

# 講義概要

科目名	保健体育 I	1学年	時間 単位	30時間 1単位
担当講師	釧路短期大学 山本 瑠美			
<p>&lt;授業のねらい&gt;            体育理論・実技を学び健全な身体を育成し，集団行動力や協調性を身につける</p>				
<p>&lt;講義内容&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 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</li> <li>・ 実技（長縄跳び、ドッジビー、バドミントン、バレーボールなど）</li>   <li>・ まとめ                講義全体の振り返りを行う</li> </ul>				
<p>&lt;教科書・参考書&gt;            なし</p>				
<p>&lt;評価方法&gt;            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</p>				
<p>&lt;配点&gt;            100点</p>				