

| 科目名 | | 担当者氏名 | 授業形式 | 単位 | 開講時期 |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------|----|------|
| 健康・スポーツⅠ | | 古木竜太・松尾瑞穂 | 実技 | 1 | 前期 |
| 必修・選択 | 卒業要件 | 必修 | | | |
| | 資格要件 | 幼稚園教諭二種免許必修 保育士資格必修 栄養教諭二種免許必修 | | | |
| 学習目標 | 各種の運動種目を通じて、生涯スポーツとして実践できるようになるための知識や技能を身につける。また、豊かな学生生活が過ごせるように、スポーツを通じて仲間との交流を深める。 | | | | |
| 授 業 計 画 | | | | | |
| 回 | 項 目 | 授 業 内 容 | | | |
| 1 | 体育・スポーツ活動のねらい | 授業内容、学習の進め方、評価方法について | | | |
| 2 | バスケットボール | パス、レイアップシュート、ゾーンディフェンス、ゲーム | | | |
| 3 | バレーボール | パス、レシーブ、サーブ、スパイク、ゲーム | | | |
| 4 | 体育大会 | 仲間と協力して事前準備に取り組む。また、スポーツマンシップに則り、各種の種目に積極的に参加することで、クラス内の交流を図る。 | | | |
| 5 | | | | | |
| 6 | | | | | |
| 7 | | | | | |
| 8 | 器械運動 | マット運動（前転、後転、倒立、倒立前転、側方倒立回転） | | | |
| 9 | ドッジボール | ゲーム、チーム対抗戦 | | | |
| 10 | バレーボール | ゲーム戦術、チームによる攻防の工夫 | | | |
| 11 | バレーボール | ゲーム、チーム対抗戦 | | | |
| 12 | バレーボール／バスケットボール | ゲーム、チーム対抗戦 | | | |
| 13 | 健康の維持増進を目的とした生涯スポーツ（野外活動） | ウォーキングエクササイズについて、歩き方や呼吸法を学び、実践する。また、日常的な運動を心がける態度を養う。 | | | |
| 14 | | | | | |
| 15 | | | | | |
| 参 考 書 | 安部孝、琉子友男著「これからの健康とスポーツの科学 第2版」講談社 2005年 佐藤学「学びの身体技法」太郎次郎社 2001年3刷 | | | | |
| 学習上の注意（自己学習、学外学習など） | 本校指定の上履き、体操服で受講することが望ましい。日常的に運動やスポーツ活動を行い、意欲的な学生を歓迎する。 | | | | |
| 評価の方法と時期 | 平常点及びレポート（授業終了時に提出）により評価を行う。 | | | | |