

科目	保健体育				
時間数	2単位 60時間	授業方法	講義	授業時期	1年・2年
講師名	⑤中山博道				
ねらい	体育理論及び実技を通し健康への理解を深めるとともにチームワーク、リーダーシップを養う。				
目標	1. 心身の鍛錬をはかる。 2. 規律・機敏性を習得する。 3. チームワーク、リーダーシップを養う。				
授業計画					
回	内容				
1～2	1. 学生主導による球技大会 (1) バレーボール大会 (2) バスケットボール大会				
3	2. 心身の健康について (1) ストレスの解消法 (2) 運動と休息について				
4～15	3. 実技 (1) ストレッチ (2) バレーボール (3) バスケットボール				
評価方法	その時間数の3分の2以上の出席者に限り受験資格を与える。 授業参加状況 20%、実技テスト 80%を総合して評価する。 60点以上を及第点とする。				
教科書	特記なし				