

日本工学院八王子専門学校	開講年度	2019年度（平成31年度）	科目名	スイミング A	
科目基礎情報					
開設学科	スポーツ健康学科	コース名	スポーツインストラクターコース	開設期	前期
対象年次	1年次	科目区分	必修	時間数	30時間
単位数	1単位	授業形態	実技		
教科書/教材	必要に応じて資料を配布します				
担当教員情報					
担当教員	橘		実務経験の有無・職種	有・スイミングインストラクター	
学習目的					
健康運動実践指導者取得に必須科目です。 スイミングは、子供から高齢者まで幅広い年齢層で行われている運動です。健康のための運動として、水中運動・水泳技法に関して実技を行い、指導者として活かすことを目的とします。					
到達目標					
健康運動として非常に有効な水中運動・水の特性を理解しましょう。 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25m完泳を目指します。実技経験から指導方法を学びます。					
教育方法等					
授業概要	・学内施設（プール）にて実技中心に行います				
注意点	・危険行為はしないで下さい。（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下さい。 ・見学の場合は、授業が終わるまで静かにしましょう。トイレ等で授業を離れる場合は必ず声を掛けて下さい。				
評価方法	種別	割合	備 考		
	試験・課題	0%			
	小テスト	0%			
	レポート	0%			
	成果発表 （口頭・実技）	100%	実技を総合的に評価します		
	平常点	0%			
授業計画（1回～15回）					
回	授業内容		各回の到達目標		
1回	オリエンテーション		注意事項の伝達・水の特性・水泳の特性について理解します		
2回	水泳理論		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法理論を習得します		
3回	水中運動①		水中運動を理解します		
4回	水中運動②		水中運動を理解します		
5回	実技①（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
6回	実技②（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
7回	実技③（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
8回	実技④（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
9回	実技⑤（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
10回	実技⑥（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
11回	実技⑦（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
12回	実技⑧（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
13回	実技⑨（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
14回	実技⑩（クラス別指導…中級以上・初級）		クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの泳法向上することができます		
15回	実技まとめ		水中運動・4泳法（25m）が習得できます		