

2025年度 スポーツ実技・実習科目の履修について

城西大学における健康スポーツⅠ～Ⅲと各実習科目は、実技が伴う科目です。設備等の関係から人数制限があります。そのため、Webで履修登録後に抽選を行います。下記内容をよく確認して正しく登録してください。

履修方法と講義開始

(1) 履修申請時に、JUnaviで履修登録をします。なお、講義名は、曜日時限ごとの代表講義（定員：各種目定員の合算）となります（下記の講義名例を参照）。

＜講義名例＞

水1「健康スポーツⅠA（ウォーキング・卓球・バドミントン）」

木1「健康スポーツⅠA（バドミントン・卓球）」

（定員：各種目定員の合算）

(2) 当選者は、第1回目授業に必ず出席してください（着替え不要）。筆記用具、顔写真（3×3.5cm）を持参して体育館アリーナ集合してください。このとき、各種目への振り分けを実施して、受講種目を決定します。自分の希望種目が定員超過のため受講できない場合は、その曜日時限の他の種目を受講することができます。

※1回目に出席しないと、原則的に希望種目への履修登録ができません（※原則、定員に空きがある種目に振り分け）。

※履修取消を希望する場合は、履修修正期間内に、所属学部の履修訂正方法にて、履修削除のみ申請可能とする。

※希望種目が定員超過で受講できない場合であっても、他の曜日・時限の履修変更はできません（履修取消のみ可）。

(3) 第2回目の授業では、どの種目も共通で体力テストを実施します。運動着に着替えて、室内専用シューズ、筆記用具、スマートフォン等を持参して体育館アリーナ集合にしてください（※測定結果をスマートフォン等で入力しますので忘れずに）。※体力測定は授業の1回分になりますので、必ず出席してください。

(4) 第3回目の授業から、各種目に分かれて通常授業の開始となります。各担当の教員から指示された場所に、運動着（室内専用シューズもしくは屋外用シューズも種目に応じて準備すること）に着替えてから集合してください。授業開始前にJUナビまたは体育館入口前のホワイトボードを確認してください。

種目について

授業では実技および適宜講義が行われます。以下は各科目において実施される種目です。

（学部によって実施されない種目がありますので、時間割をよく確認してください）

学年	健康スポーツⅠ・Ⅱ		実習（経営・現代のみ）
	Ⅰ（A・B）	Ⅱ（A・B）	
1年生 (2～4年生も履修可)	バドミントン	サッカー	スポーツコーチング実践A（エアロビクス）
	テニス	バレーボール	スポーツコーチング実践B（陸上運動）
	ゴルフ	ソフトボール	スポーツコーチング実践C（水泳水中運動）
	卓球	バスケットボール	スポーツコーチング実践D（ベースボール型）
	シェイプアップ		
	ウォーキング		
	トレーニング		
2年生 (3・4年生も履修可)	健康スポーツⅢ（A・B）		実習（経営・現代のみ）
	バスケットボール		
	ソフトボール		
3年生以降 (4年生も履修可)			実習（経営・現代のみ）
			トレーニング指導法実習
			スポーツ科学演習

※単位数は全て半期1単位です。

※スポーツ資格に関連する科目については、別紙の「2025年度 スポーツ関連の資格取得について（経営・現代政策）」を参照してください（経営学部と現代政策学部の学生が対象）。

受講方法

- 服装は運動のできる服装（ジャージ）、スポーツシューズ（体育館では室内専用履き、屋外では屋外用シューズ）を用います。ジーンズ等の普段着や、革靴、ブーツなどでの授業への受講は認めません。
- 雨天時でも授業は実施します。屋外授業は屋内で実施しますので、授業開始前にJUナビまたは体育館入口前のホワイトボードを確認すること。
- 体育館更衣室のロッカーは、コイン返却式で、実質無料で利用できます。盗難が多いため、授業開始後に更衣室自体を施錠し、授業終了前に再開錠します。貴重品はロッカーに入れず、担当教員（貴重品バッグを教員が持参します）に預けるようにしてください。
- その他、授業に関する告知は、JUナビまたは体育館入口前のホワイトボードで行いますので、確認して下さい。

評価方法

- 評価する内容は、「選択した種目に対する理解度（ルールや知識など）」、「選択した種目における課題の達成度（技術習得や提出物など）」、「実習への取り組み（受講状況や受講態度含む）」の3点です。各担当教員によって評価基準や評価の配点などは異なりますので、シラバスや授業で確認してください。
- 大学では出席点はありませんが、スポーツ実技や実習の授業はその特性上、出席することが前提で、出席を含めた取り組みが重要視されます。やむを得ない正当な理由での遅刻、欠席、見学等は認められますので、その場合は担当教員に届けてください。

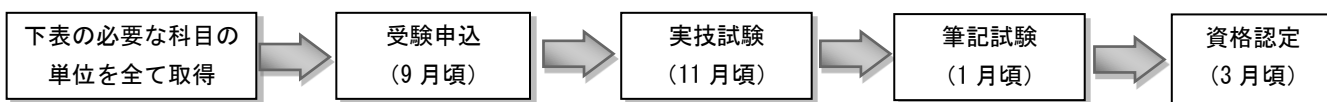
2025年度 スポーツ関連の資格取得について（経営・現代政策）

城西大学経営学部および現代政策学部では下記のスポーツ関連の資格を取得することができます（※一部は経営学部のみ取得可能）。これらの単位は卒業単位にも含まれます。将来スポーツの指導者になりたい人、スポーツに係わる仕事をしたい人、スポーツ科学を学びたい人、部活動で成果を上げたい人などは積極的に資格取得を目指してください。

健康運動実践指導者（健康体力づくり事業財団）

健康づくりのための運動指導をすることができる資格です。医学的基礎知識、運動生理学の知識、運動指導の知識・技能等を持ち、健康づくりを目的として作成された運動プログラムに基づいて、実践指導を行うことが出来ると認められた方に与えられます。

※資格取得に必要な科目の単位を取得すると**受験資格**が与えられ、実技・筆記試験合格を経て、資格が与えられます。（最短3年次3月頃取得可能）



スポーツコーチングリーダーおよびアシスタントマネージャー（日本スポーツ協会）

スポーツコーチングリーダーはスポーツ指導の基礎を学ぶ資格です。将来、地域におけるスポーツクラブなどで指導者や教員になりたい方におすすめの資格です。また、上位資格であるアスレチックトレーナー、クラブマネージャーの取得を目指す際に、いくつかの講習が免除されます。この資格は、下記の単位を取得（見込み）すれば、4年次に申請し、卒業式に卒業証書とともに、資格認定証が授与されます。

アシスタントマネージャー（経営学部のみ）は必要の科目を履修し、単位取得後に認定試験の受験資格が得られます。

資格取得に必要な科目と教科書

学年	講義名	健康運動 実践指導者 (11科目)	スポーツ コーチングリーダー (6科目)	アシスタント マネージャー (経営のみ) (8科目)
1年次	スポーツコーチングⅠA		B	B
	スポーツコーチングⅠB		B	B
	スポーツコーチング実践A	A		
	スポーツコーチング実践B	A		
	スポーツコーチング実践C	A		
2年次	健康スポーツ心理学	A	B	B
	健康スポーツ生理学概論	A	B	B
	健康マネジメント概論	A		
	スポーツ医学	A	B	B
	健康スポーツ栄養マネジメント論	A	B	B
	体力トレーニング論	A		
3年次	スポーツバイオメカニクス	A		
	トレーニング指導法実習	A		
	スポーツ組織研究			C
	地域スポーツマネジメント研究			C

教科書（購入方法については、後日 WebClass の「スポーツ資格」のページにてお知らせします）

※教科書は書店で購入できません。

- A 健康運動実践指導者 養成用テキスト；(財)健康・体力づくり事業財団 ￥5,720
- B リファレンスブック；(財)日本スポーツ協会 ￥4,840
- C 公認アシスタントマネージャー 養成テキスト；(財)日本スポーツ協会 ￥2,420