

2025年度 講義要項（授業計画）

				実務経験のある教員等による授業科目		☐	
科目名	保健体育			担当講師	岩田 知大		
分野	基礎	授業方法	講義・実技	実務経験			
単位数	2 単位	時 間	30 時間	学 年	3年次	学 期	前期
概 要	〔実技〕楽しく練習やゲームを行い、生涯を通してスポーツに親しむ態度を身につける。 〔理論〕年齢による身体の変化、体温、体液の水分量、血糖等の工場制とその維持による健康の保持、運動による生理的機能の高まり等を理解する。						
到達目標	1. スポーツを行う事で他者とのコミュニケーションの重要性を理解する。 2. スポーツの目的とルールを理解する。 3. からだの動きを理解する。 4. スポーツの楽しさを理解する。						
回	授 業 計 画 ・ 内 容						
1	運動処方の手順、ストレッチ、体カトレーニング						
2	基礎技術（バドミントン）						
3	基礎技術（ドッジビー）						
4	基礎技術（ドッジビー）						
5	基礎技術（バレーボール）						
6	基礎技術（バレーボール）						
7	基礎技術（ドッジビー）						
8	基礎技術（ドッジビー）						
9	基礎技術（ウォーキング）						
10	基礎技術（ウォーキング）						
11	基礎技術（ドッジビー）						
12	基礎技術（ドッジビー）						
13	基礎技術（ドッジビー）						
14	基礎技術（ドッジビー）						
15	基礎技術（ドッジビー）						
評価方法	レポート（100%）						
教科書	なし						
参考書	なし						
備 考	実技では、ケガに十分注意すること						