科目ナンバリング	U-LAS41 10001 PJ49						
授業科目名 <英訳>	スポーツ実習ＩＡ ［ソフトボール］ Sports I A [Softball]			担当者所属 職名・氏名	人間・環境学研究科 教授 河崎 靖		
群	健康・スポーツ科目群	分野(分類)	スポーツ実習			使用言語	日本語
旧群	D群	単位数	1単位	週コマ数	1コマ	授業形態	実習（対面授業科目）
開講年度・開講期	2024・前期	曜時限	金1	配当学年	全回生	対象学生	全学向

[授業の概要・目的]

本実習「ソフトボール」では、「投げる」・「捕る」・「打つ」などの基礎技術の向上を目的とします。ソフトボールを通じて今後の健康管理や体力づくりについて考えるきっかけになればと思います。

[到達目標]

ストレッチングやコンディショニングを踏まえて、ソフトボールの基本的な動作を習得します。

[授業計画と内容]

第1回：ガイダンス（グラウンド）
第2～7回：コンディショニング、競技に必要な動き（投球・捕球）の習得、基礎技能（バッティング）の向上、ゲーム
第8～14回：コンディショニング，基礎技能（ウィンドミル投法）の練習、ゲーム
第15回：フィードバック

[履修要件]

特になし

[成績評価の方法・観点]

出席状況と実習への取り組みに基づいて総合的に評価します。
意欲・態度・技能【60%】・理解・関心・知識【40%】

[教科書]

使用しない

[参考書等]

（参考書）
授業中に紹介する

[授業外学修（予習・復習）等]

自分自身の体のコンディショニング。

[その他（オフィスアワー等）]

スポーツ実習の履修には保険への加入が必要です。原則として「学生教育研究災害傷害保険」（学研災）および「学研災付帯賠償責任保険」（付帯賠責）に、留学生は学研災および「学生賠償責任保険」（学賠）に加入して、授業に参加してください。