

授業科目 スポーツ・健康

【担当教員名】 埴 佐敏 他	対象学年	1	対象学科	理学・作業・言語・義肢・健栄・スポ・社会・看護・情報
	開講時期	前期・後期	必修・選択	必修
	単位数	1	時間数	30

【概要・一般目標：GI0】
生涯にわたって自らの心身の安定を図るため、ストレッチング、軽度の筋力トレーニング等を体験するとともに、医療・福祉・保健のQOLサポーターとしての資質向上を目指し、障害者スポーツ及びニュースポーツの実践を通してスポーツとのかかわり方を学習する。

- 【学習目標・行動目標：SBO】
1. 医療・福祉・保健のプロフェッショナルとして、自らのスポーツ・運動の必要性について理解する
 2. ストレッチングや軽度の筋力トレーニングの実施の仕方を理解し、自分にあった内容や方法を体得する
 3. 施設・用具・器具の使い方を理解し、安全に留意してセッティングや後始末を協力しておこなう
 4. 個人の能力に応じて、みんなでゲームを楽しむためのルールを考え、ゲームの進め方を理解する

回数	授業計画・学習の主題	SBO 番号	学習方法・学習課題 備考・担当教員
1	オリエンテーション、本講座のねらい、授業の進め方、スポーツや健康の総括的な意義、ストレッチングの方法理解		講義・実技
2	準備運動、ソフトバレーボールの基本と練習方法の理解、グルーピング、簡易試合		講義・実習
3	準備運動、ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦1		講義・実習
4	準備運動、ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦2		講義・実習
5	準備運動、ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦3		講義・実習
6	準備運動、ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦4		講義・実習
7	準備運動、ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦5		講義・実習
8	車椅子バスケットボールの基本と練習方法の理解、グルーピング、簡易ゲーム		講義・実習
9	準備運動、車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦1		講義・実習
10	準備運動、車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦2		講義・実習
11	準備運動、車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦3		講義・実習
12	準備運動、車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦4		講義・実習
13	準備運動、車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦5		講義・実習
14	準備運動、車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦6		講義・実習
15	個人、グループ、全体総括、授業評価		講義

【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格 他>
教科書 (必ず購入する書籍)				
参考書	健康と運動の科学	九州大学健康科学センター	大修館	1998・2,400円
その他の資料	A4版体育用個人ファイル			

【評価方法】 出席状況、授業態度、レポート等を参考に総合的に評価する	【履修上の留意点】 ・施設使用の状況により、ソフトバドミントンと車椅子バスケットボールの順序を入れ替えることがある。
---------------------------------------	---