

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
板倉茂樹		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、体を動かす機会というのは減少傾向にあります。しかし、健康維持には運動は不可欠です。運動を定期的・継続的に行うことでストレス解消などの効果も得られます。この授業では自身が楽しんで行えるスポーツを発見し、自ら運動を取り組む意欲を身に付けることを目標とします。				
授業の目標				
①健康の保持増進 ②体育実技Ⅰで学んだ基本技能の向上 ③一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 ④健康維持における運動の効果を実感できるようにする				
授業の方法				
スポーツの実践、ゲームが中心となる実技、学生同士による模擬指導				
学習の成果(学習成果)				
①スポーツを自身の健康の保持増進に役立てられる ②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る ③スポーツの基本技能・応用技能・基本的ルールを学べる ④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る ⑤多くのスポーツを実践することから、スポーツを観戦する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 授業の進め方、成績評価方法			
第2回目	レクリエーション、アイスブレイク			
第3回目	ドッジボール ① ルールの確認			
第4回目	ドッジボール ② ゲーム			
第5回目	ジョギング①(心拍数を用いたジョギング)			
第6回目	ジョギング② (RPEを用いたジョギング)			
第7回目	キンボール 応用編 ルールの確認 ゲーム			
第8回目	卓球 ①応用編 ルールの確認			
第9回目	卓球 ②応用編 ゲーム			
第10回目	ユニホック ①応用編 ルールの確認			
第11回目	ユニホック ②応用編 ゲーム			
第12回目	ユニホック ③ ゲーム			

第13回目	ソフトバレーボール ①応用編 ルールの確認
第14回目	ソフトバレーボール ②応用編 ゲーム
第15回目	ニチレクボール ルールの確認 ゲーム
第16回目	バレーボール ①応用編 ルールの確認
第17回目	バレーボール ②応用編 ゲーム
第18回目	バレーボール ③応用編 総当たり戦
第19回目	フットサル① ルールの確認
第20回目	フットサル② ゲーム
第21回目	インディアカ ①応用編 ルールの確認
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応用編 ルールの確認
第24回目	バドミントン ②応用編 ゲーム
第25回目	バスケットボール ①応用編 ルールの確認
第26回目	バスケットボール ②応用編 ゲーム
第27回目	バスケットボール ③応用編 総当たり戦
第28回目	ファミリーバドミントン ①応用編 ルールの確認
第29回目	ファミリーバドミントン ②応用編 ゲーム
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%	<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か

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

- ・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
- ・体育館への食べ物の持ち込み禁止と携帯電話の使用禁止・天候等の理由で種目の変更をする場合がある（その場合は事前に連絡をします）