

2023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											
陸上											
対象	1年次	開講期	前期	区分	必	種別	実技	時間数	30	単位	1
担当教員	邑木			実務 経験	有	職種	陸上競技コーチ				
授業概要											
陸上、ジョギング・ウォーキングの特性について理解し、年齢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											
陸上競技（走・跳・投）における種々の種目特性を理解し、指導者スキルの向上を目指します。基礎的知識を理解し、技術のポイントを確認しながら反復トレーニングを実施し、技術獲得・理解度向上を目指します。スポーツを通し「指導者」としてのスキル向上だけでなく、様々な社会の中における「社会人」としての基礎的能力向上も目指します。実技を通しての行動力や他者とのコミュニケーション能力を養うことを目指します。											
授業方法											
それぞれの種目を体験するなかで種目特性を理解できるよう授業展開します。指導スキル向上のため、毎回の授業の中でそれぞれの種目におけるポイントを説明します。											
成績評価方法											
試験・レポート・平常点											
履修上の注意											
授業に出席するだけでなく、社会への移行を前提とした受講マナーで授業に参加することを求めます。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ません。服装は原則学校指定ウェア。教材は事前連絡に従って各自用意します。											
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	ウォーキング										
第3回	～9回基本動作										

2023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

陸上

第10回

～ 1 1 回基本動作の理解度確認

第12回

～ 1 5 回基本動作のチェックと修正指導