

科目名	健康スポーツ I						
授業形態	履修形態	単位数	年次	開講期			
実技	選択	1	1年次	前期			
担当者名	弘中 陽子	関連する資格	幼稚園教諭二種免許 保育士資格 健康スポーツ I～IIIの中から 1 単位以上必修				
<b>授業概要</b> スポーツは私たち人間にとって、肉体的にも精神的にもさらに、人との繋がり、仲間づくりといったコミュニケーションの促進にも有益であると言われている。本講義では、「だれもが、いつでも、どこでも、気軽に参加できる」スポーツをテーマに、今まで経験したことのある身近で、親しみのあるスポーツ活動を仲間と共に楽しみながら主体的に取り組むことを目的とする。							
<b>到達目標</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・準備から後片付けに至るまで、何事にも主体的に取り組むことができる。</li> <li>・他の受講生にも、積極的に関わりをもち、からだを動かす楽しさや心地よさを仲間と共に共有することができる。</li> <li>・健康で、豊かな生活が送れるよう、生涯を通じて楽しく、心地よくスポーツ活動を実践するための方法を見つける。</li> </ul>			<b>成績評価方法</b> 授業態度・参加度 授業外レポート				
評価項目	評価基準						
	知識理解	思考判断	関心意欲	技能表現	態度	その他	評価割合 (%)
定期試験（中間・期末）							
小テスト、授業内レポート							
宿題、授業外レポート	○	○	○				20
授業態度・授業参加度	○	○	○	○	○		60
プレゼンテーション							
グループワーク		○	○	○	○		20
演習							
実習							
授業計画と概要					アクティブラーニング		
1)オリエンテーション（受講上の注意・評価方法など）							
2) ソフトバレーボール①							

3) ソフトバレーボール②	
4) バスケットボール①	
5) バスケットボール②	
6) バドミントン①	
7) バドミントン②	
8) 卓球①	
9) 卓球②	
10) ドッジボール①	
11) ドッジボール②	
12) ニュースポーツ（フリーテニス・ペタンク・ラダーゲッター）	
13) スポーツ大会の企画	グループ活動
14) スポーツ大会の練習	グループ活動
15) スポーツ大会・授業のまとめ（レポート説明）	
授業外学習	
普段の生活の中でからだを動かすこと（スポーツ活動・身体活動）を取り入れてみましょう。	
テキスト、参考書、教材	関連する科目
なし	健康スポーツⅡ
備考	
担当教員：弘中陽子 hironaka@ube-c.ac.jp	