

武道（柔道）

担当教員 小澤 雄二

配当年次 1年

開講時期 第2学期

単位区分 選択

授業形態 実技

単位数 1

準備事項

備考

【授業のねらい】

我が国固有の文化である柔道の実技を通して、その特色である攻撃、防御の理合いを知り、巧みで素早い動きを身につけるとともに、相手を尊重し健康や安全に気を配りながら、課題に応じた運動への取り組み方が工夫できるような指導を行う。あわせて、柔道の各種技能を習得し、柔道の楽しさ、必要性を学ぶとともに、生涯にわたる運動習慣を身につける。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	柔道の歴史、練習法、授業の説明、諸注意を説明できる
2	柔道の基本動作について説明できる
3	柔道の基本となる技について説明できる
4	柔道のかかり練習について説明できる
5	柔道の約束練習について説明できる
6	柔道の形の意義と練習について説明できる
7	柔道の形の練習と演武について説明できる
8	柔道の固め技について説明できる
9	柔道の固め技の連絡について説明できる
10	柔道の固め技の実践練習について説明できる
11	柔道の立技から固め技への移行について説明できる
12	柔道の練習について説明できる
13	柔道のルールについて説明できる
14	柔道の形のできばえについて説明できる
15	総合練習及び形の演武を行う

【履修上の注意事項】

特になし

【評価方法】

実技試験60% レポート40%

【テキスト】

講義中に資料を配布する。

【参考文献】

特になし

武道（剣道）

担当教員 山下 忍

配当年次 1年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第1学期

授業形態 実技

単位数 1

【授業のねらい】

日本の伝統文化としての剣道を理解させる。剣道の基礎的技能の実践を通じ、心身の鍛練と技能の向上を図る。さらに剣道の特性をとらえ知識の向上、生涯体育としての位置づけを行う。初心者にも分かり易く、基礎から導入し、簡易な試合や審判ができるようにする。

【授業の展開計画】

- 1 剣道の歴史、礼法や作法を説明できる
- 2 稽古着、袴の着装。竹刀と刀の構造。立礼、座礼を説明できる
- 3 竹刀の握り方と中段の構え、さらには足さばきについて説明できる
- 4 足さばきと素振り、基本打突について説明できる
- 5 防具の説明と防具のつけ方としまい方を説明できる
- 6 木刀を用い4に関する動き、対人技能を説明できる
- 7 打ち込み練習、切り返しを説明できる
- 8 木刀を用い日本剣道形の1本目と2本目を説明できる
- 9 木刀を用い日本剣道形の3本目と4本目を説明できる
- 10 木刀を用い日本剣道型5本目を説明できる
- 11 日本剣道型1本目から5本目までの説明ができる
- 12 応用技能について説明できる
- 13 約束練習について説明できる
- 14 自由稽古について説明できる
- 15 試合の審判法について説明できる

【履修上の注意事項】

予習として剣道のルール、剣道形の解説について十分把握しておくこと
復習として剣道競技ルール、審判のしかた、剣道形について配布プリントを読み、剣道形の練習をすること。
竹刀の点検を十分に行うこと

【評価方法】

レポート20%、自主的学習態度10%、実技テスト70%による総合評価

【テキスト】

使用しない

【参考文献】

特に指定しない

ダンス (エアロビクスを含む)

担当教員 藤崎 道子

配当年次 2年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第2学期

授業形態 実技

単位数 1

【授業のねらい】

ダンスは身体運動による表現であり、身体を通して自己の内なる感情を表現したり、イメージや創造性を深めることで、心豊かな人間形成につなげていくねらいがある。本講座では音楽に合わせて思いっきり全身を動かすことで爽快感や楽しさを味わいながら身心を解放していくことができる。様々なダンスの基本動作を習得することができる。ダンスウォーミングアップを指導できるようになる。ダンスを創作することで創造性を豊かにし、柔軟な思考ができるようになる。を到達目標として展開していきます。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	オリエンテーション (授業の進め方、成績評価の方法、その他諸注意) ダンスDVD鑑賞
2	学校体育における「ダンス」の位置づけとねらい・ダンスとエアロビックダンスとの違いを理解する
3	現代的リズムのダンス① (アップテンポの曲に合わせてのびのびと動く)
4	現代的リズムのダンス② (表現力を高めるためのアイソレーション・基本ステップの習得)
5	現代的リズムのダンス③ (課題ダンス習得と表現理解)
6	現代的リズムのダンス実技技能テスト (課題ダンスによる個人技能テスト)
7	フォークダンス (日本の踊りと世界のダンスについて調べ、実際に踊る)
8	創作ダンスの作り方・考え方 (発表会DVD鑑賞)
9	創作ダンス① (現代的な楽曲によるダンスを創作する) 曲決め、構成を考える。
10	創作ダンス② (グループでの創作活動)
11	創作ダンス③ (隊形移動や見せ方を工夫する)
12	創作ダンス④ (発表会に向けた踊りこみ・完成度を高める)
13	ダンス発表・鑑賞会 (作品を鑑賞し他者評価の仕方を学ぶ)
14	エアロビックダンス体験
15	ダンスの教育的価値についてグループで検討し、発表する。

【履修上の注意事項】

実技に支障をきたすようなものを身につけないこと。(アクセサリ)
 学習指導要項のダンスの分野に必ず目を通しておくこと。
 現代的ダンス創作に向けて、踊りやすい楽曲を調べておくこと。

【評価方法】

個人技能実技試験 30%、創作ダンス発表 40%、レポート 20%、学習態度 10%

【テキスト】

特になし

【参考文献】

特になし

水泳（アクアビクスを含む）

担当教員 行實 鉄平

配当年次 3年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第1学期

授業形態 実技

単位数 1

【授業のねらい】

【目的】本授業では、有酸素運動に適した水中運動の体験を通して、水中での運動の留意点を理解するとともに、健康づくりに必要な運動に対する意識を高めることを目的としている。

【到達目標】具体的には、「水中での身体の使い方と推進力の理論について理解したものを文章で表現できる」、「水難訓練の手順を実践できる」、「アクアエクササイズを実践できる」、「基本ストロークの技術練習や泳力練習を実践できる」ことを目的としている。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	オリエンテーション（アクアフィットネス概論）
2	水中運動の留意点
3	水中ウォーキング
4	アクアエクササイズ（道具を使ったエクササイズ）
5	アクアエクササイズ（音楽を使ったエクササイズ）
6	水中安全管理について
7	溺者への対応
8	水中運動プログラムの計画と管理
9	けのびの習得
10	フリーストローク (Free-Stroke) の習得
11	ブレストストローク (Breast-Stroke) の習得
12	バックストローク (Back-Stroke) の習得
13	バタフライストローク (Butterfly-Stroke) の習得
14	ターンの習得
15	泳力テスト

【履修上の注意事項】

授業前には水泳に関する参考文献および映像などを確認し、スケジュールに該当する個所の予習をしておくこと（60分）。授業後は復習として、コミュニケーションペーパー（振り返りシート）を記入していただきます（30分）。また、外のプールでの実習となるため、日焼け対策を考えておいてください。さらに、水着、帽子、ゴーグル、タオル、給水用の水筒などは、各自で準備しておいてください。

【評価方法】

本授業は、「授業への取り組み」、「コミュニケーションペーパー」、「泳力」の3つの観点から総合評価を行います。評価配分は「授業への取り組み50%」、「コミュニケーションペーパー30%」、「泳力20%」とします。

【テキスト】

必要に応じて資料を配布するため、特になし。

【参考文献】

日本水泳連盟(編)：水泳指導教本「地域スポーツ指導者用」、大修館書店。日本赤十字社(編)：赤十字水上安全法講習教本、日本赤十字社。日本スイミングクラブ協会(編)：アクアフィットネス・アクアダンスインストラクター教本、大修館書店。

陸上競技（ジョギング・ウォーキングを含む）

担当教員 玉江 和義

配当年次 2年

開講時期 第2学期

単位区分 選択

授業形態 実技

単位数 1

準備事項

備考

【授業のねらい】

本科目は、理論講義と実技実践の組み合わせによって構成される。理論講義においては、ルールや科学的根拠に基づいて陸上競技を理解・解釈していく。実技では、受講者個人が到達目標を設定し、自律的身体機能の向上を図りながら、基本的な運動技術の獲得、および指導法の基礎について習得する。

【授業の展開計画】

- 1 ガイダンス（受講者のグループ分け）
- 2 ウォームアップの内容と方法
- 3 ランニングドリル+12分間走
- 4 陸上競技のルール（トラック種目-1）
- 5 陸上競技のルール（トラック種目-2）
- 6 ランニングドリル
- 7 変形リレー競争
- 8 ウォームダウンの内容と方法
- 9 Long Slow Distanceの理解と実践
- 10 陸上競技のルール（フィールド種目-1）
- 11 陸上競技のルール（フィールド種目-2）
- 12 トラック種目のコーチング
- 13 フィールド種目のコーチング
- 14 陸上競技特有のスポーツ傷害の予防と対策
- 15 テストとまとめ

【履修上の注意事項】

陸上競技を行なうにふさわしいウェアとシューズを着用のこと。筆記用具なども必ず準備されたい。講義資料を前もって予習しておくこと。また復習すること。

【評価方法】

平常点(30%)とテスト(70%)

【テキスト】

資料を用意し配布する

【参考文献】

練習法百科 陸上競技（大修館）

体操（器械体操を含む）

担当教員 藤崎 道子

配当年次 3年

開講時期 第2学期

単位区分 選択

授業形態 実技

単位数 1

準備事項

備考

【授業のねらい】

文部科学省の指導要領改訂により体操は【体づくり運動】と名称変更され、小学校～高等学校までの全ての学年で取り組まれることとなった。本授業ではからだを動かすことの楽しさや心地よさを味わいながら心と体をほぐしたり、体力を高めるための運動の行い方を理解することをねらいとする。本授業での到達目標は①体の基本的な動きができる②目的に応じた運動の行い方を理解し、動き方を創意工夫することができる③仲間と協力し楽しくかつ安全に運動を行うことができる とする。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	オリエンテーション（授業の進め方、成績評価の方法、現代の健康問題を知る、その他諸注意）
2	学校体育における「体づくり運動」の位置づけと狙い
3	体ほぐし運動実習 ～体を動かす楽しさを伝えるプログラムとは～
4	体ほぐし運動実習 ～体の調子を整える運動とは～
5	体ほぐし運動実習と演習 心とからだの相関性について理解を深める
6	ラジオ体操の実践と指導 正しい動き方をマスターする
7	ラジオ体操の実践と指導 ラジオ体操を指導する
8	現代に合った体操をグループで創る（グループワーク発表）
9	体力を高める運動の必要性とは 体の変化と体力の変化を理解する
10	体力を高める運動1 体の柔軟性を高めよう～マット運動・ストレッチ～
11	体力を高める運動2 持続する能力を高めよう～エアロビックダンスを楽しむ～
12	体力を高める運動3 筋力を高めよう～正しいトレーニングの方法～
13	体力を高める運動4 心の柔軟性を高めよう～ヨガ体験～
14	トータルエクササイズの指導例 全てを網羅した運動実施計画を知る
15	まとめ・筆記確認テスト

【履修上の注意事項】

実技中心ではあるが、毎時間必ず筆記用具を持参すること。
毎時間の行った実技の内容を必ずまとめる（復習）
ラジオ体操の歴史について事前に調べておくこと（予習）

【評価方法】

実技試験 30%、筆記試験 30%、レポート 20%、学習態度 15%、発表 5%

【テキスト】

中学校学習指導要項解説 保健体育編（文部科学省）

【参考文献】

バレー・バスケット

担当教員 宮良 俊行、加藤 千尋

配当年次 2年

開講時期 第2学期

単位区分 選択

授業形態 実技

単位数 1

準備事項

備考

【授業のねらい】

バスケットボールを切り口にゴール型ゲームの特性を理解し、教員養成課程の一部として体育授業の構成方法や評価について学び、課題発見、課題解決方法の探究、協調性、教授法などを身につける。
バレーボールは、ネットを挟んで対するチームがボールを打ち合い、得点を競うスポーツである。授業を通して、学修者がバレーボールのルールを理解し、基本的な技術・戦術および指導法を習得できることを目指す。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	バスケットボールの特性の理解Ⅰ 戦術的課題の理解(ゴール型ゲームとは?) (加藤)
2	バスケットボールの特性の理解Ⅱと実践 戦術的課題の理解(ゴール型の「攻守」とは?) (加藤)
3	ゴール型ゲームの戦術の理解Ⅰと課題発見(貢献を評価する視点) (加藤)
4	ゴール型ゲームの戦術の理解Ⅱと課題発見(チーム内の役割の明確化) (加藤)
5	ゴール型ゲームの授業づくりⅠ(授業の目的の明確化と授業の構成、発問方法) (加藤)
6	ゴール型ゲームの授業づくりⅡ(カリキュラムの構成と評価方法) (加藤)
7	ゴール型ゲームの授業づくりⅢ(評価:個人の成長とチームの変化) (加藤)
8	バレーボールの特性の理解、学習の流れ、ゲームの工夫 (宮良)
9	個人技能の練習、パス、レフト、スパイクなどの各個人の能力の向上を目指した練習 (宮良)
10	集団技能の練習、ゲームを採り入れた練習、チームでの役割(ポジション)の検討 (宮良)
11	集団技能の練習、自分たちにあった役割、そしてフォーメーションを考える (宮良)
12	班別ルール体験ゲーム (宮良)
13	正式ルールによるゲーム (宮良)
14	正式ルールによるゲーム、テスト (宮良)
15	ボールやルールを工夫したゲーム、チームも続き達成感を味わえるルールの工夫 (宮良)

【履修上の注意事項】

体育実技の出来る服装で出席すること。授業前にはシラバスを見て講義内容を予習し、不明な点は各自で学習すること。また、講義後はその内容を整理し、疑問点があれば、解決するように努めること。

【評価方法】

実技試験 80%、レポート 20%

【テキスト】

特になし

【参考文献】

バスケットボール：高校時に使用した体育実技副教材 「アクティブスポーツ2017」大修館
『身になる練習法 バレーボール』秋山 央著 ベースボール・マガジン社

ラグビー・サッカー

担当教員 藤原 大樹

配当年次 2年

開講時期 第1学期

単位区分 選択

授業形態 実技

単位数 1

準備事項

備考

【授業のねらい】

ラグビー・サッカーは「ゴール型ゲーム」であり、攻守入り混じってボールを奪い合い、得点するという特徴を持っている。この授業では、学修者がラグビーとサッカーそれぞれのスポーツにおけるボール操作とボールをもたないときの動きを習得し、更にはルール、練習法、指導法に関する基礎的な理論を身につけることができる。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	オリエンテーション：授業内容の説明、ウォーミングアップ
2	サッカー 基礎的なルールの理解
3	サッカー 基礎練習1：パス、トラップ、ドリブル
4	サッカー 基礎練習2：シュート、ヘディング
5	サッカー 応用練習1：3vs1、3vs2
6	サッカー 応用練習2：ハーフコートの練習
7	サッカー ミニゲームの指導法、審判法
8	ラグビー 基礎的なルールの理解（DVD視聴）
9	ラグビー 基礎練習1：パス、ハンドリング、ランニング
10	ラグビー 基礎練習2：キック、タックル
11	ラグビー 基礎練習3：スクラム、ラインアウト
12	ラグビー 応用練習1：オフENSESの基礎、2vs1、3vs2
13	ラグビー 応用練習2：ディフェンスの基礎
14	ラグビー タグラグビーの指導法と審判法
15	サッカーとラグビーのまとめ

【履修上の注意事項】

トレーニングウェアを着用すること
 サッカーシューズ、ラグビーシューズ又はトレーニングシューズを用意すること
 授業前に指導案レポートを作成すること。授業後に学習内容を復習すること

【評価方法】

授業レポート60% 期末レポート40%

【テキスト】

特になし

【参考文献】

サッカーのルールと審判法（浅見俊雄・永嶋正俊：大修館）
 ラグビー-3ヵ月でうまくなる基本スキル（井上正幸：株式会社 学研プラス）

体育原理

担当教員 田井 健太郎

配当年次 3年

開講時期 第1学期

単位区分 選択

授業形態 講義

単位数 2

準備事項

備考

【授業のねらい】

【ねらい】本授業では、身体、体育、スポーツに関する哲学的アプローチについて理解することを目的とする。歴史的な理解を踏まえて現在の問題について意見を持つことをねらいとする。

【到達目標】①身体、体育、スポーツの諸問題について歴史的、哲学的観点から討議できる。②体育、スポーツの概念について説明できる。③身体、体育、スポーツの現代的問題について様々な意見を整理することができる。

【授業の展開計画】

この講義では、体育授業を想定した体育の考え方を学びながら、体育授業における「スポーツ教材」の捉え方にも「知識、思考・判断」が必要であることを理解できるようにする。体育理論の学習方法にもふれる。

週	授 業 の 内 容
1	本講義の目的、内容等の説明、「体育、スポーツ」に関する調査
2	体育学とスポーツ科学
3	体育・スポーツの哲学研究法
4	体育とは何か1 体育の現状分析
5	体育とは何か2 身体教育の歴史
6	体育とは何か3 教育概念
7	体育とは何か4 体育概念のまとめ
8	スポーツとは何か1 スポーツの現状分析
9	スポーツとは何か2 スポーツの歴史、オリンピックと政治、人権
10	スポーツとは何か3 文化概念
11	スポーツとは何か4 スポーツ概念のまとめ
12	スポーツの倫理1 スポーツでは勝つことが全てか？ どこまでがドーピングとなるか？
13	スポーツの倫理2 コーチングとは。スポーツ指導者の責任とは。
14	スポーツの倫理3 体育、スポーツに関する倫理的問題：指導者の責任、人権、ドーピング、性別
15	講義全体のまとめ スポーツ、体育、身体思想

【履修上の注意事項】

この授業は、教育職員免許法施行規則の定める免許教科中学校・高等学校「保健体育」の教科専門科目「体育原理」の一般的・包括的事項を含む内容を講義する。

・メモをとる！メモには「テクニカルターム（術語）」「重要事項」「関連事項」「ひらめいたこと」を！

・講義の内容については資料で確認する。どこで何を調べることができるかをすること、が重要！！

考える！自分なりの思考で構わない。大切なのはいつも自分が問いを発し、回答を用意すること

【評価方法】

授業内小レポート：授業毎に小レポートを課し、授業内容の理解及び授業内容に対しての思考、発想について評価する（評価基準40%）

テスト：期末に行うテストでは講義内容についての基礎的な知識の理解及び自身の思考、発想について評価する（評価基準60%）また、レポート、小テストなどのフィードバックを授業で行う。

【テキスト】

特に指定しない。

【参考文献】

『身体教育を哲学する』佐藤臣彦 1993、『身体教育の思想』樋口聡 2005、『体育・スポーツの哲学的見方』久保正秋 2010

スポーツ心理学

担当教員 藤原 大樹

配当年次 3年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第2学期

授業形態 講義

単位数 2

【授業のねらい】

運動・スポーツ現場で働く人間にとって、運動・スポーツ場面における人間行動の理解は必須である。この授業では、運動・スポーツ行動の心理的メカニズムについて学習する。特に、運動・スポーツへの心理面の影響、心理面への運動・スポーツの影響、身体活動促進のための心理的働きかけについての理解を深める。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	オリエンテーション・運動・スポーツ心理学とは
2	運動・スポーツとパーソナリティ：競技者のパーソナリティ
3	スポーツと動機づけ：競技動機、達成動機、原因帰属、目標設定
4	運動・スポーツスキルの獲得：運動学習理論、技能評価・フィードバック
5	スポーツ集団における集団力学：集団課程、凝集性、チームビルディング
6	リーダーシップ：PM理論、フォロワーシップ
7	スポーツキャリア：参加・継続・離脱・バーンアウト
8	メンタルトレーニング：MTとは、基本的なスキルの紹介
9	スポーツ傷害と心理的サポート：スポーツ傷害、ストレス、リハビリテーション
10	スポーツと攻撃性：暴力行為、逸脱行為、観客の暴動
11	運動・スポーツの心理的効果：QOL、自己概念、ストレスマネジメント
12	運動実習：ストレス測定とレポート作成
13	身体活動プロモーション：運動行動の決定因、介入モデル
14	身体活動プロモーション：行動変容理論
15	授業のまとめ

【履修上の注意事項】

授業中に提示されるキーワードについて復習すること

【評価方法】

試験 70% レポート 30%

【テキスト】

なし

【参考文献】

よくわかるスポーツ心理学：中込四郎・伊藤豊彦・山本祐二（2012）ミネルヴァ書房
 スポーツ心理学事典：日本スポーツ心理学会編（2008）大修館書店

スポーツ経営学

担当教員 行實 鉄平

配当年次 3年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第2学期

授業形態 講義

単位数 2

【授業のねらい】

【目的】本授業では、スポーツ経営学の学問領域における知を基軸とし、スポーツに関する組織や制度（仕組み）を理解することで、スポーツ組織の力を高めスポーツの環境整備に必要な対策を創造できる能力を養うことを目的としている。

【到達目標】1) スポーツ経営学の理論体系を説明できる。2) 自身の興味関心のある個別スポーツ組織におけるマネジメント方策を説明できる。3) グループワークにおいて学習した知識を用いた議論ができる。

【授業の展開計画】

1. オリエンテーション（スポーツ経営学概論）
2. 我が国を取り巻く現状と課題
3. スポーツ経営の概念と構造
4. 運動者行動と運動生活の捉え方
5. スポーツ事業と経営資源
6. スポーツ事業論(1)エリア・サービスの捉え方とスポーツ施設の性格
7. スポーツ事業論(2)プログラム・サービスの捉え方とタイプや形態論
8. スポーツ事業論(3)クラブ・サービスの捉え方と地域スポーツ経営論
9. スポーツマネジメントのトピック(1)総合型地域スポーツクラブのマネジメント
10. スポーツ事業論(4)スポーツマーケティングの基本
11. スポーツ経営過程論(1)計画：経営計画の種類と立案プロセス
12. スポーツ経営過程論(2)組織：組織の構造と特性
13. スポーツ経営過程論(3)統制：経営評価の視点とコントロール
14. スポーツマネジメントのトピック(2)NPO法人格と指定管理者制度
15. 総括

【履修上の注意事項】

授業前は教科書や参考文献およびインターネット等でスケジュールに該当する個所で使われている言葉の意味等を中心とした予習しておいてください（90分）。授業後は、毎時間、コミュニケーションペーパーを記入していただき、振り返りを行います。その内容をまとめる作業をしてください（90分）。

【評価方法】

本授業は「授業への取り組み（グループワークを含む）：30%」「コミュニケーションペーパー（毎時提出）：20%」「試験：50%」の3つの視点で総合評価する。

【テキスト】

「テキスト体育・スポーツ経営学」柳沢和雄・木村和彦・清水紀宏（編）大修館書店 ¥1800+税

【参考文献】

「新しいスポーツマネジメント」山下秋二・中西純司・松岡宏高（編）大修館書店 ¥2400+税

「よくわかる スポーツマネジメント」柳沢和雄・清水紀宏・中西純司（編）ミネルヴァ書房 ¥2400+税

スポーツ社会学

担当教員 立木 宏樹

配当年次 3年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第2学期

授業形態 講義

単位数 2

【授業のねらい】

スポーツというものが、どのように誕生し私たち人間の生活の中で如何なる機能してきたのかを社会学の視点から学び、今日の社会におけるスポーツのもつ役割機能を理解し、今後の人々の生活にけるスポーツのあり方を検討できる能力をつけることを目的とする。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	社会学とは何か
2	スポーツ社会学とは スポーツ社会学の領域
3	スポーツとは何か スポーツの本質からその歴史的展開
4	近代スポーツから現代スポーツへ
5	現代スポーツと社会 スポーツと人間生活との関係
6	スポーツの役割機能
7	文化としてのスポーツ
8	競技としてのスポーツ
9	遊びとしてのスポーツ
10	スポーツと地域社会
11	健康づくりとスポーツ
12	スポーツにおける社会問題
13	産業とスポーツの関係
14	障がい者スポーツの現状と課題
15	ライフサイクルとスポーツ

【履修上の注意事項】

講義の展開が構造的に組み立てられているので、欠席しないように注意する。授業前に出された課題を完成させて授業に臨み、授業後は授業前の課題と授業で学んだことを比較して復習をすること。

【評価方法】

授業への取り組みと態度20% レポート提出80%

【テキスト】

使用しない

【参考文献】

適宜紹介する

運動学

担当教員 山下 忍

配当年次 2年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第1学期

授業形態 講義

単位数 2

【授業のねらい】

運動学は人の運動行動を知るための学問であり、運動の科学的な解析、研究を種々の医学的分野と理工学的分野の知識、手技、手段を利用して理解し、人間の運動機能を十分に理解できるようになる。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	運動学の概要、及び運動の階層性について説明できる
2	運動の解析に必要な身体計測の方法について説明できる
3	筋力検査法の表示法、判定基準、及び要点について説明できる
4	運動力学から見た身体機能について説明できる
5	筋の構造と機能について説明できる
6	筋収縮の分類と特徴について説明できる
7	画像診断装置を用いて筋収縮の仕組みを説明できる
8	運動と循環器の機能について説明できる
9	関節トルク、反射行動について説明できる
10	トレーニングの種類とその効果について説明できる
11	デイトレーニングにおける身体機能の特徴を説明できる
12	運動の制御と出現について説明できる
13	姿勢について説明できる
14	歩行について説明できる
15	運動学習の効果について説明できる

【履修上の注意事項】

“予習として教科書で予告した内容を十分に把握しておくこと。
 復習として授業内容中の指示された図をスケッチすること。
 授業後オリジナル出席カードの備考欄に授業の内容および感想を必ず書くこと。”

【評価方法】

レポート30%、自主的学習態度20%、小テスト50%による総合評価

【テキスト】

『基礎運動学 第六版』中村隆一、斉藤宏著（医歯薬出版）

【参考文献】

『臨床運動学 第3版』中村隆一、斉藤宏著（医歯薬出版）

身体の測定・評価

担当教員 倉野 久美、手嶋 智子

配当年次 2年

開講時期 第1学期

単位区分 選択

授業形態 講義・演習

単位数 1

準備事項

備考

【授業のねらい】

学習者が、身体機能ならびに身体能力の測定と評価方法について学び、スポーツ障害の予防やスポーツパフォーマンスの向上へ寄与することができる。

【授業の展開計画】

倉野：アスレティックトレーナーとして実業団バスケットチーム・プロサッカーチームと契約勤務経験。スポーツ理学療法士として病院勤務経験。

週	授 業 の 内 容
1	総論（倉野・手嶋）
2	姿勢・アライメントの評価（倉野・手嶋）
3	形態計測（倉野・手嶋）
4	関節弛緩性の評価・関節可動域測定・筋タイトネスの検査（倉野・手嶋）
5	関節弛緩性の評価・関節可動域測定・筋タイトネスの検査（倉野・手嶋）
6	徒手筋力検査（倉野・手嶋）
7	機具を用いた筋力評価（倉野・手嶋）
8	痛みの評価（倉野・手嶋）
9	バランスの評価（倉野・手嶋）
10	全身持久力の検査測定（倉野・手嶋）
11	敏捷性・協調性の検査測定（倉野・手嶋）
12	身体組成の検査測定（倉野・手嶋）
13	一般的な体力測定（倉野・手嶋）
14	一般的な体力測定（倉野・手嶋）
15	まとめ（倉野・手嶋）

【履修上の注意事項】

- ・アスレティックトレーナー（AT）を目指す学生は、必ず受講すること。
- ・下記のテキスト2冊を授業開始前までに必ず準備すること。
- ・授業は積極的姿勢でのぞみ、実習の際は適した服装で受講すること。
- ・予習は、授業前にテキストを読み、基礎知識である解剖学・運動学について再学習しておくこと（30分）
- ・復習は、特に指定の評価技術（ROMテスト、MMT、整形外科的テスト）は、実技として習得すること（60分）

【評価方法】

実技試験と筆記試験を総合的に判断し評価する。
再テストは実施しない。

【テキスト】

- ①公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第5巻 検査・測定と評価
- ②新・徒手筋力検査法 協同医書出版社

【参考文献】

整形外科・スポーツ傷害診察ハンドブック 別府諸兄（監訳） NAP

生理学 I

担当教員 田口 太郎

配当年次 1年

単位区分 必修

準備事項

備考

開講時期 第1学期

授業形態 講義

単位数 2

【授業のねらい】

疾患の理解や治療の実践においては、正常な人体の機能（生理学）の正しい理解が必要不可欠である。生理学 I では、まず生理学の基礎として細胞機能および活動電位の仕組みを説明できるようになること、続いて、血液、呼吸および心機能と血液循環に関する基礎理論を理解し、これらの正常状態を正しく説明できるようになることを目的とする。サブテキストを用いた小テストを通して、さらに理解を深める。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	細胞機能の基礎
2	血液：赤血球、ヘモグロビン、鉄代謝、血液型
3	血液：白血球、免疫
4	血液：血小板、血液凝固
5	呼吸：呼吸器系の構造、換気機能、呼吸力学
6	呼吸：ガス交換、呼吸ガスの運搬
7	呼吸：呼吸運動の調節
8	酸塩基平衡
9	心臓：膜電流
10	心臓：自律神経による調節
11	心臓：心電図、心臓の収縮
12	循環：血管の構造と機能、血行力学
13	循環：大循環、微小循環
14	循環：循環調節
15	循環：特殊部位の循環、リンパ循環

【履修上の注意事項】

高校の生物および化学を復習しておくこと。受講前に教科書の該当項目を必ず読んでおくこと。授業後は自分でノートを整理して復習しておくこと。

【評価方法】

毎回の課題30点、筆記試験70点、合計100点とする。再試験は筆記試験のみで評価する。

【テキスト】

1. 「シンプル生理学（改訂第7版）」著：貴邑富久子/根来英雄. 南江堂
2. 「生理学マスター」著：影山照雄. 医道の日本社

【参考文献】

1. 「標準生理学（第8版）」監修：小澤澗司、福田康一郎. 医学書院
2. 「ガイトン生理学 原著第13版」総監訳：御手洗玄洋. エルゼビア・ジャパン

生理学Ⅱ

担当教員 田口 太郎、野口 恭庸

配当年次 1年

開講時期 第2学期

単位区分 必修

授業形態 講義

単位数 2

準備事項

備考

【授業のねらい】

疾患の理解や治療の実践においては、正常な人体の機能（生理学）の正しい理解が必要不可欠である。生理学Ⅱでは、消化・吸収と代謝機能、腎機能と体液の調節、および筋と神経に関する生理機能の基本的な仕組みを説明できるようになることを目的とする。サブテキストを用いた小テストを通して、さらに理解を深める。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	消化と吸収：消化管の構造と神経支配（田口）
2	消化と吸収：消化管運動（田口）
3	消化と吸収：消化液の分泌（田口）
4	消化と吸収：栄養素の分解と吸収（田口）
5	栄養素の代謝、エネルギー代謝（田口）
6	シナプス伝達（神経筋接合部、中枢神経系のシナプス伝達）（野口）
7	運動系：脊髄、脳幹（野口）
8	運動系：小脳、大脳基底核（野口）
9	脳の統合機能：大脳皮質、大脳辺縁系（野口）
10	脳の統合機能：脳波、睡眠、学習、記憶（野口）
11	腎機能：機能的構造、糸球体濾過（田口）
12	腎機能：尿細管機能、尿の濃縮（田口）
13	腎機能：体液の調節、浸透圧、排尿機能（田口）
14	活動電位、イオンチャネル（田口）
15	骨格筋の収縮（田口）

【履修上の注意事項】

高校の生物および化学を復習しておくこと。受講前に教科書の該当項目を必ず読んでおくこと。授業後は自分でノートを整理して復習しておくこと。

【評価方法】

小テスト3回分を15点に換算、筆記試験85点、合計100点とし、60点以上を合格とする。再試験は筆記試験のみで評価する。

【テキスト】

1. 「シンプル生理学（改訂第7版）」著：貴邑富久子/根来英雄. 南江堂
2. 「生理学マスター」著：影山照雄. 医道の日本社

【参考文献】

1. 「標準生理学（第8版）」監修：小澤澗司、福田康一郎. 医学書院
2. 「ガイトン生理学 原著第11版」総監訳：御手洗玄洋. エルゼビア・ジャパン

生理学Ⅲ（講義・演習）

担当教員 未定

配当年次 2年

単位区分 必修

準備事項

備考

開講時期 第2学期

授業形態 講義・演習

単位数 1

【授業のねらい】

【授業の展開計画】

【履修上の注意事項】

【評価方法】

【テキスト】

【参考文献】

運動生理学

担当教員 坂本 将基

配当年次 1年

単位区分 必修

準備事項

備考

開講時期 第2学期

授業形態 講義

単位数 2

【授業のねらい】

1. 学修者が体の構造と機能に関する基礎を理解し、説明できるようになる。
2. 学修者が運動に対する体の応答や運動トレーニングによる体の適応を理解し、説明できるようになる。
3. 学修者が特殊環境下での運動時のからだの働きを理解し、説明できるようになる。”

【授業の展開計画】

1. 運動と呼吸
2. 運動と循環（心臓）
3. 運動と循環（血液）
4. 神経系による運動の調節（末梢神経）
5. 神経系による運動の調節（中枢神経）
6. 骨格筋と運動（筋収縮のエネルギー供給）
7. 骨格筋と運動（筋線維の種類とその特徴）
8. 運動と内分泌
9. 運動中の基質・エネルギー代謝（疲労を含む）
10. 運動と免疫能
11. 運動と環境（高温・寒冷環境）
12. 運動と環境（水中環境）
13. 運動と体温調節
14. 運動と発育・発達・老化
15. 運動時の水分・栄養摂取”

【履修上の注意事項】

授業前には資料や参考文献に目を通し、授業で取り扱う内容を大まかに把握しておくこと。また、毎回の授業終了後、授業内容の理解を深めるよう各自努めること。”

【評価方法】

期末筆記試験による(100%)

【テキスト】

受講にテキストは必須ではないが、自学のために以下の参考文献を推薦する。

【参考文献】

受講にテキストは必須ではないが、自学のために以下の参考文献を推薦する。

公衆衛生学

担当教員 嶋 政弘、阿部 敦

配当年次 2年

開講時期 第1学期

単位区分 必修

授業形態 講義

単位数 2

準備事項

備考

【授業のねらい】

- 1 現代における健康課題を理解するために、その基礎となる知識と技能を習得する。
- 2 私たちを取り巻く自然・社会環境や人々の活動を理解し、心身ともに健康で豊かなQOLの向上を目指すことができる。

【授業の展開計画】

現代の生活様式や環境に起因する様々な健康課題に関心を持ち、それに対し、私たちはどのようにかかわっていくかというテーマで構成する。そのために、ペアを中心としたディスカッションを随所に仕組み、根拠を示しながら自分なりの考えを述べることを目指す。

週	授 業 の 内 容
1	健康の定義と位置づけ
2	健康の要因と公衆衛生の特徴
3	公衆衛生の歴史（公衆衛生の発展に寄与した人物を基に）
4	予防医学とヘルスプロモーション
5	健康な社会を目指して① 健康の測定と健康指標
6	健康な社会を目指して② 人口に関する現状と課題を中心に（阿部）
7	健康な社会を目指して③ 新生児～学童期の生命（母子保健を含む）
8	集団の傾向の把握① 疫学的考えに基づく解析
9	集団の傾向の把握② 実態把握の方法とバイアス（阿部）
10	集団の傾向の把握③ データの種類と解釈
11	感染症とその予防① 感染症成立の条件と発症までの経緯
12	感染症とその予防② 感染症に関する現状と傾向（予防と根絶を含む）
13	食品保健と栄養① 食品の安全（食中毒）と現状
14	食品保健と栄養② 食品の機能と安全性
15	生活習慣病 主な生活習慣病の原因と健康影響（予防と対策を含む）

【履修上の注意事項】

- 1 ペアによるディスカッションをするため、ペアを作って着席する。
- 2 すべてのペアに発言の機会があるので、常に自分の考えを持って参加する。

【評価方法】

ディスカッションへの参加40%、期末試験60%で評価する。
追試験は実施しない。

【テキスト】

使用しない。毎回、学習プリント及び資料を配布する。

【参考文献】

毎回、資料を配布する。参考資料については、授業の中で随時提示する。

環境衛生学

担当教員 星野 輝彦

配当年次 2年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第2学期

授業形態 講義

単位数 2

【授業のねらい】

環境因子と人との相互関係を理解し、生活環境の安全の確保と健康の維持・増進の重要性を認識できる。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	環境衛生学概論：環境衛生の歴史
2	環境因子と人体：環境物質の体内動態と毒性、安全の基準
3	環境化学：生態系と物質動態
4	地球環境の化学：オゾン層破壊、地球温暖化、酸性雨
5	環境因子と健康：化学的因子（重金属、農薬、工業薬品など）の健康への影響
6	環境因子と健康：化学的因子（環境ホルモンなど）の健康への影響
7	環境因子と健康：生物学的因子（病原微生物など）の健康への影響
8	環境因子と健康：物理的因子（放射線など）の健康への影響
9	環境因子と健康：物理的因子（温熱、圧力、騒音など）の健康への影響
10	大気環境と健康：大気汚染の状況と対策
11	水環境と健康：水に由来する健康被害、水質汚濁状況と対策
12	食品環境と健康：食品汚染と食中毒
13	生活環境と健康：室内の汚染物質
14	生活環境と健康：廃棄物の分類と処理方法
15	環境影響評価と対策：環境アセスメント

【履修上の注意事項】

授業前にプリントを読み、わからない語句を調べること。また授業で得た知識を復習しておくこと（60分）。出欠は出席カードを用います。出席カードの裏に講義の感想を書くこと。

【評価方法】

試験90%、レポート10%

【テキスト】

各講義の際にプリントを配布する。

【参考文献】

「環境衛生の科学」篠田純男、那須正夫、黒木広明、三好伸一（三共出版）
「環境衛生科学」大沢基保、内海英雄（南江堂）

学校保健

担当教員 古賀 由紀子

配当年次 3年

単位区分 選択

準備事項

備考

開講時期 第1学期

授業形態 講義

単位数 2

【授業のねらい】

児童生徒の発育・発達、健康、そして学校教育法につながる指導要領等の教育の基礎を把握するとともに、児童生徒の実態から保健教育、保健管理、組織活動の諸活動等を考える。これら学校保健活動の計画と組織を教育計画と学校組織との関連でとらえ、教育の中の学校保健の全貌を述べるができる。

【授業の展開計画】

古賀：養護教諭として公立学校勤務経験

週	授 業 の 内 容
1	学校保健概論・学校保健と関連法、学校保健の目的、学校保健の構造
2	学校保健概論・学校保健の歴史、社会情勢との関連
3	学校保健計画・学校教育目標との関連、保健室経営との関連
4	学校保健組織活動・学校保健関係者と各々の職務、学校保健組織と運営、関連組織
5	学校保健の対象・児童生徒の発育発達の現状と課題
6	学校保健の対象・健康の基礎理論、実態
7	学校保健の対象・心の健康問題、精神保健
8	学校保健活動・健康管理：領域側面、意義、方法
9	学校保健活動・健康管理：健康観察、健康相談
10	学校保健活動・健康管理：健康診断、保健調査
11	学校保健活動・健康管理：学校環境衛生
12	学校保健活動・健康管理：感染症予防
13	学校保健活動・安全管理：学校安全と危機管理、救急処置
14	保健教育：学校における保健教育の考え方、保健学習と保健指導
15	保健教育：性教育、薬物乱用防止教育、食育

【履修上の注意事項】

授業の最後に次の授業内容を予告するので、その内容について調べておく(60分)。授業の復習を行うこと(60分)毎回、授業の振り返りと質問等を最後にかかせるが、内容を確認し、次時に返却する。質問に対しては授業の最初に応える。

【評価方法】

レポート15%、筆記試験85%により評価する

【テキスト】

学校保健ハンドブック 第5次改定 教員養成系大学保健協議会編 ぎょうせい

【参考文献】

新訂版 学校保健実務必携 第一法規

精神保健 I

担当教員 水間 宗幸、平川 泰士

配当年次 3年

開講時期 第1学期

単位区分 選択

授業形態 講義

単位数 2

準備事項

備考

【授業のねらい】

- ・精神の健康についての基本的考え方と精神保健学の役割について説明できるようになる。
- ・精神保健を維持・増進するために機能している専門機関や関係職種の役割と連携について基礎的知識を備える。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	精神保健の概要と課題
2	精神保健の歴史と現代における意義・課題
3	社会構造の変化と新しい健康観
4	ライフサイクルと精神の健康（出生前～思春期）
5	ライフサイクルと精神の健康（青年期～老年期）
6	ストレスと精神の健康
7	生活習慣と精神の健康
8	精神の健康、精神疾患、身体疾患に由来する障害
9	アルコール関連問題と精神保健
10	うつ病と自殺防止対策
11	現代社会を取り巻く諸相と精神保健（長寿・認知症・少子化を巡って）
12	精神の健康に関する心的態度
13	精神保健に関する予防の概念と対象
14	精神保健に関する国、都道府県、市町村、団体などの役割と連携
15	精神保健に関する専門職種

【履修上の注意事項】

- 1 必ず講義ノートを作成すること。また、配布するプリントをファイル化し毎回持参することが必要である（配布資料は何回か使用する可能性がある）。
- 2 授業前にテキストの該当部分を一読しておくこと。
- 3 授業後に配布された資料や講義ノート・テキスト等を用い振り返りを行いながら理解を深めること。

【評価方法】

試験による評価（70%）および 授業中のレスポンスやミニレポート（30%）。なお希望者には個別に評価内容を伝える。

【テキスト】

新・精神保健福祉士養成講座『精神保健の課題と支援（第3版）』中央法規，2018年

【参考文献】

各講義ごとに主要文献を紹介する

救急処置法

担当教員 平崎 和雄、井手 裕子、手嶋 智子、肥後 成美、未定

配当年次 1年

開講時期 第1学期

単位区分 選択

授業形態 講義

単位数 2

準備事項

備考

【授業のねらい】

学習者が生命に関わる緊急を要する救命処置、頭、頸部外傷のような重大事故の救急処置、またスポーツ現場での事故を予測し、事故が発生した際の正しい知識・技術を身につけ、あらかじめ事故発生時における救急処置の対応計画を備える重要性や実施者の心得、緊急性を判断するための的確な障害評価の方法、熱中症、過換気症候群など内科疾患における救急処置の基本的な留意点と適切な手順を自ら実践出来るようになる。また、スポーツ現場で備えておくべき救急処置用機材に関する知識と利用法についても実践・説明できるようになる。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	オリエンテーション (平崎)
2	救急処置の基本的知識 (平崎)
3	スポーツ現場における救急処置 (平崎)
4	外傷時の救急処置 (R I C E処置、止血、テーピング) (井手・手嶋)
5	外傷時の救急処置 (特殊な処置ー理論) (平崎)
6	外傷時の救急処置 (特殊な処置ー実技) (井手・手嶋)
7	外傷時の救急処置 (患部固定法、運搬法) (井手・手嶋)
8	緊急時の救命処置 (C P R理論) (未定)
9	緊急時の救命処置 (C P R実技・基礎) (肥後)
10	緊急時の救命処置 (C P R実技2・応用) (井手・手嶋)
11	緊急時の救命処置 (A E D理論) (平崎)
12	緊急時の救命処置 (A E D実技) (肥後)
13	内科的疾患の救急処置 (急性) (未定)
14	内科的疾患の救急処置 (慢性) (平崎)
15	現場における救急体制 (平崎)

【履修上の注意事項】

実習に際しては適した服装で受講するようにすること。

【評価方法】

受講態度30%、定期試験70%で判断し評価する

【テキスト】

公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第8巻 財団法人日本体育協会

【参考文献】

スポーツ傷害の評価

担当教員 平崎 和雄

配当年次 2年

開講時期 第2学期

単位区分 選択

授業形態 講義

単位数 2

準備事項

備考

【授業のねらい】

学修者が、アスレティックトレーナーはスポーツ障害を評価する上で必要な、スポーツ動作の観察と分析の意義や基礎知識、スキルについて分かりやすく解説し、歩行動作や走動作、投動作などの各動作の基礎知識を習得、競技特性を理解しながら応用し、スポーツ選手の障害の予防やコンディショニングにつなげられる評価スキルを身に着けることができる。

【授業の展開計画】

週	授 業 の 内 容
1	スポーツ障害の評価の目的と意義
2	スポーツ障害の評価とEBM
3	歩行のバイオメカニクス
4	歩行動作に影響する要因
5	走動作のバイオメカニクス
6	走動作に影響を与える要因
7	走動作における外傷、障害の発生機転の特徴とメカニズム
8	ストップ、方向転換動作のバイオメカニクスと影響因子
9	跳動作のバイオメカニクスと影響を与える因子
10	跳動作の外傷、障害の発生メカニズムの特徴
11	投動作のバイオメカニクスと影響を与える因子
12	投動作の外傷、障害の発生メカニズムの特徴
13	あたり動作のバイオメカニクスと影響を与える因子
14	あたり動作の外傷、障害の発生メカニズムの特徴
15	まとめ

【履修上の注意事項】

授業前に前回の作成した図表を復習し、授業後は次回のテキストを予習し動作のイメージをしておくこと

【評価方法】

試験 70%、課題レポート 20%、予習復習による自主的学習態度 10%

【テキスト】

講義中に資料を配布する

【参考文献】

公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト5 「検査測定」

財団法人日本体育協会