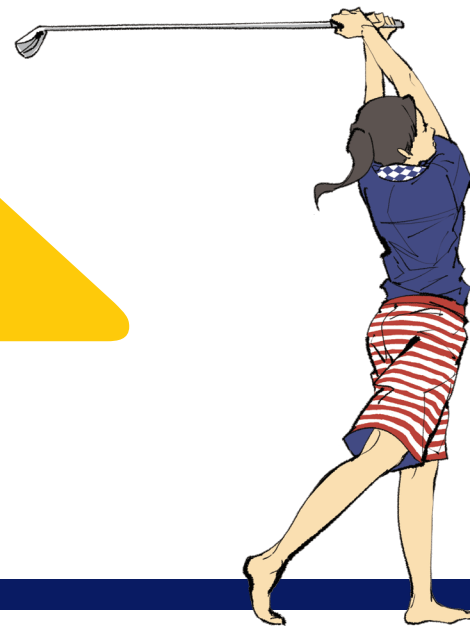




参考：明治27年
「風俗画報」



2022

育



充実実技 42

健康でいたい!
楽しみたい!

自由に種目を選び、
高校までとは一味違う「体育」を学んでみましょう!

慶應義塾大学の体育実技は
感染症対策を実施した上で
開講されています。

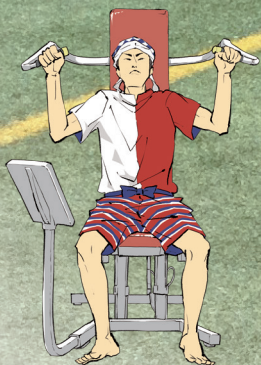
with コロナ

Sports Weekly

ウィークリースポーツ

ウィークリースポーツでは、「身体」を通した様々な体験により、未来を切り開くための行動力を育みます。また、学部学科学年の枠を超えた仲間づくりや大学生活の友を見つける良い機会にもなります。

目吉キャンパスや三田キャンパスで40種目を超える多くの実技授業が開講されています。



※過去の授業風景写真が含まれています。

* 実技 * 日吉 ... 36科目

Select選ぶ楽しみ

☐ フィットネストレーニング

☐ ハンドボール

☐ スマートウォーキング

☐ フットサル

☐ 軟式野球

三田 ... 5科目

オンライン ... 1科目

☐ エアロビクス

☐ サッカー

☐ ゴルフ

☐ 剣道

☐ ボディコンディショニング(ヨガ)

☐ ボディコンディショニング(ピラティス)

☐ ソフトボール

☐ ボクシング

☐ 合気道

☐ ボディコンディショニング(エアロビクス&ヨガ)

☐ レクリエーショナルスポーツ

☐ アーチェリー

☐ テニス

☐ ボディコンディショニング(ヨガ&ピラティス)

☐ フライングディスク

☐ フェンシング

☐ ボディコンディショニング(ピラティス)

☐ バレエエクササイズ

☐ 柔道

☐ 空手

☐ ボディコンディショニング(ヨガ)

☐ 水泳

☐ 剣道

☐ 合気道

Youtubeで授業紹介をしています

☐ 気功

☐ 卓球

☐ 器械体操

☐ 太極拳

☐ バックカントリースキル

☐ トランポリン

☐ バスケットボール

☐ 新体操

☐ 自動車

☐ バレーボール

☐ ボディメイクエクササイズ

☐ バドミントン

☐ テニス

実技科目の履修には保健管理センターの定期健康診断受診が必須です!



フィットネストレーニング



水泳



ソフトボール



レクリエーショナルスポーツ



フットサル



バレーボール



ピラティス



フライングディスク



テニス



ハンドボール



バスケットボール



剣道



バドミントン



講義

講義・演習では、体育・スポーツを実技とは違った側面から学んでいきます。スポーツとは何か？体育・スポーツ環境を取り巻く社会的問題は？どうしたら上手くなるか？など様々な面から体育・スポーツをその道に関して実践経験豊富な各教員が明らかにしていきます。

- ☐ パフォーマンス心理学
- ☐ スポーツ統計学の基礎
- ☐ スポーツコーチング概論Ⅰ
- ☐ メガスポーツ・イベント論
- ☐ ハイパフォーマンスとトレーニング科学

- ☐ スポーツ進化論
- ☐ スポーツコーチング概論Ⅱ
- ☐ 健康とスポーツの科学
- ☐ スポーツとジェンダー
女性スポーツを考える

演習

- ☐ BLS(ベーシックライフサポート)演習
～救急法の基礎～

※事情により休講になる可能性があります。
詳しくは体育研究所HPをご覧ください。

自然の中でのスポーツには、環境に適応した技能や安全管理など、キャンパス内で行うウィークリースポーツや講義・演習とは異なる面白さがあります。大自然の中で多くの学生と寝食を共にする過程において自然環境の厳しさを学びながら、スポーツを通じた実学を学ぶことができます。

シーズンスポーツ

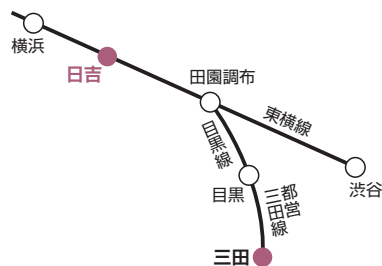
- ☐ アウトドアレクリエーション
- ☐ スキー
- ☐ スケート
- ☐ マリンスポーツアクティビティ

- ☐ セーリング(ヨット)
- ☐ 山岳(クライミング)
- ☐ ビーチバレー

※事情により休講になる可能性があります。詳しくは体育研究所HPをご覧ください。



※過去の授業風景写真が含まれています。



時間があれば 日吉へ行こう!

日吉の異文化交流で新しい出会い!



屋内50×10コースの公認プール

インドアテニスコート

全天候型の人工芝グラウンド

▲ <https://www.keioswim.jp/about/swimming-section/>

●三田キャンパスでも体育実技が開講されています。

体育研究所

検索

<https://ipe.hc.keio.ac.jp/>

授業の履修方法や各種スポーツイベント、
スポーツ研究等、全ての情報はこちらにあります。



問い合わせ先 慶應義塾大学 体育研究所 Tel.045-566-1068 Fax.045-566-1089