

体育B		実習	准教授 山口 重信
科目カテゴリー	国際ビジネス学科の教養選択科目 教職科目	科目ナンバリング	22200124 25100103

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みながら運動することの重要性を理解する。

2. 授業の進め方

下記4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：バレーボール、バスケットボール、ソフトバレーボール、バドミントン

3. 授業計画

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. ソフトバレーボール&バドミントン1(導入)	11. バスケットボール1(導入)
4. ソフトバレーボール&バドミントン2(練習)	12. バスケットボール2(練習)
5. ソフトバレーボール&バドミントン3(練習試合)	13. バスケットボール3(練習試合)
6. ソフトバレーボール&バドミントン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. スポーツと健康について
8. バレーボール2(練習)	

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

各種目の基本動作及び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。（これらの予習復に2時間以上を必要とする。

5. 課題（試験やレポート等）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。

6. 授業における学修の到達目標

各実技内容の基本的な実践及びゲームができるようになる。スポーツと健康についての関連が考察でき、実践するための基本的な知識を身に着けている。

7. 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%。

8. 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)

9. 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。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無
該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。