

科目区分	教養科目	授業科目名	生涯スポーツA			科目コード	23S013	担当者	宮崎 美保			担当形態	単独
対象学科・コース	生活創造学科 栄養士コース	配当年次	1年次	開講学期	前期	単位数	1	必修・選択の別	選択	免許・資格要件			
授業形態	演習	履修条件									教育職員免許法施行規則に定める科目区分等	科目区分	
実務の経験を有する教員担当科目		該当	実務の経験内容及び科目との関連		高等学校の教員として勤務経験があり、現在も中学校外部指導者として部活動の指導や地域の子供たちスポーツ指導を行っている。この経験を生かして学生に合った実技指導を行う。						科目に含めることが必要な事項		

授業の主題	生涯の推進や現状などを把握し、今後の生活設計を考え生涯にわたって自主的にスポーツを楽しみながら健康保持していけるようになることを目標とする。	課題等への対応 (フィードバックの方法等)	提出されたレポート採点し、コメントをつけて返却する。
授業の方法	必要に応じて配布資料を使用し、個人・グループでの実技を行う。	アクティブ・ラーニングの実施方法	アダプテーションゲームなどを取り入れ学生が自ら考え活動していく方法を用いる。

回数	授業計画	事前・事後学修	回数	授業計画	事前・事後学修	
第1回	オリエンテーション (コーディネーショントレーニング)	ストレッチで可動域を広げる	第9回	新体操 (フープ)	ストレッチで可動域を広げる	
第2回	ソフトバレーボール (ルール・フォーメーション)	ソフトバレーボールのルールを予習すること ストレッチで可動域を広げる	第10回	新体操 (ボール)	ストレッチで可動域を広げる	
第3回	ソフトバレーボール (サーブ)	ストレッチで可動域を広げる	第11回	新体操 (クラブ)	ストレッチで可動域を広げる	
第4回	ソフトバレーボール (レシーブ・トス)	ストレッチで可動域を広げる	第12回	新体操 (リボン)	ストレッチで可動域を広げる	
第5回	ソフトバレーボール (アタック)	ストレッチで可動域を広げる	第13回	新体操 (団体 フープ)	ストレッチで可動域を広げる	
第6回	ソフトバレーボール (三段攻撃)	ストレッチで可動域を広げる	第14回	新体操 (団体 フープ)	ストレッチで可動域を広げる	
第7回	ソフトバレーボール (ゲーム展開と作戦)	ストレッチで可動域を広げる	第15回	新体操 (団体 フープ)	ストレッチで可動域を広げる	
第8回	ソフトバレーボール (ゲーム展開と作戦)	ストレッチで可動域を広げる			事前・事後 学修時間 (分/授業1回)	45分/授業1回

教科書 [書名/著者名/出版社]	教科書は使用しない。授業ごとに教員が作成した紙媒体の資料を配布する。	受講生への メッセージ	あなたはスポーツをしていますか？快適な生活をおくるために欠かせないスポーツをみなさんと楽しくやりたいと思っています。苦手な人も大丈夫、一緒にいい汗をかきましょう。
参考書 [書名/著者名/出版社]	なし		

