

自己点検評価（工学部体育・健康科目会議）

（2020-2021 年度前期）

2021 年 10 月 24 日提出

1 学修・教育到達目標

体育・健康科目の教育目標

心と身体の健康を管理できる能力を養成し、身体機能の維持・増進に加え、モラルの体得をねらいとしたスポーツを通じた教育（スポーツマンシップ教育）の実践により、社会の一員として誇りと責任を持ち、社会と他者への貢献ができる。

教育方針

身体活動による体力の維持向上は勿論、こころとからだの健康の自己管理能力を備えることは、社会人として期待される素養となる。また、スポーツ活動中のスポーツマンシップの実践、フェアプレイの精神から他者を尊重し、規範意識の醸成と高い倫理観を持った思考と行動ができる学生の育成を目指している。チームでの活動から、他者への貢献、豊かな人格形成への寄与、コミュニケーション能力の向上、負けた時の態度（ミスをした時の態度）を目指している。

各学科カリキュラムポリシー、学修・教育到達目標との連動

本科目では、理論科目では健康管理に関する自己管理能力の向上、実技科目ではスポーツを通じたスポーツマンシップの実践により、人間性の向上、コミュニケーション能力の向上、リーダーシップ、チームの一員としての役割を果たす意識の醸成に取り組んでいる。よって、他学科のカリキュラムポリシーは、コミュニケーション能力、信頼、倫理、人間性、人格など人間教育を目的にしていることから、連動している。特に、機械工学科、電気工学科、情報通信工学科、情報工学科、土木工学科の学修・教育目標、カリキュラムポリシーと連動する内容となっている。

<点検・評価>

本学の理念・目的、学修・教育目標、工学部・各学科におけるカリキュラムポリシーにおいて、倫理観に基づく行動力と豊かな人間性、コミュニケーション能力など体育科目の学修・教育目標と重なるところがある。

それらを具現化するために、行動変容を具体的な目標とした本科目の学修・教育目標は妥当であると評価できる。

生活習慣の改善、メンタルヘルス、コミュニケーションに大きな影響を与えるスポーツマンシップの実践は、今まで学生が気づけなかった部分を気づかせ、小さなこと、出来ることを精一杯行う習慣を实践させ、行動変容を促すことで、目標・理念の実現につながると思われる。

2. 教員

専任教員

体育・健康科目の専任教員は、教授（59 歳男性、47 歳男性：2021 年昇格）、准教授（39 歳女性）の 3 名。学科は、それぞれ電子工学科、情報工学科、機械工学科に所属している。本学での勤務年数は 14

年、11年、3年。専門領域は、運動生理学2名とバイオメカニクス1名である。

取得指導資格は日本サッカー協会A級コーチ、日本サッカー協会47FAインストラクター、AFC Fitness Coaching Certificate Level 1、日本体育協会公認アスレティックトレーナー、柔道整復師免許、JSCGT公認指導者（ゴルフ）。

社会における指導実績は、日本オリンピック委員会強化スタッフ（トレーナー・フィジカルコーチ）として長野オリンピック、全州ユニバーシアード、アジア大会、ワールドカップに帯同、大学ラグビー日本選手権優勝チームのフィットネスコーチ、栃木県サッカー協会優秀監督賞受賞などがある。

社会における活動には、第77回国民体育大会栃木県強化対策委員会委員、さいたま市スポーツ振興審議会委員、Jリーグ所属チームの体力測定およびゲーム分析スタッフなどがある。

非常勤講師

2020年度前期は理論・演習科目4名（実技兼任2名含む）、実技科目10名の計12名。後期は理論科目（実技兼任2名含む）2名、実技科目10名の計10名。2021年前期は、理論・演習3名（実技兼任2名含む）、実技科目9名の計10名。

2020年3月に非常勤講師1名が急遽専任校が決定した為、2020年度前期は2019年度より非常勤講師数が1名減となり5コマ休講とし減コマとなった。後期には非常勤講師1名の補充を行い、コマ数の変更はなかった。

各種目の担当は、専門もしくは10年以上の指導経験を持つ専任教員及び非常勤講師が担当している。スキー実習は、SAJ公認スキー指導員の資格を持つ非常勤講師が担当し、ゴルフ授業・実習は、日本プロゴルフ協会のティーチングプロB級、JSCGT公認指導者（ゴルフ）取得の教員が担当している。

非常勤講師との連携

専任は、曜日担当責任者を決め、非常勤講師全員とコミュニケーションを取る様にしている。2020年度は全てオンライン授業となり、ICTに慣れていない非常勤講師に対してzoomを利用して個別の支援をした。また、メーリングリストを利用して、頻繁に情報共有を行い、共通認識のもと各科目の運営にあたれるように配慮している。

2020年度前期は、非常勤講師の初めてのライブ配信時には専任教員が立ち合い補助をした。また、他の非常勤講師にも授業にzoomを通じて参加してもらい、どのような方法で授業を進めるか実際に体験し、授業の進め方の統一を図った。

体育科目運営組織

体育科目運営組織は、2020年1月から2021年3月まで育休のため専任2名の組織となったが、2021年度からは専任3名の組織となった。体育科目運営会議は、2020年度は月1回実施した以外に、必要に応じて随時打ち合わせを行った。2020年度はオンライン授業対応の為、非常勤講師との打ち合わせを複数回行い、zoomを用いて個別対応も行った。2021年度前期は月1回実施している。

<点検・評価>

専任教員の能力・資質は社会的にも認められた実績と指導力があると判断できる。非常勤講師の能力・資質は、長い指導実績と社会的に認められた質保証があると判断できる。

3月に急な非常勤の退職があったことから前期の開講数が減ったことについては、今後対策が必要と思われた。

科目運営会議は、月1回の開催の他、構成人数が少ないことから、随時打ち合わせを行っていること

は評価できる。非常勤講師とグループメールにより、随時連絡を取り合うことで円滑な授業運営ができていることは評価できる。

各学科との連携については、電気工学科がヘルスリテラシー&スポーツコミュニケーション科目を2019年度から必修科目としたことから、欠席の続いている学生のフォローなどは電気工学科1年生担任の教員と連携を取っていたことは評価できる。

3 教育プログラム

A. 授業科目

授業科目は、講義科目、演習科目、実技科目の3つからなる。

講義科目は健康科学論A・B、スポーツ健康学、スポーツ社会学、スポーツ生理学、身体運動のバイオメカニクスからなり、2020年度はスポーツ生理学が非常勤の急な退職で休講とした。

演習科目は、初年次教育としてヘルスリテラシー&スポーツコミュニケーションを設置し、一人暮らしを始めた学生、友達のいない学生、メンタルに悩みを抱えている学生に配慮している。

実技科目は、チームスポーツと個人スポーツ、種目別に運動強度を明示して学生の体力レベルに応じて選択しやすくしている。

B. 内容

a. 講義科目

健康科学論A（前期科目）：生活習慣病（肥満、糖尿病、脂質異常症、動脈硬化、高血圧、心臓病、脳卒中など）を取り上げ、これらの原因と基本的な予防法について学ぶ。また、ストレスに関連した疾患、感染症、腸内細菌と食中毒、喫煙、飲酒、薬物など身近な健康阻害要因による身体への影響について解説する。

健康科学論B（後期科目）：、癌は外部から侵入した病原菌などによるものではなく、細胞内部にある遺伝子に傷(変異)が蓄積したために起こる疾病であること。遺伝子や遺伝子の傷(変異)とは何かを説明しながら、癌が生じてくる過程や予防法について解説する。また、免疫の仕組みとアレルギー、ウイルスによる疾病、ホルモンの役割と環境ホルモン、ミネラルの働きなどについて解説する。

スポーツ社会学：社会現象としてのスポーツをめぐる諸問題を集団や社会あるいは文化の側面からとらえ、社会（地域社会）におけるスポーツのあり方について解説する。

スポーツ健康学：人間が生活する上で必要不可欠である「健康」がスポーツとどのように関連しているかについて、様々な角度から考え、理解することを目的としている。また、スポーツの実践によって得られる効果・効能について正しい知識について解説する。

スポーツ生理学：運動時におけるヒトの生理的適応反応やそのメカニズムについて解説する。特に、生活習慣病を予防するためのライフスタイルを開説する。からだの構造・機能を知ること、工学にも応用できる考え方ができる様に解説する。

身体運動のバイオメカニクス：スポーツ動作の良し悪しの原因を探るためには、動作の見方・捉え方や分析すべき目の付け所を決めることが大切となる。また、パフォーマンスの向上ばかりではなく、日常生活におけるケガの予防の観点からも、動作を的確に捉えることは重要である。スポーツ動作に限らずヒトの動作を客観的に捉え、それをさまざまな場面に生かせるように解説する。

b. 演習科目（ヘルスリテラシー&スポーツコミュニケーション）

初年次授業として、1年生前期にのみ開講している。

スポーツマンシップ、スポーツ栄養学と休養（睡眠含む）、トレーニング理論、こころのコンディショニング、ヘルスリテラシーの講義を前期の半期間実施した後、コミュニケーションを重視したフラッグフットボール、もしくはサッカーを実施している。授業では試合を主に実施している。その理由は、授業外において学生間のコミュニケーションを多くとるために授業外学習として、プレーの作成、チーム練習を課しているためである。初年次授業であることから、友達作りの仕掛けとして授業外でコミュニケーションを取る機会を作っている。

2020 年度は、オンライン授業の為スポーツ種目の実施が不可能となり、実技部分はストレッチング、補強トレーニング、有酸素運動を実施した。有酸素運動時は、本学の校歌に合わせてステップ運動を実施した際、大半の学生が初めて校歌を聞くことがわかり、愛校心を育てる良い機会となった。

実技科目と同様に、健康状況調査、メンタルヘルスパターンの調査、生活習慣シートの提出を課している。また、2020 年は、コロナの影響で運動不足になることから、トレーニングチェックシートを課題とした。理論部分のテストは、Scomb を用いて実施し、試験時間 20 分で 40 問の出題とした。

2021 年度前期は、対面授業として実施した。講義の週はハイブリッドで同時配信にも対応し、実技の週は実技の内容に準じて感染予防の講義を実施した後、実技の授業に入った。

聴覚障害の学生のいるクラスでは、口元が見えるマスクの着用、補聴器連携のマイクの着用、UD トークの起動と連携、パワーポイントによる説明時は字幕テロップが流れるように配慮した。また、ノートテイカーの zoom への招待をした。実技時は、ノートテイカーからホワイトボードによる伝達をお願いした。オンライン申請が出されている学生の履修が 1 名あり、電気工学科は必修科目であったことから実技授業時もオンライン配信し、チームメンバーと zoom でミーティングなどコミュニケーションが取れるように配慮した。

理論部分のテストは、2020 年同様 Scomb を用いて実施し、試験時間 20 分で 40 問の出題とした。

実技の期間は、授業外学習として 5 限目の体育館を開放し、申し出があった場合に各チームでの練習ができるように配慮した。

c. 実技科目

実技科目においては、1 週目に講義を行い、スポーツマンシップの説明と授業における実践について解説し、学生全員が共通認識を持って行動できるようにしている。また、健康状況調査による既往歴の把握、メンタルヘルスパターンにより困ったことなど学生の状況の把握と相談の機会を設けている。

各スポーツ種目を通してスポーツマンシップの実践に取り組むことが大きな目標となっている。コミュニケーションの要素で最も影響を与える Visual、つまりノンバーバルなコミュニケーションを実技科目では重要視し、視線、表情、態度、行動など誠実さを相手に感じさせることができる身体的コミュニケーションを目指している。

各スポーツ種目では、技術の伝授、チームミーティング、チーム内での自分の役割の認識、問題に対してチームで取り組む習慣、リーダーシップの発揮などが課題として挙げられる。個人種目においては、ダブルス、団体戦などを取り入れ、他者と関わる機会を多く取り入れる工夫をしている。

2020 年度前後期とも、オンライン授業の為、講義ではスポーツマンシップ、各スポーツ種目の歴史、ルール変遷、競技特性、戦略・戦術も取り入れた。スポーツ種目は実施できないことから、競技種目によく使われる動き、筋力の強化、ストレッチ、補強運動、有酸素運動の実施により、体力の維持向上を狙いとした。

コロナの影響から運動不足になる事が懸念されたため、日々の自主的なトレーニングを奨励するため

にトレーニングチェックシートの提出を課題とした。

2021 年度前期は全面的に対面授業とした。2021 年度は例年実施していた体力測定を感染の危険性がある種目（上体起こし）があることから取りやめ、コロナウイルスと感染症、感染予防についての講義を行い、対面授業にあたって、それぞれが安心した授業を実施するための共通認識を持ち、実践することを徹底した。予防のポイントは、体調不良（発熱、家族の発熱、感染）の場合は授業に出席しない、大声の禁止、授業前後での手洗いと消毒、近距離でのマスクの着用、感染予防で気になる場合は、変に気を遣わずに相手に伝える事とした。

C. 実施方法

a. 授業の形態

2020 年度は全面的にオンライン授業とした。2021 年度前期はスポーツ社会学だけ非常勤講師の事情によりオンライン授業とした。スポーツ健康学については当初は対面だったが、緊急事態宣言の発令もあったため、途中から対面とオンラインのハイブリットとした。他の科目は原則対面授業とした。講義は同時配信と動画の格納をして、学生に通知した。体調不良（感染の可能性がある場合）等イレギュラーなオンライン希望の学生には、不利益にならないように個別対応した。

b. 教員配置

実技科目は、2020 年度前後期とも専任 2 名と非常勤講師 10 名。2021 年度前期は専任 3 名と非常勤講師 10 名。非常勤講師は教育実績が 10 年以上のキャリアを持つ講師が担当し、それぞれのスポーツ種目の経験者もしくは指導歴の長い教員が担当している。

演習科目は、2020 年は 7 コマ中 6 コマを専任教員、非常勤講師が 1 コマ担当。2021 年は 10 コマ中 6 コマを専任教員、非常勤講師が 4 コマ担当。

講義科目は、2020 年度はスポーツ健康学は専任教員、バイオメカニクスは専任教員と非常勤、健康科学論 A、B は元医学部講師、スポーツ社会学は他大学の教授職の非常勤講師、スポーツ生理学はトレーナー活動をしている非常勤講師が担当している。2021 年度は、健康科学論 A、B 担当の非常勤講師が退職となり、適任者がいなく補充ができていない。

D. 開講数

a. 実技科目

2020 年度前期 31 コマ、後期 33 コマ。2021 年前期は 33 コマ開講している。前期開講種目はテクニカル (T) と後期開講科目はスポーツコミュニケーション (SC) に分かれており、テクニカルは個人技能、スポーツコミュニケーションはチームとしての戦略戦術が課題となる。

実技科目であることから、各種目特性により安全性の確保を考慮し、例年 30 名～50 名程度の履修制限をしていたが、2020 年度はオンライン授業となったことから、人数制限はなしとした。

2021 年前期は感染予防対策として履修制限し、大宮は 24 人、豊洲は 12 人とした。種目は、個人競技、チーム競技、種目による運動強度を明示し学生の体力レベルにより履修しやすく配慮している。

履修人数については、2020 年前期 508 名、平均 16.4 名、後期 424 名、平均 12.8 名。2021 年前期 616 名、平均 18.7 名。2020 年度後期の履修者が例年よりもかなり少なく、オンラインの影響なのか今後調査が必要と思われる。

b. 演習科目（ヘルスリテラシー&スポーツコミュニケーション）

2020 年度前期 7 コマ、2021 年度前期 10 コマ。2021 年は感染予防対策で 24 人の履修制限とした。履修人数は、2020 年前期 362 名、平均 51.7 名。2021 年前期 328 名、平均 32.8 名。

c. 講義科目

2020 年度前期：スポーツ社会学 2 コマ、健康科学論 A1 コマ、スポーツ健康学 1 コマ、計 4 コマ。後期：健康科学論 B1 コマ、身体運動のバイオメカニクス 1 コマ、計 2 コマ。

2021 年度前期：スポーツ社会学 2 コマ、スポーツ健康学 1 コマ、計 3 コマ。

履修人数は、2020 年前期 184 名、平均 46 名、後期 71 名、平均 35.5 名、2021 年度前期 222 名、平均 74 名。

2020年度前期

講義・演習科目		身体的コミュニケーションスキル (実技科目)	
科目	コマ数	科目	コマ数
スポーツ健康学	1	バレーボール (T)	2
スポーツ社会学	2	卓球 (T)	7
健康科学論A	1	フットサル (T)	5
ヘルスリテラシー&SC	7	バドミントン (T)	7
		テニス (T)	2
		バスケットボール (T)	3
		WS (T)	1
		ゴルフ	3
		FIT-A	1
計	11		31

2020年度後期

講義・演習科目		身体的コミュニケーションスキル (実技科目)	
科目	コマ数	科目	コマ数
健康科学論B	1	バレーボール (SC)	3
バイオメカニクス	1	卓球 (SC)	9
		FFB (SC)	2
		フットサル (SC)	6
		テニス (SC)	2
		バドミントン (SC)	7
		ソフトボール (SC)	1
		軟式野球 (SC)	1
		バスケットボール (SC)	2
		WS (SC)	1
		サッカー (SC)	2
計	2		33

2021年度前期

講義・演習科目		身体的コミュニケーションスキル (実技科目)	
科目	コマ数	科目	コマ数
スポーツ健康学	1	バレーボール (T)	2
スポーツ社会学	2	卓球 (T)	8
ヘルスリテラシー&SC	10	フットサル (T)	5
		バドミントン (T)	8
		テニス (T)	2
		バスケットボール (T)	3
		WS (T)	1
		ゴルフ (T)	3
		FIT-A	1
計	13		33

履修者数

	講義	演習	実技	計
2020年前期	184	362	508	1054
2020年後期	71		424	495
2021年前期	222	328	616	1166

E. 学生の自主的な学修促進や学習サポート等

a. 実技科目

毎日の課題は日常の生活習慣の振り返りとして、「生活習慣シート」の記録を義務付けている。食事、睡眠、運動、モラル、メンタルなどチェック項目は自分のこころとからだのコンディショニングを自覚してもらい、気づきと修正の動機づけを狙いとしている。加えて、2020 年度前期はコロナ禍から運動不足になることを懸念し、トレーニングチェックシートを義務付け、コンディショニングに応じたトレーニングの実施状況の記録、振り返りを励行した。

b. 演習科目（ヘルスリテラシー&スポーツコミュニケーション）

2020 年度前期では、実際の試合をすることが出来なかったが、授業外においてチームミーティングを実施し、プレーの作成、提出を求め、授業外で学生同士が触れ合う機会を作っている。その際、スポーツマンシップの実践による円滑なコミュニケーションを取ることを奨励している。

2021 年度前期は、スポーツ種目が実施でき、授業外でのチーム練習、プレーの作成、グループ活動報告書の提出を課して、授業外で学生同士が問題に取り組み、解決していく機会を毎週作る様にした。また、申請制で 5 限目の体育館を使えるように配慮した。

c. 講義科目

毎授業内でのリアクションペーパー、課題の実施、資料を先に配布し予習復習を促している。

F. 実施状況

a. 実技科目

2020 年度は、複数教員が担当しているが、スポーツ種目の特殊性以外については、生活習慣シート、2 度のレポート、採点は同じ基準とし、同じ質の教育と評価が実現できている。2021 年度前期から、エクセルで自動計算されるフォーマットを作成し、指導者が全員使用して出席、提出物を管理し、同一基準で確実に評価されるようになった。はじめの講義においては、同じ資料、同じレポート内容とし、同じ質の教育を実施している。2020 年度は急遽オンライン授業となった為、シラバスを変更して履修学生に明示し、理解を求めた。

2021 年度前期は、対面授業で実施。感染対策に関する講義を実施し、履修者全員で感染予防行動をとる事が実施された。教場の近くに液体せっけん、消毒液を設置して、授業前後に手指消毒することで、授業内に汚染された手を持ち込まないことに協力してくれている。また、更衣室については男女ともに窓がなく通気性が悪いことから、男子は第一体育館、第 2 体育館など種目別に振り分けた。女子は第一体育館 2F 教室を更衣室とした。

全ての授業において、シラバス通りの授業が実施されている。

b. 演習科目（ヘルスリテラシー&スポーツコミュニケーション）

2020 年度は、2 名の専任と 2 名の非常勤講師で実施したが、同じ資料と同じ評価表を使用し、同じ質の教育を実施した。2020 年度は全てオンライン授業となったことで、授業外のチーム課題による話し合いが例年より少なくなってしまう。2021 年度前期は、対面授業で実施し、感染対策として実技と同じく感染予防のための講義を設け、実技時の実践を励行した。

全ての授業においてシラバス通りの授業が実施されている。

c. 講義科目

2020 年度は前後期オンライン授業となったが（2020 年度後期サッカー（SC）を除く）、シラバス通り授業が実施された。また、全てのオンライン授業についてはグーグルドライブ内に動画ファイルを保存し、履修学生に共有した。

全ての授業においてシラバス通りの授業が実施されている。

<点検・評価>

授業科目

学生が今後健康についての自己管理をしていくための知識としての講義科目、学生生活に早く慣れていくための初年次教育としての演習科目、スポーツマンシップの実践としての実技科目としてバランスよく設定できていることは評価できる。学生、社会のニーズを考慮して、設置科目については今後も継

続して精査していくことは必要と考えている。

内容

2020 年度前期の実技、演習科目については、オンライン授業となりステイホームからの運動不足を考慮して、トレーニングチェックシートの提出を課し、運動することを意識付けできたことは評価できる。初めてのオンライン授業の実施において、授業に参加する態度が対面授業とは環境が大きく違うことから戸惑う学生もあり、スポーツマンシップの実践が十分にできていない学生も散見されたことから、授業内容の改善の余地があると考えている。しかしながら、学生アンケート（サンプル調査）ではあるが体育科目については 70%以上の満足度を得ていることは評価できる。講義科目は、対面授業と変わらない内容で実施することが出来たことは評価できる。

2021 年前期の実技、演習授業は全て対面授業とした。感染予防に関する講義を実施して、実技時に参加学生が不安にならないように全員が共通認識を持ち実践し、感染者を出さなかったことは評価できる。講義科目は、オンライン授業と対面授業であったが、授業形態が変わっても同様な質保証ができていたことは評価できる。

実施方法

2020 年度前後期でオンラインとなった実技授業については、ゲーム的な楽しさが少ない中での身体運動の難しさを痛感させられた為、今後オンラインでの実技授業において、内容の工夫が課題となった。

2021 年度前期は全て対面授業とした。対面授業によるコミュニケーションの情報量はオンラインと比較にならない為、今後も感染対策を学生と共に十分準備して対面授業の継続していくことに更なる準備が必要であると感じている。

健康科学論 A、B 担当の非常勤講師が退職となり、適任者がいなく補充ができていないため休講としてしまったため、2022 年度には確実に補充し開講したい。

開講数

実技科目について、履修者の平均が 2020 年度前期 16.4 名、後期 12.8 名であったことから適正な開講コマ数ではなかった可能性がある。しかしながら、オンラインであったことが影響したことも考えられ、もう少し状況を見る必要があると考える。

2021 年度前期は、実技科目平均 18.7 名で、大宮 24 名、豊洲 12 名の履修制限をしていることから、ほぼ満員の履修者となっていることが考えられる。今後、履修希望者で履修できていない学生数の把握が必要と思われる。また、2022 年度は数コマ増やすことも計画していきたい。

学生の自主的な学修促進や学習サポート等

実技科目においては、日常生活の振り返りとしての生活習慣シートの実施、加えて 2020 年度前期はトレーニングチェックシートによる振り返りにより、自主性を促す取り組みについては評価できる。

演習科目においては、2020 年度前期は、グループ課題によりオンラインで学生同士が協同作業の場でコミュニケーションを取ることを課し、学生同士コミュニケーションを取る機会を作ることができたのは評価できる。2021 年度は、授業外に体育館で打ち合わせ、練習をするグループが多くあり、コミュニケーションを取れる機会を作れたことは評価できる。

講義科目については、リアクションペーパー、課題など自主的な学修促進を促す対応をしていることは評価できる。

実施状況

2020年度は、初めてのオンライン授業となったが、十分な準備期間がなかったにもかかわらず、専任教員、非常勤講師の協力により大きなトラブルもなく対応することができたことは評価できる。しかしながら、改善点も明確になっていることから更なる修正が必要と感じられた。

2021年度前期は、スポーツ社会学を除く全授業対面授業とした。直接コミュニケーションが取れることでオンラインよりも対面の方が教育効果が高いと感じた。感染予防については履修者全員が理解し実践したことにより、授業内での感染もなく安全に実施できたことは評価できる。

課題は、感染予防の観点からシャワーが使えない状況であり、汗をかいた後の処理としてどのように対応していくか今後工夫が必要とされる。

以上