

科目区分	教養科目	授業科目名	生涯スポーツB			科目コード	24S017	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	後期	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。それぞれのスポーツのルール・基本的な技術を深め試合等ができる技能を習得する。	課題等への対応 (フィードバックの方法等)	提出された学習記録・課題等、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	バドミントン オリエンテーション	ストレッチで可動域を広げておくこと	第9回	エアロビクス（初級1） オリエンテーション	ストレッチで可動域を広げておくこと	
第2回	バドミントン（ゲームの運営法・ルール確認）	バドミントンのルールを予習すること ストレッチで可動域を広げるおくこと	第10回	エアロビクス（初級2）	エアロビクス（初級1）を練習しておくこと ストレッチで可動域を広げるおくこと	
第3回	バドミントン（ドロップ）	ストレッチで可動域を広げておくこと	第11回	エアロビクス（初級3）	エアロビクス（初級2）を練習しておくこと ストレッチで可動域を広げるおくこと	
第4回	バドミントン（ドライブ）	ストレッチで可動域を広げておくこと	第12回	エアロビクス（中級1）	エアロビクス（初級3）を練習しておくこと ストレッチで可動域を広げるおくこと	
第5回	バドミントン（ヘアピン）	ストレッチで可動域を広げておくこと	第13回	エアロビクス（中級2）	エアロビクス（中級1）を練習しておくこと ストレッチで可動域を広げるおくこと	
第6回	バドミントン（スマッシュ）	ストレッチで可動域を広げておくこと	第14回	エアロビクス（中級3）	エアロビクス（中級2）を練習しておくこと ストレッチで可動域を広げるおくこと	
第7回	バドミントン（ゲーム展開と作戦）	ストレッチで可動域を広げておくこと	第15回	エアロビクス（中級4）	エアロビクス（中級3）を練習しておくこと ストレッチで可動域を広げるおくこと	
第8回	バドミントン（ゲーム展開と作戦）	ストレッチで可動域を広げておくこと			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		

