

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	身体ほぐし運動	呼吸を意識した効果的なストレッチの実践			
3	体育大会の競技練習	体育大会で行われる競技ルールを理解と実践（練習）			
4	体育大会	仲間と協力して事前準備を取り組む。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	用具を使用しない運動	エアロビクスダンスの実践			
9	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			
10	バスケットボール	ゲーム、チーム対抗戦			
11	バレーボール	トス、レシーブ、サーブ、ローテーション、ゲーム			
12	バレーボール	ゲーム、チーム対抗戦			
13	ドッジボール	ゲーム、チーム対抗戦			
14	スポーツ交流大会	これまで取り組んできた種目でクラス対抗戦を行い、リーグ戦やトーナメント方式の運営方法を学ぶ。			
15					
参 考 書	「これからの健康とスポーツの科学 第2版」(安部孝、琉子友男著. 講談社. 2005年) 「学びの身体技法」(佐藤学. 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。				