

科目	スポーツ I (リハ)	担当	横井 康博	履修学年	1年
時間数	90分×時限×16回(週1回)	履修区分	選択	単位数	1単位

【授業目標・到達目標】

青年期・成人期における様々な身体活動の実践を通し、生涯にわたる健康的な生活の実現のために運動(身体活動)がどのような役割を果たすかについて学ぶ。さらに、様々なスポーツ種目の中で、自分の生涯スポーツとしての種目を探し、ライフスタイルの中で取り入れられるように実践する。

【履修注意】

全出席すること。種目はテニス、バドミントンである。
各種目によって活動内容が異なる。担当教員の指示に従うこと。教職課程希望者は、必修。

【評価方法】

活動状況のほか、ある程度の技術の到達度も評価の内容として考慮する。

【試験について】

実技試験を行う。
再試験対象者の条件： 行わない。

【予習・復習】

学修時間は1単位45分が文部科学省指針である。1単位科目は90分の講義に対して45分、2単位科目は90分の講義に対して90分の自宅学習(予習、復習)が必要である。

【教科書】

【参考書】

【その他の注意事項】

【授業計画・内容】

回数	項目	内容
1	オリエンテーション	説明と種目分け(体育館)
2	基礎運動 I	グラウンド
3	基礎運動 II	体育館
4	種目ごとの活動 I (基礎練習)	テニス、ニュースポーツ
5	種目ごとの活動 II (基礎練習)	テニス、ニュースポーツ
6	種目ごとの活動 III (基礎練習)	テニス、ニュースポーツ
7	種目ごとの活動 IV (基礎練習)	テニス、ニュースポーツ
8	種目ごとの活動①(応用練習)	テニス、ニュースポーツ
9	種目ごとの活動②(応用練習)	テニス、ニュースポーツ
10	種目ごとの活動③(応用練習)	テニス、ニュースポーツ
11	種目ごとの活動④(応用練習)	テニス、ニュースポーツ
12	ゲーム中心の活動1	テニス、ニュースポーツ
13	ゲーム中心の活動2	テニス、ニュースポーツ
14	ゲーム中心の活動3	テニス、ニュースポーツ
15	ゲーム中心の活動4	テニス、ニュースポーツ
16	実技試験	種目ごとの実技試験