授業科目名： スポーツ（１）	教員の免許状取得のための 必修科目	単位数： 1単位	担当教員名： 渋谷聡・秋澤一輝・住本純 担当形態：　クラス分け・単独
実務内容 （実務家教員の場合）			
科　目	免許法施行規則　第66条の6に定める科目		
施行規則に定める 科目区分又は事項等	体育		

「学位授与の方針」との関係

DP4.個人や社会にとって必要な課題の解決のため、自律的な課題探究能力を身につけ実践することができる（実践力）
DP5.共生社会創造の目的のために、様々な分野について絶えず学び続ける態度を持つことができる（継続力）

授業のテーマ及び到達目標

【授業のテーマ】
体育
【到達目標】
（１）健康とは何かについて理解し、生活習慣、食事、運動・スポーツとの関連について理解することができる。
（２）生涯スポーツの楽しさ、面白さとは何かを理解することできる。
（３）様々な生涯スポーツについて触れ、健康の維持増進や体力の向上との関連を理解することができる。

授業の概要

　スポーツの中の生涯スポーツは、障がいのあるなしに関わらず全ての人が生涯を通してスポーツに親しむことによって、健康の維持増進や生きがい・やりがいを見出すことだと考えられている。
　本授業では、健康について理解し、自分自身の健康の維持増進をはかるためにはどうすればよいかということを生活習慣、食事から学び、それが生涯スポーツとどう関連しているかということを体験しながら理解していく。

授業計画

第１回：スポーツとは何か
第２回：健康とは何か
第３回：生活習慣、食事、運動とは何か
第４回：健康における身体活動の役割
第５回：生涯スポーツとは何か
第６回：生涯スポーツの実践(1)ネット型スポーツ
第７回：生涯スポーツの実践(2)ゴール型スポーツ
第８回：生涯スポーツの実践(3)ベースボール型スポーツ
第９回：生涯スポーツの実践(4)ゴルフ型スポーツ
第１０回：生涯スポーツの実践(5) 健常者スポーツ
第１１回：生涯スポーツの実践(6)障がい者スポーツ
第１２回：生涯スポーツの実践(7)アダプテッド・スポーツ
第１３回：生涯スポーツの実践(8)インクルーシブスポーツ
第１４回：健康と生涯スポーツとの関係性
第１５回：まとめ
科目修得試験

スクーリングでの学修

健康の維持増進をするためにはどうすればよいかということを、グループディスカッション（アクティブラーニング手法）や様々な生涯スポーツの体験によって学んでいく（主に第5回～第１４回の内容を含む）。

テキスト

・安部孝、琉子友男（２０２０）『これからの健康とスポーツの科学第5版（KSスポーツ医科学書』講談社
・文部科学省「生涯スポーツ」https://www.mext.go.jp/a_menu/05_d.htm

参考書・参考資料等

スポーツ庁『令和４年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」の結果について』2023年
https://www.mext.go.jp/sports/content/20230324-spt_kensport02-000028561_1.pdf

学生に対する評価

スクーリング評価（25%）、レポート評価（25%）、科目修得試験（50%）