

スポーツ実習ⅠA [フィットネス] (2)

[成績評価の方法・観点]

成績は平常点（技術習得度、授業態度）から総合的に評価する。

[教科書]

必要な学習事項についてはプリント・資料を配布する。

[参考書等]

（参考書）

必要な学習事項についてはプリント・資料を配布する。

[授業外学修（予習・復習）等]

日頃から積極的に身体を動かし、睡眠不足や食事を欠食する事のないよう体調管理に気をつけること。

[その他（オフィスアワー等）]

スポーツ実習の履修には保険への加入が必要です。原則として「学生教育研究災害傷害保険」（学研災）および「学研災付帯賠償責任保険」（付帯賠償）に、留学生は学研災および「学生賠償責任保険」（学賠）に加入して、授業に参加してください。