

講義名称	身体運動	担当教員名	上村 孝司
科目群	教養科目 (LA) CA1・DI1・DI2		
科目区分等	体育 (PE)	単 位	1
対象学年次	2年・秋学期	ナンバリング	

授業のキーワード	体力・運動能力, 健康, スポーツ
授業の概要	様々なスポーツを楽しみながら実践することで, 健康の保持増進, 体力・運動能力の向上に向けた意識や態度を習得する.
期待される学習成果 (目標)	スポーツの楽しさ, 爽快さを学習するとともに, より健康な状態を獲得するきっかけを作る.

#### 授業展開

回	テーマ	内 容
1	オリエンテーション	授業について, 成績評価方法などの説明. 自身の健康について.
2	身体の使い方①	個人、ペア、グループにて身体の使い方やグループワークでの動きを 実践
3	身体の使い方②	個人、ペア、グループにて身体の使い方や様々な運動を実践
4	ドッジボール①	導入・基礎練習, ルールの確認, ミニゲームの実践.
5	ドッジボール②	実戦形式のゲームを実践.
6	バレーボール①	基本的動作とゲーム・ルールの理解
7	バレーボール②	ルールの確認, ゲームの実践.
8	バドミントン・卓球①	基礎練習, ミニゲームの実践, 実戦形式のゲームを実践.
9	バドミントン・卓球②	シングルス、ダブルスでの試合の展開と運営
10	フットサル①	導入・基礎練習, ルールの確認, ミニゲームの実践. 実戦形式のゲーム を実践.
11	フットサル②	基礎練習, ミニゲームの実践, 実戦形式のゲームを実践.
12	バスケットボール①	導入・基礎練習, ルールの確認, ミニゲームの実践.
13	バスケットボール②	実戦形式のゲームを実践.
14	バスケットボール③	リーグ戦を実践.
15	まとめ	授業のまとめと振り返り.

定 期 試 験	テーマごとに実技の習得状況を確認します. 期末試験は実施しません.
授 業 時 間 外 学 習	常日頃から運動に関しての支店を持ち、運動をする習慣を身につけましょう.
評 価 方 法	実技評価 (60%), 授業への取り組み (40%).
使用する教科書 (必ず購入してください)	なし.
参 考 文 献	なし.