

(科目コード : 5000120072Y5)

【改訂】第31版(2013-03-21)

【科目】保健・体育

【科目分類】一般科目 【選択・必修の別】必修 【学期・単位数】通年・2単位

【対象学科・専攻】5組 2年

【担当教員】前期：佐藤 孝之  
後期：佐藤 孝之

【授業目標】

健康・安全や運動についての理解を深め、計画的に運動する習慣を育てるとともに健康の増進と体力の向上を図り、明るく豊かで活力ある生活を営む態度を育てる。  
各種スポーツの実践を通して、運動技能を高め、強健な心身の発達を促すとともに、公正、協力、責任などの態度を育て、生涯を通じて継続的に運動ができる能力と態度を身につける。

【教育方針・授業概要】

一般的なスポーツ種目を実践し、基本的技術の習得とゲームを通してルールを理解する。  
心身ともに発達が著しい青年期に、生涯を通して健康で明るく生活するための基礎を作る。

【成績評価方法】

[前期] 授業の取り組み方や、自己の能力に適した課題への到達度および、その内容から評価する。  
[後期] 授業の取り組み方や、自己の能力に適した課題への到達度および、その内容から評価する。

【授業計画】(保健・体育)

回数	授業の主題	内容	レポート	宿題
1	オリエンテーション	今年一年間の授業内容の説明および、諸注意		
2~4	スポーツテスト	運動能力テストを実施し、自己体力の把握		
5~8	ソフトボール	基本的技術の習得とゲームを通してルールを理解する		
9~12	球技大会の練習出	出場する種目に分かれ、練習および試合をおこなう		
13~15	水泳	基本的な泳法や水中スポーツについて学び、その技能を高める		
16~19	バレーボール	基本的技術の習得とゲームを通してルールを理解する		
20~23	アルティメット	基本的技術の習得とゲームを通してルールを理解する		
24~27	サッカー・テニス	基本的技術の習得とゲームを通してルールを理解する		
28~30	バスケットボール	基本的技術の習得とゲームを通してルールを理解する		