

2021年度 日本工学院八王子専門学校											
応用生物学科											
スポーツ実習 1											
対象	1 年次	開講期	通年	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	各スポーツインストラクター等			実務経験	有	職種	インストラクター等				
授業概要											
スポーツを通じ身体を鍛え人間力を向上させる。											
到達目標											
健康の維持増進やレクリエーションを目的として、いつでも、誰でも、どこでも自分のライフスタイルや興味に応じてスポーツに取り組める基礎を作る。											
授業方法											
①安全に怪我をせずスポーツに参加できるようにする。②スポーツマンシップに乗っ取りルール・マナーを身につけ楽しく競技に参加する。③参加競技の楽しさ・喜びを知り、生涯スポーツとして行えるようにする。											
成績評価方法											
授業内に行われる実技、積極的な授業の参加度など総合的に判断し評価する。											
履修上の注意											
授業は、オリエンテーション時における講義、および、実習中の実技で構成されている。実技指導は、実施競技のインストラクターが中心となり行うので、専門的で高度な技術修得が期待できる。											
教科書教材											
オリエンテーション時に配布する「実習要項」を熟読のこと。											
回数	授業計画										
第 1 回	集団行動と安全管理										
第 2 回	スポーツ実技 ①										
第 3 回	スポーツ実技 ②										

2021年度 日本工学院八王子専門学校	
応用生物学科	
スポーツ実習 1	
第4回	スポーツ実技 ③