

科目名	スポーツ実習 2							年度	2025
英語科目名	Sports Exercise 2							学期	通年
学科・学年	応用生物学科 2年次	必／選	選	時間数	30	単位数	1	種別※	実習
担当教員	各スポーツインストラクター等	教員の実務経験		有	実務経験の職種		インストラクター等		
【科目の目的】 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。									
【科目の概要】 スポーツを通じ身体を鍛え人間力を高めます。									
【到達目標】 A. 授業にはすべて出席する必要がある。体調管理を万全に整え、遅刻欠席のないように務めることができる。 B. 安全に怪我をせずスポーツに参加できるようになる。 C. ルール・マナーを身につけて参加競技の楽しさ・喜びを知り、生涯スポーツとして行えるようになる。									
【授業の注意点】 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こと。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。									
評価基準＝ルーブリック									
ルーブリック 評価	レベル3 優れている		レベル2 ふつう				レベル1 要努力		
到達目標 A	本科目の実習に無遅刻・無欠席である。		本科目の実習に1回だけ遅刻した。				本科目の実習に2回以上遅刻または1日以上欠席した。		
到達目標 B	準備運動を実施して、インストラクターの指示に従い怪我をすることなく安全に参加できた。		インストラクターの指示に従って怪我をすることなく参加できた。				インストラクターの指導に従わずに怪我をした。		
到達目標 C	ルール・マナーを身につけ生涯スポーツとして行える。		ルール・マナーを身につけている。				ルール・マナーを身につけていない。		
【教科書】 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。									
【参考資料】 なし									
【成績の評価方法・評価基準】 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。									
※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。									

