

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
体育実技 I Sports & Exercises I		1年・2年	通年	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
1単位	実験実習	選択	(「教職免許状」取得者科目 「健康運動実践指導者」「スポーツプログラマー」「ジュニアスポーツ指導員」資格取得者科目 健康スポーツフィールド学生は必ず履修すること)	特になし
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
特になし				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
教職課程科目				
担当者に関する情報				
氏名	研究室の場所	オフィスアワー		電話番号・メールアドレス
山内 健次	本館2階	木曜・金曜 9:00～16:00 (授業時間中は除く)		授業中に指示します
授業の概要				
現代社会では身体活動の減少による生活習慣病の罹患者や、高齢者では特に下肢の筋力低下によって日常生活に不便さを感じている人が、多く見受けられる。その要因の一つは、若い年代において運動を楽しむ習慣が身につけていないことがあげられる。生涯において健康でより楽しい生活を過ごすためには、自分に適した興味を持てるスポーツを見つけ出す事が重要である。この授業では、学校体育で体験した運動はもちろんのこと、生涯にわたって楽しむことのできるニュースポーツと呼ばれる、気がるに行うことのできる種目も経験する。				
授業の目標				
多種多様なスポーツを経験することから、 ①自分に適したスポーツを見つけ出すことができるようにする。 ②一緒に楽しむ仲間と協調性を持ちながら活動ができるようにする。 ③経験したことの無いスポーツルールを知り、そのスポーツを楽しむことができるようにする。				
授業の方法				
スポーツの実践、ゲームが中心となる実技				
学習の成果 (学習成果)				
①スポーツに興味を持ち、自分で今後楽しみたいと思える種目を見つけることができる。 ②心身における健康の保持増進に役立てることができる。 ③多くのスポーツのルールを説明することが、行うことを見ることの楽しみにもつなげることができる。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス (授業にあたっての服装や態度と注意点、授業内容の確認、成績評価方法)			
第2回目	ソフトバレーボール① ゲーム			
第3回目	ソフトバレーボール② ゲーム			
第4回目	ソフトバレーボール③ ゲーム			
第5回目	ファミリーバドミントン① ゲーム			
第6回目	ファミリーバドミントン② ゲーム			
第7回目	インディアカ① ゲーム			
第8回目	インディアカ② ゲーム			
第9回目	キンボール① ゲーム			
第10回目	キンボール② ゲーム			
第11回目	バドミントン① ダブルスゲーム			
第12回目	バドミントン② ダブルスゲーム			

第13回目	バドミントン③ ダブルスゲーム
第14回目	卓球① ダブルスゲーム
第15回目	卓球② ダブルスゲーム
第16回目	ニチレクボール(屋内ペタンク) ゲーム
第17回目	硬式テニス① 基本技能 乱打
第18回目	硬式テニス② 応用技能 乱打
第19回目	グラウンドゴルフ
第20回目	バレーボール①基本技能 (レシーブ、トス、サーブ) 6人制ゲーム
第21回目	バレーボール② 6人制ゲーム
第22回目	バレーボール③ 6人制ゲーム
第23回目	ハドルテニス① ダブルスゲーム
第24回目	ハドルテニス② ダブルスゲーム
第25回目	ハドルテニス③ ダブルスゲーム
第26回目	長なわ跳び= 1本なわ、2本なわ (屈折とび・平行とび等)、3本なわとダブルダッチ
第27回目	ユニホック① ゲーム
第28回目	ユニホック② ゲーム
第29回目	バスケットボール① ゲーム
第30回目	バスケットボール② ゲーム

成績評価の方法と基準

評価の領域	割合	評価の基準
授業参加態度	90%	<ul style="list-style-type: none"> ・協調性を持ってスポーツに参加している。 ・授業に使用する用具の準備や、後片付けを行っている。 ・審判など与えられた役割に対して責任を持って取り組んでいる。
レポート		
調査報告書		
小テスト		
試験		
発表内容 (態度含む)		
その他	10%	スポーツを行うに適した、服装やシューズが用意されている。

教科書と参考図書

特に必要としない

履修上の留意点・ルール

<ul style="list-style-type: none"> ・運動できる服装で参加すること ・協調性ある態度でのぞむこと ・指輪、ピアス等の装飾品は授業前にとること ・体育館への飲食物持ち込み禁止と携帯電話の使用禁止

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
体育実技 I (児童フィールド) Sports & Exercises I		1年	通年	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
1単位	実験実習	選択	(選択 (教職課程必修 (幼稚園教諭二種・保育士)))	児童フィールド
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
保健体育講義				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
教職課程科目				
担当者に関する情報				
氏名	研究室の場所	オフィスアワー		電話番号・メールアドレス
渡部裕美	講師室	授業中に指示します。		授業中に指示します
授業の概要				
近年、生活の利便性が高まるにつれ、体を動かす機会が減少しつつあります。しかし、健康の維持に身体運動は欠かせません。身体運動を定期的に行うことで、脳の活性化、ストレス解消などの効果も得られます。この授業では個々にあった楽しんでできるスポーツを見出し、運動する習慣を身につけることを目標としています。				
授業の目標				
健康の保持増進を主な目的とし、楽しみながらスポーツに取り組み協調性を養うと共に、生涯スポーツの必要性に対する認識を深めることができますようにします。				
授業の方法				
実技を中心に、スポーツを安全に楽しむための説明や注意事項を交えながら授業を進めていきます。学生のスポーツ経験等を考慮しながら種目を決定します。				
学習の成果 (学習成果)				
この授業を履修すると健康の保持増進に役立てることができ、自ら興味を持って取り組みたいスポーツを見出すことができます。また、基本的ルールを学べると共に、スポーツを通してコミュニケーション能力を育むことができます。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス(授業の進め方、成績評価方法、実技受講における注意点等。) コミュニケーションゲーム			
第2回目	バランスボール①(バランスボールを使ったストレッチ。その使用方法及び使用の際の注意点。)			
第3回目	バランスボール②(ストレッチ及びバランスボールを使った運動とレクリエーション)			
第4回目	ドッジボール ゲーム			
第5回目	ソフトバレーボール①ゲーム			
第6回目	ソフトバレーボール②ゲーム			
第7回目	キンボール ゲーム			
第8回目	卓球①(ルール説明、基本練習)			
第9回目	卓球②ゲーム (リーグ戦)			
第10回目	卓球③ゲーム (総当たり戦)			
第11回目	フットサル① (基本技能)			
第12回目	フットサル②ゲーム			

第13回目	パドルテニス①(基本技能)
第14回目	パドルテニス②ラリー
第15回目	テニス (基本技能・ラリー)
第16回目	バレーボール①基本技能 (レシーブ、トス、サーブ) 6人制ゲーム
第17回目	バレーボール②6人制ゲーム
第18回目	バレーボール③6人制ゲーム
第19回目	ファミリーバドミントン①ゲーム
第20回目	ファミリーバドミントン②ゲーム
第21回目	インディアカ①(ルール説明、基本練習) ゲーム
第22回目	インディアカ②ゲーム
第23回目	バドミントン①ダブルスゲーム
第24回目	バドミントン②ダブルスゲーム
第25回目	バスケットボール①(ルール説明、基本練習)
第26回目	バスケットボール②ゲーム
第27回目	ニュースポーツ① 1.セパタクロ (ルール説明、基本練習)
第28回目	ニュースポーツ② 2.セパタクロ
第29回目	ニュースポーツ③ スカイクロス
第30回目	まとめ

成績評価の方法と基準

評価の領域	割合	評価の基準
授業参加態度	90%	自ら授業に参加しようとする姿勢と協調性ある授業態度を重視します。必ず運動に適する着衣 (ジャージ・運動靴) にて参加して下さい。安全上の理由から、長髪はまとめ、アクセサリー・時計等は着用不可とします。
レポート		已むを得ない事情により欠席等が続いた場合には、レポート提出を必要とします。
調査報告書		
小テスト		
試験		
発表内容 (態度含む)		
その他	10%	授業中のゲームにおける勝敗及び実技の達成度なども評価の対象とします。

教科書と参考図書

特に必要としません。

履修上の留意点・ルール

自ら授業に参加しようとする姿勢と協調性を持った授業態度を重視します。安全上の理由から20分以上の遅刻は認めません。実技実習のため、無断で或いは正当な理由なくして4回以上欠席した場合評価をDとします。正当な理由なくして遅刻を2回した場合には、欠席1回とします。已むを得ない事情を除き、運動に適する着衣 (ジャージ・運動靴) にて参加しない場合には、安全上の理由から授業への参加を認めないこともあります。
--

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
体育実技 I (栄養フィールド) Sports & Exercises I		1年	通年	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
1単位	実験実習	選択	(選択・教職課程(栄養教諭)必修 □)	
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
保健体育講義				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
教職課程科目				
担当者に関する情報				
氏名	研究室の場所	オフィスアワー		電話番号・メールアドレス
渡部裕美	講師室	授業中に指示します。		授業中に指示します
授業の概要				
近年、生活の利便性が高まるにつれ、体を動かす機会が減少しつつあります。しかし、健康の維持に身体運動は欠かせません。身体運動を定期的に行うことで、脳の活性化、ストレス解消などの効果も得られます。この授業では個々にあった楽しんでできるスポーツを見出し、運動する習慣を身につけることを目標としています。				
授業の目標				
健康の保持増進を主な目的とし、楽しみながらスポーツに取り組み協調性を養うと共に、生涯スポーツの必要性の認識を深めることができるようにします。				
授業の方法				
実技を中心に、スポーツを安全に楽しむための説明や注意事項を交えながら授業を進めていきます。学生のスポーツ経験等を考慮しながら種目を決定します。				
学習の成果(学習成果)				
この授業を履修すると健康の保持増進に役立てることができ、自ら興味を持って取り組みたいスポーツを見出すことができます。また、基本的ルールを学べると共に、スポーツを通してコミュニケーション能力を育むことができます。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス(授業の進め方、成績評価方法、実技受講における注意点等。) コミュニケーションゲーム			
第2回目	バランスボール(バランスボールを使ったストレッチ。その使用方法及び使用の際の注意点。)			
第3回目	バランスボール(ストレッチ及びバランスボールを使った運動とレクリエーション)			
第4回目	ソフトバレーボール①(ボールスキル、ルール説明)			
第5回目	ソフトバレーボール②ゲーム			
第6回目	ソフトバレーボール③ゲーム			
第7回目	キンボール①ゲーム			
第8回目	卓球①(ルール説明、基本練習)			
第9回目	卓球②ゲーム(リーグ戦)			
第10回目	卓球③ゲーム(総当たり戦)			
第11回目	ハンドボール①(ルール説明、基本練習)			
第12回目	ハンドボール②ゲーム			

第13回目	バレーボール①基本技能（レシーブ、トス、サーブ）6人制ゲーム
第14回目	バレーボール②6人制ゲーム
第15回目	バレーボール③6人制ゲーム
第16回目	パドルテニス①ゲーム
第17回目	パドルテニス②ゲーム
第18回目	テニス①（基本技能）
第19回目	テニス②ラリー
第20回目	テニス③ラリー
第21回目	インディアカ①（ルール説明、基本練習）ゲーム
第22回目	インディアカ②ゲーム
第23回目	バドミントン①（ルール説明、基本練習）ダブルスゲーム
第24回目	バドミントン②ダブルスゲーム
第25回目	バスケットボール①（ルール説明、基本練習）
第26回目	バスケットボール②ゲーム
第27回目	バスケットボール③ゲーム
第28回目	ニュースポーツ① セパタクロー（ルール説明、基本練習）
第29回目	ニュースポーツ② カバディ
第30回目	まとめ

成績評価の方法と基準

評価の領域	割合	評価の基準
授業参加態度	90%	自ら授業に参加しようとする姿勢と協調性ある授業態度を重視します。必ず運動に適する着衣（ジャージ・運動靴）にて参加して下さい。安全上の理由から、長髪はまとめ、アクセサリー・時計等は着用不可とします。
レポート		已むを得ない事情により欠席等が続いた場合には、レポート提出を必要とします。
調査報告書		
小テスト		
試験		
発表内容（態度含む）		
その他	10%	授業中のゲームにおける勝敗及び実技の達成度なども評価の対象とします。

教科書と参考図書

特に必要としません。

履修上の留意点・ルール

自ら授業に参加しようとする姿勢と協調性を持った授業態度を重視します。安全上の理由から20分以上の遅刻は認めません。実技実習のため、無断で或いは正当な理由なくして4回以上欠席した場合評価をDとします。正当な理由なくして遅刻を2回した場合には、欠席1回とします。已むを得ない事情を除き、運動に適する着衣（ジャージ・運動靴）にて参加しない場合には、安全上の理由から授業への参加を認めないこともあります。
--