

Course Code: CB43322 / Aikido for Beginners

科目名/Subject	スポーツB
曜日・講時・教室/Day/Period/Place	前期 木曜日 3講時 その他
科目群/Categories	全学教育科目共通科目-保健体育
単位数/Credit(s)	1
対象学部/Object	全
担当教員(所属) /Instructor (Position)	香森 均, 藤本 敏彦 所属:, 高度教養教育・学生支援機構
開講期/Term	3セメスター
科目ナンバリング /Course Numbering	ZCP-HES102J
使用言語 /Language Used in Course	日本語

授業題目 /Class Subject	初心者合気道 Aikido for beginners.
授業の 目的と概要 /Object and Summary of Class	今年度の合気道の授業はISTUを使って行います。受講生の皆さんにはISTUの動画を視聴していただき、独自に実践練習をして頂きます。その感想をその週内にレポート(200時程度)で提出して頂きます。 この授業は日本文化の一つである武道を「合気道」を通して学びます。目標は合気道の上達だけではなく「日本の伝統文化」の一端を「武道」を通して経験し、その精神に触れることです。合気道は護身術にもなり、また運動不足やストレス解消にもなります。 In this year, we hold Aikido class on the ISTU (Internet School of Tohoku University). Student watch Aikido movie on ISTU, and submit a report every week. Aim of this class: To experience "Japanese traditional culture" through practicing martial arts. first-class lecturer will teach you.
学修の 到達目標 /Goal of Study	・合気道の精神に触れ、基礎的技法を体験すること。 ・護身術や健康維持の方法を学ぶこと。 Goal of this class To feel the spirit of martial arts and to experience basic Aikido techniques.
授業内容・ 方法と 進度予定 /Contents and Progress Schedule of the Class	合気道 AiKidou 2020.23.April~6. Aug. 開講数 15回 基本方針 初心者対象であることから安全に十分配慮しながら明るく楽しく練習して行く。 第1回 受付・ガイダンス (Guidance) 合気道概説 Lecture:What is AiKido 準備運動 Warm-up exercise Practice:受け身 Defense technique (ukemi) Weapon—sword, baton 第2回 正面打ち1教 Control technique(IKKYO) 合気剣1 Aiki sword1 合気杖:三の杖 AiKi3baton 第3回 正面打ち1教 Control technique(IKKYO) 合気剣1 Aiki sword1 合気杖:三の杖 AiKi3baton 第4回 正面打ち1教 Control technique(IKKYO) 合気sword四方切り(sihoukiri) 合気杖:三の杖 AiKi3baton 第5回 正面打ち2教 Control technique(niKKYO) 合気sword四方切り(sihoukiri) 合気杖:六の杖 AiKi6baton 第6回 正面打ち2教 Control technique(niKKYO) 合気sword四方切り(sihoukiri) 合気杖:六の杖 AiKi6baton 第7回 正面打ち2教 Control technique(niKKYO) 合気sword四方切り(sihoukiri) 合気杖:六の杖 AiKi6baton 第8回 四方投げ Throw technique(Shiho-nage) 合気sword四方切り(sihoukiri) 合気杖:六の杖 AiKi6baton 第9回 四方投げ Throw technique(Shiho-nage) 合気sword四方切り(sihoukiri) 合気杖:八の杖 AiKi8baton 第10回 四方投げ Throw technique(Shiho-nage) 合気sword四方切り(sihoukiri) 合気杖:八の杖 AiKi8baton 第11回 入身投げ Throw technique(Irimi-nage) 合気sword Pair practice 合気杖:八の杖 AiKi8baton 第12回 入身投げ Throw technique(Irimi-nage) 合気sword Pair practice 合気杖:八の杖 AiKi8baton 第13回 入身投げ Throw technique(Irimi-nage) 合気sword Pair practice 合気杖:八の杖 AiKi8baton 第14回 全体の復習 An oveall review 第15回 まとめ総合評価 Summary
成績評価 方法 /Evaluation Method	ISTU教材の視聴とレポート提出 Watching ISTU and submitting a report evrey week. 15回中12回以上の参加を合格とし、11回以下は不合格とします。You need 12 participations of 15 classes to pass, less than 11 participations is rejecting.
教科書 および 参考書 /Textbook and References	
関連URL /URL	
授業時間外 学修 /Preparation and Review	ISTUにそつた合気道の練習 Practice of Aikido by yourself using ISTU.
実務・ 実践的授業 /Practical business	
※○は、 実務・実践的 授業であるこ とを示す。○ /Note: "○" Indicates	

the practical
business

授業への
パソコン
持ち込み
【必要/不要】
/Students must bring
their own
computers
to class
[Yes / No] 不要

連絡先
(メール
アドレス等)
※Emailは@
の置き換え
に注意 toshihiko.fujimoto.d3@tohoku.ac.jp
/Contact
(Email, etc.)

その他
/In Addition

更新日付
/Last Update 2020/04/13 15:49