

科目名	運動技術 2			
授業形態	実技	学年	1	
開講時期	2023 年度 後期	単位数	1	
担当教員	蓮沼 哲哉			
内容および計画	<p>超高齢化社会を迎えた我が国の課題として、生活習慣病や運動器症候群などの増加が指摘されている。さまざまなライフステージにおいて健康/体力の維持増進や生活の質の向上を促進させるためには、若年期における適切な身体運動習慣や定期的なスポーツ活動習慣の育成が有効と考えられる。</p> <p>本授業では、生涯スポーツとして様々なチームスポーツを取り上げ、そのスポーツの楽しさや技術を享受しながら健康/体力を維持増進し、主体的なスポーツの実践と運営を行うことにより、永続的なスポーツライフを創造する態度を養う。そして授業を通して、自分自身で生涯続けられるスポーツを探求する。</p>			
1	ガイダンス			
2	ソフトボール 1 (基本動作：キャッチボールと守備)			
3	ソフトボール 2 (基本動作：バッティングと守備)			
4	ソフトボール 3 (応用技術：ルールと試合)			
5	テニス 1 (基本動作とルール)			
6	テニス 2 (応用技術とダブルスでの試合)			
7	テニス 3 (応用技術とシングルスでの試合)			
8	バレーボール 1 (基本動作とルール)			
9	バレーボール 2 (応用技術と試合)			
10	バスケットボール 1 (基本技術とルール)			
11	バスケットボール 2 (応用技術と試合)			
12	卓球 1 (基本技術とルール)			
13	卓球 2 (応用技術と試合)			
14	バドミントン 1 (基本技術とルール)			
15	バドミントン 2 (応用技術と試合)			
教科書				
	タイトル	著者名	出版社	ISBN
参考書	各種目の教本を各自参照してください。また、高校時代の指導書も参考。			
成績評価				
	評価方法			割合(%)
	基礎的知識と技能の修得：授業後レポート、授業中の取り組みを評価			40
	修得したスキルを確認する実技テストやミニゲーム・実践形式での取り組みを評価			40
	日常生活で必要とする知識・技能を理解し、健康課題への取り組みとしてのレポートを評価			20
学習到達目標	・各運動、スポーツの知識、技能の基礎基本を学修し、個人およびグループでの活動における自らの 役			

	<p>割を考え、積極的に動くことができる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・生涯を通じて運動・スポーツに親しむ基礎を築くと共に、健康的な生活を送るための知識・技能を学修し、健康課題に取り組むことができる。 <p>S：学修到達目標を達成し、きわめて優秀な成績をおさめている（90～100点） A：学修到達目標を達成し、優秀な成績をおさめている（80～89点） B：学修到達目標を達成している（70～79点） C：学修到達目標を最低限達成している（60～69点） D：学修到達目標を達成していない（～59点） F：出席回数の基準などの成績評価対象とならない</p>
先修条件	特になし
実務経験	実務経験あり：高校保健体育科教員として10年勤務。また、大学において体育実技を9年間指導。
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・体育館専用シューズ、または屋内での適切に運動ができるシューズを準備してください。 ・私服ではなく、運動ができるジャージ等（高校時代のジャージ可）で受講してください。 ・水分は、各自用意して持参してください。