2023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高めます。

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

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ため、専門的で高度な技術修得が期待できる。怪我や体調管理に留意しながら参加の事。また、全授業時間の４分の３以上を出席しない場合は成績判定を受けられないので注意する事。

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

2023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