

保健体育

1. 授業の目的(授業のねらい)

身体発達の成熟・完成期にある大学生として、大筋群を用いた直接的身体経験であるスポーツという文化を理解し、健康の保持と増進、身体能力の維持と向上を目指し、活力ある大学生活と生涯スポーツの基盤形成を図る。そしてスポーツへの積極的な取り組みや種々グループ活動を通して協同学修を促進するとともに、コミュニケーション能力(言語的、非言語的)やリーダーシップ・フォロアシップ、社会性(協調と協同、ルールやマナーの遵守、「相互性」の形成)など、ディプロマポリシーに掲げる資質や能力を育成する。

2. 到達目標(育成する資質・能力)

- ① 授業全般を通してスポーツ・身体活動の社会・文化的意義を理解する。
- ② 実技を通して生涯にわたるスポーツ実践の意義を理解するとともに楽しさや充実感、活動後の達成感や安寧感を味わうことによって実践への意欲が高まる。
- ③ 健康や体調に関心を持ち、これを自己管理しながらコンディションを整えて授業に臨む事ができる。
- ④ 行動体力、サイバネティクス系体力の維持、向上。
- ⑤ ゲームに必要な基礎的・応用的技能を修得し、ルールやマナー、そして基本的戦術を理解してプレーができる。
- ⑥ 練習やゲーム、待機時間を通して教員と学生、および学生相互のコミュニケーションや相互性が高まり、ソーシャルスキルが向上する。
- ⑦ 学生リーダーの指導によって主体的・自主的にゲームや練習を行い、チームワークが向上する。

3. 授業内容・方法(シラバス)

- ・球技種目を中心に、学生の希望に沿ったクラス編成を行う：1回
- ・授業目的、授業内容に関するオリエンテーションとルールやマナー、ゲームの進め方に関する学習：1回
- ・基本技能の習得と簡易ゲーム：2回
- ・基本技能の習得とゲーム：3回
- ・応用技能の習得とゲーム：4回（この期に形成的評価のためのレポートを課す）
- ・チーム戦術やゲーム戦術の習得：3回
- ・総括的評価のための実技テストとレポート課題：1回

以上の球技種目以外にもセンスアップエクササイズクラスを開設する。内容はスロージョギング、ストレッチ、体力を高めるエクササイズ、から成る。

球技における各種技能や戦術の学習は教員による指導後、当該種目経験者をインリーダーとしてチームやグループ単位で学習し、これに対して適宜、教員がアドバイスする。

4. 成績評価法

実技という科目の特性から出席状況を最重要項目とする。さらに上記到達目標を評価する方法として、授業参加への姿勢、目標達成度の形成的評価、実技テスト、活動記録、レポートなどを総括的・総合的に評価するが、将来的にはディプロマポリシーに対応した評価方法の追加を検討する。