

科目群	科目区分等	科目名	担当教員名	対象学年次	学期
共通基礎	1単位 保健体育	身体運動	清水 将之	1年次	春

授業のキーワード	身体 心 健康 動かす
授業の概要	本学で学ぶ学生のライフステージにおいて、運動やスポーツの習慣は不可欠です。より望ましいライフスタイルを確立するため、様々なスポーツ種目を実践します。
期待される学習成果（目標）	身体や心を動かし、より健康な状態を獲得するきっかけを作ります。

授業展開

	テーマ	内 容		テーマ	内 容
第1講	オリエンテーション	授業の進め方、成績評価の方法、健康状態調査、質疑応答、体育館の使用方の説明。	第9講	バドミントン(4)	ウォーミングアップ、対戦ゲームの実践。
第2講	ソフトバレーボール(1)	ウォーミングアップ、チームわけ、導入・基礎練習。	第10講	バドミントン(5)	ウォーミングアップ、対戦ゲームの実践。
第3講	ソフトバレーボール(2)	ウォーミングアップ、チームわけ、ルール説明、簡易ゲームの実践。	第11講	バスケットボール／バレーボール(1)	ウォーミングアップ、バスケットボール又はバレーボールから実施します。導入・基礎練習。
第4講	ソフトバレーボール(3)	ウォーミングアップ、簡易ゲームの実践。	第12講	バスケットボール／バレーボール(2)	ウォーミングアップ、バスケットボール又はバレーボールから実施します。簡易ゲームの実践。
第5講	ソフトバレーボール(4)	ウォーミングアップ、対戦ゲームの展開。	第13講	バスケットボール／バレーボール(3)	ウォーミングアップ、バスケットボール又はバレーボールから実施します。簡易ゲームの実践。
第6講	ソフトバレーボール(5) バドミントン(1)	ウォーミングアップ、ダブルスの導入・基礎練習、ルール説明、簡易ゲームの実践。	第14講	レクリエーション	レクリエーションを実践します。
第7講	バドミントン(2)	ウォーミングアップ、ダブルスの導入・基礎練習、ルール説明、簡易ゲームの実践。	第15講	まとめ	振り返りを実施します。
第8講	バドミントン(3)	ウォーミングアップ、簡易ゲームの実践。	定期試験		
評価方法	授業貢献点：70点 授業態度点：30点（3回以上欠席の学生は減点します） ※運動を制限されている学生は相談に応じます。				
使用する教科書（必ず購入してください）			参 考 文 献		
なし			なし		