

## シラバス参照

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	全学教育科目基盤科目-保健体育(実技)
単位数/Credit(s)	1
対象学部/Object	全
担当教員(所属) /Instructor (Position)	成田 真寿美 所属:
開講期/Term	3セメスター
科目ナンバリング /Course Numbering	ZFT-HES102J
使用言語 /Language Used in Course	日本語
メディア授業科目 /Media Class Subjects	
主要授業科目 /Essential Subjects	各学部の履修内規または学生便覧を参照。

授業題目 /Class Subject	初心者合気道 Beginner Aikido
授業の 目的と概要 /Object and Summary of Class	<p>日本の武道の一つである合気道を留学生と共に学ぶ授業です。(留学生さんが受講されない場合もあります。その際はご容赦ください) 授業の目的は、合気道の技を学び合気道の精神に触れる事です。合気道には勝敗がありません。合気道の上達だけではなく、国際的交流の中で、「合気道の合気」を学んでいただければと思います。護身術にもなり、健康面でのストレス解消にもなります。経験豊富な師範が安全に配慮して指導します。</p> <p>This is class to learn Aikido, one of the Japanese martial arts, with international students. The purpose is to learn the techniques of Aikido and get in touch with spirit of Aikido. We hope that you will learn Aikido's Aiki through international exchange. It can also be a self-defense technique and relieve stress on your health. Experienced instructors will teach you with safety in mind.</p> <p>合気道の授業の受付は4月11日(木)13:00から川内北キャンパスメインコートで行います。この授業の定員は30名です。これ以上人数が増える場合は抽選を行う場合があります。 受講希望者は4月9日(火)までにGoogleclassroomに仮メンバー登録して下さい(厳守)。抽選の場合は結果を4月10日(水)までにGoogleclassroomで発表します。抽選が無い場合はそのことをGoogleclassroomに記載します。よろしくお願いたします。 The registration for the aikido class will be held on Thursday, April 11th at 13:00 at the main court of Kawauchi-Kita campus. If you do not know where the main court of the Kawauchi-Kita Campus Gymnasium is, please ask Japanese students. The maximum number of students for this class is 30. If the number of students exceeds the limit, a lottery may be held. If you wish to attend the class, please register as a temporary member of Google classroom by Tuesday, April 9 (strictly enforced). In case of a lottery, the result will be announced on Google classroom by Wednesday, April 10. If there is no lottery, this will be noted on Google classroom. Thank you in advance for your cooperation.</p>
学修の 到達目標 /Goal of Study	<p>合気道の精神に触れ、基礎的技法を体得する事。 技を通して国際的交流をはかり、楽しみを味わう事。 伝統的な動き方、合理的な身体運用を身につけ、護身術や健康維持法を学ぶ事。</p> <p>Get in touch with the spirit of Aikido and learn basic techniques. To interact in multinational space. Learn self-defense and how to maintain good health.</p>
授業内容・ 方法と 進捗予定 /Contents and Progress Schedule of the Class	<p>合気道実技Aikido practice 2023.13. April~2023.3.Aug. <span style="float: right;">第1回</span> ガイダンスGuidance,合気道概説 Lecture: what is Aikido 第2回 準備体操Warming-up exercises,礼法Courtesy,受身Defense technique(ukemi) 武器: 木刀、杖 Weapon: sword, baton 第3回 体さばき(tai sabaki),足さばき(ashi sabaki) 合気杖: 突き部 Aiki baton: Thrusting Movement 第4回 片手取り角落としThrow technique(sumiotoshi),座り呼吸法 Breathing method (sitting technique) 合気杖: 突き部 Aiki baton: Thrusting Movement 第5回 片手取り角落としThrow technique(sumiotoshi) 合気杖: 打ち込み部 Aiki baton: Striking Movement,六の杖 Aiki 6 baton 第6回 正面打ち一教 Control technique(IKKYO) 合気杖: 打ち込み部 Aiki baton: Striking Movement,六の杖 Aiki 6 baton 第7回 正面打ち一教 Control technique(IKKYO) 合気杖: 六の杖、五の杖、四の杖 Aiki 6 baton,Aiki 5 baton,Aiki 4 baton 第8回 四方投げ: Throw technique(Shihou-nage) 合気杖: 六の杖、五の杖、四の杖 Aiki 6 baton,Aiki 5 baton,Aiki 4 baton 第9回 四方投げ: Throw technique(Shihou-nage) 合気杖: 六の杖 Aiki 6 baton /合気剣: 素振り一、二、三 Aiki Sword 1.2.3 第10回 小手返し Throw technique (kotegaeshi) 合気杖: 杖の合わせ Partner Practice with baton/合気剣: 素振り一、二、三 Aiki Sword 1.2.3 第11回 小手返し Throw technique (kotegaeshi) 合気杖: 杖の合わせ Partner Practice with baton/合気剣: 前後切り Aiki Sword Zengogiri 第12回 入り身投げ Throw technique(Irimi-nage) 合気杖: 杖の合わせ Partner Practice with baton/合気剣: 前後切り Aiki Sword Zengogiri 第13回 入り身投げ Throw technique(Irimi-nage)/ 総復習 An overall review 第14回 総復習 An overall review 第15回 総合評価 試験 Test</p>
成績評価 方法 /Evaluation Method	出席状況・授業態度50%、実技試験評価50% Attendance status and Positive classroom attitude 50%, Practical test evaluation 50%.

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	授業と資料を基に実技の自主練習。Independent practice of practical skills based on the class and materials.
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 No
連絡先 (メール アドレス等) ※Emailは@ の置き換え に注意 /Contact (Email, etc.)	E-mail: masumikai555@yahoo.co.jp(◎を@に置き換えてください)
その他 /In Addition	道着貸し出し。用具準備不要。Judo wear is available free of charge. No tools required.
更新日付 /Last Update	2024/02/29 12:06

1単位の授業科目は、45時間の学修を必要とする内容をもって構成することを標準としています。1単位の修得に必要な学修時間の目安は、「講義・演習」については15～30時間に授業および授業時間外学修(予習・復習など)30～15時間、「実験・実習及び実技」については30～45時間の授業および授業時間外学修(予習・復習など)15～0時間です。

One-credit courses require 45 hours of study. In lecture and exercise-based classes, one credit consists of 15-30 hours of class time and 30-15 hours of preparation and review outside of class. In laboratory, practical skill classes, one credit consists of 30-45 hours of class time and 15-0 hours of preparation and review outside of class.