

授 業 名 科 目 名	健康運動科学実践論	授 業 形 態	演 習 ・ 実 習
		配 当 学 期	1年（後期）
担 当 教 員 名	島本 裕士	単 位 数	1単位
		時 間 数	30時間
授 業 概 要 学 習 目 標	<p>〔授業概要〕</p> <p>団体スポーツにおける技術向上に向けた指導方法の学習。 スポーツを通じた相互コミュニケーション能力の育成。</p> <p>〔学習目標〕</p> <p>運動能力向上に向けて、適切な運動指導ができる。 競技者のモチベーションを向上させることができる。 運動プログラムの設定、評価ができる。</p>		
授 業 回 数	授 業 内 容		
第 1 回	ソフトボール(雨天時シッティングバレー)		
第 2 回	ソフトボール(雨天時シッティングバレー)		
第 3 回	ソフトボール(雨天時シッティングバレー)		
第 4 回	ソフトボール(雨天時シッティングバレー)		
第 5 回	ソフトボール(雨天時シッティングバレー)		
第 6 回	サッカー(雨天時卓球)		
第 7 回	サッカー(雨天時卓球)		
第 8 回	サッカー(雨天時卓球)		
第 9 回	サッカー(雨天時卓球)		
第 10 回	サッカー(雨天時卓球)		
第 11 回	大会形式による競技の実際①		
第 12 回	大会形式による競技の実際②		
第 13 回	大会形式による競技の実際③		
第 14 回	大会形式による競技の実際④		
第 15 回	大会形式による競技を終えて、振り返り・まとめ		
評 価 方 法	実技試験で評価する（100%）		
教 科 書 参 考 図 書	〔教科書〕 なし		
	〔参考図書〕 なし		
履 修 上 の 留 意 点	真剣に取り組みましょう。 トレーニングウェア上下(トレパン・トレシャツ)(夏場は短パン、Tシャツ)と運動靴の準備。 講堂を利用する機会も多々であるので体育館シューズ(講堂専用運動靴)も準備すること。		
メ ッ セ ー ジ	怪我をすることがないように、頑張りましょう。		