

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 担当形態： オムニバス
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る。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、を、「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つて、「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：走りと跳ぶ基本技術(2)リズムのある走りを身につける 第9回：走りと跳ぶ基本技術(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			
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 978-4774080024			
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。			