

体育実技A(ニュースポーツ) 1単位(春学期)

体育実技A(ニュースポーツ) 1単位(秋学期)

春学期・秋学期: 月3

野口 和行

授業の目的:

「ニュースポーツ」と呼ばれるレクリエーション的なスポーツを取り上げ、幅広いスポーツ文化を体験する。スポーツの実践を通して、仲間とのコミュニケーションを図り、生涯にわたってスポーツを楽しむ心を養う。

授業の計画:

- 1 イントロダクション、授業で実施する種目の紹介
- 2 フライングディスク①
基本的な投法練習、ディスタンスとアキュラシーの実践
- 3 フライングディスク②
基本的な投法練習、ディスクゴルフの練習ラウンド
- 4 フライングディスク③
ディスクゴルフのラウンド
- 5 フライングディスク④
基本的な投法練習、アルティメット
- 6 ターゲットバードゴルフ①
基本練習、練習ラウンド
- 7 ターゲットバードゴルフ②
本番ラウンド
- 8 グラウンドゴルフ
基本練習、ラウンド
- 9 ゲートボール①
ルールの理解、基本練習、練習ゲーム
- 10 ゲートボール②
チーム戦術の理解、トーナメント戦
- 11 ユニホック(簡易ホッケー)
基本練習、ゲーム
- 12 ベタンク(鉄球を使用した的をねらうゲーム)
基本練習、ラウンド
- 13 キンボール①
ルールの理解、基本練習、簡易ゲーム
- 14 キンボール②
チーム練習、ゲーム
- 15 まとめとふりかえり

成績評価方法:

出席60% (欠席は減点:最低2/3出席しないと成績評価しない=体育実技共通)

理解20% (各競技の特性及びルールの理解)

態度20% (授業への積極的な取り組み、仲間との積極的なコミュニケーション)

以上3項目それぞれを点数化し、その合計点で評価する。60点以上で単位認定。

実施場所:

陸上競技場

服装携帯品等:

運動できる服装、屋外シューズ

雨天時の対応(屋外種目のみ):

インディアカ、フリーテニス、ドッジビー等、室内で実施できる種目を行う。

担当教員から履修者へのコメント:

この授業は、今まであまり経験したことのない種目を実践することが主な内容となります。また、種目によって、思い切り身体を動かすものから、先を読みながらプレーする頭脳的なものまでバラエティに富んでいます。したがって、はじめはあまり技術レベルの差もありません。また、さまざまな競技を行うため、自分の好みにあったものを見つけることができるかもしれません。ぜひ「遊び心」を持っていろいろなスポーツにチャレンジし、いつまでも楽しめるようなスポーツを見つけてほしいと思っています。