

開講年次・時期	1年後期	授業回数	8回	時間数	15時間	必修・選択	選択	授業形態	講義	単位数	1単位
---------	------	------	----	-----	------	-------	----	------	----	-----	-----

科目コード	LA110	科目名	スポーツと健康(講義)	担当者名	三浦 真知子
授業の概要	ストレスや間違った食習慣などが身体にどのような影響があるかなどを知り正しい食生活や適度な運動がいかに重要かを学ぶことがねらいである。				
科目の到達目標	具体的な問題から健康・スポーツに伴う個人的定義を理解する。				
DPの観点	①判断力②専門知識・技能⑦主体性				
授業時間外学修(予習・復習)	授業で扱うトピックについて事前に30分程度調べてくる。授業で学んだことの理解をさらに深める。				
フィードバックの方法	提出された課題について随時フィードバックを行う。教務課より期末試験の結果が返却される。				
単位認定の要件	授業に毎回出席し、フィードバックシートを提出すること。				
評価の方法・割合(%)	授業に臨む姿勢20% まとめ80%				
履修上の注意事項	幼稚園教諭免許取得のための必修科目である。				

回数	予定	実施	テーマ・内容	観点	方法
1			生活の中にどのように運動が入っているか	①・②・⑦	ミニッツペーパー
2			運動の科学的基礎	①・②・⑦	ミニッツペーパー
3			やせる仕組み、無理なダイエットが身体に与える影響について	①・②・⑦	ミニッツペーパー
4			ダイエットに失敗しないための食事法、仕方	①・②・⑦	ミニッツペーパー
5			栄養と健康①	①・②・⑦	ミニッツペーパー
6			栄養と健康②	①・②・⑦	ミニッツペーパー
7			性とスポーツ	①・②・⑦	ミニッツペーパー
8			まとめ	①・②・⑦	ミニッツペーパー
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
期末試験					

使用テキスト	
参考文献 参考URL	
備考	

10の観点	①判断力②専門知識・技能③意欲・継続力④協働性⑤コミュニケーション能力⑥幅広い教養⑦主体性⑧社会性⑨情報活用能力⑩論理的思考力
-------	---

授業の自己評価	
---------	--