

講義名	スポーツ科学演習 B (レクリエーション/フットサル)		
科目区分	健康スポーツ科学		
担当教員	亀谷 涼		
開講期・曜日・時限	前期 火曜日 4時限		
	2018年度 人間社会学部 人間健康学科 / 2018年度 人間社会学部 観光学科 / 2018年度 人間社会学部 人間社会学科 / 2018年度 経済学部 経済情報学科 / 2018年度 経済学部 経済学科 / 2018年度 商学部 マーケティング学科 / 2018年度 商学部 経営学科 / 2017年度 人間社会学部 人間健康学科 / 2017年度 人間社会学部 観光学科 / 2017年度 人間社会学部 人間社会学科 / 2017年度 経済学部 経済情報学科 / 2017年度 経済学部 経済学科 /		
履修開始年次	2 年生	単位数	2
		講義コード	24094

主題と概要

平均寿命の高まりとともに、健康志向が強まっている。レクリエーション・スポーツ等の多くの種目を学ぶことで、スポーツの機会に触れ、生涯スポーツとして資することを目的とし、また将来にわたって健康に生きる力を身につけることを目的とする。そのためにも、ルールをしっかりと学び、自らの手で運営できるよう主体的に行動すること。さらには、生涯スポーツとして、男女問わず学生同士が楽しく参加できる機会をしっかりと考え、楽しさを覚えることでその種目を深く知るきっかけを作り出すことを目的とする。

到達目標

1. 「健康」獲得の方法を体得できるようになる。
2. 歴史やルール、基礎技術等を理解し、生涯にわたるスポーツ実践の礎とすることができるようになる。

提出課題

授業内容と授業中に別途指示する。

評価の基準

授業実施時間数の4回以上欠席した者は単位を認定しない。
 授業中の評価：授業態度など・・・・・・・・・・・・・80%
 中間期の評価：レポート課題・・・・・・・・・・・・・10%
 期末期の評価：レポート課題・・・・・・・・・・・・・10%

履修にあたっての注意・助言他

授業内容に沿って、適切な服装・運動靴で参加すること。
 生涯スポーツとして、運動する楽しさを多くの仲間と共感できる心構えを持つこと。
 天候により、内容を変更することがある。
 ネットレス、ヒアス等アクセサリは授業前に外しておくこと。

教科書

.使用しない。

プリント資料及び参考文献

授業内容により、適宜プリントを配布する

授業計画

- 1 ガイダンス
- 2 ディスクゴルフ
- 3 ディスクゴルフ
- 4 ディスクゴルフ
- 5 アルティメット
- 6 アルティメット
- 7 アルティメット
- 8 レクリエーションの歴史と普及
- 9 フットサル ボールフィーリング (リフティング、ヘディング)
- 10 フットサル ボールフィーリング (テクニックの向上)
- 11 フットサル グループ戦術応用 (3対2 攻撃)
- 12 フットサル グループ戦術応用 (2対3 守備)
- 13 フットサル リーグ戦
- 14 フットサル リーグ戦
- 15 まとめ

予習・復習

事前に実施する種目について内容を把握し、ルール・競技方法を理解したうえで出席すること
 復習することで知識を深め、興味関心を高めること

備考