

0260
0270
0280
0290**健康と身体運動文化 I～IV**
(ゴルフ) ・ 第 2 期：8 月 1 日～8 月 3 日

1 単位 (面接授業 1 単位)

高橋宗良講師

授業の概要と目標

日本人の健康寿命と平均寿命の差は概そ 10 年であり、これを短縮し QOL を高めるためには適度な運動、栄養、休養が必要である。特に運動については、生涯に渡って継続していくことが望まれており、これに適したスポーツのひとつとしてゴルフが挙げられる。またゴルフはスポーツとして楽しいだけでなく、学生時代の人格形成にすばらしい影響を与えることができると言われている。

この授業ではゴルフの技術・技能の習得と同時に、人間関係や、エチケット、ルール、マナー、歴史などゴルフの知的文化的な部分も学び、人間形成に役立たせることを目的とする。

課題の概要

○面接授業課題

- ・ゴルフというスポーツの概念
- ・ゴルフ用具の知識
- ・ゴルフスイングの技術
- ・バター

授業計画

[面接授業]

大学のグラウンドで実技を行う。

- 第 1 日 午前 学習計画の説明、用具の名称、グリップ、スタンス
午後 アドレス
- 第 2 日 午前 片手スイングドリル
午後 アプローチ、フルショット
- 第 3 日 午前 パッティング、アプローチゲーム
午後 ラウンドプレー、マナー、エチケット

成績評価の方法

授業出席状況 60%、技術マナーに対する理解度 40%

履修条件及び履修年次

[履修年次] 1～4 年次

[履修条件] 1 年間に履修できるのは I～IV のうち 1 科目のみ。II は I の単位を、III は II の単位を、IV は III の単位を修得した者に限る。

[備 考] 複数の開講期間のうち、種目に限らずいずれかの期間で受講し合格した場合、同年度の他期間の受講は不可。種目の選択はスクーリング受講申込時に行う(多数の場合抽選による)。I～IV とも同じ内容の授業を行う。

教材等

資料は授業時に配布する。

その他

運動着運動靴に着がえ、ゴルフ用手袋の用意をすること。
ゴルフクラブ、ボール等については大学で用意する。