

# 体育実技

科目ナンバリング ESS-110  
選択 1単位

鈴木 賀映子

## 1. 授業の概要(ねらい)

本授業の目的は、学習指導要領の「体育」に記載された内容の理解と、その指導を行うための資質の獲得である。また、各運動領域の理論と技能の習得だけでなく、将来、教職を目指す者としてふさわしい社会性や協調性の育成を目指す。

集団の活動を通して、仲間と協力して目標を達成するための姿勢を養う。

## 2. 授業の到達目標

学習指導要領及び解説に示されている、体育実技を指導する上で必要最低限な理論と技能を習得する。集団の中で求められる社会性、協調性を習得する。

## 3. 成績評価の方法および基準

授業参加度 40%  
実技テスト 60%

## 4. 教科書・参考文献

参考文献

文部科学省 『小学校学習指導要領』

文部科学省 『小学校学習指導要領解説(体育編)』

## 5. 準備学修の内容

基本的な体力の維持・増進や健康管理は、体育実技を指導するだけでなく社会人として求められる最低限の素質である。体力に自信のない学生は、各自授業時間外に基礎体力の向上に努めること。

また、運動が苦手な学生も、授業時間外に基礎的な資質や能力を身に付ける努力をすること。

## 6. その他履修上の注意事項

単に運動技能を習得だけでなく、教職を目指す者として当然の資質と態度を身に付けてほしい。

集団の中でグループ活動を行うことで、協同的に学び合い相互学修ができる環境を構築できるよう努めてほしい。

毎回、必ず運動にふさわしい服装に着替えて集合すること。

けがには十分に注意すること。

貴重品の管理は各自が責任をもって行うこと。

## 7. 授業内容

【第1回】 オリエンテーション

【第2回】 陸上競技①

【第3回】 陸上競技②

【第4回】 器械運動①

【第5回】 器械運動②

【第6回】 器械運動③

【第7回】 水泳①

【第8回】 水泳②

【第9回】 表現運動①

【第10回】 表現運動②

【第11回】 表現運動③

【第12回】 表現運動④

【第13回】 ボール運動①

【第14回】 ボール運動②

【第15回】 ボール運動③、まとめ

※各単元の最後には、実技テストを実施する。

※施設状況により、種目変更の可能性もある。