

| | | | |
|----------|--|------|-------------------|
| 授業科目名 | 保健体育 | 担当者 | 村上 聡美 三賀森 敏幸 |
| 単位 | 1単位 | | 齊藤 雅記 |
| 時間数 | 45時間 | 学年 | 1年次 |
| 授業形態 | 講義・実技 | 開講時期 | 前・後期 |
| 授業の到達目標 | 1. 体験学習を通して豊かな人間関係を築くことができる活動の機会を提供し、クラスづくりに生かすことができる。 2. 人間にとって身体運動の意義や健康と運動の関わりを知的に理解できる。 3. 身体運動の実技を通して運動する喜びを体験し併せて生涯にわたって日常的にスポーツを個人の健康や運動能力に応じて実践する態度や技術を養うことができる。 | | |
| 授業の概要 | 1. 理論 1) 競技スポーツが国際交流に果たした役割(バレーボールを中心に) 2) 有酸素運動が健康に及ぼす効果 3) AFTY (Adventure Friendship Program in Yamaguchi) 2. 実技 1) 競技スポーツ(バレーボールを中心に) 2) 体験学習 | | |
| 授業計画 | 1. 研修 2. バレーボール | | |
| テキスト | なし | | |
| 評価の方法・基準 | 出席状況 レポートによる評価 | | |