

授業科目名	スポーツ実習	担当教員	嘱託講師 木原 勇夫
開講年次・学期	1年前期	必修/選択	必修
開講形態	実習	時間数/単位数	1単位
授業概要			
<p>各種スポーツを中心とした諸々の身体活動を体育館および屋外運動場で実践する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 体 育 館：ソフトバレーボール，インディアカ，バドミントン，卓球，ストレッチング，縄とび他 ・ 屋外運動場：ウォーキング，テニス，ソフトボール，サッカー他 			
G I O（一般目標）			
<p>各種のスポーツ実践を通して，運動と健康との関わりを理解するとともに，自ら健康関連体力を向上させることを目標とする。又，生涯にわたって適切な身体運動を継続させることにより，生活習慣病をはじめ身体機能低下の予防に役立てる方策を学ぶ。</p>			
S B O（行動目標）			
<ul style="list-style-type: none"> ・ 自らの健康関連体力を知る ・ 各種スポーツの基礎知識や基本技能を身につける ・ 安全にしかも楽しく実践することにより，心身に好影響を与えることの再認識 ・ 運動療法としての処方法を習得する 			
成績評価の方法			
出席の状況および授業への取り組み方などを総合して評価する。			
教科書・参考書・視聴覚・その他の教材			
<p>準備品</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ トレーニングウェア上・下 ・ トレーニングシューズ屋内用・屋外用 			
オフィスアワー			
適宜			
コア・カリとの関連			