

科目名	スポーツの実技	科目分類	□専門科目群 ■総合科目群		
			全学科	□必修 ■選択	
			学科	□必修 □選択	
英文表記	Practice of Sports	開講年次	■1年 □2年 □3年 □4年		
		開講期間	□前期 □後期 ■通年 □集中		
ふりがな	なかざわ しょう	実務家教員担当科目		修得単位	2単位
担当者名	中澤 翔	実施方法	■対面のみ □遠隔のみ □対面・遠隔併用		
授業のテーマ	「生涯スポーツ」の礎を築くことができるように、積極的に基礎体力運動や各種スポーツに取り組む。				
到達目標	健康な心身の獲得とともに、自身に適した「生涯スポーツ」を模索する。				
授業概要	施設用具の整ったスポーツ種目（バドミントン、バレーボール、バスケットボール、フットサル、卓球、トレーニング、その他）の中から受講生が主体的に選択したスポーツ種目をゲーム中心に実践する。また、各種スポーツのルールを理解した上で、スポーツ時における安全管理法についても習得する。なお、ゲーム中心に実践するため、施設の関係や選択者が少なくチーム編成ができない場合には、実施種目を制限することもある。				
授業計画					
第1回	オリエンテーション、種目選択発表、準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第17回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第2回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第18回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第3回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第19回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第4回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第20回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第5回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第21回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第6回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第22回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第7回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第23回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第8回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第24回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第9回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第25回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第10回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第26回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第11回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第27回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第12回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第28回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第13回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第29回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第14回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第30回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム		
第15回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム	第31回	筆記試験		
第16回	準備・整理運動、各種基礎体力運動、選択種目ゲーム				
授業時間外の学習	実施するスポーツ種目のルールを予習する。また、映像や参考文献を通じて特性や本質を理解する。				
履修条件 受講のルール	スポーツ活動に適した服装（ジャージ上下）と履物（体育館用シューズ等）を準備すること。携帯電話は使用不可とする。				
テキスト	特に使用しない。				
参考文献・資料	『観るまえに読む大修館スポーツルール』大修館書店				
成績評価の方法	受講態度（服装、グループ・ゲーム活動状況、意欲、等）を重視し、試験（授業中の実技テスト、筆記）と併せて総合的に評価する。総合評価は、受講態度60%、試験40%とする。 ※出席回数が規定に満たなかった場合及び授業料その他納入金等の全額を納めていない場合は試験を受けることができません。				

オフィスアワー	毎週火・木曜日 12:20~12:50
成績評価の基準	秀(100~90点)、優(89~80点)、良(79~70点)、可(69~60点)、不可(59点以下)
実務経験及び実務を活かした授業内容	
学生へのメッセージ	体を動かすことによって爽快感・達成感・他者との連帯感、精神的な充足を図り、さらには、体力の向上・生活習慣病の予防など、心身両面にわたる健康の保持増進に繋げることができます。授業を通して、「生涯スポーツ」の礎を築きましょう。