

科目名	開講時期	必修・選択	科目区分	単位（時間）	科目責任者
スポーツと健康Ⅱ	1年次	必修	実技	1単位（30時間）	高橋 政廣
授 業 概 要					
保健体育の実技によって体力向上、健康の維持増進に努め、将来医療従事者として人々の健康を維持する立場として指導的役割を果たす能力と態度を養う。					
到 達 目 標					
・ 自己の体力を理解し、各種目を通じて体力の維持・向上をはかる。					
実務経験のある教員					
回	学 習 内 容				担当教員
1 2-15	<p>実技における約束事と基本：準備運動、補強運動について ストレッチング、スタンツ、縄跳び運動、バドミントン、テニス、バスケットボール、バレーボール、ソフトボール、卓球等の種目を天候、状況に応じて実施する。</p> <p>各種目の総括、健康維持・促進のための知識、生涯スポーツとしてのウィンタースポーツについて、その種類と動作理論 基礎スキー教室を開催する。</p>				高橋 政廣
学 習 方 法					
<ul style="list-style-type: none"> ・ チームに分かれて運動競技を行う。 ・ 基礎スキー教室は八海山麓スキー場にて行う。 					
評 価 方 法					
・ 各種目の課題（100％）により評価する。					
先 修 科 目					
教科書、参考書					
<p>[参考書] プリントを適時配付する。</p>					