

科目名		スポーツ実習 1			年度	2025
英語表記		Sports Course 1			学期	通年
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	オリエンテーション	この科目の意義を理解する	1 授業内容の説明	どのようなスポーツに取り組むかを理解する	3	
			2 レクリエーションとは	どのようなレクリエーションを行うかを理解する		
			3 スポーツの意義とは	運動することで体にどのように影響するかを理解する		
2	ドッチボール	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
3	サッカー	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
4	フットサル	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
5	テニス	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
6	水泳	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
7	ポートボール	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
8	ゲートボール	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
9	ゴルフ	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
10	バドミントン	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
11	ロードレース	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
12	野球	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
13	レクリエーション企画	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
14	レクリエーション準備	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		
15	レクリエーション本番	運動	1 ルール説明	この競技のルールを理解する	3	
			2 チーム編成	ルールに則ってチーム編成を実施する		
			3 試合実施	試合を行う		

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等