

授業科目名: 陸上	教員の免許状取得のための 必修科目	単位数: 1単位	担当教員名: 秋澤 一輝・渋谷 聡・千葉 佳裕・ 渡辺 圭佑・東中 友哉 担当形態: クラス分け・単独
実務内容 (実務家教員の場合)			
科目	教科及び教科の指導法に関する科目 (中学校及び高等学校 保健体育)		
施行規則に定める 科目区分又は事項等	教科に関する専門的事項 ・体育実技		
「学位授与の方針」との関係 DP2. 共生社会創造のために、教育、福祉、環境、国際関係、スポーツ身体表現、等の専門的知見を得ることができる (専門知) DP4. 個人や社会にとって必要な課題の解決のため、自律的な課題探究能力を身につけ実践することができる (実践力)			
授業のテーマ及び到達目標 (1) 陸上 (走る、投げる、跳ぶ) の基礎技術を、ICT などを用いて習得する。 (2) 陸上で「主体的、対話的で深い学び」を習得する。 (3) 陸上の動きを分解して、つまずきからの手立てを習得する。			
授業の概要 陸上に含まれる「走る、投げる、跳ぶ」という行為は、多くの運動やスポーツの基本であり、小学校、中学校、高等学校の体育授業でも行われている。しかし、「走る、投げる、跳ぶ」こと全てに得意な生徒が多いとは言えず、発育発達段階や運動経験、様々な特性によって「走る、投げる、跳ぶ」ことの個人差も決して少なくない。そのため、陸上の楽しさを十分に感じることは簡単なことではない。 本授業では、「走る、投げる、跳ぶ」という行為の基本動作を身に付けるとともに、何がうまくできないか、どうすればうまくなるかということ、ICT やグループディスカッションを実施することによって、学生個人あるいはグループで「気づき、理解する」ことを促す。合わせて、これらが主体的、対話的で深い学びとなって、「生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなライフスタイルを実現する」ことを理解する。			
授業計画 第1回: 陸上「走る、投げる、跳ぶ」とは 第2回: 走りの基本技術 (1) 正しい立ち方・姿勢、歩き方、走り方 第3回: 走りの基本技術 (2) スピードをコントロールする体の傾きを覚える 第4回: 走りの基本技術 (3) ピッチ (挟み) とストライド (弾み) 動作を身につける 第5回: 走りの基本技術 (4) 2種類のスタート技術を学ぶ 第6回: 走りの基本技術 (5) 自身の走るフォーム改善点の確認 (ICT の活用、グループディスカッションの実施) 第7回: 走りとは跳ぶ基本技術 (1) ハードルを越える技術を理解する 第8回: 走りとは跳ぶ基本技術 (2) リズムのある走りをつける 第9回: 走りとは跳ぶ基本技術 (3) 自身のハードルフォーム改善点の確認 (ICT の活用、グループディスカッションの実施) 第10回: 跳びの基本技術 (1) 助走の特徴を理解する 第11回: 跳びの基本技術 (2) 踏切技術を学ぶ (ICT の活用) 第12回: 投げの基本技術 (1) 重心の移動を身につける 第13回: 投げの基本技術 (2) 自身の投げるフォーム改善点の確認 (ICT の活用、グループディスカッションの実施) 第14回: 体育授業における「走る、投げる、跳ぶ」ための学びを体験する 第15回: まとめ 実技試験			
スクーリングでの学修 横断的に学んでいく (主に、第1回～第15回の内容を含む。)			
テキスト 渋谷聡 (2015) 『スポーツ心理学を生かした「誰でもできる陸上競技」練習法・指導法 中学校・高校編』星槎大学出版会 978-4-774080024			
参考書・参考資料等 阿部利彦 (2015) 『気になる子の体育つまずき解決 BOOK 授業で生かせる実践 52』学研プラス 978-4054062955 日本陸上競技連盟 (2023) 『陸上競技ルールブック2023年度版』ベースボール・マガジン社 978-4583116020			
学生に対する評価 スクーリング評価 (20%)、実技テスト (80%) の割合で総合して評価する。			