

講 義 概 要

科目名	保健体育Ⅱ	2学年	時間 単位	15時間 1単位
担当講師	釧路短期大学 山本 瑠美			
<授業のねらい> 身体の効率的な動かし方、効果的な動作の取得などの実践的な運動スキルを高めるとともに、個人のメンタルコントロールや対人コミュニケーションを通し協調性などの社会的スキルの向上をめざす。				
<講義内容> ・ オリエンテーション 授業のねらいと進め方，ならびにからだ慣らしの運動を行なう ・ 実技（ボッチャなどの障がい者スポーツも体験する） グループでのスポーツで作戦や対策なども話し合い、グループダイナミクス発揮する ・ まとめ 講義全体の振り返りを行う				
<教科書・参考書> なし				
<評価方法> 日々の講義の取り組みと講義の中での実技を総合的に判断し点数化する				
<配点> 100点				