

授業科目	授業番号： 79			担当者	浜田 幸史
	スポーツ・健康論			授業外対応	随時
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	2年	前期	1単位	必修	講義方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯を通じて自他のスポーツライフや健康を適切に管理し、改善していくための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】生涯にわたる豊かなスポーツライフや健康的な生活を主体的に実践できるようにするため、運動やスポーツが健康に与える効果、運動やスポーツの行い方、健康課題への対応、社会生活における健康の保持増進等について理解したり、考察したりする。</p> <p>【到達目標】個人・社会生活におけるスポーツと健康について理解し、現在及び将来の生活を健康で活力に満ちた明るく豊かなものにしようとする態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 毎回、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論 (ナカニシヤ出版)、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、スポーツとは</p> <p>第 2回 健康とは</p> <p>第 3回 スポーツ・健康の現状</p> <p>第 4回 レポート①発表・提出、運動の実践計画</p> <p>第 5回 スポーツ・健康とビジネス</p> <p>第 6回 ストレスと健康</p> <p>第 7回 飲酒・喫煙・薬物乱用と健康</p> <p>第 8回 レポート②発表・提出、まとめ</p> <p>第 9回</p> <p>第 10回</p> <p>第 11回</p> <p>第 12回</p> <p>第 13回</p> <p>第 14回</p> <p>第 15回</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び提出課題、筆記試験 (80%)、レポート (20%) 等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)教職必修

食物栄養専攻を除く全専攻対象 7.5 回

授業科目	授業番号： 80		担当者	浜田 幸史	
	生涯スポーツ実習 (A)		授業外対応	随時	
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	1年	前期	1単位	必修	実習方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】導入教材として、体づくり運動（誰もが簡単に取り組むことができる運動、仲間と協力して楽しくできる運動、心や体が弾むような軽快な運動、体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高めるための運動等）、主教材として、球技を取り扱う。各運動についての個やチームの課題解決を図る活動を通して、技能や体力を高めつつ、スポーツをする、見る、支える、知るという多様な関わり、楽しみがあることを理解する。</p> <p>【到達目標】各運動に関する知識の理解、楽しさを味わうための技能の習得、動きの改善点等の他者への伝達ができる。主体的な態度、健康・安全への態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 適宜、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論（ナカニシヤ出版）、中・高保健体育の副読本、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、体づくり運動、体力テスト①</p> <p>第 2回 体づくり運動、球技ゴール型①</p> <p>第 3回 体づくり運動、球技ゴール型②</p> <p>第 4回 体づくり運動、球技ゴール型③</p> <p>第 5回 体づくり運動、球技ゴール型④</p> <p>第 6回 レポート①発表・提出、体力テスト②、球技大会①</p> <p>第 7回 体づくり運動、球技ネット型①</p> <p>第 8回 体づくり運動、球技ネット型②</p> <p>第 9回 体づくり運動、球技ネット型③</p> <p>第 10回 体づくり運動、球技ネット型④</p> <p>第 11回 レポート②発表・提出、体力テスト③、球技大会②</p> <p>第 12回 体づくり運動、ベースボール型①</p> <p>第 13回 体づくり運動、ベースボール型②</p> <p>第 14回 体づくり運動、ターゲット型①</p> <p>第 15回 振り返り・まとめ、体力テスト④、球技大会③</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び各運動に関する知識・技能の習得状況 (80%)、レポート (20%) 等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)教職必修,日本語日本文学専攻

授業科目	授業番号： 81			担当者	浜田 幸史
	生涯スポーツ実習 (B)			授業外対応	随時
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	1年	前期	1単位	必修	実習方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】導入教材として、体づくり運動（誰もが簡単に取り組むことができる運動、仲間と協力して楽しくできる運動、心や体が弾むような軽快な運動、体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高めるための運動等）、主教材として、球技を取り扱う。各運動についての個やチームの課題解決を図る活動を通して、技能や体力を高めつつ、スポーツをする、見る、支える、知るという多様な関わり、楽しみがあることを理解する。</p> <p>【到達目標】各運動に関する知識の理解、楽しさを味わうための技能の習得、動きの改善点等の他者への伝達ができる。主体的な態度、健康・安全への態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 適宜、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論（ナカニシヤ出版）、中・高保健体育の副読本、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、体づくり運動、体力テスト①</p> <p>第 2回 体づくり運動、球技ゴール型①</p> <p>第 3回 体づくり運動、球技ゴール型②</p> <p>第 4回 体づくり運動、球技ゴール型③</p> <p>第 5回 体づくり運動、球技ゴール型④</p> <p>第 6回 レポート①発表・提出、体力テスト②、球技大会①</p> <p>第 7回 体づくり運動、球技ネット型①</p> <p>第 8回 体づくり運動、球技ネット型②</p> <p>第 9回 体づくり運動、球技ネット型③</p> <p>第 10回 体づくり運動、球技ネット型④</p> <p>第 11回 レポート②発表・提出、体力テスト③、球技大会②</p> <p>第 12回 体づくり運動、ベースボール型①</p> <p>第 13回 体づくり運動、ベースボール型②</p> <p>第 14回 体づくり運動、ターゲット型①</p> <p>第 15回 振り返り・まとめ、体力テスト④、球技大会③</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び各運動に関する知識・技能の習得状況 (80%)、レポート (21%) 等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)教職必修，英語英文学専攻

授業科目	授業番号： 82			担当者	浜田 幸史
	生涯スポーツ実習 (C)			授業外対応	随時
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	1年	前期	1単位	必修	実習方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】導入教材として、体づくり運動（誰もが簡単に取り組むことができる運動、仲間と協力して楽しくできる運動、心や体が弾むような軽快な運動、体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高めるための運動等）、主教材として、球技を取り扱う。各運動についての個やチームの課題解決を図る活動を通して、技能や体力を高めつつ、スポーツをする、見る、支える、知るという多様な関わり、楽しみがあることを理解する。</p> <p>【到達目標】各運動に関する知識の理解、楽しさを味わうための技能の習得、動きの改善点等の他者への伝達ができる。主体的な態度、健康・安全への態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 適宜、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論（ナカニシヤ出版）、中・高保健体育の副読本、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、体づくり運動、体力テスト①</p> <p>第 2回 体づくり運動、球技ゴール型①</p> <p>第 3回 体づくり運動、球技ゴール型②</p> <p>第 4回 体づくり運動、球技ゴール型③</p> <p>第 5回 体づくり運動、球技ゴール型④</p> <p>第 6回 レポート①発表・提出、体力テスト②、球技大会①</p> <p>第 7回 体づくり運動、球技ネット型①</p> <p>第 8回 体づくり運動、球技ネット型②</p> <p>第 9回 体づくり運動、球技ネット型③</p> <p>第 10回 体づくり運動、球技ネット型④</p> <p>第 11回 レポート②発表・提出、体力テスト③、球技大会②</p> <p>第 12回 体づくり運動、ベースボール型①</p> <p>第 13回 体づくり運動、ベースボール型②</p> <p>第 14回 体づくり運動、ターゲット型①</p> <p>第 15回 振り返り・まとめ、体力テスト④、球技大会③</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び各運動に関する知識・技能の習得状況 (80%)、レポート (22%) 等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)教職必修，食物栄養専攻

授業科目	授業番号： 83			担当者	浜田 幸史
	生涯スポーツ実習 (D)			授業外対応	随時
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	1年	前期	1単位	必修	実習方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】導入教材として、体づくり運動（誰もが簡単に取り組むことができる運動、仲間と協力して楽しくできる運動、心や体が弾むような軽快な運動、体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高めるための運動等）、主教材として、球技を取り扱う。各運動についての個やチームの課題解決を図る活動を通して、技能や体力を高めつつ、スポーツをする、見る、支える、知るという多様な関わり、楽しみがあることを理解する。</p> <p>【到達目標】各運動に関する知識の理解、楽しさを味わうための技能の習得、動きの改善点等の他者への伝達ができる。主体的な態度、健康・安全への態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 適宜、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論（ナカニシヤ出版）、中・高保健体育の副読本、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、体づくり運動、体力テスト①</p> <p>第 2回 体づくり運動、球技ゴール型①</p> <p>第 3回 体づくり運動、球技ゴール型②</p> <p>第 4回 体づくり運動、球技ゴール型③</p> <p>第 5回 体づくり運動、球技ゴール型④</p> <p>第 6回 レポート①発表・提出、体力テスト②、球技大会①</p> <p>第 7回 体づくり運動、球技ネット型①</p> <p>第 8回 体づくり運動、球技ネット型②</p> <p>第 9回 体づくり運動、球技ネット型③</p> <p>第 10回 体づくり運動、球技ネット型④</p> <p>第 11回 レポート②発表・提出、体力テスト③、球技大会②</p> <p>第 12回 体づくり運動、ベースボール型①</p> <p>第 13回 体づくり運動、ベースボール型②</p> <p>第 14回 体づくり運動、ターゲット型①</p> <p>第 15回 振り返り・まとめ、体力テスト④、球技大会③</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び各運動に関する知識・技能の習得状況 (80%)、レポート (23%) 等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)教職必修，生活科学専攻

授業科目	授業番号： 84			担当者	浜田 幸史・小松 友哉
	生涯スポーツ実習（E）			授業外対応	随時
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	1年	後期	1単位	必修	実習方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】導入教材として、体づくり運動（誰もが簡単に取り組むことができる運動、仲間と協力して楽しくできる運動、心や体が弾むような軽快な運動、体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高めるための運動等）、主教材として、球技を取り扱う。各運動についての個やチームの課題解決を図る活動を通して、技能や体力を高めつつ、スポーツをする、見る、支える、知るという多様な関わり、楽しみがあることを理解する。</p> <p>【到達目標】各運動に関する知識の理解、楽しさを味わうための技能の習得、動きの改善点等の他者への伝達ができる。主体的な態度、健康・安全への態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 適宜、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論（ナカニシヤ出版）、中・高保健体育の副読本、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、体づくり運動、体力テスト①</p> <p>第 2回 体づくり運動、球技ゴール型①</p> <p>第 3回 体づくり運動、球技ゴール型②</p> <p>第 4回 体づくり運動、球技ゴール型③</p> <p>第 5回 体づくり運動、球技ゴール型④</p> <p>第 6回 レポート①発表・提出、体力テスト②、球技大会①</p> <p>第 7回 体づくり運動、球技ネット型①</p> <p>第 8回 体づくり運動、球技ネット型②</p> <p>第 9回 体づくり運動、球技ネット型③</p> <p>第10回 体づくり運動、球技ネット型④</p> <p>第11回 レポート②発表・提出、体力テスト③、球技大会②</p> <p>第12回 体づくり運動、ベースボール型①</p> <p>第13回 体づくり運動、ベースボール型②</p> <p>第14回 体づくり運動、ターゲット型①</p> <p>第15回 振り返り・まとめ、体力テスト④、球技大会③</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び各運動に関する知識・技能の習得状況（80%）、レポート（20%）等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)経済専攻

授業科目	授業番号： 85			担当者	浜田 幸史・小松 友哉
	生涯スポーツ実習（E）			授業外対応	随時
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	1年	後期	1単位	必修	実習方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】導入教材として、体づくり運動（誰もが簡単に取り組むことができる運動、仲間と協力して楽しくできる運動、心や体が弾むような軽快な運動、体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高めるための運動等）、主教材として、球技を取り扱う。各運動についての個やチームの課題解決を図る活動を通して、技能や体力を高めつつ、スポーツをする、見る、支える、知るという多様な関わり、楽しみがあることを理解する。</p> <p>【到達目標】各運動に関する知識の理解、楽しさを味わうための技能の習得、動きの改善点等の他者への伝達ができる。主体的な態度、健康・安全への態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 適宜、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論（ナカニシヤ出版）、中・高保健体育の副読本、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、体づくり運動、体力テスト①</p> <p>第 2回 体づくり運動、球技ゴール型①</p> <p>第 3回 体づくり運動、球技ゴール型②</p> <p>第 4回 体づくり運動、球技ゴール型③</p> <p>第 5回 体づくり運動、球技ゴール型④</p> <p>第 6回 レポート①発表・提出、体力テスト②、球技大会①</p> <p>第 7回 体づくり運動、球技ネット型①</p> <p>第 8回 体づくり運動、球技ネット型②</p> <p>第 9回 体づくり運動、球技ネット型③</p> <p>第 10回 体づくり運動、球技ネット型④</p> <p>第 11回 レポート②発表・提出、体力テスト③、球技大会②</p> <p>第 12回 体づくり運動、ベースボール型①</p> <p>第 13回 体づくり運動、ベースボール型②</p> <p>第 14回 体づくり運動、ターゲット型①</p> <p>第 15回 振り返り・まとめ、体力テスト④、球技大会③</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び各運動に関する知識・技能の習得状況（80%）、レポート（20%）等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)経済専攻

授業科目	授業番号： 86			担当者	浜田 幸史・小松 友哉
	生涯スポーツ実習（F）			授業外対応	随時
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	1年	後期	1単位	必修	実習方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】導入教材として、体づくり運動（誰もが簡単に取り組むことができる運動、仲間と協力して楽しくできる運動、心や体が弾むような軽快な運動、体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高めるための運動等）、主教材として、球技を取り扱う。各運動についての個やチームの課題解決を図る活動を通して、技能や体力を高めつつ、スポーツをする、見る、支える、知るという多様な関わり、楽しみがあることを理解する。</p> <p>【到達目標】各運動に関する知識の理解、楽しさを味わうための技能の習得、動きの改善点等の他者への伝達ができる。主体的な態度、健康・安全への態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 適宜、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論（ナカニシヤ出版）、中・高保健体育の副読本、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、体づくり運動、体力テスト①</p> <p>第 2回 体づくり運動、球技ゴール型①</p> <p>第 3回 体づくり運動、球技ゴール型②</p> <p>第 4回 体づくり運動、球技ゴール型③</p> <p>第 5回 体づくり運動、球技ゴール型④</p> <p>第 6回 レポート①発表・提出、体力テスト②、球技大会①</p> <p>第 7回 体づくり運動、球技ネット型①</p> <p>第 8回 体づくり運動、球技ネット型②</p> <p>第 9回 体づくり運動、球技ネット型③</p> <p>第 10回 体づくり運動、球技ネット型④</p> <p>第 11回 レポート②発表・提出、体力テスト③、球技大会②</p> <p>第 12回 体づくり運動、ベースボール型①</p> <p>第 13回 体づくり運動、ベースボール型②</p> <p>第 14回 体づくり運動、ターゲット型①</p> <p>第 15回 振り返り・まとめ、体力テスト④、球技大会③</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び各運動に関する知識・技能の習得状況（80%）、レポート（21%）等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)経営情報専攻

授業科目	授業番号： 87			担当者	浜田 幸史・小松 友哉
	生涯スポーツ実習（F）			授業外対応	随時
	[履修年次]	[学期]	[単位]	[必修/選択]	[授業形態]
	1年	後期	1単位	必修	実習方式
テーマ及び概要	<p>【テーマ】生涯にわたって心身の健康を保持増進し豊かなスポーツライフを継続するための資質・能力を育成する。</p> <p>【概要】導入教材として、体づくり運動（誰もが簡単に取り組むことができる運動、仲間と協力して楽しくできる運動、心や体が弾むような軽快な運動、体の柔らかさ・巧みな動き・力強い動き・動きを持続する能力を高めるための運動等）、主教材として、球技を取り扱う。各運動についての個やチームの課題解決を図る活動を通して、技能や体力を高めつつ、スポーツをする、見る、支える、知るという多様な関わり、楽しみがあることを理解する。</p> <p>【到達目標】各運動に関する知識の理解、楽しさを味わうための技能の習得、動きの改善点等の他者への伝達ができる。主体的な態度、健康・安全への態度を示すことができる。</p>				
(1)テキスト (2)参考文献	<p>(1) 適宜、授業資料を配付する。</p> <p>(2) 体育・スポーツ・健康概論（ナカニシヤ出版）、中・高保健体育の副読本、その他、授業時に紹介する。</p>				
授業 スケジュール	<p>第 1回 オリエンテーション、体づくり運動、体力テスト①</p> <p>第 2回 体づくり運動、球技ゴール型①</p> <p>第 3回 体づくり運動、球技ゴール型②</p> <p>第 4回 体づくり運動、球技ゴール型③</p> <p>第 5回 体づくり運動、球技ゴール型④</p> <p>第 6回 レポート①発表・提出、体力テスト②、球技大会①</p> <p>第 7回 体づくり運動、球技ネット型①</p> <p>第 8回 体づくり運動、球技ネット型②</p> <p>第 9回 体づくり運動、球技ネット型③</p> <p>第 10回 体づくり運動、球技ネット型④</p> <p>第 11回 レポート②発表・提出、体力テスト③、球技大会②</p> <p>第 12回 体づくり運動、ベースボール型①</p> <p>第 13回 体づくり運動、ベースボール型②</p> <p>第 14回 体づくり運動、ターゲット型①</p> <p>第 15回 振り返り・まとめ、体力テスト④、球技大会③</p>				
授業外学習 (予習・復習)	健康・安全に留意し、授業内容を復習すること。				
成績評価の方法	授業参画及び各運動に関する知識・技能の習得状況（80%）、レポート（21%）等から総合的に評価する。				
実務経験について	小・中学校、高等専門学校、大学における保健体育科目等の担当、小中高大生、社会人へのスポーツ・健康指導の経験あり。				

(注)経営情報専攻