

| 科目名 Course Name | | 開講年次 | 開講学期 | 曜日・時限 |
|---|--|------------|-------------|--------------|
| 体育実技Ⅱ Sports & ExercisesⅡ | | 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 | (選択・教職課程必修) | 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 | | | | |
| 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、自ら運動に取り組む意欲と習慣を身に着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、基礎編にて培った基本技能の研鑽を主な目的とし、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更に深め、心身の健康維持における運動の効果を実感す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。体育実技Ⅰで実践したスポーツにおいては基礎編の復習をしながら、応用技能を習得できるようにします。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、スポーツの基本技能・応用技能・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。多くのスポーツを実践しながら、ルールを理解することにより、見ることの楽しみにもつなげることができます。 | | | | |
| 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 応用編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 応用編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 応用編 ルールの確認・ゲーム | | | |
| 第5回目 | ソフトバレーボール 応用編①ルール及び基本技能の確認・ゲーム | | | |
| 第6回目 | ソフトバレーボール 応用編②ゲーム・総当たり戦 | | | |
| 第7回目 | キンボール (ルール及び基本技能の確認・ゲーム) | | | |
| 第8回目 | 卓球 応用編①(ルール及び基本技能の確認) | | | |
| 第9回目 | 卓球 応用編②ゲーム (リーグ戦・トーナメント戦) | | | |
| 第10回目 | ユニホック① (ルール説明・基本技能) | | | |
| 第11回目 | ユニホック② ゲーム | | | |
| 第12回目 | パドルテニス 応用編①(ルール及び基本技能の確認) | | | |

| | |
|-------|--|
| 第13回目 | パドルテニス 応用編②ラリー・ゲーム |
| 第14回目 | テニス 応用編 (ルール及び基本技能の確認・ラリー・ゲーム) |
| 第15回目 | ニチレクボール (ペタンク) ルール説明・基本技能・ゲーム |
| 第16回目 | バレーボール 応用編①ルール及び基本技能の確認 (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 応用編②6人制ゲーム |
| 第18回目 | バレーボール 応用編③6人制ゲーム |
| 第19回目 | ファミリーバドミントン 応用編① (ルール及び基本技能の確認・ミニゲーム) |
| 第20回目 | ファミリーバドミントン 応用編② ゲーム |
| 第21回目 | インディアカ 応用編①(ルール及び基本技能の確認) ゲーム |
| 第22回目 | インディアカ 応用編② ゲーム |
| 第23回目 | バドミントン 応用編① (ルール及び基本技能の確認・シングルスゲーム・ダブルスゲーム) |
| 第24回目 | バドミントン 応用編② ダブルスゲーム (リーグ戦・トーナメント戦) |
| 第25回目 | バスケットボール 応用編①(ルール及び基本技能の確認) |
| 第26回目 | バスケットボール 応用編②ゲーム |
| 第27回目 | ニュースポーツ① 1.セパタクロウ 応用編(ルール及び基本技能の確認) |
| 第28回目 | ニュースポーツ② 2.セパタクロウ 応用編 (ゲーム) |
| 第29回目 | ニュースポーツ③ 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。