

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											
スイミングA											
対象	1 年次	開講期	前期	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	橘			実務 経験	有	職種	スイミングインストラクター				
授業概要											
水泳の特性について理解し、レベル別に応じた的確な指導が行える能力を養います。											
到達目標											
健康運動として非常に有効な水中運動・水の特性を理解しましょう。また、クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの4泳法を練習して25m完泳を目指します。											
授業方法											
学内施設（プール）にて実技中心に行います											
成績評価方法											
実技試験・平常点											
履修上の注意											
危険行為はしないこと。（講師の許可無しでの入水・指導以外の飛込みや潜水・水泳道具以外の持込み等）盗難防止の為、ロッカーには必ず鍵をかけること。見学の場合は、授業が終わるまで静かにしていること。											
教科書教材											
必要に応じて資料配布											
回数	授業計画										
第1回	オリエンテーション										
第2回	水泳理論										
第3回	～4回水中運動										

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	
スイミングA	
第4回	～14回4泳法
第15回	水中運動と4泳法