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	スポーツ実習１

科目基礎情報

開設学科	建築設計科	コース名		開設期	後期
対象年次	1年次	科目区分	選択	時間数	30時間
単位数	1単位	授業形態	実習		
教科書/教材	なし				

担当教員情報

担当教員	根本毅	実務経験の有無・職種	有・建築設計

学習目的

スポーツは、規定のルールの中で自らの体を用いて展開される社会・文化的な活動である。スポーツ実習１では、生涯を通じたスポーツ実践に必要不可欠である身体能力を養成するとともに、基礎的技術を修得し、運動を通して協調性・協働作業能力を身に付ける。スポーツ実習を通して身体を使う基本的技能の習得することを学習目的とする。

到達目標

スポーツ実習1の到達目標は第一に体力の向上である。卒業後に向けて今のうちになるべく体力を向上させ健康の維持増進を目指し、卒業後も継続的な運動を行うことで、健康維持を図ることができる。第二にスポーツを楽しむために必要な競技ルールや審判法について学ぶと共に基本技能の習得を目指す。積極的に授業に参加し、スポーツを大いに楽しむことを望む。

教育方法等

授業概要	競技①～③について、屋外または屋内での実施を主とする。授業は前期期間中に２日間実施日を指定し、行う。競技内容は天候等を勘案し決定するものとするが、サッカー・野球・バスケットボール・ドッジボール・バスケットボールのいずれかとする。
注意点	運動に適した服装（トレーニングウエアなどの運動着で，ジーンズなどの私服での参加は認めない）とスポーツシューズを用意すること。用具は一式揃っているが，自分の用具を持っていれば持参してもよい。出席は自己管理して出席不足にならないようにすること。授業時数の4分の3以上出席しない者は単位を認定しない。日本工学院 授業心得(学生用)を守ること。

評価方法	種別	割合	備　考
	実技	50%	実技の試合等を総合的に評価する
	平常点	50%	各回授業の授業態度を総合的に評価する

授業計画（１回～３回）

回	授業内容	各回の到達目標
１回	競技①	競技①のルールを理解し、体力の向上を図ることができる。
２回	競技②	競技②のルールを理解し、体力の向上を図ることができる。
３回	競技③	競技③のルールを理解し、体力の向上を図ることができる。