

授業概要

分野	学科目	1年前期・後期		90分講義 7回 50分講義 1回
基礎分野	体育	15時間	1単位	
授業科目			講師名	
体育				
科目目標	1. スポーツを通し、健全な心身の発達を促す。 2. スポーツを通して、チームワークの精神を養う。			
	回数	項目	内容	
科目内容	1	運動の意義と技能	授業概要の説明 アイスブレイキング・アクティビティ 体力測定(握力、バランス測定、脚筋力測定)	
	2			
	3		NAGASAKIペンギン体操	
	4		ドッチビー	
	5		球技(バレーボール・バスケットボール・卓球等)	
	6		球技(バレーボール・バスケットボール・卓球等)	
	7		体力測定(握力、バランス測定、脚筋力測定)	
	8		まとめ	
【授業形態】 実技				
【評価方法】 運動技能、出席状況				
【テキスト】 なし				