

2020年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツトレーナー科三年制											
エアロビック1											
対象	2 年次	開講期	後期	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	須藤・枝川			実務 経験	有	職種	エアロビックインストラクター				
授業概要											
エアロビックダンス技能検定初級レベルの技術の修得とエアロビックダンスの特性について学びます。											
到達目標											
グループエクササイズを体験し各種目の基本動作と技術の習得。遊び楽しさ・一体感・自己表現やコミュニケーション能力を高めます。											
授業方法											
実技授業											
成績評価方法											
実技試験・平常点											
履修上の注意											
授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができない。学校指定のウェア着用。											
教科書教材											
必要に応じて配布											
回数	授業計画										
第 1 回	オリエンテーション										
第 2 回	～ 1 3 回初級エアロビック実技										
第 1 4 回	～ 1 5 回まとめ										