

科目区分	基礎分野	授業科目	保健体育 I
講師名	竹田 唯史	実務経験の有無	無
単位数 (時間)	1 単位 (15 時間)	開講年次	1 年次 前期
<p>目的： 体力の保持・増進を図ると同時に生涯にわたる健康増進の方法を身につける。 集団行動をとることにより、集団力学の理解が深まる。</p> <p>目標： 1) スポーツを通し、集団行動をとることで集団力学が理解できる。 2) 体力の保持・増進を図ることができる 3) 健康づくりや運動の重要性について理解できる</p>			
回	時間	講義内容	
1	2	オリエンテーション	授業内容や展開方法・評価に関するガイダンス。体力測定。
2	2	バドミントン・卓球	バドミントン・卓球の特質について理解し、グループ内で協力しながら、技術・戦術能を高める
3	2		
4	2		
3	2	バレーボール	バレーボールの特質について理解し、グループ内で協力しながら、技術・戦術能を高める
4	2		
5	2	ドッチボール	ドッチボールの特質について理解し、グループ内で協力しながら、技術・戦術能を高める
6	2		
7	2	貯筋運動	貯筋運動について理解し、実施する。
8	1	まとめと振り返り	これまでの学習内容の振り返り
講義方法	実技		
評価方法	授業への積極的参加(意欲・態度)：60点 授業に関する知識・理解：20点 技能：20点 * 欠席1回につき10点減点、見学は5点減点(特別な事情は考慮する) 服装・靴は運動にふさわしい準備をする。(運動に不適切な服装・靴の場合は1回につき5点減点)		
テキスト	なし		
備考	新型コロナウイルス感染症の状況によっては実技ではなく遠隔授業となる場合もあります。		