

授業コード / Code	科目名 / Course Title	担当者 / Instructor	履修年次 / Semester	授業形態・単位数 / Style・Credits	必修選択の別 / compulsory subjects or optional subjects
j19201	体育理論	大木 雄太	1年次・後期	講義・1単位	卒業必修

授業の概要 / Course Outline
「豊かなスポーツライフ」を実現するためには、単に「体育理論」の知識を習得するだけに留めることなく、知識の習得によって、自分や周りの人の「健康」や自己に合った運動やスポーツの楽しさや喜びについて探したり、発見したりすることができ、日常生活に生かすことのできる力を身に付けるように授業を進めます。

到達目標 / Attainment Objectives	ディプロマポリシーとの対応関係 / Relationship with the diploma policy
健康に関する基礎的な知識を理解し、その特徴を説明することができる。	A-① C-①
運動・スポーツと健康の関連を理解し、その特徴を説明することができる。	A-① C-①
自らの日常生活を振り返り、改善することができる。	B-② D-①

成績評価方法 / Grading Criteria and Method of Evaluation		
種別 / Kind	割合 / Percentage	評価基準等 / Grading Criteria etc.
定期試験(筆記) End of Semester Examination (Written)	実施しない	
レポート試験 Report Examination	60%	授業の内容について理解度を評価します。
実技試験 Practical skill test	実施しない	
平常点評価 Continuous Assessment	40%	授業に対する態度や思考・判断等を評価します。

教科書 / Textbooks
特に指定はありません。プリントや資料を毎回配布します。

参考書 / Reference Books
特に指定はありません。プリントや資料を毎回配布します。

予習・復習 / Preparation・Review
<p>授業ごとの使用する教材はGoogle Classroomに掲載するため、予習復習に活用すること(予習復習時間は90分程度)</p> <ul style="list-style-type: none"> 自分自身の生活に関わることも内容として取り扱うため、日頃の生活を自分の言葉で説明できるように意識してください。 プリントは、スライドを丸写しするのではなく、自分自身で理解したことや経験したことなどを踏まえて、自分の言葉で記してください。また、耳にしたことをプリントの余白にメモしていくことを意識していきましょう。

課題に対するフィードバック方法 / How to give feedback on tasks
最終授業時に全体向けにフィードバックを行います。

その他 / Others
授業で分からない単語や内容は、そのままにせず、できるだけ自分で調べて答えをみつけましょう。それでも、答えが見つからない場合は、メールでご連絡ください。(本学のメールアドレスより送信してください)

授業スケジュール / Course Schedule

※履修している学生に対して事前に説明があった上で、変更される場合があります。

授業回数 Lecture	テーマ / Theme
	内容 / Contents
1	ガイダンス・オリエンテーション
	体育理論の授業について説明を行います。
2	健康について
	健康について理解を深めます。
3	生涯スポーツの見方・考え方
	生涯スポーツについて理解を深めます。
4	健康なライフスタイルの獲得
	健康の成り立ち, 健康の三原則より, 生活習慣の見直し方について理解を深めます。
5	スポーツ環境保護への努力
	環境汚染による影響やスポーツ環境への取組について理解を深めます。
6	技術と技能の違い
	運動・スポーツにおける技術と技能の違いについて理解を深めます。
7	技能の上達過程と練習方法
	運動・スポーツが上手くなるための効果的な練習方法の工夫について理解を深めます。
8	運動・スポーツにおける障害
	運動・スポーツにおける安全確保について理解を深めます。