「自分」と向き合う

（キャンプ、焚き火、ラペリング　等）

【後期】 スポーツ・レクリエーション （第3体育館）

（担当：佐近　慎平）

（履修可能人数（目安）：30名）

【学習目標】

１．医療・福祉・健康のプロフェッショナルとして、
自らのスポーツの必要性について理解する。

２．レクリエーションの概念を理解する。

３．様々なスポーツに触れ，楽しみながら体を動かすことができる。

【内容】

○　キンボールスポーツ

○　フラッグフットボール

○　アルティメット

○　グラウンドホッケー（ユニホック）　など

キンボールスポーツ

キンボール説明動画

キンボール・ゲームの様子

【特徴】

１．3チームが一緒にプレイする

２．ボールアタック　⇒　レシーブ　を繰り返す

３．「見る」よりも「する」スポーツ

2
8
9
4

グラウンドホッケー（ユニホック）

【特徴】

１．スケートを履かないで行うホッケー

２．スウェーデン発祥

３．運動量・競技性・意外性がある

【後期】 スキー　（胎内スキー場）

（担当：吉松　梓ほか）

（履修可能人数（目安）：50名）

【学習目標】

１．医療・福祉・健康のプロフェッショナルとして、
自らのスポーツの必要性について理解する。

２．生涯スポーツとして、スキーを楽しむ。

３．スキーの基本技術を身につけ，安全に滑走することができる。

【内容】

1. 事前指導（2コマ）
2. 実習（3泊4日）　2020.2.12（水）~2.15（土）

※別途実習経費がかかります（¥33,000-程度＋レンタル代）

学生主体の楽しい授業

最新の技術を懇切丁寧に
わかりやすく指導

スキーを楽しむ！
技術向上
間違いなし！

後期集中のスキー授業！
お待ちしています！

【前期】 ゴルフ　（多目的グラウンド・陸上競技場ほか）

（担当：武田　丈太郎）

（履修可能人数（目安）：10名）

【学習目標】

1．医療・福祉・健康のプロフェッショナルとして、自らのスポーツの必要性について理解する。

2．ゴルフの特性を理解し、基本的な知識と技術を習得する。

3．生涯スポーツとして行えるようになるために、ルールやマナーを身につける。

【内容】

- 握り方、構え、スイング等の基本練習、ターゲットバードゴルフなど

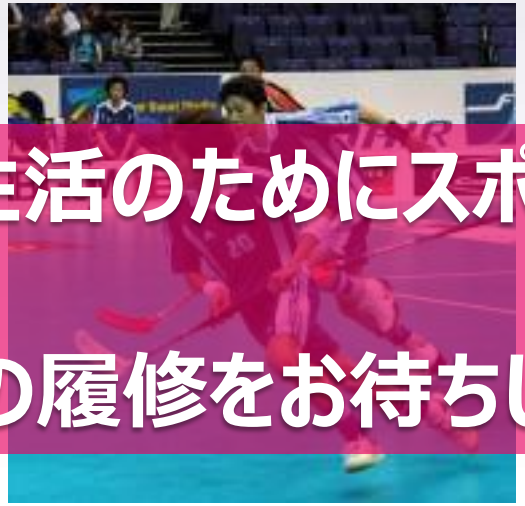
【予定】

通常授業：5月8,15,22,29，6月5,12,19,26，7月3,10,17

学外授業：8月3日９時～12時（東港ゴルフガーデン）※現地集合・現地解散

【条件】

- 初心者優先
- 学外授業に参加できることが条件
- 別途諸費用（グローブ(1,500円程度)、学外授業(2,000円程度)）



健康で充実した学生生活のためにスポーツを！

多くの学生のみなさんの履修をお待ちしています