

保健体育

講師名	佐々木 惇文	実務経験等	元高校教諭としての経験を活かし、スポーツの基本技能・練習法等を理解するとともに、運動に親しむ感覚や、他人とのコミュニケーションの取り方等についての講義・実技を担当している。
-----	--------	-------	--

科目区分	学科・経営科	必修・選択 (必修、自由)区分	履修 学年	開講 学期	標準 時間	単位数
全学科共通・教養科目	全学科	必修	1	前期	30	1
使用教科書・副教材	なし					
授業の目的	スポーツⅠ・スポーツⅡの基本技能・練習法・指導法・ルール・審判などを学習、理解する。これらの内容をゲームの中で実践し、身につける。また、運動に親しむ感覚や、他人とのコミュニケーションの取り方についても学習するとともに、健康を脅かす問題についての理解を深める。					
授業の到達目標	バレーボール・バスケットボール・卓球・バドミントンを通じて、他人とのコミュニケーションを深めるとともに、安全に競技することができる。					

月日	学習項目	学 習 事 項	時間	授業 形式	備 考 (提出物等)
4月16日	ガイダンス スポーツⅠ スポーツと健康	体育における動機づけ、運動学習、心理的領域について理解を深める 体作り・柔軟運動・補強運動 スポーツ大会への準備、基礎技能の向上と運営	4	講義 実技	
4月23日	スポーツⅠ 体操・スポーツテスト	体作り・柔軟運動・補強運動 運動能力テスト、体力診断テストを行うことにより、自己の、将来的運動指針への理解を深める	4	実技	
5月7日	スポーツⅡ	バレーボール・バスケットボール・卓球・バドミントン	4	実技	
6月4日	スポーツⅡ	バレーボール・バスケットボール・卓球・バドミントン	4	実技	
6月18日	スポーツと健康	健康を脅かす問題について (薬物乱用、喫煙・飲酒)	2	講義	レポート
6月23日	スポーツ大会	(自治会スポーツ大会:各種競技)	8		
6月25日	スポーツⅡ	バレーボール・バスケットボール・卓球・バドミントン	2	実技	
	スポーツⅡ テスト	バレーボール・バスケットボール等と個人技能を図るスキルテストを実施	2	実技	実技試験
合計			30	時間	

成績評価の方式(評価項目、評価の観点、割合等)

実技試験の得点、受講態度(レポート含む)、出席状況により評価する。
(事情により実技試験不参加者には別途課題を指示する)
実技試験(習熟度)60%、平常点40%

履修に当たっての留意点等

受講に際しては、実技にふさわしい運動着・運動靴を着用のこと。