

履修コード/科目名称	195201 / 健康・スポーツ実習		
開講年度	2016年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	村松 誠 (ムラマツ マコト)		
副担当教員氏名(カナ)	秋田 浩一 (アキタ コウイチ) 坂尾 知昭 (サカオ トモアキ)		

履修コード/科目名称	195201 / 健康・スポーツ実習 (ハンドボール)		
開講年度	2016年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	村松 誠 (ムラマツ マコト)		

授業概要	人が健康に生活する為には身体活動が欠かせない。そのためには、仲間、場所、指導者などが大切と言われる。以上を踏まえ、健康スポーツ実習では運動の大切さを学び、実践を通して、スポーツに対する興味・関心・態度を養うものである。また、スポーツマンシップは、生活の中での文化的価値を持つものとされることから、将来の社会生活に役立つものと考えられる。これを理解し、身に付け、実践が出来るようにする。		
到達目標(ねらい)	ハンドボール競技を教材とし、その基礎技術、戦術、ルール等を理解し。他の参加者と協力してゲーム運営が出来るようになることを目標とする。このために、練習法、審判法などを学び、準備や後片付けなど、主体的、自主的な活動が安全に出来ることを目標とする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション	
	第2回	パス、キャッチとシュート	
	第3回	基本的なルールとリードアップゲーム	
	第4回	ボール操作とゲーム	
	第5回	対人技術とゲーム	
	第6回	審判法とゲーム	
	第7回	速攻法とゲーム	
	第8回	集団技術とゲーム	
	第9回	リーグ戦1	
	第10回	リーグ戦2	
	第11回	リーグ戦3	
	第12回	リーグ戦4	
	第13回	リーグ戦5	
	第14回	リーグ戦6	
	第15回	全体的まとめ	
準備学習	参加にあたり、体調管理に十分配慮をしてください。		
履修上の留意点等	動きやすいスポーツ服装とスポーツシューズを準備してください。また、ボールを手で扱うため、危険を回避できるように手の爪を短く切っておいてください。		
成績評価の方法	70%	平常点	
	30%	総合評価	
	平常点に重きを置くが、これは授業内容に対する、興味・関心・態度を重要視し、ゲームへの参加、協力度を評価対象の重要事項とする。		
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	新しい種目であるため、説明部分を十分に行っていく。		
関連リンク			

履修コード/科目名称	195201 / 健康・スポーツ実習 (卓球)		
開講年度	2016年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	秋田 浩一 (アキタ コウイチ)		

授業概要	この授業は、卓球の基本技術を学習した後、シングルス、そしてダブルスの順にゲームを展開する。		
到達目標(ねらい)	上記の過程で卓球というスポーツへの理解を深めてもらい、生涯スポーツの基礎を築いてもらうことを目的とする。		
授業スケジュール	第1回	オリエンテーション、授業内容と服装等の説明	
	第2回	ラケットイング、ネットの張り方の学習、フォアハンドの基本形	
	第3回	フォアハンドドライブ、フォアハンドゲーム	
	第4回	フォアハンドドライブのショート、ロングの打ち方。シングルスゲーム	
	第5回	バックハンドショートの打ち方。バックハンドゲーム	
	第6回	カットの打ち方、返球の方法。カット&カット、シングルスゲーム	
	第7回	カット&ドライブリターン、シングルスゲーム	
	第8回	スマッシュ(3球目)、シングルスゲーム	
	第9回	シングルスゲーム	
	第10回	ダブルスゲームの行い方。ダブルスゲームの練習	
	第11回	ダブルスゲーム	
	第12回	ダブルスゲーム	
	第13回	ダブルスゲーム	
	第14回	スキルテスト	
	第15回	まとめ	
準備学習	特になし		
履修上の留意点等	服装は、一般的な運動服とするが、必ず体育館シューズを用意すること(土足厳禁)。土足の場合は授業を受けることは出来ない。		
成績評価の方法	80%	平常点	
	20%	出席	
	評価は平常点80%、実技点20%とする。実技点は実技テストにて判定する。		
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	初心者でもサーブ & レシーブができて、さらにラリーが続くように指導したい。卓球の楽しさを伝えたい。		
関連リンク			

履修コード/科目名称	195201 / 健康・スポーツ実習（室内球技）		
開講年度	2016年	開講曜日・時限	水・3
担当教員氏名(カナ)	坂尾 知昭 (サカオ トモアキ)		

授業概要	室内球技の特性を把握し、運動の実践を通して身体能力を身につける。また、集団での活動や表現等を通してコミュニケーション能力を育む。		
到達目標(ねらい)	本講義では、バレーボール・バスケットボール・バトミントン等の室内で行なわれる種目を教材とし、そこで用いられる身体運動等を学習する。基本的に毎時間ゲームを行い、各種目特有の技術・戦術の体得、体力の維持増進、身体運動の楽しさの体感を主なねらいとする。		
授業スケジュール	第1回	ガイダンス	
	第2回	バスケットボール	
	第3回	バスケットボール	
	第4回	バスケットボール	
	第5回	バスケットボール	
	第6回	バレーボール	
	第7回	バレーボール	
	第8回	バレーボール	
	第9回	バレーボール	
	第10回	バトミントン	
	第11回	バトミントン	
	第12回	バトミントン	
	第13回	バトミントン	
	第14回	学生の希望によって決定する	
	第15回	学生の希望によって決定する	
準備学習	各スポーツのルール確認		
履修上の留意点等	授業出席を重視します。遅刻や欠席をせず、且つ積極的に運動することを心がけてください。運動に適した一般的なスポーツウェアを着用し、凹凸の少ないフラットなソールの“清潔な”室内用シューズで受講してください。		
成績評価の方法	80%	平常点	
	20%	授業態度等	
	出席を重視し、運動参加への積極性などを総合的に評価する。出席点は評点の80%とし、遅刻や欠席の減点法で計算する。その他、運動参加への意欲、積極性、協調性、受講態度等を加点評価する。		
教科書/テキスト			
参考書			
学生による授業アンケート結果等による授業内容・方法の改善について	前年度、「学生による授業アンケート」の自由記述に「各種目でもっと多くの試合をしたい」との要望をもらった。本年度に関しては、試合数の増加に重点を置き学生の運動意欲を高める工夫を予定している。		
関連リンク			