

授業科目 スポーツ・健康

【担当教員名】 高橋 和将 他	対象学年	1	対象学科	理学・作業・言語・義肢・臨床・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

【カリキュラムポリシーとの関連性】				
知識・理解	思考・判断	関心・意欲	態度	技能・表現
◎	○	◎	○	◎

【概要・一般目標：G10】
生涯にわたって自らの心身の安定を図るための素養として、スポーツ・運動の必要性を実践を通して学び、あわせて運動の習慣化を図る。また、QOL サポーターとしての資質向上を目指し、車椅子バスケットボールを体験することで、アダプテッドスポーツについての理解を深める。

【学習目標・行動目標：SBO】

1. 保健・医療・福祉・スポーツ分野の専門職として、自らのスポーツ・運動の必要性について理解する。
2. 車椅子バスケットやソフトバレーボールを通し、QOL サポーターとしてのスポーツの楽しみ方を学ぶ。
3. 種目に応じたストレッチングの有効性を理解する。
4. 施設・用器具の使い方、およびトレーニングセンターの安全な利用法を理解する。

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、スポーツ・運動の総括的な意義、ストレッチング	1	講義・実習
2	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、ミニゲーム	2・3・4	講義・実習
3	ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
4	ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
5	ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
6	ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
7	ソフトバレーボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
8	トレーニングセンター利用講習会	4	講義・実習
9	アダプテッドスポーツについて、競技用車椅子の操作、グルーピング	2・3・4	講義・実習
10	車椅子バスケットボール・基本と練習方法の理解、ミニゲーム	2・3・4	講義・実習
11	車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
12	車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
13	車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
14	車椅子バスケットボール、グループ練習、リーグ戦	2・3・4	講義・実習
15	まとめ	1	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				
その他の資料				

【評価方法】 出席状況、授業態度、レポート等に総合的に評価する	【履修上の留意点】 運動できる服装、室内用シューズを用意すること クラスにより、ソフトバレーボールと車椅子バスケットボールの順序が入れ替わることがある
------------------------------------	---