

## 2026 年度シラバス

科目分類/Subject Categories			
学部等/Faculty	/工芸科学部/工芸科学部 : /School of Science and Technology/School of Science and Technology	今年度開講/Availability	/有/有 : /Available/Available
学域等/Field	/全学共通科目/全学共通科目 : /Program-wide Subjects/Program-wide Subjects	年次/Year	/1年次/1年次 : /1st Year/1st Year
課程等/Program	/実践教養科目/人間教養科目(2023年度以前入学者) : /Liberal Arts/Liberal Arts(Course for students enrolled before 2023 academic year)	学期/Semester	/前学期/前学期 : /First term/First term
分類/Category	//体の科学 : //Science of the Body	曜日時限/Day & Period	/水1 : /Wed.1

科目情報/Course Information				
時間割番号 /Timetable Number	10113101			
科目番号 /Course Number	10161230			
単位数/Credits	2			
授業形態 /Course Type	講義・演習 : Lecture/Practicum			
クラス/Class	c			
授業科目名 /Course Title	スポーツ科学Ⅰ : Lecture and Seminar on Sports ScienceⅠ			
担当教員名 / Instructor(s)	/来田 宣幸/(高山 優子)/(水島 克己)/(伊藤 千草) : /KIDA Noriyuki/TAKAYAMA Yuko/MIZUSHIMA Katsumi/ITOH Chigusa			
その他/Other	インターンシップ実施 科目 /Internship	国際科学技術コース提供 科目 /IGP	PBL 実施科目 /Project Based Learning	DX 活用科目 /ICT Usage in Learning
			○	○
	実務経験のある教員による 科目 /Practical Teacher	○	スポーツの専門的指導を業務としておこなっていた 教員による授業	
科目ナンバリング /Numbering Code				

授業の目的・概要 /Objectives and Outline of the Course	
日	スポーツ活動の実践を通じてスポーツを科学的に解析する能力を養うことを目的として、スポーツの実践により生じる発見の客観的説明や疑問を解決するために、からだの変化、環境がスポーツに与える影響、からだをコントロールする技術的側面を数量化し分析する。
英	For the purpose of develop the ability to scientific analysis of the sport through the practice of sports activities, in order to solve the discovery of objective description and questions generated by the sport of practice, changes in the body, the effect of the environment has on the sport, the body the control - to technical aspects to quantify, to analyze.

学習の到達目標 /Learning Objectives	
日	<p>身体的健康：スポーツ（身体活動）を行い、体力や運動能力を高める。</p> <p>精神的・社会的健康：授業のメンバー、チームのメンバーと協力して練習やゲームを行い、新しい人間関係を構築し、社会的態度を養う。</p> <p>生活習慣：運動習慣を身につけ、規則正しい生活が出来るようになる。</p> <p>思考力・表現力：レポート作成を通して自分自身の健康状態を振り返り、また数値を用いたレポート作成法を身につける。</p> <p>知識：スポーツ（身体活動）の効果を理解し、適切な運動強度、種類、時間、頻度などを理解する。</p>
英	<p>Physical health: to increase the physical strength and athletic ability by making sport (physical activity).</p> <p>Mental and social health: a member of the class, in cooperation with the members of the team performs a practice or game, to build a new relationship, cultivate a social attitude.</p> <p>Lifestyle: wearing exercise habits, so that it is regular life.</p>

Thinking and expression force: Looking back on health state of their own through the reporting, also wear a reporting method using a numerical value. Knowledge: sport to understand the effect of the (physical activity), appropriate exercise intensity, type, time, to understand, such as frequency.
--

学習目標の達成度の評価基準 / Fulfillment of Course Goals (JABEE 関連科目のみ)	
日	
英	

授業計画項目 /Course Plan			
No.		項目 Topics	内容 Content
1	日	ガイダンス	演習内容の説明と運動種目の選択を行う。健康度・生活習慣診断検査を実施する。
	英	Guidance	Make a selection of exercise type and description of the exercises content. To implement the health and living habits diagnostic testing.
2	日	体力の測定評価 (1) 反復横跳び、握力等	体育館において体力テストを実施し、その結果に基づき自己の体力水準の評価を行う。運動処方基礎 (種類・強度・時間・頻度) について理解し、レポート課題に取り組む。
	英	Measurement and evaluation of physical fitness (1) repeat horizontal jump, grip strength, etc.	To perform a fitness test in the gymnasium, to evaluate the physical fitness level of self based on the result.
3	日	体力の測定評価 (2) 50m 走、ハンドボール投げ	グラウンドにおいて体力テストを実施し、その結果に基づき自己の体力水準の評価を行う。また、グラウンド・体育館・テニスコートに分かれて実施するスポーツ活動のガイダンスを行う。
	英	Measurement and evaluation of physical fitness (2) 50m run, handball throw, etc.	To perform a fitness test at the ground, to evaluate the physical fitness level of self based on the result.
4	日	スポーツ演習 (1) 基礎技術の獲得	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、基礎技術の獲得を目指す。
	英	Sports exercises (1) the acquisition of basic technology	To do sports activities divided into three classes (ground, gymnasium, tennis court).
5	日	スポーツ演習 (2) 基礎技術の向上	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、基礎技術の向上を目指す。
	英	Sports exercises (2) improvement of basic technology	Sports exercises (2) improvement of basic technology
6	日	スポーツ演習 (3) ゲームの実践	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、身につけた基礎技術に基づきゲームなどを実践する。
	英	Sports exercises (3) game of practice	To do sports activities divided into three classes (ground, gymnasium, tennis court).
7	日	スポーツ演習 (4) コミュニケーション力の向上	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、メンバーとの交流を通してコミュニケーションスキルを身につける。
	英	Sports exercises (4) communication skills	To do sports activities divided into three classes (ground, gymnasium, tennis court).
8	日	スポーツ演習 (5)	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、メンバーとの交流を通して自主性を身につける。
	英	Sports exercises (5)	To do sports activities divided into three classes (ground, gymnasium, tennis court).
9	日	スポーツ演習 (6)	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、メンバーとの交流を通してリーダーシップを身につける。
	英	Sports exercises (6)	To do sports activities divided into three classes (ground, gymnasium, tennis court).
10	日	スポーツ演習 (7)	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、メンバーとの交流を通してスポーツマンシップを学ぶ。
	英	Sports exercises (7)	To do sports activities divided into three classes (ground, gymnasium, tennis court).

11	日	スポーツ演習 (8)	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、メンバーとの交流を通してコミュニケーションスキルを身につける。
	英	Sports exercises (8)	To do sports activities divided into three classes (ground, gymnasium, tennis court).
12	日	スポーツ演習 (9)	グラウンド・体育館 (武道場)・テニスコートに分かれてスポーツ (身体的活動) を実施し、メンバーとの交流を通してコミュニケーションスキルを身につける。
	英	Sports exercises (9)	To do sports activities divided into three classes (ground, gymnasium, tennis court).
13	日	スポーツ演習: プール (1)	プールにおいてスポーツ (身体的活動) を実施し、水泳などのスキルやプールにおける実習の留意点を学ぶ。ただし、施設整備との関連で使用不可となる可能性もあり、その場合は、他の演習となる。
	英	Sports Exercise: Pool (1)	To do sports activities at the pool.
14	日	スポーツ演習: プール (2)	プールにおいてスポーツ (身体的活動) を実施し、水泳などのスキルやプールにおける実習の留意点を学ぶ。ただし、施設整備との関連で使用不可となる可能性もあり、その場合は、他の演習となる。
	英	Sports Exercise: Pool (2)	To do sports activities at the pool.
15	日	総括	授業全般にわたって学習した内容について総括する。健康度・生活習慣診断検査を実施する。
	英	Conclusions	To review anew the contents that have been learned throughout the lecture and science of sports activities.

## 履修条件 /Prerequisite(s)

日	健康で運動 (スポーツ) が実施できる身体状況であることが望ましい。
英	It's desirable to have physical condition with health and capable of performing sports activities

## 授業時間外学習 (予習・復習等) /Required study time, Preparation and review

日	トレーニングウェア等を着用すること。受講は真剣な態度で臨むこと。大学設置基準や京都工芸繊維大学通則に記載されているため自明ではあるが、授業時間を含み 90 時間の学修時間が必要となる。したがって、授業時間外の学習が必要となり、具体的な内容としては、自分の健康状態や体力状態などを評価し、今後の生活習慣等のあるべき姿について考えるレポート課題に取り組むことや実技授業の活動を振り返る課題や、また、高温多湿等、過酷な自然環境の中においても授業に参加できるよう心身の状態をよいコンディションに維持することを含む。90 時間の学修時間を確保できるようレポート課題などを設定する予定である。
英	Wear training wear, and the like. Students will be facing a serious attitude. Although it is self-evident because it has been described in the University of installation standards and Kyoto Institute of Technology general rule, it is necessary to students' academic time of 90 hours including the class time. Therefore, it becomes necessary school hours outside of learning, as the specific content, to evaluate, such as their health status and physical fitness state, things and practical lessons to address the report issues to think about the way it should be of such future lifestyle challenges and look back on the activities, also includes maintaining in good condition the mind and body of the state so that it can participate in the class even in the in the high temperature and humidity, etc., harsh natural environment. It is expected to be set and reporting problems so that it can ensure the 90 hours of the students' academic time.

## 教科書/参考書 /Textbooks/Reference Books

日	随時ハンドアウト等を配布する。ムードルも使用する。
英	Serving printed materials.

## 成績評価の方法及び基準 /Grading Policy

日	京都工芸繊維大学通則第 15 条の規程に則り 90 時間の学修時間が確保されていない場合は不可の評価とする。その上で、意欲及び態度、技能に関する評価観点として、スポーツ演習に対する積極性・協調性・専門的スキルなどから評価する。また、知識、関心に関する評価観点として、レポート課題に対する結果の報告と考察の程度から評価する。
英	Performance evaluation of this subjects will be conducted by the submitted reports (60%), changes in sports skill (20%) , and degree of the effort for sports activity and communication capacity (20%) during lectures and seminar. Students recognized as understanding approximately 60% of lectures and seminars by absolute evaluation are regarded as having passed (evaluation of 60 points or higher)

## 留意事項等 /Point to consider

日	レポート課題に関して「他人の考え・主張」を引用する場合、他人の主張であると明記しなければならない。書籍、論文、ホームページなどからの引用は必ず出典（著者、書名、出版社、ページ、論文タイトル、雑誌名、URL など）を明らかにし、「」で囲むなど引用であることを明示すること。自分自身の表現であるかのように書かれた部分が引用であることが発覚した場合、剽窃とみなし、レポートを無効（=0点）とするだけでなく悪質な場合は処分の対象とする。
英	To cite a "thought-assertion of others" with respect to report problems, do not need to specify that the claims of others. Books, paper, home page always Source is a quote from (such as author, title, publisher, page, article title, journal name, URL, etc.) to reveal, explicitly to it that it is a quote, such as enclosed in "". If it written part as if it were their own representation is a quote is discovered, regarded as plagiarism, if just not malicious to invalidate the report (= 0 points) to the subject of disposal .