

開講期	2025年度前期			単位数	1.0単位
科目[授業]名	4254 スポーツ方法学実習(陸上競技1)			開講形態（隔週 偶数＝隔週2コマ）	週間授業
種別	条件付			定員	
履修可能学年	全学年履修可	重複履修	○	全学開講	○
曜日時限	木曜1限				
教室	第一グラウンドA、メインアリーナA、メインアリーナB、第一グラウンドB				
代表教員	制野 俊弘				
担当教員	制野 俊弘				
テーマと到達目標	本講義では、授業における陸上競技（走・跳・投）の教材解釈・教材づくり、ならびに具体的な指導法に関する基礎的な知識を実践的に学ぶ。実際に現場で授業を行う際の留意点などを具体的に学ばせ、実践の力量の育成を図る。				
概要	走種目では、短距離走・長距離走・ハードル走・リレーを、跳躍では走り幅跳び・走り高跳び、投てきでは様々な投げを中心にその系統的な指導法について学ぶ。生徒が興味を持って授業に参加するための方策，教科内容の考え方や教材づくりの視点，データの取り方やその分析方法，グループ学習などの学習方法・形態など，実践的な学びを重視する。				
対面科目/オンライン科目	対面科目				
授業計画				担当教員（複数の教員が担当する場合のみ記載）	授業方式
第1回	陸上競技の捉え方（教材解釈）の基本と系統的な指導の考え方の概説				対面授業
第2回	短距離走の指導法①～あてっこペース走を教材に～				対面授業
第3回	短距離走の指導法②～「田植ライン」と「スピード曲線」の作成～				対面授業
第4回	長距離走の指導法～「あてっこ心拍数」を教材に～				対面授業
第5回	ハードル走の指導法①～リズム走からダンボール走へ～				対面授業
第6回	ハードル走の指導法②～ハードルの「歴史追体験型授業」～				対面授業
第7回	リレーの指導法①～「ゴーマーク地点」の発見学習～				対面授業
第8回	リレーの指導法②～「50Mリレー」から「200Mリレー」へ～				対面授業
第9回	リレーの指導法③～「リレーカーニバル」の企画・運営法～				対面授業
第10回	走り幅跳びの指導法～謎のブラックボックス「踏み切り準備」動作～				対面授業
第11回	走り高跳びの指導法～「仮面ライダー跳び」から「背面跳び」まで～				対面授業
第12回	やり投げの指導法～「的あて」からの指導～				対面授業
第13回	タイヤ投げの指導～遠心力を使った投げ方の指導～				対面授業
第14回	指導案の作成～陸上競技の指導案の作成～				対面授業
第15回	授業を振り返って～レポートの作成～				対面授業
成績評価の基準	出席状況ならびに指導案・レポートの内容を総合的に評価				
履修にあたっての留意事項	道具・フィールドの準備等（ハードル・セーフティマット等）で時間がかかることが予想されるので、授業の5分前には所定の場所に集合してください。 この授業は、実務経験のある教員による授業です。実際に中学生に指導した経験をもとに、具体的な指導法について学びます。				
オンライン授業方式(同時双方向型・オンデマンド型)の詳細					
【種別】人数制限（抽選）授業の優先条件					

◆教科書・教材

教科書以外に必要な教材費用	なし		
教科書	学校体育研究同志会編・たのしい陸上ハンドブック（2019年）	教科書(ISBN)	
参考文献	教育技術MOOK「走・跳・投の遊び／陸上運動の指導と学習カード」（小学館）	参考文献(ISBN)	