

スポーツ論と実践Ⅱ	1年・後期	1単位	山口 重信
科目カテゴリー	人としての教養	科目ナンバリング	31220081

### 1. 授業のねらい・概要

今の日本では生活習慣病の予防・改善や平均寿命の延伸などにより、運動やスポーツ、健康への関心が高まってきている。このことから、生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現することは大変重要なものとなっている。

様々な運動の実技を経験することで、その運動特性を自身の身体で捉え、健康・体力増進について最低限の技能を身につけることができるようにする。また、自分たちで実際にスポーツを楽しむながら運動することの重要性を理解する。

### 2. 学修の到達目標

1. 様々な運動を通して体を動かすことの楽しさを知り、生涯にわたって体を動かすことの必要性や重要性を理解し、豊かなライフスタイルを形成できる資質を身につけることができるようにする。
2. 選択した実技種目のルールを理解と実践をはかる。

### 3. 授業の進め方

下記3つの運動種目を複数回実践し、それぞれの練習と試合形式での実践を行う。また、それぞれ運動種目ごとにグループを編成し、グループごとにゲームを行う場合もある。

運動種目：後期 バレーボール、バスケットボール、卓球&バドミントン

### 4. 授業計画（実習/実技）

1. 年間計画・種目開設（教室）	9. バレーボール 3(練習試合)
2. 基礎的な運動能力とグループ活動（体育館）	10. バレーボール 4(試合)
3. バドミントン&卓球 1(導入)	11. バスケットボール 1(導入)
4. バドミントン&卓球 2(練習)	12. バスケットボール 2(練習)
5. バドミントン&卓球 3(練習試合)	13. バスケットボール 3(練習試合)
6. バドミントン&卓球 4(試合)	14. バスケットボール 4(試合)
7. バレーボール 1(導入)	15. スポーツ実践論について
8. バレーボール 2(練習)	

### 5. 成績評価の方法・基準

講義への参加状況(積極性・運営等)30%，種目別活動状況 50%，課題レポート(運動実践と健康について)20%。

### 6. テキスト・参考文献

テキスト：特に指定しない

参考文献：プリント等(必要に応じて配布する)

### 7. 準備学習に必要な時間、又はそれに準じる程度の具体的な学習内容

各種目のルールを理解しておくこと。また、前回のゲームにおける勝敗の要因分析を行う。(これらの準備学修に2時間以上を必要とする)

### 8. 受講上の留意事項

授業の目的を認識し、実技を行う際には、運動にふさわしい服装で出席すること。授業がスムーズに展開できるように協力し、後片づけを怠らない。慢性的な疾病、もしくは障害によって実技部分の受講に不安のある学生は事前に先生に申し出ること。養護教諭、保健師の資格取得科目であるため、また実技を行うため、受講人数の関係上、資格取得者以外の履修は原則として行わないものとする。

### 9. 課題に対するフィードバックの方法

各運動課題での実技見本をフィードバックとする。また、チームの勝率等を活動状況等のフィードバックの一つとする。

### 10. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

選択科目となる。養護教諭、保健師の資格取得科目であるため、資格取得希望者は選択すること。

### 11. 実務経験のある教員等による授業科目

該当しない。