

|  |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
|--|-----------|-----|----|----------|---|----|---------------|-----|----|----|---|
| 2023年度 日本工学院八王子専門学校  |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| スポーツ健康学科三年制 スポーツインストラクターコース  |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| スイミングB   |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 対象   | 2年次       | 開講期 | 前期 | 区分       | 選 | 種別 | 実技            | 時間数 | 45 | 単位 | 1 |
| 担当教員   | 橘、大野      |     |    | 実務<br>経験 | 有 | 職種 | スイミングインストラクター |     |    |    |   |
| 授業概要   |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| フォームの矯正を行い、模範となる泳法、横泳ぎを習得。さらに集団・個人の指導法の実習、指導計画の立案評価、心肺蘇生法について学びます。                                     |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 到達目標   |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 日本スポーツ協会公認スポーツ指導者(水泳指導員)に必要な基礎的な教養を身につけることを目標とします。水の特性を理解し、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50m完泳をめざします。  |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 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   |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 実技を総合的に評価します。  |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 履修上の注意   |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 危険行為はしないでください（講師の許可無しでの入水・指導以外の飛び込みや潜水・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てください。見学の場合は、授業が終わるまで静かにしてください。 |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 教科書教材  |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 特になし   |           |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |
| 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  | 水中運動      |     |    |          |   |    |               |     |    |    |   |

2023年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科三年制 スポーツインストラクターコース

スイミングB

第4回

泳力チェック

第5回

～第14回実技（クラス別指導…中級以上・初級）

第15回

実技まとめ