

科目名	生涯スポーツ論		
教員名	村井 愛美		
授業種別	週間授業	授業形態	演習
開講間隔	週 1 回	単位数	2
履修年次	1	学期	2019 年度 後期
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・様々なスポーツ活動を通じて、自分の健康の維持・増進の方法について学ぶ。 ・運動の必要性について、体感する。 ・生涯にわたってスポーツを楽しむ意義について、理解を深める。 		
授業概要	<p>スポーツを通じて、性別、年齢を超えた“楽しみ”や“遊び”を感じることは重要なことである。生涯を通じて身体を動かすことの喜びや爽快感、達成感を味わえ、コミュニケーションづくりや心身のバランス等をもたらしてくれる。それが生涯スポーツの魅力といえる。本講義では、さまざまな運動やスポーツを通じ、生涯にわたって健康を維持・増進していくことの重要性を感じ取ってもらいたい。</p>		
授業計画	<p>第 1 回 本講義の目的、授業の進め方について</p> <p>第 2 回 発育発達期の運動プログラム (1) (乳幼児) I-7-③</p> <p>第 3 回 発育発達期の運動プログラム (2) (小学校) I-7-③</p> <p>第 4 回 発育発達期の運動プログラム (3) (中学・高等学校) I-7-③</p> <p>第 5 回 社会とスポーツ (1)</p> <p>第 6 回 社会とスポーツ (2)</p> <p>第 7 回 中高年者とスポーツ (1) II-5-①</p> <p>第 8 回 中高年者とスポーツ (1) II-5-①</p> <p>第 9 回 女性とスポーツ (1) II-5-②</p> <p>第 10 回 女性とスポーツ (2) II-5-②</p> <p>第 11 回 障害者とスポーツ (1) II-5-③</p> <p>第 12 回 障害者とスポーツ (2) II-5-③</p> <p>第 13 回 介護予防と運動 (1)</p> <p>第 14 回 介護予防と運動 (2)</p> <p>第 15 回 生涯にわたる運動づくり</p>		
授業方法	講義形式で行う。		
アクティブ ラーニング の視点	協同学習を行う。		
授業外学習	予習・復習を行うこと。 また、生涯スポーツについて日頃から興味関心を持つ。		
教科書	適宜、資料を配布する。		
参考書	適宜、紹介する。		
評価方法	<p>授業態度…30%</p> <p>ミニレポート（毎時提出する。授業内容に対する理解度を評価する）…20%</p> <p>課題レポート…50%</p>		
既修条件	なし		