

科目区分：健康・スポーツ科学科目

授業科目名	スポーツ演習 [バスケットボール・テニス他]					学期	曜日	校時
英語名	Sport and Exercise							
担当 教官名	松永 淳一	単位数	1単位	必修 選択	必修	後期	月曜日	4校時
授業のねらい・内容・方法								
<p>高いQOL（生活の質）を生涯にわたって築き保っていけるよう、さまざまなスポーツ、ジョギングやダンスによる有酸素運動、リラクゼーションに関する運動などを教材として教養教育をおこなう。身体運動が生活習慣病の予防をはじめとして健康の保持増進に役立つことを理解するだけでなく、運動の実践を通じて、文化、教育、政治、経済等の社会の出来事に興味をもち、今後も関わりをもち続けられるよう、自立的な能力を育成することが目的である。</p>								
テキスト、教材等								
使用しない								
対象学生	成績評価の方法					教官研究室		
1年の各指定クラス (健康・スポーツ科学履修要領を参照)	出席状況、関心・意欲・態度による。ただし、全期間の欠席が2回を越える場合には原則的に失格となる。							
授業計画								
<p>第 1回 オリエンテーション（グループ編成等）</p> <p>第 2回</p> <p>第 5回 } バスケットボール（教育学部体育館）</p> <p>第 6回 } テニス（テニスコート）</p> <p>第 9回</p> <p>第10回 } 卓球（総合体育館小体育室）</p> <p>第13回</p> <p>第14回 } 生活と健康に関する講義とまとめ</p> <p>第15回</p> <p>開講順は変更することもある。</p>								