて、安全で合理的な技法を学習する。また、簡易試合により試合の進め方についても学習する。	I G科目
2111133	基礎体育剣道(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	剣道場	鍋山 隆弘	剣道の基礎的技術、礼儀作法の習得を通して心身の向上を目指す。また、剣道の特性に関する知識を高め、健康・体力づくりにつなげてゆく。	I G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2115133	基礎体育柔道(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	柔道場	小俣 幸嗣	柔道の基本を習得する。基本的な技を使用した安全な乱取を通じて徒手格闘技の魅力を理解する。	I G科目
2116133	基礎体育ジョグ&ウォーク(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	陸上競技場	榎本 靖士	ジョギングとウォーキングの歴史的、文化的、身体科学的特性に触れながら、個人に適した楽しみ方を考えられるようになる。運動が苦手な人、歩くことや走ることが好きな人、将来マラソンに挑戦してみたい人など様々なレベルに合わせた実践を行い、自身の体力や健康を維持、増進できる能力を身につける。	I G科目
2117133	基礎体育水泳(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	屋内プール	本間 三和子	水の物理的特性を感じながら、4泳法、水球、スノーケリングの基本スキルを学ぶ。アクアティックスポーツの意義や価値に気づき、自己の健康・体力を確認する。	I G科目
2140133	基礎体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	第2トレーニング場	大森 肇	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を学び、レジスタントトレーニング、ジョギング、ストレッチングの基礎的な方法を習得する。	I G科目
2112133	基礎体育ゴルフ(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	ゴルフコース、陸上競技場	白木 仁	ゴルフの基本技術及びルール、マナー等を段階的に学習する。さらに、ミニコースにおいてグループ間でフェローシップ、エチケットについて実践する。	II G科目
2125133	基礎体育テニス(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	体芸テニスコート	山田 幸雄	テニスの基礎技術を習得し、基本的な戦術を理解した雁行陣ダブルスがプレーできるようにする。合わせて、生涯スポーツとして楽しむために必要な知識を身につける。	II G科目
2134133	基礎体育バスケットボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	バスケットボール場	中祖 嘉人	バスケットボールの基礎技術(ボディーバランス、パス、シュート、ドリブルなど)、個人戦術(相手を打ち破る、相手からボールを奪う行為)の習得をとおして「走る」、「跳ぶ」、「投げる」等の基礎的運動能力を高めるとともに、習得した技術、個人戦術を活かしたゲームができるようになる。	II G科目
2135133	基礎体育バドミントン(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	第1体育館	吹田 真士	バドミントンの技能を習得するとともに、相手と一緒にプレイすることの大切さを学習する。	II G科目
2137133	基礎体育ハンドボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	ハンドボール場	山田 永子	ゲームを中心に、個人での状況解決の仕方、グループでの状況解決の仕方を学ぶ。また、ボールを使った様々な動きを通して、コーディネーション能力を高める。	II G科目
2141133	基礎体育フラッグフットボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	セキショウフィールド	松元 剛	フラッグフットボールを基にした簡易ゲームを通して、基礎的な技術力・戦術力を学習しながら、チーム活動にとって必要となるコミュニケーションやリーダーシップについて理解を深める。	II G科目
2145133	基礎体育野外運動(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	野外活動実習場	坂谷 充	野外運動とは自然を利用したアクティビティであり、1基礎的な技術を習得すること、2そのための知的理解を深めること、3活動実践のための方法的能力(安全管理を含む)を養うこと、そして4自然の中で活動することを通して、自己や環境に対する興味、関心、肯定的な価値観を涵養することを目標とする。基礎体育では、これらに焦点をあてながら、野外運動の意義や価値に気づき、アウトドアスポーツに接近してゆく基礎を形成する。	II G科目
2130133	基礎体育トリム運動(秋)	3	0.5	1	秋AB	火1	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディショニングを考慮して体力トレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目

国際、エシス、社工、情報(春学期1年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2103143	基礎体育インラインスケート(春)	3	0.5	1	春AB	火3	共通体育実習棟	河合 季信	インラインスケートによる運動を通して、仲間と共にスポーツを楽しむための基礎を学ぶと共に、体力の維持・向上を目指す。	I G科目
2108143	基礎体育器械運動(春)	3	0.5	1	春AB	火3	体操競技場	金谷 麻理子	器械運動ならびに体操競技の種目をを用いて、「自分を感じる」をテーマに、各自の能力にあった技能の習得と運動の理解を目指す。	I G科目
2116143	基礎体育ジョグ&ウォーク(春)	3	0.5	1	春AB	火3	陸上競技場	榎本 靖士	ジョギングとウォーキングの歴史的、文化的、身体科学的特性に触れながら、個人に適した楽しみ方を考えられるようになる。運動が苦手な人、歩くことや走ることが好きな人、将来マラソンに挑戦してみたい人など様々なレベルに合わせた実践を行い、自身の体力や健康を維持、増進できる能力を身につける。	I G科目
2117143	基礎体育水泳(春)	3	0.5	1	春AB	火3	屋内プール	仙石 泰雄	水の物理的特性を理解しながら水泳の技能を高めることで、幅広い領域の水泳活動を実践できる能力を身につけることを目的とする。また、生涯にわたり水泳を楽しむ、健康を維持する能力の獲得を目指す。	I G科目
2123143	基礎体育ダンス(春)	3	0.5	1	春AB	火3	ダンス場	平山 素子	「身体の発見」をテーマに、多様なダンス文化に触れることで、個々の自己表現力と感性を磨く。ヨガの基礎を紹介しながら、美しい姿勢、健康的な身体作りの必要性を理解する。	I G科目
2140143	基礎体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	1	春AB	火3	第2トレーニング場	谷川 聡	筋力トレーニングおよび有酸素トレーニングの計画、実践、評価方法を習得し、さまざまなヒトの身体に沿ったトレーニングプログラムが作成できるようになる	I G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2121143	基礎体育ソフトボール(春)	3	0.5	1	春AB	火3	野球場	増淵 まり子	ソフトボールの競技特性やルールを理解し、「捕る」、「投げる」、「打つ」などの基本動作を身につける。また、チームスポーツにとって重要なコミュニケーション力を高める。	I1 G科目
2122143	基礎体育卓球(春)	3	0.5	1	春AB	火3	第3体育館	安藤 真太郎	卓球競技の本質をふまえつつ、独特の練習法や多様なゲーム法を実習。他種目にも関係する運動技術や行動様式を学ぶ。現代社会における、スポーツ活動の意義や価値を再確認する。	I1 G科目 受講にはインドア用シューズは必携。服装はスポーツウェア。経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者重視した内容となっている。
2133143	基礎体育ニュースポーツ(春)	3	0.5	1	春AB	火3		齊藤 武利	既存のスポーツ競技種目やその価値観にとらわれず、あまり知られていない新しいスポーツ種目、特に大学生と関わり深い種目(フライングディスク、インディアカなど)や、伝統的な競技(綱引きなど)を自ら体験してみ、新たなスポーツ種目への取り組みを実施する。春学期は、健康作りや体力測定などの各種測定も実施しつつ、多くのニュースポーツ種目に接して、自分の体力や健康作りに応じた生涯スポーツへの足がかりとなるようなスポーツ体験を行う。ただし、天候(雨天時や気温などの気象状況)によっては、活動場所が限定される都合上、室内種目やグランドゴルフ、ベタンクなどの各ゲームにも接することもある。	I1 G科目 教室は決定後周知
2135143	基礎体育バドミントン(春)	3	0.5	1	春AB	火3	第1体育館	谷藤 千香	バドミントンの基礎的技術を習得し、自分自身の能力を最大限活かしたゲームを展開できるようにする。また、クラス全体で楽しい大会運営ができるよう、他者等の関係を学習する。	I1 G科目
2137143	基礎体育ハンドボール(春)	3	0.5	1	春AB	火3	ハンドボール場	藤本 元	ゲームを中心に、基礎的な技術・戦術を習得する。	I1 G科目
2145143	基礎体育野外運動(春)	3	0.5	1	春AB	火3	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	野外運動(自然を利用したアクティビティ)のための1基礎的な技術を習得すること。2そのための知的理解を深めること。3活動実践のための方法的な能力を養うこと。さらに、4自然の中で活動することを通して、自己や環境に対する興味、関心、肯定的な価値観を涵養することを目標とした。基礎体育では、上記学習目標に焦点をあてながら、野外運動の意義や価値に気づき、アウトドアスポーツに接近してゆく基礎を形成する。	I1 G科目
2130143	基礎体育トリム運動(春)	3	0.5	1	春AB	火3	体育センター	齊藤 まゆみ	本授業は、体育を履修する上で特別な支援ニーズがある学生に対して開講している。受講生のコンディションを考慮したスポーツを教材として実施する。	1階トリム運動室 G科目

国際、エシス、社工、情報(秋学期1年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2103153	基礎体育インラインスケート(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	共通体育実習棟	河合 季信	インラインスケートによる運動を通して、仲間と共にスポーツを楽しむための基礎を学ぶと共に、体力の維持・向上を目指す。	I G科目
2108153	基礎体育器械運動(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	体操競技場	金谷 麻理子	器械運動ならびに体操競技の種目をを用いて、「自分を感ずる」をテーマに、各自の能力にあった技能の習得と運動の理解を目指す。	I G科目
2116153	基礎体育ジョグ&ウォーク(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	陸上競技場	榎本 靖士	ジョギングとウォーキングの歴史的、文化的、身体科学的特性に触れながら、個人に適した楽しみ方を考えられるようになる。運動が苦手な人、歩くことや走ることが好きな人、将来マラソンに挑戦してみたい人など様々なレベルに合わせた実践を行い、自身の体力や健康を維持、増進できる能力を身につける。	I G科目
2117153	基礎体育水泳(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	屋内プール	仙石 泰雄	水の物理的特性を理解しながら水泳の技能を高めることで、幅広い領域の水泳活動を実践できる能力を身に付けることを目的とする。また、生涯にわたり水泳を楽しみ、健康を維持する能力の獲得を目指す。	I G科目
2123153	基礎体育ダンス(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	ダンス場	平山 素子	「身体の発見」をテーマに、多様なダンス文化に触れることで、個々の自己表現力と感性を磨く。ヨガの基礎を紹介しながら、美しい姿勢、健康的な身体作りの必要性を理解する。	I G科目
2140153	基礎体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	第2トレーニング場	谷川 聡	筋力トレーニングおよび有酸素トレーニングの計画、実践、評価方法を習得し、さまざまなヒトの身体に沿ったトレーニングプログラムが作成できるようになる	I G科目
2121153	基礎体育ソフトボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	野球場	増淵 まり子	ソフトボールの競技特性やルールを理解し、「捕る」、「投げる」、「打つ」などの基本動作を身につける。また、チームスポーツにとって重要なコミュニケーション力を高める。	I1 G科目
2122153	基礎体育卓球(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	第3体育館	安藤 真太郎	卓球競技の本質をふまえつつ、独特の練習法や多様なゲーム法を実習。他種目にも関係する運動技術や行動様式を学ぶ。現代社会における、スポーツ活動の意義や価値を再確認する。	I1 G科目 受講にはインドア用シューズは必携。服装はスポーツウェア。経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者重視した内容となっている。

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2133153	基礎体育ニュースポーツ(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3		齊藤 武利	既存のスポーツ競技種目やその価値観にとらわれず、「より親しく」「より楽しく」の合言葉のもとで、あまり知られていない新しいスポーツ種目、特に大学生のために開発された種目(フライングディスク、インディアカなど)を体験してみる。また、伝統的な競技(綱引き)などもニュースポーツ種目として体験する。秋学期は、天候の都合(雨天時や気温などの気象状況)により、グランドゴルフやユニホックなどの各ゲームにも接して、幅広くニュースポーツ種目を自分の体力に応じて体験し、将来の生涯スポーツへの足掛かりとなるようなスポーツ活動を実践する。	I1 G科目
2135153	基礎体育バドミントン(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	第1体育館	谷藤 千香	バドミントンの特性を理解し、基礎的技能を習得する。仲間とともに楽しくゲームをするには何をすべきか、自分自身や他者との関係を学習する。	I1 G科目
2137153	基礎体育ハンドボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	ハンドボール場	藤本 元	ゲームの理解、グループ・チーム戦術の習得によって、チームの中での個々の役割について考え、チームスポーツを楽しむ能力を養う。	I1 G科目
2145153	基礎体育野外運動(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	野外運動(自然を利用したアクティビティ)のための1基礎的な技術を習得すること。2そのための知的理解を深めること。3活動実践のための方法的能力を養うこと。さらに、4自然の中で活動することを通して、自己や環境に対する興味、関心、肯定的な価値観を涵養することを目標としたい。基礎体育では、上記学習目標に焦点をあてながら、野外運動の意義や価値に気づき、アウトドアスポーツに接近してゆく基礎を形成する。	I1 G科目
2130153	基礎体育トリム運動(秋)	3	0.5	1	秋AB	火3	体育センター	齊藤 まゆみ	室内で実施できるスポーツをとりあげ、アダプテッド・スポーツとして受講者に応じた用具の選択、ルールや活動のしかたを工夫しながら実践する。	1階トリム運動室 G科目

人文、生物、応理、芸術(春学期1年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2107163	基礎体育空手(春)	3	0.5	1	春AB	木1	第1多目的道場	麓 正樹	空手道の基本的な技術の実践を通して、自らの身体と心、他者の身体と心、そしてその関連について理解を深める。基本技術と呼吸法、フットワークと基本技術の協調および型ができるようになる。	I G科目
2108163	基礎体育器械運動(春)	3	0.5	1	春AB	木1	体操競技場	金谷 麻理子	器械運動ならびに体操競技の種目を用いて、「自分を感ずる」をテーマに、各自の能力にあった技能の習得と運動の理解を目指す。	I G科目
2115163	基礎体育柔道(春)	3	0.5	1	春AB	木1	柔道場	岡田 弘隆	柔道の基本を習得する。基本的な技を使用した安全な乱取を通じて徒手格闘技の魅力を理解する。	I G科目
2123163	基礎体育ダンス(春)	3	0.5	1	春AB	木1	ダンス場	米澤 麻祐子	ダンスの基礎的な身体の使い方を学び、様々な音楽によって体を動かす楽しさを知る。また、授業を通して様々な運動プログラム(簡単なストレッチングやヨガ等)を紹介する中で、健康・体力づくりの方法を理解し、継続して体を動かす習慣を身につける。	I G科目
2140163	基礎体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	1	春AB	木1	第2トレーニング場	大森 肇	筋力トレーニングおよび有酸素トレーニングの計画、実践、評価方法を習得し、さまざまなヒトの身体に沿ったトレーニングプログラムが作成できるようになる。	I G科目
2143163	基礎体育ボディ・ワーク(春)	3	0.5	1	春AB	木1	第2多目的道場	加藤 敏弘	体幹部を中心としたトレーニングやストレッチング(円柱補助具を含む)、姿勢を整えるためのワークを行い、「からだ」に対する知識を深め、それらの技能の習熟を図る。普段、気にかけないまま緊張しこわばってしまった身体をほぐし、引き締め、ゆるめ、整えることで、内側からの身体感覚を磨きストレスへの抵抗力を高め、運動そのものを享受する。	I G科目
2113163	基礎体育サッカー(春)	3	0.5	1	春AB	木1	第1サッカー場	小井土 正亮	ゲームをプレーし、楽しむことができるためのサッカーにおける原理原則を理解する。ボールを「止める」、「蹴る」、「運ぶ」という基礎技術を身につけると同時に、チームメイトと協調して動くことの重要性を学ぶ。	I1 G科目
2121163	基礎体育ソフトボール(春)	3	0.5	1	春AB	木1	野球場	金田 健史	ソフトボールをおこなう上での基本的な知識、技術を理解するとともに、基礎技能の向上と試合の中で獲得した技術を生かすために実践を意識した練習に取り組み、スポーツとしてのソフトボールの楽しさやルールの特徴を理解し、ゲームの中で実践していく。	I1 G科目
2122163	基礎体育卓球(春)	3	0.5	1	春AB	木1	第3体育館	木内 敦詞	授業時間内の卓球の実践では、スポーツ活動に内在する4つの経験(自己開示、他者協力、挑戦達成、楽しさ実感)を通じたライフスキル獲得水準の向上をめざす。授業時間外の日常生活場面においては、食事や睡眠も視野に入れた規則正しい生活習慣の獲得をめざす。	第3体育館 G科目
2125163	基礎体育テニス(春)	3	0.5	1	春AB	木1	体芸テニスコート	三橋 大輔	テニスの基礎的な技術、戦術を習得しダブルスおよびシングルのプレーができるようになる。加えてルールやマナー、テニスの歴史を学び、生涯スポーツとしてテニスを楽しむ能力を身につける。	I1 G科目
2134163	基礎体育バスケットボール(春)	3	0.5	1	春AB	木1	バスケットボール場	柏倉 秀徳	バスケットボールの特性を理解し、基礎技術、個人戦術の習得を通して、「走る」、「跳ぶ」、「投げる」等の基礎的な運動能力を高めるとともに、習得した技術、戦術を活かしたゲームができるようになる。	I1 G科目
2136163	基礎体育バレーボール(春)	3	0.5	1	春AB	木1	球技体育館	秋山 央	バレーボールのルールを理解し、基礎的な技術であるパス(オーバーハンドパス、アンダーハンドパス)の正しい動作を習得するとともに、仲間と協力してボールを繋ぎ、チームワークを高める能力を身につける。	I1 G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2130163	基礎体育トリム運動(春)	3	0.5	1	春AB	木1	体育センター	澤江 幸則	本授業は、体育を履修する上で特別な支援ニーズがある学生に対して開講している。受講生のコンディションを考慮したスポーツを教材として実施する。	I階トリム運動室 G科目

人文、生物、応理、芸術(秋学期1年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2107173	基礎体育空手(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	第1多目的道場	麓 正樹	空手道の基本的な技術の実践を通じて、自らの身体と心、他者の身体と心、そしてその関連について理解を深める。基本技術と呼吸法、フットワークと基本技術の協調および型ができるようになる。	I G科目
2108173	基礎体育器械運動(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	体操競技場	金谷 麻理子	器械運動ならびに体操競技の種目を用いて、「自分を感じる」をテーマに、各自の能力にあった技能の習得と運動の理解を目指す。	I G科目
2115173	基礎体育柔道(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	柔道場	岡田 弘隆	柔道の基本を習得する。基本的な技を使用した安全な乱取を通じて徒手格闘技の魅力を理解する。	I G科目
2123173	基礎体育ダンス(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	ダンス場	米澤 麻佑子	ダンスの基礎的な身体の使い方を学び、様々な音楽にのって体を動かす楽しさを知る。また、授業を通して様々な運動プログラム(簡単なストレッチングやヨガ等)を紹介する中で、健康・体力づくりの方法を理解し、継続して体を動かす習慣を身につける。	I G科目
2140173	基礎体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	第2トレーニング場	大森 肇	筋力トレーニングおよび有酸素トレーニングの計画、実践、評価方法を習得し、さまざまなヒトの身体に沿ったトレーニングプログラムが作成できるようになる。	I G科目
2143173	基礎体育ボディ・ワーク(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	第2多目的道場	加藤 敏弘	体幹部を中心としたトレーニングやストレッチング(円柱補助具を含む)、姿勢を整えるためのワークを行い、「からだ」に対する知識を深め、それらの技能の習熟を図る。普段、気にかけないまま緊張しこわばってしまった身体をほぐし、引き締め、ゆるめ、整えることで、内側からの身体感覚を磨きストレッチャーへの抵抗力を高め、運動そのものを享受する。	I G科目
2113173	基礎体育サッカー(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	第1サッカー場	小井土 正亮	ゲームをプレーし、楽しむことができるためのサッカーにおける原理原則を理解する。ボールを「止める」、「蹴る」、「運ぶ」という基礎技術を身につけると同時に、チームメイトと協調して動くことの重要性を学ぶ。	II G科目
2121173	基礎体育ソフトボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	野球場	金田 健史	ソフトボールをおこなう上での基本的な知識、技術を理解するとともに、基礎技能の向上と試合の中で獲得した技術を生かすために実践を意識した練習に取り組む、スポーツとしてのソフトボールの楽しさやルールの特徴を理解し、ゲームの中で実践していく。	II G科目
2122173	基礎体育卓球(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	第3体育館	木内 敦詞	授業時間内の卓球の実践では、個人やグループとして「よく戦うこと」を通じて、ライフスキル獲得水準の向上をめざす。 授業時間外の日常生活場面においては、現状よりも毎日10分の身体活動量増加(プラス10)をめざす。	II G科目 Let's attend every time!
2125173	基礎体育テニス(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	体芸テニスコート	三橋 大輔	テニスの基礎的な技術、戦術を習得しダブルスおよびシングルのプレーができるようになる。加えてルールやマナー、テニスの歴史を学び、生涯スポーツとしてテニスを楽しむ能力を身につける。	II G科目
2134173	基礎体育バスケットボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	バスケットボール場	柏倉 秀徳	バスケットボールの特性を理解し、基礎技術、個人戦術の習得を通して、「走る」、「跳ぶ」、「投げる」等の基礎的な運動能力を高めるとともに、習得した技術、戦術を活かしたゲームができるようになる。	II G科目
2136173	基礎体育バレーボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	球技体育館	秋山 央	バレーボールのルールを理解し、基礎的な技術であるパス(オーバーハンドパス、アンダーハンドパス)の正しい動作を習得するとともに、仲間と協力してボールを繋ぎ、チームワークを高める能力を身につける。	II G科目
2130173	基礎体育トリム運動(秋)	3	0.5	1	秋AB	木1	体育センター	澤江 幸則	本授業は、体育を履修する上で特別な支援ニーズがある学生に対して開講している。受講生のコンディションを考慮したスポーツを教材として実施する。	I階トリム運動室 G科目

比文、日語、教育、心理、障害、資源、創成、知識(春学期1年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2111183	基礎体育剣道(春)	3	0.5	1	春AB	金3	剣道場	鍋山 隆弘	剣道の基礎的な技術、礼儀作法の習得を通して心身の向上を目指す。また、剣道の特性に関する知識を高め、健康・体力づくりにつなげてゆく。	I G科目
2115183	基礎体育柔道(春)	3	0.5	1	春AB	金3	柔道場	山口 香	柔道の基本を習得する。基本的な技を使用した安全な乱取を通じて徒手格闘技の魅力を理解する。	I G科目
2116183	基礎体育ジョグ&ウォーク(春)	3	0.5	1	春AB	金3	陸上競技場	鍋倉 賢治	「苦しみの長距離走」というイメージを一新し、スポーツとしてのジョギングの楽しさ、爽快感を体得しつつ、健康・体力の意義について理解する。また、四季折々のつくばを堪能する。	I G科目
2117183	基礎体育水泳(春)	3	0.5	1	春AB	金3	屋内プール	高木 英樹	初心者から上級者までレベルを問わず、水の中で運動することの楽しさを味わうことを第1の目的とする。また4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)の習得以外に、水球やスキndaイビングなどの各種水辺活動にも取り組む。	I G科目
2123183	基礎体育ダンス(春)	3	0.5	1	春AB	金3	ダンス場	朴 京眞	様々なダンスの簡単なテクニックやステップを用いて自らの身体知覚を高めるとともに、踊ることの楽しさを体験する。	I G科目
2140183	基礎体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	1	春AB	金3	第2トレーニング場	河合 季信	健康・体力の意義について理解し、マシンを使った筋力トレーニングと大学周辺のジョギングとを組み合わせたトレーニングを行う。	I G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2152183	基礎体育トラック&フィールド(春)	3	0.5	1	春AB	金3	陸上競技場	榎本 靖士	陸上競技の走跳投という運動を目的および手段とし、体力や技能を高めるための理論および方法を学習し、あわせて競技能力に応じて競技を楽しむ態度を養う。また、健康・体力の意義について陸上競技の実践を通して理解する。	I G科目
2113183	基礎体育サッカー(春)	3	0.5	1	春AB	金3	第1サッカー場	田部井 祐介	サッカーのゲームを通して、基礎技術やサッカーの原理原則を理解する。サッカーを楽しむためにも、基礎技術となるボールを「蹴る」・「止める」・「動かす」ことは重要となる。また、チームメートと協調しながらチーム戦術の習得を試みる。	II G科目
2114183	基礎体育シューティングスポーツ(春)	3	0.5	1	春AB	金3	アーチェリー場	嵯峨 寿	アーチェリー、弓道に有用な基礎的知識、技能を他の受講生との協力、コミュニケーションを通して習得しながら、スポーツ精神や礼節、慈しみの態度を養います。	II アーチェリーは左利きの用具がありますが、弓道は全員が右です。いずれも屋外で行う授業です。 G科目
2125183	基礎体育テニス(春)	3	0.5	1	春AB	金3	体芸テニスコート	三橋 大輔	テニスの基礎的な技術、戦術を習得しダブルスおよびシングルのプレーができるようにする。加えてルールやマナー、テニスの歴史を学び、生涯スポーツとしてテニスを楽しむ能力を身につける。	II G科目
2133183	基礎体育ニュースポーツ(春)	3	0.5	1	春AB	金3		宮崎 明世	フライングディスクの扱いに慣れ、操作に熟達することで、ディスクを使った様々なスポーツを楽しむようになることを目的としています。アルティメットを中心に学習し、技能の向上とともにルールの工夫や戦術の理解と実践、仲間との交流も大切にしています。	II 教室は決定後周知 G科目
2135183	基礎体育バドミントン(春)	3	0.5	1	春AB	金3	第1体育館	吹田 真士	バドミントンの技能を習得するとともに、相手と一緒にプレイすることの大切さを学習する。	G科目
2136183	基礎体育バレーボール(春)	3	0.5	1	春AB	金3	球技体育館	秋山 央	バレーボールのルールを理解し、基礎的な技術であるパス(オーバーハンドパス、アンダーハンドパス)の正しい動作を習得するとともに、仲間と協力してボールを繋ぎ、チームワークを高める能力を身につける。	II G科目
2137183	基礎体育ハンドボール(春)	3	0.5	1	春AB	金3	ハンドボール場	山田 永子	ゲームを中心に、個人での状況解決の仕方、グループでの状況解決の仕方を学ぶ。また、ボールを使った様々な動きを通して、コーディネーション能力を高める。	II G科目
2130183	基礎体育トリム運動(春)	3	0.5	1	春AB	金3	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディショニングを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目

比文、日仏、教育、心理、障害、資源、創成、知識(秋学期1年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2111193	基礎体育剣道(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	剣道場	鍋山 隆弘	剣道の基礎的技術、礼儀作法の習得を通して心身の向上を目指す。また、剣道の特性に関する知識を高め、健康・体力づくりにつなげてゆく。	I G科目
2115193	基礎体育柔道(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	柔道場	山口 香	柔道の基本を習得する。基本的な技を使用した安全な乱取を通じて徒手格闘技の魅力を理解する。	I G科目
2116193	基礎体育ジョグ&ウォーク(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	陸上競技場	鍋倉 賢治	「苦しみの長距離走」というイメージを一新し、スポーツとしてのジョギングの楽しさ、爽快感を体得しつつ、健康・体力の意義について理解する。また、四季折々のつくばを堪能する。	I G科目
2117193	基礎体育水泳(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	屋内プール	高木 英樹	初心者から上級者までレベルを問わず、水の中で運動することの楽しさを味わうことを第1の目的とする。また4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)の習得以外に、水球やスキndaイビングなどの各種水辺活動にも取り組む。	I G科目
2123193	基礎体育ダンス(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	ダンス場	朴 京眞	様々なダンスの簡単なテクニックやステップを用いて自らの身体知覚を高めるとともに、踊ることの楽しさを体験する。	I G科目
2140193	基礎体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	第2トレーニング場	河合 季信	健康・体力の意義について理解し、マシンを使った筋カトレーニングと大学周辺のジョギングとを組み合わせたトレーニングを行う。	I G科目
2152193	基礎体育トラック&フィールド(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	陸上競技場	榎本 靖士	陸上競技の走跳投という運動を目的および手段とし、体力や技能を高めるための理論および方法を学習し、あわせて競技能力に応じて競技を楽しむ態度を養う。また、健康・体力の意義について陸上競技の実践を通して理解する。	I G科目
2113193	基礎体育サッカー(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	第1サッカー場	田部井 祐介	サッカーのゲームを通して、基礎技術やサッカーの原理原則を理解する。サッカーを楽しむためにも、基礎技術となるボールを「蹴る」・「止める」・「動かす」ことは重要となる。また、チームメートと協調しながらチーム戦術の習得を試みる。	II G科目
2114193	基礎体育シューティングスポーツ(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	アーチェリー場	嵯峨 寿	アーチェリー、弓道に有用な基礎的知識、技能を他の受講生との協力、コミュニケーションを通して習得しながら、スポーツ精神や礼節、慈しみの態度を養います。	II アーチェリーは左利きの用具がありますが、弓道は全員が右です。いずれも屋外で行う授業です。 G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2125193	基礎体育テニス(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	体芸テニスコート	三橋 大輔	テニスの基礎的な技術、戦術を習得しダブルスおよびシングルのプレーができるようにする。加えてルールやマナー、テニスの歴史を学び、生涯スポーツとしてテニスを楽しむ能力を身につける。	11 6科目
2133193	基礎体育ニュースポーツ(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3		宮崎 明世	フライングディスクの扱いに慣れ、操作に熟達することで、ディスクを使った様々なスポーツを楽しめるようになることを目的としています。アルティメットを中心に学習し、技能の向上とともにルールの工夫や戦術の理解と実践、仲間との交流も大切にしています。	11 6科目 教室は決定後周知
2135193	基礎体育バドミントン(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	第1体育館	吹田 真士	バドミントンの技能を習得するとともに、相手と一緒にプレイすることの大切さを学習する。	11 6科目
2136193	基礎体育バレーボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	球技体育館	秋山 央	バレーボールのルールを理解し、基礎的な技術であるパス(オーバーハンドパス、アンダーハンドパス)の正しい動作を習得するとともに、仲間と協力してボールを繋ぎ、チームワークを高める能力を身につける。	11 6科目
2137193	基礎体育ハンドボール(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	ハンドボール場	山田 永子	ゲームを中心に、個人での状況解決の仕方、グループでの状況解決の仕方を学ぶ。また、ボールを使った様々な動きを通して、コーディネーション能力を高める。	11 6科目
2130193	基礎体育トリム運動(秋)	3	0.5	1	秋AB	金3	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディショニングを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 6科目

人文、日日、教育、心理、障害、生物、看護、医療(春学期2年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2211203	応用体育剣道(春)	3	0.5	2	春AB	火2	剣道場	鍋山 隆弘	防具を着け稽古のできるまでの基礎的技術と、礼儀作法の習得を通して心身の向上を目指す。	6科目
2212203	応用体育ゴルフ(春)	3	0.5	2	春AB	火2	ゴルフケージ、陸上競技場	白木 仁	ゴルフの基本技術(スイング、アプローチショット、パターの技術)を中心にルール、マナー等を段階的に学習する。さらに、ゴルフの実践を通して、パートナーシップ、スポーツマンシップを習得する。また、体力測定を実施することにより自身の体力を確認する。	6科目
2215203	応用体育柔道(春)	3	0.5	2	春AB	火2	柔道場	小俣 幸嗣	柔道の文化的特性を理解し、基本的な技術を習得して攻防ができるようにする。柔道を通じて体力を養い、他のスポーツにも応用できるバランス感覚や巧緻性などを習得する。	6科目
2217203	応用体育水泳(春)	3	0.5	2	春AB	火2	屋内プール	本間 三和子	泳ぎを科学的に理解し、水球、スノーケリング、飛板飛込の基本スキルを学ぶ。生涯スポーツとしてアクアティックススポーツを楽しむ能力を高める。	6科目
2221203	応用体育ソフトボール(春)	3	0.5	2	春AB	火2	野球場	増淵 まり子	ソフトボールの競技特性や技術構造を理解し、特に守備・打撃の技能を高める。また、実戦的な練習や試合を通してチームプレーの質向上を目指す。	6科目
2222203	応用体育卓球(春)	3	0.5	2	春AB	火2	第3体育館	安藤 真太郎	スポーツ活動に関する知識を深める。独特の練習法を通じ、単一種目をより深く追求することにより、様々なスポーツシーンに関係する技術を理解させる。応用的ミニゲームへも取り組む。	受講にはインドア用シューズは必携。服装はスポーツウェア。経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者重視した内容となっている。 6科目
2230203	応用体育トリム運動(春)	3	0.5	2	春AB	火2	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディショニングを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 6科目
2233203	応用体育ニュースポーツ(春)	3	0.5	2	春AB	火2		齊藤 武利	既成のスポーツ競技や種目にとらわれないことと、新たに開発され、あまり知られていないスポーツ種目(フライングディスク、ユニホック、グランドゴルフなど)や世界各国の伝統的なスポーツ種目(インドアカ、ベタンク、綱引きなど)を体験する。その実践を通して、自分の体力に応じた「新たなスポーツ」を楽しむ方策などを見つけ出し、スポーツそのものに対する自分の価値観について考えてみる。	教室は決定後周知 6科目
2234203	応用体育バスケットボール(春)	3	0.5	2	春AB	火2	バスケットボール場	中祖 嘉人	バスケットボールの個人戦術(相手を打ち破る行為、相手からボールを奪う行為)を習得し、バスケットボールの特性を理解し、個人戦術戦術を活かしたゲームができるようになる。	6科目
2235203	応用体育バドミントン(春)	3	0.5	2	春AB	火2	第1体育館	谷藤 千香	バドミントンの特性を理解し、基礎的技術を習得する。仲間とともに楽しくゲームをするには何をすべきか、自分自身や他者との関係を学習するとともに、自分自身の能力を最大限活かしたゲームを展開できるようにする。	6科目
2237203	応用体育ハンドボール(春)	3	0.5	2	春AB	火2	ハンドボール場	山田 永子	ゲームを中心に、基礎的な技術・戦術を習得する。	6科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2240203	応用体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	2	春AB	火2	第2トレーニング場	大森 肇	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を理解した上で、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチングを豊かなスポーツ文化として日常生活の中で応用することをめざす。	G科目
2241203	応用体育フットボール(春)	3	0.5	2	春AB	火2	セキショウフィールド	松元 剛	フットボールの前バスゲームを通して、フットボールの戦術的知識や技能について理解し、チームの状況に応じた作戦立案について実践的に学ぶ。	G科目
2245203	応用体育野外運動(春)	3	0.5	2	春AB	火2	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	野外運動(自然を活用したアクティビティ)のための1基礎的な技術を習得すること。2そのための知的理解を深めること。3活動実践のための方法的な能力を養うこと。さらに、4自然の中で活動することを通して、自己や環境に対する興味、関心、肯定的な価値観を涵養することを目標としたい。応用体育では、野外運動やアウトドアスポーツのさらなる理解と定着化をはかる。なお、春学期は、野性の森においてイニシアチブゲーム(チャレンジアクティビティ)と呼ばれるグループ作りのための活動を行う。	G科目

人文、日日、教育、心理、障害、生物、看護、医療(秋学期2年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2211213	応用体育剣道(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	剣道場	鍋山 隆弘	防具をつけ、相手と駆け引きができる技術を身につけることを目標とし、心身の向上も目指す。	G科目
2212213	応用体育ゴルフ(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	ゴルフケージ、陸上競技場	白木 仁	ゴルフの基本技術を発展させ、ミニコースの実践を通してルール、マナー、パートナーシップ、スポーツマンシップを習得する。また、秋学期中には、近郊ゴルフコースにて集中授業を行う。	経費 打撃場約¥1,000 コース約¥2,500 G科目
2215213	応用体育柔道(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	柔道場	小俣 幸嗣	柔道の文化的特性を理解し、基本的な技術を習得して攻防ができるようにする。柔道を通じて体力を養い、他のスポーツにも応用できるバランス感覚や巧緻性などを習得する。	G科目
2217213	応用体育水泳(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	屋内プール	本間 三和子	泳ぎを科学的に理解し、個々の泳能力に応じて4泳法のスキル向上を図る。日本泳法、シンクロ、着衣泳、救助法の基本スキルを学び、自己保全能力を身につけ、生涯スポーツとしてアクアティックススポーツを楽しむ能力を高める。	G科目
2221213	応用体育ソフトボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	野球場	増淵 まり子	ソフトボールの技術構造や戦術について理解を深め、作戦や状況に応じた実践的な技能を高める。また、チーム練習やリーグ戦を通して仲間との協調性やリーダーシップを身につける。	G科目
2222213	応用体育卓球(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	第3体育館	安藤 真太郎	スポーツ活動に関する知識の深まりとともに、活動の成果を享受する能力を高める。様々なスポーツシーンに関係する技術を理解した上で、ゲーム・技術練習共に、より多様な形態で実施し、ゲームスポーツに関する自由な発想を育てる。	受講にはインドア用シューズは必須。服装はスポーツウェア。経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者重視の内容となっている。 G科目
2230213	応用体育トリム運動(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディションを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目
2233213	応用体育ニュースポーツ(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2		齊藤 武利	既成のスポーツ競技や種目にとらわれることなく、大学生によって新たに開発されたスポーツ種目のフライングディスク競技やあまり一般的には知られていないスポーツ種目(ユニホック、グランドゴルフなど)を体験する。また、昔から受け継がれている世界各国の伝統的なスポーツ種目(インディアカ、ベタンク、綱引き)についても改めて体験してその楽しみについて再考する。さらに、これらの実践を通して、基礎体育で養った自分の体力に応じた「新たなスポーツ」を楽しむ方策などを見つけて出し、スポーツそのものに対する自分の価値観について考えてみる。	教室は決定後周知 G科目
2234213	応用体育バスケットボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	バスケットボール場	中祖 嘉人	バスケットボールの個人戦術(相手を打ち破る行為、相手からボールを奪う行為)を習得し、バスケットボールの特性を理解し、個人戦術戦術を活かしたゲームができるようになる。	G科目
2235213	応用体育バドミントン(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	第1体育館	谷藤 千香	バドミントンの基礎的な技術を習得し、自分自身の能力を最大限活かしたゲームを展開できるようになる。また、クラス全体で楽しい大会運営ができるよう、他者等の関係を学習する。	G科目
2237213	応用体育ハンドボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	ハンドボール場	山田 永子	ゲームの理解、グループ・チーム戦術の習得によって、チームの中で個々の役割について考え、チームスポーツを楽しむ能力を養う。	G科目
2240213	応用体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	第2トレーニング場	大森 肇	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を理解した上で、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチングを豊かなスポーツ文化として日常生活の中で応用することをめざす。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2241213	応用体育フラッグフットボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	セキショウフィールド	松元 剛	日本フラッグフットボール協会公式規則に準じたゲームを通して、フラッグフットボールに関する戦術的知識や技能の実践力を高め、ゲームパフォーマンスの向上を目指す。	G科目
2245213	応用体育野外運動(秋)	3	0.5	2	秋AB	火2	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	秋学期は、天久保池において、カナディアンカヌーを実践する。学習目標は、春学期と同様であるが、秋学期においては、特に、グループにおける課題解決に焦点をあてる。カナディアンカヌーの学習は、各グループ毎に相互学習の形式で進め、練習の立案、カヌーの実践、振り返りを通して学習する。	G科目

国際、情報、エシス、応理(春学期2年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2208223	応用体育器械運動(春)	3	0.5	2	春AB	水3	体操競技場	金谷 麻理子	器械運動ならびに体操競技の種目を用いて、「器具との協調」をテーマに、各自の能力にあった技能の取得と運動の理解を目指す。	G科目
2211223	応用体育剣道(春)	3	0.5	2	春AB	水3	剣道場	酒井 利信	日本発祥の伝統的運動文化である剣道を体験することにより、日本的な技術観や身体観を学習する。更にこのことにより、グローバル社会における日本文化のアイデンティティを自覚する。	G科目
2212223	応用体育ゴルフ(春)	3	0.5	2	春AB	水3	ゴルフケージ, 陸上競技場	白木 仁	ゴルフの基本技術(スイング、アプローチショット、パターの技術)を中心にルール、マナー等を段階的に学習する。さらに、ゴルフの実践を通して、パートナーシップ、スポーツマンシップを習得する。また、体力測定を実施することにより自身の体力を確認する。	G科目
2213223	応用体育サッカー(春)	3	0.5	2	春AB	水3	第1サッカー場	洪 性賛	サッカーの技術・戦術の基本を理解する。また、それらをゲームのどのような場面で使用するのが効果的なのかを学び、よりゲームの楽しさを実感する。	G科目
2217223	応用体育水泳(春)	3	0.5	2	春AB	水3	屋内プール	本間 三和子	泳ぎを科学的に理解し、水球、スノーケリング、飛板飛込の基本スキルを学ぶ。生涯スポーツとしてアクアティックスポーツを楽しむ能力を高める。	G科目
2221223	応用体育ソフトボール(春)	3	0.5	2	春AB	水3	野球場	川村 卓	ソフトボールの技術を高め、プレイする楽しさを身に着ける	G科目
2223223	応用体育ダンス(春)	3	0.5	2	春AB	水3	ダンス場	平山 素子, 朴京真	「身体の発見」をテーマに、多様なダンス文化に挑戦する。「身体を知る」段階では、導入としてインド式健康法のヨガを体験することで自らの身体を見つめなおし、健康的な身体作りを形成できる能力を養う。さらに、リズムカルな音楽に合わせた動きを体験することで、フィットネスやコミュニケーションとしてのダンスの効果を知る。	G科目
2225223	応用体育テニス(春)	3	0.5	2	春AB	水3	体芸テニスコート	窪田 辰政	本授業では、テニスの基礎的な技術習得を通じて、友好的で信頼のおける人間関係を築き維持するチームワークを学び、それを効率的に発揮するための方法論を学習する。	G科目
2230223	応用体育トリム運動(春)	3	0.5	2	春AB	水3	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディションを考慮して体力トレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目
2236223	応用体育バレーボール(春)	3	0.5	2	春AB	水3	球技体育館	秋山 央	バレーボールのルールや競技特性を理解し、パス、スパイク、サーブなど各種技術の正しい動作を習得する。	G科目
2237223	応用体育ハンドボール(春)	3	0.5	2	春AB	水3	ハンドボール場	山田 永子	ゲームを中心に、基礎的な技術・戦術を習得する。	G科目
2240223	応用体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	2	春AB	水3	第2トレーニング場	河合 季信	健康・体力の意義について理解し、マシンを使った筋力トレーニングと大学周辺のジョギングとを組み合わせたトレーニングを行う。	G科目
2241223	応用体育フラッグフットボール(春)	3	0.5	2	春AB	水3	セキショウフィールド	松元 剛	フラッグフットボールの前バスゲームを通して、フラッグフットボールの戦術的知識や技能について理解し、チームの状況に応じた作戦立案について実践的に学ぶ。	G科目
2245223	応用体育野外運動(春)	3	0.5	2	春AB	水3	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	野外運動(自然を活用したアクティビティ)のための1基礎的な技術を習得すること。2そのための知的理解を深めること。3活動実践のための方法的能力を養うこと。さらに、4自然の中で活動することを通して、自己や環境に対する興味、関心、肯定的な価値観を涵養することを目標としたい。応用体育では、野外運動やアウトドアスポーツのさらなる理解と定着化をはかる。なお、春学期は、野性の森においてイニシアチブゲーム(チャレンジアクティビティ)と呼ばれるグループ作りのための活動を行う。	G科目

国際、情報、エシス、応理(秋学期2年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2208233	応用体育器械運動(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	体操場	金谷 麻理子	主にトランポリンを用いて、「動きのコントロール」をテーマに、各自の能力にあった技能の習得と運動の理解を目指す。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2211233	応用体育剣道(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	剣道場	酒井 利信	日本発祥の伝統的運動文化である剣道を体験することにより、日本的な技術観や身体観を学習する。更にこのことにより、グローバル社会における日本文化のアイデンティティを自覚する。	G科目
2212233	応用体育ゴルフ(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	ゴルフケージ、陸上競技場	白木 仁	ゴルフの基本技術を発展させ、ミニコースの実践を通してルール、マナー、パートナーシップ、スポーツマンシップを習得する。また、秋学期中には、近郊ゴルフコースにて集中授業を行う。	経費 打撃場約¥1,000 コース約¥2,500 G科目
2213233	応用体育サッカー(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	第1サッカー場	洪 性賛	ボールそのものを扱う技術に加え、ボールを持たない時の動きを理解することで、ゲーム中の相手との駆け引きを楽しめる能力を養うことを目指す。オフサイドルールを理解し、より広いコートでのゲームを楽しむ。	G科目
2217233	応用体育水泳(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	屋内プール	本間 三和子	泳ぎを科学的に理解し、個々の泳能力に応じて4泳法のスキル向上を図る。日本泳法、シンクロ、着衣泳、救助法の基本スキルを学び、自己保全能力を身に付け、生涯スポーツとしてアクアティックススポーツを楽しむ能力を高める。	G科目
2221233	応用体育ソフトボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	野球場	川村 卓	ソフトボールの技術を高め、プレイする楽しさを身に着ける	G科目
2223233	応用体育ダンス(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	ダンス場	平山 素子, 朴京眞	「身体を使う・創造する」段階では、様々なジャンルのダンスにチャレンジすることでダンス文化の多様性や、現代性を再認識する。さらに、自らの身体を使ってオリジナルのダンス作品を制作し、身体から発信される多彩な表現世界を楽しむ。	G科目
2225233	応用体育テニス(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	体芸テニスコート	窪田 辰政	本授業では、テニスの基礎的な技術習得を通じて、友好的で信頼のおける人間関係を築き維持するチームワークを学び、それを効率的に発揮するための方法論を学習する。	G科目
2230233	応用体育トリム運動(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディションを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目
2236233	応用体育バレーボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	球技体育館	秋山 央	バレーボールの各種技術をゲームを通して向上させるとともに、仲間と協力してボールを繋ぎ、チームワークを高める能力を身につける。	G科目
2237233	応用体育ハンドボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	ハンドボール場	山田 永子	ゲームの理解、グループ・チーム戦術の習得によって、チームの中での個々の役割について考え、チームスポーツを楽しむ能力を養う。	G科目
2240233	応用体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	第2トレーニング場	河合 季信	健康・体力の意義について理解し、マシンを使った筋力トレーニングと大学周辺のジョギングとを組み合わせたトレーニングを行う。	G科目
2241233	応用体育フライングフットボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	セキショウフィールド	松元 剛	日本フライングフットボール協会公式規則に準じたゲームを通して、フライングフットボールに関する戦術的知識や技能の実践力を高め、ゲームパフォーマンスの向上を目指す。	G科目
2245233	応用体育野外運動(秋)	3	0.5	2	秋AB	水3	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	秋学期は、天久保池において、カナディアンカヌーを実践する。学習目標は、春学期と同様であるが、秋学期においては、特に、グループにおける課題解決に焦点をあてる。カナディアンカヌーの学習は、各グループ毎に相互学習の形式で進め、練習の立案、カヌーの実践、振り返りを通して学習する。	G科目

社会、地球、数学、物理、化学、医学、創成、知識(春学期2年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2207243	応用体育空手(春)	3	0.5	2	春AB	木2	第1多目的道場	麓 正樹	空手道の基本的な技術の実践を通じて、自らの身体と心、他者の身体と心、そしてその関連について理解を深める。基本技術と呼吸法、フットワークと基本技術の協調、型および組手ができるようにする。	G科目
2212243	応用体育ゴルフ(春)	3	0.5	2	春AB	木2	ゴルフケージ、陸上競技場	白木 仁	ゴルフの基本技術(スイング、アプローチショット、パターの技術)を中心にルール、マナー等を段階的に学習する。さらに、ゴルフの実践を通して、パートナーシップ、スポーツマンシップを習得する。また、体力測定を実施することにより自身の体力を確認する。	G科目
2213243	応用体育サッカー(春)	3	0.5	2	春AB	木2	第1サッカー場	小井土 正亮	サッカーの技術・戦術の基本を理解する。また、それらをゲームのどのような場面で使用するのが効果的なのかを学び、よりゲームの楽しさを実感する。	G科目
2214243	応用体育シューティングスポーツ(春)	3	0.5	2	春AB	木2	アーチェリー場	嵯峨 寿	アーチェリーを定期的に継続実施することで、運動の生活習慣化を図ると共に、スポーツの文化的、社会的、倫理的価値や精神的効果について理解を深めます。	アーチェリーは左利きの用具がありますが、弓道は全員が右です。いずれも屋外で行う授業です。 G科目
2217243	応用体育水泳(春)	3	0.5	2	春AB	木2	屋内プール	高木 英樹	本学プール施設の特性を活かし、さまざまな水辺活動に取り組む。特に春学期は、スキndaイビング、飛込などの基本的技術の習得および安全に実施するための知識を身につける。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2221243	応用体育ソフトボール(春)	3	0.5	2	春AB	木2	野球場	金田 健史	応用体育(春)では、ソフトボールをおこなう上での基本的な知識、技術を理解するとともに、基礎技能の向上と、試合の中で獲得した技術を生かすために実践を意識した練習に取り組み、スポーツとしてのソフトボールの楽しさやルールの特徴を理解していく。	G科目
2222243	応用体育卓球(春)	3	0.5	2	春AB	木2	第3体育館	木内 敦詞	当授業は、卓球の技能水準が初中級者向けの内容である。授業時間内の卓球の実践では、スポーツ活動に内在する4つの経験(自己開示、他者協力、挑戦達成、楽しさ実感)を通じたライフスキル獲得水準の向上をめざす。授業時間外の日常生活場面においては、食事や睡眠も視野に入れた規則正しい生活習慣の獲得をめざす。	第三体育館 G科目
2223243	応用体育ダンス(春)	3	0.5	2	春AB	木2	ダンス場	米澤 麻佑子	ダンスの基礎的な身体の使い方を学び、様々な音楽にのって体を動かす楽しさを知る。また、授業を通して様々な運動プログラム(簡単なストレッチやヨガ、マッサージ等)を身につけて、バランスのとれた健康的な身体づくりを目指す。	G科目
2225243	応用体育テニス(春)	3	0.5	2	春AB	木2	体芸テニスコート	三橋 大輔	テニスの基礎技術の習得。テニスを通してマナー、ルール、スポーツの価値について学ぶ。	テニスシューズを着用すること。 G科目
2230243	応用体育トリム運動(春)	3	0.5	2	春AB	木2	体育センター	坂本 昭裕	体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講する。学習内容は健康・体力に興味を持てる態度を形成することを目的とし、受講生のコンディションにあわせた教材を用意したい。	1階トリム運動室 G科目
2234243	応用体育バスケットボール(春)	3	0.5	2	春AB	木2	バスケットボール場	大高 敏弘	バスケットボールの個人戦術(相手を打ち破る行為、相手からボールを奪う行為)を習得し、バスケットボールの特性を理解し、個人戦術を活かしたゲームができるようになる。	G科目
2236243	応用体育バレーボール(春)	3	0.5	2	春AB	木2	球技体育館	秋山 央	バレーボールのルールや競技特性を理解し、パス、スパイク、サーブなど各種技術の正しい動作を習得する。	G科目
2237243	応用体育ハンドボール(春)	3	0.5	2	春AB	木2	ハンドボール場	ネメシュ ローランド ヤーノシュ	ゲームを中心に、基礎的な技術・戦術を習得する。	G科目
2240243	応用体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	2	春AB	木2	第2トレーニング場	大森 肇	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を理解した上で、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチを豊かなスポーツ文化として日常生活の中で応用することをめざす。	G科目
2243243	応用体育ボディ・ワーク(春)	3	0.5	2	春AB	木2	第2多目的道場	加藤 敏弘	足ほぐし、体幹部を中心としたトレーニング、ストレッチ(円柱補助具を含む)、呼吸法、軸をとらえるためのワーク等を行い、「からだ」に対する知識を深め、それらの技能の習熟を図る。普段、気にかけないまま緊張しこわばってしまった身体をほぐし、引き締め、ゆるめ、整えることで、内側からの身体感覚を磨きストレッチャーへの抵抗力を高め、運動そのものを享受する。	G科目
2248243	応用体育リフレッシュ体操(春)	3	0.5	2	春AB	木2	体操場	長谷川 聖修	乗ることのできる「Gボール」や大きな鉄の輪の中に入って回転する「ラート」運動など、これまでに体験したことのない異次元の動きを通じて、心身をリフレッシュすること。	G科目
2252243	応用体育トラック&フィールド(春)	3	0.5	2	春AB	木2	陸上競技場	谷川 聡	走・跳・投の基本的技能を理解して自分の身体で理解できるようにし、基本的運動の身体操作方法・トレーニング方法を学び、競技者に関する知識および競技の観戦法を学ぶ。	G科目

社会、地球、数学、物理、化学、医学、創成、知識(秋学期2年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2207253	応用体育空手(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	第1多目的道場	麓 正樹	空手道の基本的な技術の実践を通じて、自らの身体と心、他者の身体と心、そしてその関連について理解を深める。基本技術と呼吸法、フットワークと基本技術の協調、型および組手をより高いレベルで実施する。	G科目
2212253	応用体育ゴルフ(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	ゴルフコース、陸上競技場	白木 仁	ゴルフの基本技術を発展させ、ミニコースの実践を通してルール、マナー、パートナーシップ、スポーツマンシップを習得する。また、秋学期中には、近郊ゴルフコースにて集中授業を行う。	経費 打撃場約¥1,000 コース約¥2,500 G科目
2213253	応用体育サッカー(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	第1サッカー場	小井土 正亮	ボールそのものを扱う技術に加え、ボールを持たない時の動きを理解することで、ゲーム中の相手との駆け引きを楽しめる能力を養うことを目指す。	G科目
2214253	応用体育シューティングスポーツ(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	アーチェリー場	嵯峨 寿	弓道を定期的に継続実施することで、運動の生活習慣化を図ると共に、スポーツの文化的、社会的、倫理的価値や精神的効果について理解を深めたい。	G科目
2217253	応用体育水泳(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	屋内プール	高木 英樹	本学プール施設の特性を活かし、さまざまな水辺活動に取り組む。特に秋学期は、水球、シンクロナイズド・スイミング、着衣泳などの基本的技術の習得およびルールや発展してきた経緯などに関する知識を身につける。	G科目
2221253	応用体育ソフトボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	野球場	金田 健史	応用体育(秋)では、応用体育(春)において獲得してきた基礎技能やルールに関する知識を生かして、より実践的なチーム練習と、ゲームにおいて更なる技能向上とチームスポーツとしてのソフトボールへの理解を深める。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2222253	応用体育卓球(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	第3体育館	木内 敦詞	当授業は、卓球の技能水準が初中級者向けの内容である。授業時間内の卓球の実践では、個人やグループとして「よく戦うこと」を通じて、ライフスキル獲得水準の向上をめざす。授業時間外の日常生活場面においては、現状よりも毎日10分の身体活動量増加(プラス10)をめざす。	Third gymnasium G科目
2223253	応用体育ダンス(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	ダンス場	米澤 麻佑子	動きの探究や作品創作に挑戦し、身体の様々な可能性を発見するとともに、自己を表現する力を高める。	G科目
2225253	応用体育テニス(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	体芸テニスコート	三橋 大輔	スピニングサービスを含む発展的技術や戦術などについて学ぶ。	テニスシューズを着用すること。 G科目
2230253	応用体育トリム運動(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	体育センター	坂本 昭裕	体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講する。学習内容は健康・体力に興味を持てる態度を形成することを目的とし、受講生のコンディションにあわせた教材を用意したい。秋学期では、春学期の状況を踏まえて発展的に授業内容を検討する。	1階トリム運動室 G科目
2234253	応用体育バスケットボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	バスケットボール場	大高 敏弘	バスケットボールの個人戦術(相手を打ち破る行為、相手からボールを奪う行為)、グループ戦術(カットプレイ、スクリーンプレイなど)を習得し、バスケットボールの特性を理解し、グループ戦術を活かしたゲームができるようになる。	G科目
2236253	応用体育バレーボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	球技体育館	秋山 央	バレーボールの各種技術をゲームを通して向上させるとともに、仲間と協力してボールを繋ぎ、チームワークを高める能力を身につける。	G科目
2237253	応用体育ハンドボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	ハンドボール場	ネメシュ ローランド ヤーノシュ	ゲームの理解、グループ・チーム戦術の習得によって、チームの中で個々の役割について考え、チームスポーツを楽しむ能力を養う。	G科目
2240253	応用体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	第2トレーニング場	大森 肇	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を理解した上で、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチングを豊かなスポーツ文化として日常生活の中で応用することをめざす。	G科目
2243253	応用体育ボディ・ワーク(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	第2多目的道場	加藤 敏弘	体幹部を中心としたトレーニングやストレッチング(円柱補助具を含む)、姿勢を整えるためのワークを行い、「からだ」に対する知識を深め、それらの技能の習熟を図る。普段、気にかけないまま緊張しこわばってしまった身体をほぐし、引き締め、ゆるめ、整えることで、内側からの身体感覚を磨きストレッチャーへの抵抗力を高め、運動そのものを享受する。	G科目
2248253	応用体育リフレッシュ体操(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	体操場	長谷川 聖修	乗ることのできる「Gボール」や大きな鉄の輪の中に入って回転する「ラート」運動など、これまでに体験したことのない異次元の動きを通じて、心身をリフレッシュすること。	G科目
2252253	応用体育トラック&フィールド(秋)	3	0.5	2	秋AB	木2	陸上競技場	谷川 聡	走・跳・投の基本的技能を理解して自分の身体で理解できるようにし、基本的運動の身体操作方法・トレーニング方法を学び、競技者に関する知識および競技の観戦法を学ぶ。	G科目

比文、資源、社工、芸術(春学期2年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2211263	応用体育剣道(春)	3	0.5	2	春AB	木3	剣道場	鍋山 隆弘	防具を着け稽古できるまでの基礎的技術と、礼儀作法の習得を通して心身の向上を目指す。	G科目
2213263	応用体育サッカー(春)	3	0.5	2	春AB	木3	第1サッカー場	ガイスラー ギド ヴァルター	様々なゲーム形式を通じて攻撃・守備の原理や基本技術を身につける。	英語で授業を行う事がある G科目
2214263	応用体育シューティングスポーツ(春)	3	0.5	2	春AB	木3	アーチェリー場	嵯峨 寿	アーチェリーを定期的に継続実施することで、運動の生活習慣化を図ると共に、スポーツの文化的、社会的、倫理的価値や精神的効果について理解を深めます。	アーチェリーは左利きの用具がありますが、弓道は全員が右です。いずれも屋外で行う授業です。 G科目
2216263	応用体育ジョグ&ウォーク(春)	3	0.5	2	春AB	木3	陸上競技場	鍋倉 賢治	ウォーキング・ジョギングを通して身体知を探求し、豊かで逞しい心身を形成する。春学期は、健康や体力の価値、それに及ぼす運動の意義について、ジョギングを教材にまなびます。ジョギングの楽しさ、爽快感を体得し、つくばの四季を堪能する。	G科目
2217263	応用体育水泳(春)	3	0.5	2	春AB	木3	屋内プール	高木 英樹	本学プール施設の特性を活かし、さまざまな水辺活動に取り組む。特に春学期は、スキndaイビング、飛込などの基本的技術の習得および安全に実施するための知識を身につける。	G科目
2221263	応用体育ソフトボール(春)	3	0.5	2	春AB	木3	多目的グラウンド	木内 敦詞	授業時間内のソフトボールの実践では、スポーツ活動に内在する4つの経験(自己開示、他者協力、挑戦達成、楽しさ実感)を通じたライフスキル獲得水準の向上をめざす。授業時間外の日常生活場面においては、食事や睡眠も視野に入れた規則正しい生活習慣の獲得をめざす。	多目的グラウンド G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2222263	応用体育卓球(春)	3	0.5	2	春AB	木3	第3体育館	安藤 真太郎	スポーツ活動に関する知識を深める。独特の練習法を通じ、単一種目をより深く追求することにより、様々なスポーツシーンに関係する技術を理解させる。応用的ミニゲームへも取り組む。	受講にはインドア用シューズは必携。服装はスポーツウェア。経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者重視の内容となっている。G科目
2223263	応用体育ダンス(春)	3	0.5	2	春AB	木3	ダンス場	平山 素子	「身体の発見」をテーマに、多様なダンス文化に挑戦する。「身体を知る」段階では、導入としてインド式健康法のヨガを体験することで自らの身体を見つめなおし、健康的な身体作りを形成できる能力を養う。さらに、リズムカルな音楽に合わせた動きを体験することで、フィットネスやコミュニケーションとしてのダンスの効果を知る。	G科目
2230263	応用体育トリム運動(春)	3	0.5	2	春AB	木3	体育センター	坂本 昭裕	体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講する。学習内容は健康・体力に興味を持てる態度を形成することを目的とし、受講生のコンディションにあわせた教材を用意したい。	1階トリム運動室 G科目
2234263	応用体育バスケットボール(春)	3	0.5	2	春AB	木3	バスケットボール場	大高 敏弘	バスケットボールの個人戦術(相手を打ち破る行為、相手からボールを奪う行為)を習得し、バスケットボールの特性を理解し、個人戦術を活かしたゲームができるようになる。	G科目
2235263	応用体育バドミントン(春)	3	0.5	2	春AB	木3	第1体育館	吹田 真士	バドミントンをプレイする能力の向上を図る。バドミントンを通して人との関わり方を学ぶ。	G科目
2240263	応用体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	2	春AB	木3	第2トレーニング場	大森 肇	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を理解した上で、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチングを豊かなスポーツ文化として日常生活の中で応用することをめざす。	G科目
2252263	応用体育トラック&フィールド(春)	3	0.5	2	春AB	木3	陸上競技場	谷川 聡	走・跳・投の基本的技能を理解して自分の身体で理解できるようにし、基本的運動の身体操作方法・トレーニング方法を学び、競技者に関する知識および競技の観戦法を学ぶ。	G科目

比文、資源、社工、芸術(秋学期2年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2211273	応用体育剣道(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	剣道場	鍋山 隆弘	防具をつけ、相手と駆け引きができる技術を身につけることを目標とし、心身の向上も目指す。	G科目
2213273	応用体育サッカー(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	第1サッカー場	ガイスラー ギド ヴァルター	様々なゲームを通して基本的な戦術、ポゼッションプレーを理解し、集団行動・フォーメーションを成熟させていく。	英語で授業を行う事がある G科目
2214273	応用体育シューティングスポーツ(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	アーチェリー場	嵯峨 寿	弓道を定期的に継続実施することで、運動の生活習慣化を図ると共に、スポーツの文化的、社会的、倫理的価値や精神的効果について理解を深めます。	アーチェリーは左利きの用具がありますが、弓道は全員が右です。いずれも屋外で行う授業です。 G科目
2216273	応用体育ジョグ&ウォーク(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	陸上競技場	鍋倉 賢治	ウォーキング・ジョギングを通して身体知を探求し、豊かで逞しい心身を形成する。秋学期は、ジョギングの世界を広げることを目標に、様々なジョギングの楽しみ方を学び、ジョギングの楽しさ、爽快感を体得し、つくばの四季を堪能する。	G科目
2217273	応用体育水泳(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	屋内プール	高木 英樹	本学プール施設の特性を活かし、さまざまな水辺活動に取り組む。特に秋学期は、水球、シンクロライズド・スイミング、着衣泳などの基本的技術の習得およびルールや発展してきた経緯などに関する知識を身につける。	G科目
2221273	応用体育ソフトボール(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	多目的グラウンド	木内 敦詞	授業時間内のソフトボールの実践では、個人やチームとして「よく戦うこと」を通じて、ライフスキル獲得水準の向上をめざす。授業時間外の日常生活場面においては、現状よりも毎日10分の身体活動量増加(プラス10)の実現をめざす。	多目的グラウンド G科目
2222273	応用体育卓球(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	第3体育館	安藤 真太郎	スポーツ活動に関する知識の深まりとともに、活動の成果を享受する能力を高める。様々なスポーツシーンに関係する技術を理解した上で、ゲーム・技術練習共に、より多様な形態で実施し、ゲームスポーツに関する自由な発想を育てる。	受講にはインドア用シューズは必携。服装はスポーツウェア。経験者の受講を妨げないが、本科目は初心者重視の内容となっている。G科目
2223273	応用体育ダンス(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	ダンス場	平山 素子	「身体を使う・創造する」段階では、様々なジャンルのダンスにチャレンジすることでダンス文化の多様性や、現代性を再認識する。さらに、自らの身体を使ってオリジナルのダンス作品を制作し、身体から発信される多彩な表現世界を楽しむ。	G科目
2230273	応用体育トリム運動(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	体育センター	坂本 昭裕	体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講する。学習内容は健康・体力に興味を持てる態度を形成することを目的とし、受講生のコンディションにあわせた教材を用意したい。秋学期では、春学期の状況を踏まえて発展的に授業内容を検討する。	1階トリム運動室 G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2234273	応用体育バスケットボール(秋)		3	0.5	2	秋AB	木3 バスケットボール場	大高 敏弘	バスケットボールの個人戦術(相手を打ち破る行為、相手からボールを奪う行為)、グループ戦術(カットプレイ、スクリーンプレイなど)を習得し、バスケットボールの特性を理解し、グループ戦術を活かしたゲームができるようになる。	G科目
2235273	応用体育バドミントン(秋)		3	0.5	2	秋AB	木3 第1体育館	吹田 真士	バドミントンの習慣を形成し、自らの意志でバドミントンと係わることの楽しさを学ぶ。	G科目
2240273	応用体育フィットネストレーニング(秋)		3	0.5	2	秋AB	木3 第2トレーニング場	大森 肇	心身の健康維持・増進や生活習慣病の予防と運動・体力の関係を理解した上で、レジスタンストレーニング、ジョギング、ストレッチングを豊かなスポーツ文化として日常生活の中で応用することをめざす。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2252273	応用体育トラック&フィールド(秋)	3	0.5	2	秋AB	木3	陸上競技場	谷川 聡	走・跳・投の基本的技能を理解して自分の身体で理解できるようにし、基本的運動の身体操作方法・トレーニング方法を学び、競技者に関する知識および競技の観戦法を学ぶ。	G科目

国際、情報、エンス、応理(春学期3年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2311283	発展体育剣道(春)	3	0.5	3	春AB	月4	剣道場	有田 祐二	基礎体育・応用体育で習得した知識や技能を基に、木刀を用いた形稽古形式の稽古法を通じて剣道の楽しさを理解し深めていくことを目標として、剣道によるQOLへの寄与を目指す。	G科目
2313283	発展体育サッカー(春)	3	0.5	3	春AB	月4	第1サッカー場	小井土 正亮	サッカーというスポーツの特性(足でボールを扱う不安定さ、ミスが起きる頻度の高さ、状況の変化の連続など)を理解しつつ、よりゲームを楽しむために必要な技術・戦術の習得を目指す。	G科目
2314283	発展体育シューティングスポーツ(春)	3	1.0	3	春AB 春C	月4 集中		嵯峨 寿	アーチェリー、弓道の文化的、精神的側面を理解すると共に、自己ならびに他者への理解を深めます。	集中講義と併せて1単位とする。秋AB分は休日または長期休業中に集中授業で、春AB分は定時に行う変則型の授業です。アーチェリーは左利きの用具がありますが、弓道は全員が右です。いずれも屋外で行います。 G科目
2321283	発展体育ソフトボール(春)	3	0.5	3	春AB	月4	多目的グラウンド	木内 敦詞	授業時間内のソフトボールの実践では、スポーツ活動に内在する4つの経験(自己開示、他者協力、挑戦達成、楽しさ実感)を通じたライフスキル獲得水準の向上をめざす。 授業時間外の日常生活場面においては、食事や睡眠も視野に入れた規則正しい生活習慣の獲得をめざす。	多目的グラウンド G科目
2323283	発展体育ダンス(春)	3	0.5	3	春AB	月4	ダンス場	関子 美和	多様なダンス文化に挑戦し、その特徴や動きの構造への理解から技術の向上を目指す。さらに、個々の自己表現力と感性を磨き、生涯に渡り想像力豊かな生活を送るための実践力を養う。	G科目
2325283	発展体育テニス(春)	3	0.5	3	春AB	月4	体芸テニスコート	三橋 大輔	テニスの基礎的な技術、戦術を習得しダブルスおよびシングルのプレーができるようになる。加えてルールやマナー、テニスの歴史を学び生涯スポーツとしてテニスを楽しむ能力を身につける。	テニスシューズを着用すること。 G科目
2330283	発展体育トリム運動(春)	3	0.5	3	春AB	月4	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディショニングを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目
2340283	発展体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	3	春AB	月4	第2多目的道場	柵木 聖也	有酸素運動、および体幹をターゲットとしたストレングスエクササイズを実施することを通じ、自己の身体能力と身体構造を結びつけて感じ、考え、能力の向上にチャレンジすることを体験する。	G科目
2348283	発展体育リフレッシュ体操(春)	3	0.5	3	春AB	月4	体操場	本谷 聡	体操領域における様々な手具・器具・道具を活用した運動を中心として、心身をリフレッシュさせながら発展的な技術向上を図る。	G科目

国際、情報、エンス、応理(秋学期3年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2311293	発展体育剣道(秋)	3	0.5	3	秋AB	月4	剣道場	有田 祐二	これまで習得した剣道に関する知識や技能を基に、互格稽古を中心とした様々な稽古法や技の体験を通じて剣道の楽しさを深め、生涯剣道を可能にするための素養を身につけることを目標として、剣道によるQOLへの寄与を目指す。	G科目
2313293	発展体育サッカー(秋)	3	0.5	3	秋AB	月4	第1サッカー場	小井土 正亮	サッカーにおける個人の技能の向上とともに、戦術やポジションなどのチームとしての戦い方をチームメイトと共有し、戦略的にゲームに臨む楽しさを知る。	G科目
2316293	発展体育ジョグ&ウォーク(秋)	3	1.0	3	秋AB	月4	陸上競技場	榎本 靖士	ウォーキングとジョギングの科学的理解を中心に、より実践的な知識と経験を習得する。ウォーキングとジョギングのスピード、時間、距離、気候、地面の変化によって環境と自分の関係を感じられるようになる。ウォーキングとジョギングを楽しむために必要な健康および体力の状態をマネジメントできるようになり、生活に根付いたウォーキングおよびジョギングを実践する。授業はつづけばマラソン大会への参加を目標として行なう。	集中講義(練習会とマラソン大会への参加)と併せて1単位とする。 G科目
2321293	発展体育ソフトボール(秋)	3	0.5	3	秋AB	月4	多目的グラウンド	木内 敦詞	授業時間内のソフトボールの実践では、個人やチームとして「よく戦うこと」を通じて、ライフスキル獲得水準の向上をめざす。 授業時間外の日常生活場面においては、現状よりも毎日10分の身体活動量増加(プラス10)の実現をめざす。	多目的グラウンド G科目
2323293	発展体育ダンス(秋)	3	0.5	3	秋AB	月4	ダンス場	関子 美和	多様なダンス文化に挑戦し、その特徴や動きの構造への理解から技術の向上を目指す。さらに、個々の自己表現力と感性を磨き、生涯に渡り想像力豊かな生活を送るための実践力を養う。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2325293	発展体育テニス(秋)	3	0.5	3	秋AB	月4	体芸テニスコート	三橋 大輔	テニスの基礎的な技術、戦術を習得しダブルスおよびシングルのプレーができるようにする。加えてルールやマナー、テニスの歴史を学び生涯スポーツとしてテニスを楽しむ能力を身につける。	テニスシューズを着用すること。 G科目
2329293	発展体育トラック&フィールド(秋)	3	1.0	3	秋AB 秋C	月4 集中	陸上競技場	谷川 聡	走・跳・投の基本的技能を理解して自分の身体で理解できるようにし、個人の身体操作方法を学ぶとともに、トレーニング方法を学び、パフォーマンスの向上を図る。	集中講義と併せて1単位とする。 G科目
2330293	発展体育トリム運動(秋)	3	0.5	3	秋AB	月4	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディショニングを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目
2340293	発展体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	3	秋AB	月4	第2多目的道場	柵木 聖也	有酸素運動、および体幹をターゲットとしたストレングスエクササイズを実施することを通じ、自己の身体能力と身体構造を結びつけて感じ、考え、能力の向上にチャレンジすることを体験する。	G科目
2348293	発展体育リフレッシュ体操(秋)	3	0.5	3	秋AB	月4	体操場	本谷 聡	体操領域における様々な手具・器具・道具を活用した運動を中心として、心身をリフレッシュさせながら発展的な技術向上を図る。	G科目

日日、資源、社工(春学期3年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2313303	発展体育サッカー(春)	3	0.5	3	春AB	月3	第1サッカー場	小井土 正亮	サッカーというスポーツの特性(足でボールを扱う不安定さ、ミスが起きる頻度の高さ、状況の変化の連続など)を理解しつづ、よりゲームを楽しむために必要な技術・戦術の習得を目指す。	G科目
2318303	発展体育水泳(春)	3	1.0	3	春AB	月3	屋内プール	本間 三和子	泳ぎを科学的に理解し、個々の泳能力に応じて4泳法のスキル向上を図る。さらに、日本泳法、救助法、水球、スノーケリング、飛板飛込、シンクロなどの種目にチャレンジし基本スキルを習得するとともに、幅広くアクアティックススポーツを楽しむ能力を高める。	集中授業と併せて1単位とする G科目
2321303	発展体育ソフトボール(春)	3	0.5	3	春AB	月3	多目的グラウンド	木内 敦詞	授業時間内のソフトボールの実践では、スポーツ活動に内在する4つの経験(自己開示、他者協力、挑戦達成、楽しさ実感)を通じたライフスキル獲得水準の向上をめざす。 授業時間外の日常生活場面においては、食事や睡眠も視野に入れた規則正しい生活習慣の獲得をめざす。	多目的グラウンド G科目
2323303	発展体育ダンス(秋)	3	0.5	3	春AB	月3	ダンス場	関子 美和	リズムダンスやヒップホップダンスに挑戦し、その特徴や動きの構造への理解から技術の向上を目指す。さらに、個々の自己表現力と感性を磨き、生涯に渡り想像力豊かな生活を送るための実践力を養う。秋学期では様々なステップやその他の技術、ヒップホップダンス特有の動きを習得する。また、グループでのフォーメーションや移動方法、習得した様々な振り子を構成し、自分たちのオリジナルダンスを創作する。(ダンス未経験者にも対応)	G科目
2330303	発展体育トリム運動(春)	3	0.5	3	春AB	月3	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディショニングを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 G科目
2340303	発展体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	3	春AB	月3	第2多目的道場	柵木 聖也	有酸素運動、および体幹をターゲットとしたストレングスエクササイズを実施することを通じ、自己の身体能力と身体構造を結びつけて感じ、考え、能力の向上にチャレンジすることを体験する。	G科目
2341303	発展体育フラッグフットボール(春)	3	1.0	3	春AB 夏季休業中	月3 集中	セキショウフィールド	松元 剛	日本フラッグフットボール協会公式規則に準じた大会への参加を目指し、チーム・マネージメントについて実践的に学習する。	集中講義と併せて1単位とする G科目
2352303	発展体育トラック&フィールド(春)	3	0.5	3	春AB	月3	陸上競技場	木越 清信	棒高跳やハンマー投げなど、高校までの授業では体験しない種目を積極的に行う。実技を中心に行うが、ルールや歴史、競技者の心理等についての講義も随時行う。	G科目

日日、資源、社工(秋学期3年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2313313	発展体育サッカー(秋)	3	0.5	3	秋AB	月3	第1サッカー場	小井土 正亮	サッカーにおける個人の技能の向上とともに、戦術やポジションなどのチームとしての戦い方をチームメイトと共有し、戦略的にゲームに臨む楽しさを知る。	G科目
2316313	発展体育ジョグ&ウォーク(秋)	3	1.0	3	秋AB 秋C	月3 集中	陸上競技場	鍋倉 賢治	「苦しみの長距離走」というイメージを一新し、スポーツとしてのジョギングの楽しさ、爽快さを体得する。特に、秋の筑波山登山、つくばマラソンチャレンジなどを通して、健康・スポーツ・ライフスタイルの意義について考える。さあ、爽やかなジョギングをレッツ エンジョイ !!	集中分と併せて1単位とする。集中のやり方などに関して、4月17日(月)18時~、体育センター2Fにてオリエンテーションを行いますので、集まってください。 G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2321313	発展体育ソフトボール(秋)	3	0.5	3	秋AB	月3	多目的グラウンド	木内 敦詞	授業時間内のソフトボールの実践では、個人やチームとして「よく戦うこと」を通じて、ライフスキル獲得水準の向上をめざす。授業時間外の日常生活場面においては、現状よりも毎日10分の身体活動量増加(プラス10)の実現をめざす。	多目的グラウンド 6科目
2323313	発展体育ダンス(秋)	3	0.5	3	秋AB	月3	ダンス場	図子 美和	多様なダンス文化に挑戦し、その特徴や動きの構造への理解から技術の向上を目指す。さらに、個々の自己表現力と感性を磨き、生涯に渡り想像力豊かな生活を送るための実践力を養う。	6科目
2330313	発展体育トリム運動(秋)	3	0.5	3	秋AB	月3	体育センター	福田 崇	本授業は体育を履修する上で心身のコンディショニングの理由から積極的に身体を動かすことができない学生を対象に開講している。受講希望者は事前に教員との面談を要する。授業内容は、受講生の心身のコンディションを考慮して体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 6科目
2340313	発展体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	3	秋AB	月3	第2多目的道場	柵木 聖也	有酸素運動、および体幹をターゲットとしたストレングスエクササイズを実施することを通じ、自己の身体能力と身体構造を結びつけて感じ、考え、能力の向上にチャレンジすることを体験する。	6科目
2352313	発展体育トラック&フィールド(秋)	3	0.5	3	秋AB	月3	陸上競技場	木越 清信	棒高跳やハンマー投げなど、高校までの授業では体験しない種目を積極的にを行う。実技を中心に行うが、ルールや歴史、競技者の心理等についての講義も随時行う。	6科目

社工(春学期4年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2413323	発展体育サッカー(春)	3	0.5	4	春AB	月3	第1サッカー場	小井土 正亮	サッカーというスポーツの特性(足でボールを扱う不安定さ、ミスが起きる頻度の高さ、状況の変化の連続など)を理解しつつ、よりゲームを楽しむために必要な技術・戦術の習得を目指す。	6科目
2418323	発展体育水泳(春)	3	1.0	4	春AB	月3	屋内プール	本間 三和子	泳ぎを科学的に理解し、水球、スノーケリング、飛板飛込にチャレンジし基本スキルを習得する。アクアティックスポーツを幅広く親しみ、水とからだの融合を図る。	集中講義と併せて1 単位とする 6科目
2421323	発展体育ソフトボール(春)	3	0.5	4	春AB	月3	多目的グラウンド	木内 敦詞	授業時間内のソフトボールの実践では、スポーツ活動に内在する4つの経験(自己開示、他者協力、挑戦達成、楽しさ実感)を通じたライフスキル獲得水準の向上をめざす。授業時間外の日常生活場面においては、食事や睡眠も視野に入れた規則正しい生活習慣の獲得をめざす。	多目的グラウンド 6科目
2423323	発展体育ダンス(春)	3	0.5	4	春AB	月3	ダンス場	図子 美和	多様なダンス文化に挑戦し、その特徴や動きの構造への理解から技術の向上を目指す。さらに、個々の自己表現力と感性を磨き、生涯に渡り想像力豊かな生活を送るための実践力を養う。	6科目
2430323	発展体育トリム運動(春)	3	0.5	4	春AB	月3	体育センター	福田 崇	受講生の心身のコンディションを考慮して、体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	1階トリム運動室 6科目
2440323	発展体育フィットネストレーニング(春)	3	0.5	4	春AB	月3	第2多目的道場	柵木 聖也	有酸素運動、および体幹をターゲットとしたストレングスエクササイズを実施することを通じ、自己の身体能力と身体構造を結びつけて感じ、考え、能力の向上にチャレンジすることを体験する。	6科目
2441323	発展体育フラッグフットボール(春)	3	1.0	4	春AB 夏季休業中	月3 集中	セキショウフィールド	松元 剛	日本フラッグフットボール協会公式規則に準じた大会への参加を目指し、チーム・マネージメントについて実践的に学習する。	集中講義と併せて1 単位とする 6科目
2452323	発展体育トラック&フィールド(春)	3	0.5	4	春AB	月3	陸上競技場	木越 清信	棒高跳やハンマー投げなど、高校までの授業では体験しない種目を積極的にを行う。実技を中心に行うが、ルールや歴史、競技者の心理等についての講義も随時行う。	6科目

社工(秋学期4年次)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2413333	発展体育サッカー(秋)	3	0.5	4	秋AB	月3	第1サッカー場	小井土 正亮	サッカーにおける個人の技能の向上とともに、戦術やポジションなどのチームとしての戦い方をチームメイトと共有し、戦略的にゲームに臨む楽しさを知る。	6科目
2416333	発展体育ジョグ&ウォーク(秋)	3	1.0	4	秋AB 秋C	月3 集中	陸上競技場	鍋倉 賢治	「苦しみの長距離走」というイメージを一押し、スポーツとしてのジョギングの楽しさ、爽快感を体得する。特に、秋の筑波山登山、つくばマラソンチャレンジなどを通して、健康・スポーツ・ライフスタイルの意義について考える。さあ、爽快なジョギングをレッツエンジョイ!!	集中講義と併せて1 単位とする。 6科目
2421333	発展体育ソフトボール(秋)	3	0.5	4	秋AB	月3	多目的グラウンド	木内 敦詞	授業時間内のソフトボールの実践では、個人やチームとして「よく戦うこと」を通じて、ライフスキル獲得水準の向上をめざす。授業時間外の日常生活場面においては、現状よりも毎日10分の身体活動量増加(プラス10)の実現をめざす。	多目的グラウンド 6科目
2423333	発展体育ダンス(秋)	3	0.5	4	秋AB	月3	ダンス場	図子 美和	多様なダンス文化に挑戦し、その特徴や動きの構造への理解から技術の向上を目指す。さらに、個々の自己表現力と感性を磨き、生涯に渡り想像力豊かな生活を送るための実践力を養う。	6科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2430333	発展体育トリム運動 (秋)	3	0.5	4	秋AB	月3	体育センター	福田 崇	受講生の心身のコンディションを考慮して、体カトレーニング、フライングディスク、フィールドゴルフ、球技などから受講生全員が楽しむことができる種目を決定する。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2440333	発展体育フィットネストレーニング(秋)	3	0.5	4	秋AB	月3	第2多目的道場	柵木 聖也	有酸素運動、および体幹をターゲットとしたストレングスエクササイズを実施することを通じ、自己の身体能力と身体構造を結びつけて感じ、考え、能力の向上にチャレンジすることを体験する。	G科目
2452333	発展体育トラック&フィールド(秋)	3	0.5	4	秋AB	月3	陸上競技場	木越 清信	棒高跳やハンマー投げなど、高校までの授業では体験しない種目を積極的に行う。実技を中心に行うが、ルールや歴史、競技者の心理等についての講義も随時行う。	G科目

国際、情報、エンス、応理3年次(必修・集中)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2600283	合気道	3	0.5	3	春季休業中	集中	第2多目的道場	三橋 大輔	合気道の練習を通して、こころとからだの運用法の合理性を理解し体得することを目指す。技を通じて、気を体感したり、積極的なリラクスの状態や心身統一の状態になれることを目標とする。レポートにより、学んだことを総合的に振り返る。	G科目
2601283	アーチェリー	3	0.5	3	夏季休業中	集中	アーチェリー場	嵯峨 寿	アーチェリー、弓道の文化的、精神的側面を理解すると共に、自己ならびに他者への理解を深めます。	G科目
2604283	ウィンドサーフィン	3	1.0	3	夏季休業中	集中	霞ヶ浦(大山湖畔, ラクスマリナ)	鍋倉 賢治	ウィンドサーフィンの基礎的技術と知識を学び、未経験の運動の習熟過程で身体に対する認識を深める。また、自然環境下での危険と安全配慮を認識し、生涯にわたりウィンドサーフィンに親しむ態度や可能性を模索する。実習は霞ヶ浦湖畔にて実施する。	泳力検査を実施する。 G科目
2606283	ウォールクライミング	3	0.5	3	夏季休業中	集中		白木 仁	ウォールクライミングを通して、自身の空間での位置感覚を体験し、手足、体幹を用いてクライミングの技術を習得するとともに体力、集中力の心身の持久性を養う。さらに、パティーマとの協力のもとクライミングの成功、達成体験による、他者との信頼感の重要性を体験する。	体育総合実験棟 G科目
2609283	キャンピング	3	1.0	3	夏季休業中	集中	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	キャンピングにおいては、自然の中での生活体験とアウトドアアクティビティを通じて、自己の主体的能力を開発し、発展させることが目標である。具体的には1.キャンピングを安全に自分たちの力で楽しむことができる。2.キャンピングに関する知識や技術について自分で求め、深めることができる。3.キャンプを通じて人間関係を広めることができる。4.自然の中で活動することを通して、自己や環境(社会)に対する興味、関心、肯定的な倫理観を養うことである。キャンピングは、学内施設である野性の森において幕営(3泊)しながら、アウトドアアクティビティを実施する予定である。	G科目
2618283	水泳(初級・中級)	3	0.5	3	夏季休業中	集中	屋内プール	本間 三和子	個々の泳能力に応じた個別指導で4泳法のスキルを効率的・集中的に高める。水泳を科学的に理解、実践し、1時間泳、シンクロ、水球などに挑戦し、自己達成を体感する。	G科目
2619293	スノースポーツ	3	1.0	3	春季休業中	集中		坂本 昭裕, 坂谷 充	本時では、スノースポーツ(アルペンスキー・スノーボード)を通じて自立的な能力を開発する。具体的な学習目標は、1.スノースポーツを安全に自分の力で楽しむことができる。2.スノースポーツに関する知識や技術を主体的に求め、高めることができる。自分の滑りを分析することができる。3.スノースポーツを通じて人間関係を豊かに広めることができる。4.スノースポーツを通じて自然について考えを深めることができることである。以上を学習目標にしながら自己の開発や改善が図れることを目指したい。また、スノースポーツを生涯スポーツとして楽しめるような契機としたい。	G科目
2628283	東洋的心身鍛錬法	3	0.5	3	夏季休業中	集中		山田 永子	日常的な動作の質を深めていくさまざまなエクササイズを通して、東洋的心身鍛錬法の世界の一端を垣間見る。いくつかのセッションのテーマにしたがったエクササイズやワークを行い、最後に座禅をして終わる。	G科目
2639293	氷上スポーツ	3	1.0	3	春季休業中	集中		河合 季信	氷上で行われる様々なスポーツ(スケート、カーリング)の基礎的な技術および知識を学ぶ。	G科目
2642283	ボウリング	3	0.5	3	夏季休業中	集中		谷川 聡	マナーと技術向上を図りながら生涯スポーツへ向けたボウリングを基礎から学ぶ。	G科目
2644283	マリンスポーツ	3	1.0	3	春C	集中		高木 英樹	本学プールおよび下田臨海実験センター周辺海域を実習場所として、スキンドайビングに関する基本的な技術と安全に実施するための知識を習得する。合わせて、自然環境への関心や理解を深めるために、各種講義やワークショップを実施する。	泳力検査を実施する。 G科目
2646283	ヨット	3	1.0	3	夏季休業中	集中	霞ヶ浦(ラクスマリナ)	本間 三和子	ヨットの帆走技術を身に付けると共に、海洋スポーツに必要な安全・気象に関する知識を学ぶ(パッチテスト初級程度)。	泳力検査を実施する。 G科目

日日、資源、社工3年次(必修・集中)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2600303	合気道	3	0.5	3	春季休業中	集中	第2多目的道場	三橋 大輔	合気道の練習を通して、こころとからだの運用法の合理性を理解し体得することを目指す。技を通じて、気を体感したり、積極的なリラクスの状態や心身統一の状態になれることを目標とする。レポートにより、学んだことを総合的に振り返る。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2601303	アーチェリー	3	0.5	3	夏季休業中	集中	アーチェリー場	嵯峨 寿	アーチェリー、弓道の文化的、精神的側面を理解すると共に、自己ならびに他者への理解を深めます。	G科目
2604303	ウィンドサーフィン	3	1.0	3	夏季休業中	集中	霞ヶ浦(大山湖畔、ラクスマリーナ)	鍋倉 賢治	ウィンドサーフィンの基礎的技術と知識を学び、未経験の運動の習熟過程で身体に対する認識を深める。また、自然環境下での危険と安全配慮を認識し、生涯にわたりウィンドサーフィンに親しむ態度や可能性を模索する。実習は霞ヶ浦湖畔にて実施する。	泳力検査を実施する。 G科目
2606303	ウォールクライミング	3	0.5	3	夏季休業中	集中		白木 仁	ウォールクライミングを通して、自身の空間での位置感覚を体験し、手足、体幹を用いてクライミングの技術を習得するとともに体力、集中力の心身の持久性を養う。さらに、パディーとの協力のもとクライミングの成功、達成体験による、他者との信頼感の重要性を体験する。	体育総合実験棟 G科目
2609303	キャンピング	3	1.0	3	夏季休業中	集中	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	キャンピングにおいては、自然の中での生活体験とアウトドアアクティビティを通じて、自己の主体的能力を開発し、発展させることが目標である。具体的には1.キャンピングを安全に自分たちの力で楽しむことができる。2.キャンピングに関する知識や技術について自分で求め、深めることができる。3.キャンピングを通じて人間関係を広めることができる。4.自然の中で活動することを通して、自己や環境(社会)に対する興味、関心、肯定的な倫理観を養うことである。キャンピングは、学内施設である野性の森において幕営(3泊)しながら、アウトドアアクティビティを実施する予定である。	G科目
2618303	水泳(初級・中級)	3	0.5	3	夏季休業中	集中	屋内プール	本間 三和子	個々の泳能力に応じた班別指導で4泳法のスキルを効率的・集中的に高める。水泳を科学的に理解、実践し、1時間泳、シンクロ、水球などに挑戦し、自己達成を体感する。	G科目
2619313	スノースポーツ	3	1.0	3	春季休業中	集中		坂本 昭裕, 坂谷 充	本時では、スノースポーツ(アルペンスキー・スノーボード)を通じて自立的な能力を開発する。具体的な学習目標は、1.スノースポーツを安全に自分の力で楽しむことができる。2.スノースポーツに関する知識や技術を主体的に求め、高めることができる。自分の滑りを分析することができる。3.スノースポーツを通じて人間関係を豊かに広めることができる。4.スノースポーツを通じて自然について考えを深めることができることである。以上を学習目標にしながら自己の開発や改善が図れることを目指したい。また、スノースポーツを生涯スポーツとして楽しめるような契機としたい。	G科目
2628303	東洋的心身鍛錬法	3	0.5	3	夏季休業中	集中		山田 永子	日常的な動作の質を深めていくさまざまなエクササイズを通して、東洋的心身鍛錬法の世界の一端を垣間見る。いくつかのセッションのテーマにしたがったエクササイズやワークを行い、最後に座禅をして終わる。	G科目
2639313	氷上スポーツ	3	1.0	3	春季休業中	集中		河合 季信	氷上で行われる様々なスポーツ(スケート、カーリング)の基礎的な技術および知識を学ぶ。	G科目
2642303	ボウリング	3	0.5	3	夏季休業中	集中		谷川 聡	マナーと技術向上を図りながら生涯スポーツへ向けたボウリングを基礎から学ぶ。	G科目
2644303	マリンスポーツ	3	1.0	3	春G	集中		高木 英樹	本学プールおよび下田臨海実験センター周辺海域を実習場所として、スキndaイビングに関する基本的な技術と安全に実施するための知識を習得する。合わせて、自然環境への関心や理解を深めるために、各種講義やワークショップを実施する。	泳力検査を実施する。 G科目
2646303	ヨット	3	1.0	3	夏季休業中	集中	霞ヶ浦(ラクスマリーナ)	本間 三和子	ヨットの帆走技術を身に付けると共に、海洋スポーツに必要な安全・気象に関する知識を学ぶ(パッチテスト初級程度)。	泳力検査を実施する。 G科目

社工4年次(必修・集中)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2700323	合気道	3	0.5	4	春季休業中	集中	第2多目的道場	三橋 大輔	合気道の練習を通して、こころとからだの運用法の合理性を理解し体得することを目指す。技を通じて、気を体感したり、積極的なリラックスの状態や心身統一の状態になれることを目標とする。レポートにより、学んだことを総合的に振り返る。	G科目
2701323	アーチェリー	3	0.5	4	夏季休業中	集中	アーチェリー場	嵯峨 寿	アーチェリー、弓道の文化的、精神的側面を理解すると共に、自己ならびに他者への理解を深めます。	G科目
2704323	ウィンドサーフィン	3	1.0	4	夏季休業中	集中	霞ヶ浦(大山湖畔、ラクスマリーナ)	鍋倉 賢治	ウィンドサーフィンの基礎的技術と知識を学び、未経験の運動の習熟過程で身体に対する認識を深める。また、自然環境下での危険と安全配慮を認識し、生涯にわたりウィンドサーフィンに親しむ態度や可能性を模索する。実習は霞ヶ浦湖畔にて実施する。	泳力検査を実施する。 G科目
2706323	ウォールクライミング	3	0.5	4	夏季休業中	集中		白木 仁	ウォールクライミングを通して、自身の空間での位置感覚を体験し、手足、体幹を用いてクライミングの技術を習得するとともに体力、集中力の心身の持久性を養う。さらに、パディーとの協力のもとクライミングの成功、達成体験による、他者との信頼感の重要性を体験する。	体育総合実験棟 G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2709323	キャンピング	3	1.0	4	夏季休業中	集中	野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	キャンピングにおいては、自然の中で生活体験とアウトドアアクティビティを通じて、自己の主体的能力を開発し、発展させることが目標である。具体的には1.キャンピングを安全に自分たちの力で楽しむことができる。2.キャンピングに関する知識や技術について自分で求め、深めることができる。3.キャンピングを通じて人間関係を広めることができる。4.自然の中で活動することを通して、自己や環境(社会)に対する興味、関心、肯定的な倫理観を養うことである。キャンピングは、学内施設である野性の森において幕営(3泊)しながら、アウトドアアクティビティを実施する予定である。	G科目
2718323	水泳(初級・中級)	3	0.5	4	夏季休業中	集中	屋内プール	本間 三和子	個々の泳能力に応じた班別指導で4泳法のスキルを効率的・集中的に高める。水泳を科学的に理解、実践し、1時間泳、シンクロ、水球などに挑戦し、自己達成を体験する。	G科目
2719333	スノースポーツ	3	1.0	4	春季休業中	集中		坂本 昭裕, 坂谷 充	本時では、スノースポーツ(アルペンスキー・スノーボード)を通じて自立的な能力を開発する。具体的な学習目標は、1.スノースポーツを安全に自分の力で楽しむことができる。2.スノースポーツに関する知識や技術を主体的に求め、高めることができる。自分の滑りを分析することができる。3.スノースポーツを通じて人間関係を豊かに広めることができる。4.スノースポーツを通じて自然について考えを深めることができることである。以上を学習目標にしながら自己の開発や改善が図れることを目指したい。また、スノースポーツを生涯スポーツとして楽しめるような契機としたい。	G科目
2728323	東洋的心身鍛錬法	3	0.5	4	夏季休業中	集中		山田 永子	日常的な動作の質を深めていくさまざまなエクササイズを通して、東洋的心身鍛錬法の世界の一端を垣間見る。いくつかのセッションのテーマにしたがったエクササイズやワークを行い、最後に座禅をして終わる。	G科目
2739333	氷上スポーツ	3	1.0	4	春季休業中	集中		河合 季信	氷上で行われる様々なスポーツ(スケート、カーリング)の基礎的な技術および知識を学ぶ。	G科目
2742323	ボウリング	3	0.5	4	夏季休業中	集中		谷川 聡	マナーと技術向上を図りながら生涯スポーツへ向けたボウリングを基礎から学ぶ。	G科目
2744323	マリンスポーツ	3	1.0	4	春C	集中		高木 英樹	本学プールおよび下田臨海実験センター周辺海域を実習場所として、スキндаイビングに関する基本的な技術と安全に実施するための知識を習得する。合わせて、自然環境への関心や理解を深めるために、各種講義やワークショップを実施する。	泳力検査を実施する。 G科目
2746323	ヨット	3	1.0	4	夏季休業中	集中	霞ヶ浦(ラクスマリナー)	本間 三和子	ヨットの帆走技術を身に付けると共に、海洋スポーツに必要な安全・気象に関する知識を学ぶ(パッチテスト初級程度)。	泳力検査を実施する。 G科目

ウェルネス・スポーツ

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2505373	ウェルネス・スポーツ	3	0.5	1	秋C	集中		大森 肇	健康・体力づくりを実践する能力とスポーツの楽しさを享受する能力とを生涯にわたって高めていくことをめざして、幅広い視点から運動・スポーツの基礎的な知識と技能を習得し、その魅力に迫る。	今年度秋学期入学生及びG30学生対象。一般学生は受講不可。 G科目

全学年対象自由科目(講義)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2802351	アメリカンフットボール(講義)	1	1.0	1-4	秋AB	月6		松元 剛	アメリカンフットボールの文化的背景を通して、「見る、支える」の観点から、アメリカンフットボールの観戦法について実践的に学習する。	学外実習として、国内での試合観戦を行う。 G科目

全学年対象自由科目(演習)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2820382	スポーツケア	2	3.0	1-4	春AB秋AB 夏季休業中	月6 集中	5C406	白木 仁, 福田 崇, 向井 直樹, 竹村 雅裕	スポーツ傷害に対する知識・処置方法を習得することを目的として、スポーツ傷害の特性を解説し、その管理方法としてのスポーツマッサージ、テーピング、応急処置等の演習を行う。	テーピングのテープ代金として¥3,000 G科目
2827342	テニスの科学	2	1.0	1-4	夏季休業中	集中	体芸テニスコート	山田 幸雄	テニスの実技能力を高めるための理論を修得する。	事前学習あり G科目
2847342	ランニングの世界	2	1.0	2-4	春C	火5		鍋倉 賢治	人はなぜ走るのか?古代人類は、走ることによって生存を可能にし、進化したと言われている。昨今のマラソンブームの背景を生物学的、社会的、歴史的に学び、ランニングについての自身の体験を深める。また、休日や夏季休暇中を使い、筑波山などに赴き、近年拡がりつつあるトレイルランニングなどを体験し、ランニングの世界をより広げる。	過去に「つくばマラソン」を受講した者を対象とする。集中講義と併せて1単位とする。 G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2849352	2019へのスクラム		2	1 - 4	秋AB	金4		嵯峨 寿, 竹村 雅裕	ラグビーって2年前にすごく盛り上がったけど、ゴローマル以外結局よくわからなかった。そのような人のための授業である。南アフリカに勝利したことで今世界が日本に対して注目するスポーツ、ラグビーのワールドカップが2年後に日本で開催される。W杯をより楽しみ、他国の人々と交流できるよう、受講生全員で楽しく、体験などを交え、ルールやプレー、そしてラグビー文化などを体験者も初心者もみんなて学び合います。	中央体育館2階会議室 G科目
2856342	日本の体育・スポーツ文化(II)		2	1 - 4	春C	集中		松元 剛	日本の体育・スポーツ文化について柔道や剣道、球技スポーツ、体力測定等の実習を通して、受講生同士の国際的交流を通してながら、実践的に学習する。なお、授業は英語で行われる。	英語で授業。 G科目

全学年対象自由科目(通年実技)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2824343	つくばマラソン(春)		3	0.5	1 - 4	春AB	金5	鍋倉 賢治	11月最終日曜日に行なわれる「つくばマラソン」大会に参加することを目標に、マラソンの走法、科学的トレーニング法等の知識と技能を習得し、生涯を通じてマラソンに親しむ素地を育む。	オリエンテーションに出席すること。定員80名 G科目
2824353	つくばマラソン(秋)		3	0.5	1 - 4	秋AB	金5	鍋倉 賢治	11月最終日曜日に行なわれる「つくばマラソン」大会に参加することを目標に、マラソンの走法、科学的トレーニング法等の知識と技能を習得し、生涯を通じてマラソンに親しむ素地を育む。	春学期オリエンテーションに出席すること。 G科目
2850342	つくばマラソン中級(春)		2	0.5	2 - 4	春AB	金5	5C407 鍋倉 賢治	過去に自由科目「つくばマラソン」を受講した学生を対象に、マラソン経験者として初心者への範となることを通し、自身のランニング経験をさらに深化させ、スポーツ(ランニング)の生活化を図る。	過去につくばマラソンを履修した学生に限る。オリエンテーションに出席すること。 G科目
2850352	つくばマラソン中級(秋)		2	0.5	2 - 4	秋AB	金5	5C407 鍋倉 賢治	過去に自由科目「つくばマラソン」を受講した学生を対象に、マラソン経験者として初心者への範となることを通し、自身のランニング経験をさらに深化させ、スポーツ(ランニング)の生活化を図る。	過去につくばマラソンを履修した学生に限る。春学期オリエンテーションに出席すること。 G科目

全学年対象自由科目(集中実技)

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2800343	合気道		3	0.5	1 - 4	春季休業中	集中 第2多目的道場	三橋 大輔	合気道の練習を通して、こころとからだの運用法の合理性を理解し体得することを目指す。技を通じて、気を体感したり、積極的なリラックスの状態や心身統一の状態になれることを目標とする。レポートにより、学んだことを総合的に振り返る。	G科目
2804343	ウィンドサーフィン		3	1.0	1 - 4	夏季休業中	集中 霞ヶ浦(大山湖畔, ラクスマリナ)	鍋倉 賢治	ウィンドサーフィンの基礎的技術と知識を学び、未経験の運動の習熟過程で身体に対する認識を深める。また、自然環境下での危険と安全配慮を認識し、生涯にわたりウィンドサーフィンに親しむ態度や可能性を模索する。実習は霞ヶ浦湖畔にて実施する。	泳力検査を実施する。 G科目
2806343	ウォールクライミング		3	0.5	1 - 4	夏季休業中	集中	白木 仁	ウォールクライミングを通して、自身の空間での位置感覚を体験し、手足、体幹を用いてクライミングの技術を習得するとともに体力、集中力の心身の持久性を養う。さらに、パディーとの協力のもとクライミングの成功、達成体験による、他者との信頼感の重要性を体験する。	体育総合実験棟 G科目
2809343	キャンピング		3	1.0	1 - 4	夏季休業中	集中 野外活動実習場	坂本 昭裕, 坂谷 充	キャンピングにおいては、自然の中での生活体験とアウトドアアクティビティを通じて、自己の主体的能力を開発し、発展させることが目標である。具体的には1.キャンピングを安全に自分たちの力で楽しむことができる。2.キャンピングに関する知識や技術について自分で求めることができる。3.キャンプを通じて人間関係を広めることができる。4.自然の中で活動することを通して、自己や環境(社会)に対する興味、関心、肯定的な倫理観を養うことである。キャンピングは、学内施設である野性の森において幕営(3泊)しながら、アウトドアアクティビティを実施する予定である。	G科目
2818343	水泳(初級・中級)		3	0.5	1 - 4	夏季休業中	集中 屋内プール	本間 三和子	個々の泳能力に応じた班別指導で4泳法のスキルを効率的・集中的に高める。水泳を科学的に理解、実践し、1時間泳、シンクロ、水球などに挑戦し、自己達成を体感する。	G科目
2819353	スノースポーツ		3	1.0	1 - 4	春季休業中	集中	坂本 昭裕, 坂谷 充	本時では、スノースポーツ(アルペンスキー・スノーボード)を通じて自立的な能力を開発する。具体的な学習目標は、1.スノースポーツを安全に自分の力で楽しむことができる。2.スノースポーツに関する知識や技術を主体的に求め、高めることができる。自分の滑りを分析することができる。3.スノースポーツを通じて人間関係を豊かに広めることができる。4.スノースポーツを通じて自然について考えを深めることができることである。以上を学習目標にししながら自己の開発や改善が図れることを目指したい。また、スノースポーツを生涯スポーツとして楽しめるような契機としたい。	G科目

科目番号	科目名	授業方法	単位数	標準履修年次	実施学期	曜時限	教室	担当教員	授業概要	備考
2828343	東洋的心身鍛練法	3	0.5	1 - 4	夏季休業中	集中		山田 永子	日常的な動作の質を深めていくさまざまなエクササイズを通して、東洋的心身鍛練法の世界の一端を垣間見る。いくつかのセッションのテーマにしたがったエクササイズやワークを行い、最後に座禅をして終わる。	G科目
2839353	氷上スポーツ	3	1.0	1 - 4	春季休業中	集中		河合 季信	氷上で行われる様々なスポーツ(スケート, カーリング)の基礎的な技術および知識を学ぶ。	G科目
2842343	ボウリング	3	0.5	1 - 4	夏季休業中	集中		谷川 聡	マナーと技術向上を図りながら生涯スポーツへ向けたボウリングを基礎から学ぶ。	G科目
2844343	マリンスポーツ	3	1.0	1 - 4	春C	集中		高木 英樹	本学プールおよび下田臨海実験センター周辺海域を実習場所として、スキンドайビングに関する基本的な技術と安全に実施するための知識を習得する。合わせて、自然環境への関心や理解を深めるために、各種講義やワークショップを実施する。	泳力検査を実施する。 G科目
2846343	ヨット	3	1.0	1 - 4	夏季休業中	集中	霞ヶ浦(ラクスマリナー)	本間 三和子	ヨットの帆走技術を身に付けると共に、海洋スポーツに必要な安全・気象に関する知識を学ぶ(パッチテスト初級程度)。	泳力検査を実施する。 G科目
2855343	親水スポーツ	3	0.5	1 - 4	春BC	集中		嵯峨 寿	安定性の高いボートの漕艇技術を習得してレガッタの醍醐味を体験し、水郷筑波国定公園の豊かな水辺環境や景観などの自然と、地域の文化歴史に親しむ。	G科目
2857343	ポタツーリング	3	0.5	1 - 4	夏季休業中	集中		福田 崇	ポタツーリングとは、「自転車で安全にのんびりと長く走る」という意味である。本授業では、風を切る爽快さを感じながら自転車に乗ること、時には目的地にまで電車で移動をして、そこから自転車で散策をする。なお、自転車は各自で用意する必要がある。	フロントとリアのタイヤを外すことができる自転車を受講生で用意する必要がある。オリエンテーション時に購入アドバイスを行う。これからスポーツバイクに乗りたい初・中級者が対象。 G科目