

2020年度

講 義 要 項

健 康 ス ポ ー ツ
コ ミ ュ ニ ケ ー シ ョ ン 学 科

西日本短期大学

健康スポーツコミュニケーション学科

<学位授与の方針（ディプロマ・ポリシー）>

DP1 質の高いスポーツ指導者としての人間性、社会性を有する。

DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。

DP3 スポーツ指導の実践力を有する。

DP4 地域社会へのウェルネスの貢献を有する。

<ナンバリングについて>

カリキュラムの体系性を示すため、授業科目に適切な番号を付し分類することで、学修の段階や順序等を表したものです。

■学科コード

- | | |
|-----------|---------------------|
| 1 ビジネス法学科 | 4 保育学科 |
| 2 緑地環境学科 | 5 健康スポーツコミュニケーション学科 |
| 3 社会福祉学科 | 6 メディア・プロモーション学科 |

■科目区分

- | | |
|--------|--------|
| B 基礎科目 | S 専門科目 |
| P 実務科目 | Q 資格科目 |

■開講期

- | | | |
|---------|---------|--------|
| 1 一年次科目 | 2 二年次科目 | |
| S 前期科目 | F 後期科目 | Y 通年科目 |

■必修・選択の区分

- | | |
|------|------|
| R 必修 | E 選択 |
|------|------|

■科目ナンバー

二桁の数字

(例)「心理学」の場合

| 学科コード | 科目区分 | 開講期 | 必修・選択 | 科目ナンバー |
|-------|------|-----|-------|--------|
| 5 | B | 1 S | E | 01 |

<健康スポーツコミュニケーション学科 1年次開講科目>

| 区分 | 授業科目 | ナンバリング | 学位授与の方針（ディプロマ・ポリシー） | | | | ページ |
|----|-------------------|----------|---------------------|------|------|------|-----|
| | | | DP 1 | DP 2 | DP 3 | DP 4 | |
| 基礎 | 心理学 | 5-B2FE01 | ○ | | | | 1 |
| | コミュニケーション演習 | 5-B1SE02 | ○ | | | | 2 |
| | 英語 I | 5-B1SE03 | ○ | | | | 3 |
| | 英語 II | 5-B1FE04 | ○ | | | | 4 |
| | 情報処理演習 I | 5-B1SE05 | ○ | | | | 5 |
| | 情報処理演習 II | 5-B1FE06 | ○ | | | | 6 |
| | キャリア演習 I A | 5-B1SR07 | ○ | | | | 7 |
| | キャリア演習 I B | 5-B1FR08 | ○ | | | | 8 |
| | 総合演習 I A | 5-B1SR09 | ○ | | | | 9 |
| | 総合演習 I B | 5-B1FR10 | ○ | | | | 10 |
| | スポーツ学入門 | 5-B1SR11 | | ○ | | | 11 |
| 専門 | 解剖生理学 | 5-S1SE01 | | ○ | | | 12 |
| | 発育発達論 | 5-S1SE02 | | ○ | | | 13 |
| | 体力学 | 5-S1SE03 | | ○ | | | 14 |
| | 救急処置法演習 | 5-S1SE04 | | ○ | | | 15 |
| | 健康教育学 | 5-S1FE05 | | ○ | | | 16 |
| | 運動生理学 | 5-S1FR06 | | ○ | | | 17 |
| | トレーニング論 | 5-S1FR07 | | ○ | | | 18 |
| | 機能解剖学 | 5-S1FE08 | | ○ | | | 19 |
| | リハビリテーション論 | 5-S1FE09 | | ○ | | | 20 |
| | スポーツ栄養学 | 5-S1FE10 | | ○ | | | 21 |
| | コーチング論 | 5-S1FE11 | | ○ | | | 22 |
| | 社会福祉概論 | 5-S1SE12 | | ○ | | | 23 |
| | 労働法規 | 5-S1FE13 | | ○ | | | 24 |
| | 子どもの保健 | 5-S1SE14 | | ○ | | | 25 |
| | 運動遊び | 5-S2SE15 | | | ○ | | 26 |
| | レクリエーション活動援助法 I A | 5-S1SE16 | | ○ | | | 27 |
| | レクリエーション活動援助法 I B | 5-S1FE17 | | | ○ | | 28 |
| | 障害者スポーツ論 | 5-S1FR18 | | ○ | | | 29 |
| | 障害者スポーツ実技 | 5-S1SE19 | | | ○ | | 30 |
| | バレーボール | 5-S1SE20 | | | ○ | | 31 |
| | バスケットボール | 5-S1FE21 | | | ○ | | 32 |
| | ウォーキング&ジョギング | 5-S1FE22 | | | ○ | | 33 |
| | サッカー | 5-S1SE23 | | | ○ | | 34 |
| | ダンス | 5-S1FE24 | | | ○ | | 35 |
| | ラケット種目 | 5-S1SE25 | | | ○ | | 36 |
| | マリンスポーツ | 5-S1SE26 | | | ○ | | 37 |
| | スノースポーツ | 5-S1FE27 | | | ○ | | 38 |
| | 水泳コーチ論 | 5-S1SE28 | | ○ | | | 39 |
| | 水泳コーチ法演習 | 5-S1FE29 | | | ○ | | 40 |
| | 水泳コーチ法実習 | 5-S1SE30 | | | ○ | | 41 |
| | スポーツ企業情報演習 | 5-S1SR31 | | | | ○ | 42 |
| | スポーツボランティア演習 I | 5-S1SR32 | | | | ○ | 43 |
| | スポーツボランティア演習 II | 5-S1FR33 | | | | ○ | 44 |
| | スポーツ企業実習 I | 5-S1FE34 | | | | ○ | 45 |

○：関連するディプロマ・ポリシー △：次に関連するディプロマ・ポリシー

<健康スポーツコミュニケーション学科 2年次開講科目>

| 区分 | 授業科目 | ナンバリング | 学位授与の方針（ディプロマ・ポリシー） | | | | ページ |
|-----------|----------------|----------|---------------------|------|------|------|-------|
| | | | DP 1 | DP 2 | DP 3 | DP 4 | |
| 基礎 | キャリア演習Ⅱ | 5-B1FR01 | ○ | | | | 46 |
| | 健康スポーツ論 | 5-B2SR02 | | ○ | | | 47 |
| 専門 | スポーツ社会学 | 5-S2SE01 | | ○ | | | 48 |
| | スポーツ心理学 | 5-S2SE02 | | ○ | | | 49 |
| | スポーツバイオメカニクス | 5-S2SE03 | | ○ | | | 50 |
| | スポーツと法 | 5-S2FE04 | | ○ | | | 51 |
| | スポーツ傷害論 | 5-S2SE05 | | ○ | | | 52 |
| | 生涯スポーツ論 | 5-S2FE06 | | ○ | | | 53 |
| | スポーツ施設管理論 | 5-S2FE07 | | ○ | | | 54 |
| | スポーツ指導論 | 5-S2FE08 | | ○ | | | 55 |
| | 公衆衛生学 | 5-S2SE09 | | ○ | | | 56 |
| | 労働衛生学 | 5-S2FE10 | | ○ | | | 57 |
| | 労働安全衛生法 | 5-S2SE11 | | ○ | | | 58 |
| | 幼児体育論 | 5-S2SE12 | | ○ | | | 59 |
| | 子どもの保健 | 5-S1SE14 | | ○ | | | 60 |
| | 児童福祉論 | 5-S2FE14 | | ○ | | | 61 |
| | 幼児体育演習 | 5-S2SE15 | | | | ○ | 62 |
| | 子どもの身体表現 | 5-S2SE16 | | | | ○ | 63 |
| | キッズスポーツ指導演習 | 5-S2FE17 | | | | ○ | 64 |
| | レクリエーション活動援助法Ⅱ | 5-S2FE18 | | | | ○ | 65 |
| | 医学一般 | 5-S2SE19 | | ○ | | | 66 |
| | 運動処方概論 | 5-S2FE20 | | ○ | | | 67 |
| | 測定評価法 | 5-S2SE21 | | | | ○ | 68 |
| | テーピングマッサージ演習 | 5-S2FE22 | | | | ○ | 69 |
| | コンディショニング演習 | 5-S2SE23 | | | | ○ | 70 |
| | トレーニング演習 | 5-S2SE24 | | | | ○ | 71 |
| | 障害者福祉論 | 5-S1FR25 | | ○ | | | 72 |
| | 障害者スポーツ演習 | 5-S2SE26 | | | | ○ | 73 |
| | 健康運動実践指導演習Ⅰ | 5-S2FE27 | | | | ○ | 74 |
| | 健康運動実践指導演習Ⅱ | 5-S2FE28 | | | | ○ | 75 |
| | グループフィットネス指導演習 | 5-S2FE29 | | | | ○ | 76 |
| | エアロビックダンスⅠ | 5-S2SR30 | | | | ○ | 77 |
| | エアロビックダンスⅡ | 5-S2FE31 | | | | ○ | 78 |
| | アクアエクササイズ | 5-S2SE32 | | | | ○ | 79 |
| スポーツ企業実習Ⅱ | 5-S2SE33 | | | | | ○ | 80 |
| ゼミナール | 5-S2YR34 | △ | | | | ○ | 81～88 |
| 卒業研究 | 5-S2FR35 | | | ○ | | | 89 |

○：関連するディプロマ・ポリシー △：次に関連するディプロマ・ポリシー

| 科目名 | 心理学 Psychology | | | | | | | 担当者 | 小川 茜 | | |
|----------------------------|---|---------------|----|-----|-------|--------|------|---------------------------------------|-----------------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 1. 心理学の基礎知識を習得し、行動とこころの関係、また健康とこころの関係について説明できる 2. 多様な心理検査を実際に体験して自己理解、他者理解を深めることができる 3. 乳児期から老年期までの生涯にわたって起こる心の動きを解釈できる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本授業では心理学の基礎的知見を概説し、人間とは何か、心の仕組みとはどのようなものか、生涯にわたって心にはどのような変化が起きるのか、などについて理解を深める | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 心理学とは | | | | | | 心理学について興味のあることをニュースや書籍等から予習・整理する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 2 | 心のメカニズムと行動・習慣 | | | | | | 自分の行動・習慣について考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 3 | 感覚・知覚・認知 | | | | | | 日常生活での錯覚、錯視例などをまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 4 | 学習・思考・記憶 | | | | | | これまでに身に付けた行動や動作について、その過程をまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 5 | 動機づけ | | | | | | 自身の学習や取り組んでいることへの動機をまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 6 | 対人認知 | | | | | | これまでに対人関係で経験した事柄を振り返り、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 7 | 集団との関わり | | | | | | これまでに集団内で経験した事柄を振り返り、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 8 | 幼児期～児童期 | | | | | | 自身の児童期までの体験を振り返り、どのような経験をしたかまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 9 | 青年期～老年期 | | | | | | 青年期である現在について振り返り、悩みや今後の展望を考える(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 10 | 発達障害 | | | | | | 関連するニュースや書籍の内容を予習・整理する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 11 | パーソナリティ① | | | | | | 自身の性格について考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 12 | パーソナリティ② | | | | | | 自身の性格について考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 13 | ストレスと生活習慣 | | | | | | 最近感じるストレスの内容について考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 14 | レジリエンス | | | | | | 自身のストレス発散方法を振り返り、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 15 | まとめ | | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| 成績評価基準 | 1. 試験において、授業で説明した内容を6割以上解答できる 2. 毎授業および授業内で取り組む心理検査・体験について、振り返りのコメントと体験した用紙を提出する | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | |
| | 60 | | | | 40 | | | | | | |
| 教科書 | プリントを配布する | | | | | 参考書 | 適宜紹介 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 授業内提出物は評価・フィードバックをした上で次回の授業で返却します | | | | | | | | | | |

| 科目名 | コミュニケーション演習 Practice in Cmmunication | | | | | | 担当者 | 山本素子 実務家教員 | | | |
|----------------------------|---|----------------------------|------|-----|----|-----|---|---|----------------------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・コミュニケーションスキル習得 ・自己コントロールスキル習得 ・良好な人間関係を保つためのチームワークの基礎知識・基礎技術習得 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・自己理解、他者理解 ・コミュニケーション ・ストレスコントロール | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | |
| | 1 | オリエンテーション、コミュニケーションの基礎知識 | | | | | コミュニケーションの言葉の意味を調べる（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 2 | 自己理解と他者理解①偏愛マップ | | | | | 自分の性格や生活等を振り返る（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 3 | 自己理解と他者理解②優位感覚 | | | | | 自分の感覚、勉強時の特徴について予め整理をする（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 4 | 自己理解と他者理解③自己概念 | | | | | 自分と他者との違いについて、予め整理をする（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 5 | 自己理解と他者理解④価値観 | | | | | 自分が今大切にしている考え方を整理する（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 6 | 言語的コミュニケーションと非言語的コミュニケーション | | | | | 「見た目」についての自分の考えを整理する（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 7 | 伝える①アサーティブネス | | | | | 「アサーティブ」「アサーティブネス」の言葉について調べ、理解しておく（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 8 | 伝える②主観と客観 | | | | | 客観・主観の違いを説明できるようにしておく（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 9 | 伝える③論理的思考 | | | | | 論理的思考のフレームワークについて、何があるか調べる（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 10 | 協働とチームワーク | | | | | チームワークの意味を調べる（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 11 | モチベーションアップ | | | | | 自分がやる気の出るときと出ないときの違いをまとめておく（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 12 | ストレスとメンタルヘルス①ストレスの基礎知識 | | | | | ストレスがかかった場面を整理する（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 13 | ストレスとメンタルヘルス②ストレスケア・レジリエンス | | | | | レジリエンスの言葉の意味を調べる（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 14 | 「幸せ」についての考察・幸福学 | | | | | 「幸福学」について調べる（1時間） | | 配布プリントの復習、用語の整理（1時間） | | |
| | 15 | 授業の振り返り・まとめ | | | | | 今までの授業内容を自分の言葉で説明できるようにしておく（2時間） | | | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験80%、レポート5%、講義中に実施する課題（ワーク）5%、授業への取組み姿勢（授業態度）10%により評価する | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 80% | | 5% | | 5% | | | | 10% | | |
| 教科書 | プリント配布 | | | | | 参考書 | | ・図解 自分の気持ちをきちんと「伝える」技術－人間関係がラクになる自己カウンセリングのすすめ 平木典子 PHP 研究所 | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 講義中に提出したレポートに対しては、コメントをつけて2週間程度で返却する。 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|-----------------------|----|-----|-------|--------|---|-----------|--------------|----------|--------------|--|--|
| 科目名 | 英語 I | | | | | | | English I | | 担当者 | 西村 紀子 | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | <p>中学までに学んだ、基礎的な文法、語彙を確認し、同時に日常会話に必要な表現も身につけ、総合的に学習を進める。 英語力に必要な基本的文法構造を学び習得し、基礎的語学力を身につける。</p> | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>基礎文法を学び、英文法の知識を再確認する。 日常会話でよく使う表現の「文型」を多く挙げ、英語の表現に親しんでいく。 毎回語彙テストを行い、語彙を増やすことを心掛ける。</p> | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | コースの目標と内容の説明 | | | | | | | | | 定型文・40分 | | |
| | 2 | 品詞について Be 動詞 | | | | | | | 語彙テスト① 30分 | | 品詞 Be 動詞・40分 | | |
| | 3 | 一般動詞 | | | | | | | 語彙テスト② 30分 | | 一般動詞・40分 | | |
| | 4 | 一般動詞と Be 動詞の区別、応用練習 | | | | | | | 語彙テスト③ 30分 | | 一般/Be 動詞・40分 | | |
| | 5 | 時制（現在、過去、現在進行形、過去進行形） | | | | | | | 語彙テスト④ 30分 | | 時制・40分 | | |
| | 6 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト⑤ 30分 | | 時制・40分 | | |
| | 7 | 文の種類（肯定文、否定文、疑問文） | | | | | | | 語彙テスト⑥ 30分 | | 文の種類・40分 | | |
| | 8 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト⑦ 30分 | | 文の種類・40分 | | |
| | 9 | 疑問詞を使う疑問文 | | | | | | | 語彙テスト⑧ 30分 | | 疑問詞・40分 | | |
| | 10 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト⑨ 30分 | | 疑問詞・40分 | | |
| | 11 | 接続詞で単文をつなぐ | | | | | | | 語彙テスト⑩ 30分 | | 接続詞・40分 | | |
| | 12 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト⑪ 30分 | | 接続詞文練習・40分 | | |
| | 13 | 頻度の高い動詞句（希望、予定、強制） | | | | | | | 語彙テスト⑫ 30分 | | 動詞句・40分 | | |
| | 14 | 練習、前期学習内容の総復習 | | | | | | | | | 総復習・40分 | | |
| 15 | まとめ | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 平常点（70%）＋期末試験（30%） | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他（ ） | | | | | | | |
| | 30% | - | - | - | 70% | | | | | | | | |
| 教科書 | プリント配布 | | | | | | | 参考書 | 「英会話の基本文型87」 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 期末試験のフィードバックは希望に応じて行います。 | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 英語Ⅱ | | | | | | | English II | | 担当者 | 西村紀子 | | |
|----------------------------|---|---------------------|----|-----|-------|--------|-----|--------------|------------|----------|-----------|--|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | 英語Ⅰで学んだ基礎文法を応用して活用できるようにする。 基礎文法をさらに学び、日常の身の回りの事柄について、自分の言葉で発話できるようにする。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 基礎文法の復習を行い、英語文法の知識を確立する。 CDを使ったフレーズ練習により、英語の音や、日常会話での表現を学び、抵抗なく発話する力を身につける。 毎回語彙テストを行い、語彙を増やすことを心掛ける。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | コースの目標と内容の説明 | | | | | | | | | 定型文・40分 | | |
| | 2 | to不定詞（名詞、形容詞、副詞的用法） | | | | | | | 語彙テスト① 30分 | | to不定詞・40分 | | |
| | 3 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト② 30分 | | to不定詞・40分 | | |
| | 4 | 受動態 | | | | | | | 語彙テスト③ 30分 | | 受動態・40分 | | |
| | 5 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト④ 30分 | | 受動態・40分 | | |
| | 6 | 現在完了形（完了、経験、継続） | | | | | | | 語彙テスト⑤ 30分 | | 現在完了形・40分 | | |
| | 7 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト⑥ 30分 | | 現在完了形・40分 | | |
| | 8 | 現在分詞 | | | | | | | 語彙テスト⑦ 30分 | | 現在分詞・40分 | | |
| | 9 | 過去分詞 | | | | | | | 語彙テスト⑧ 30分 | | 過去分詞・40分 | | |
| | 10 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト⑨ 30分 | | 分詞復習・40分 | | |
| | 11 | 関係代名詞（主格） | | | | | | | 語彙テスト⑩ 30分 | | 関係代名詞・40分 | | |
| | 12 | 関係代名詞（目的格） | | | | | | | 語彙テスト⑪ 30分 | | 関係代名詞・40分 | | |
| | 13 | 練習 | | | | | | | 語彙テスト⑫ 30分 | | 関係代名詞・40分 | | |
| | 14 | 練習、後期学習内容の総復習 | | | | | | | | | 総復習・40分 | | |
| 15 | まとめ | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 平常点（70％）＋期末試験（30％） | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合％） | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他（ ） | | | | | | | |
| | 30% | - | - | - | 70% | | | | | | | | |
| 教科書 | プリント配布 | | | | | | 参考書 | 「英会話の基本文型87」 | | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 期末試験のフィードバックは希望に応じて行います。 | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 情報処理演習 I Information Processing Exercise I | | | | | | | 担当者 | 関 洋 輔 | | |
|----------------------------|---|-------------------|----|-----|-------|---------|----------------------------|------------------|---------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <p>・コンピュータの基本操作をはじめとして、ネットワーク、クラウド、セキュリティなどについて詳しく説明できる。</p> <p>・文書デザインソフト、表計算ソフト、プレゼンテーションソフトの機能を把握し、使用することができる。</p> | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>・情報化社会に対応するために、コンピュータリテラシー、データリテラシー、メディアリテラシーの基本解説を行います。</p> | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | コンピュータの仕組み | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 2 | ネットワーク、クラウド、データ管理 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 3 | インターネットと電子メール | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 4 | 情報モラルとセキュリティ | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 5 | 文書デザイン 基本 1 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 6 | 文書デザイン 基本 2 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 7 | 文書デザイン 基本 3 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 8 | 文書デザイン 基本 4 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 9 | 表計算 基本 1 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 10 | 表計算 基本 2 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 11 | 表計算 基本 3 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 12 | 表計算 基本 4 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 13 | プレゼンテーション 基本 1 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 14 | プレゼンテーション 基本 2 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| | 15 | プレゼンテーション 基本 3 | | | | | インターネットなどを利用し調べておくこと (30分) | 今回の授業内容の復習 (30分) | | | |
| 成績評価基準 | ・授業で提出したレポート、作品と実技試験の結果から総合的に評価します。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他 () | | | | | |
| | 0 | 0 | 0 | 40 | 60 | 0 | | | | | |
| 教科書 | レジュメやプリントを配布します。 | | | | | 参考書 | 適時紹介します。 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | ・必要に応じて行い、学生からのリクエストがあれば個別に対応します。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 情報処理演習Ⅱ Information processing practice Ⅱ | | | | | | | 担当者 | 相羽 枝莉子 | | | |
|----------------------------|---|---------------------------------|-----|-----|-------|--------|-----|-------------------------------|-------------------------|----------|----|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・パソコン操作の基本的スキル及び統計学の基礎的知識を習得する。 ・運動指導、競技力向上のための情報を収集し、活用できるようになる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・ワープロソフト Word を用いた文書作成 ・表計算ソフト Excel を用いた統計学 ・Power Point を用いたプレゼンテーション ・運動指導、競技力向上のための情報収集と活用 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス、アイズブレイク | | | | | | なし | なし | | | |
| | 2 | Power Point の基本技能の確認 | | | | | | Power Point の操作・30分 | 自己紹介 Power Point 作成・30分 | | | |
| | 3 | Power Point を用いた自己紹介 | | | | | | Power Point の操作・30分 | Power Point 基本操作の確認・30分 | | | |
| | 4 | Word の基礎技能の確認 | | | | | | Word の操作・30分 | Word 基本操作の課題30分 | | | |
| | 5 | Excel の基礎技能の確認、統計学①（データ入力、単純集計） | | | | | | Excel の操作・30分 | Excel 基本操作の課題30分 | | | |
| | 6 | 統計学②（表・グラフの作成） | | | | | | グラフの種類・30分 | 表、グラフの作成方法・30分 | | | |
| | 7 | 統計学③（F検定、t検定） | | | | | | F検定、t検定・60分 | F検定・t検定・30分 | | | |
| | 8 | 統計学④（相関係数） | | | | | | 相関係数・60分 | 相関係数・30分 | | | |
| | 9 | 調査テーマと調査内容の決定 | | | | | | 調査の手順・30分 | 調査に必要なデータ作成・30分 | | | |
| | 10 | 調査用紙、説明書、同意書の作成 | | | | | | 調査の実施・30分 | 調査に必要なデータ作成・30分 | | | |
| | 11 | データの収集・分析① | | | | | | データの入力方法・30分 | データ入力の確認・30分 | | | |
| | 12 | データの収集・分析② | | | | | | 分析方法の選び方・30分 | 分析方法の確認・30分 | | | |
| | 13 | スライドの作成 | | | | | | スライド作成・30分 | スライド作成・30分 | | | |
| | 14 | プレゼンテーション | | | | | | 発表練習・30分 | 発表振り返り・30分 | | | |
| | 15 | 総括 | | | | | | まとめ・30分 | テスト直し・30分 | | | |
| 成績評価基準 | 「筆記試験」、「課題」、「授業の取組」の合計点（100点満点中）から、以下の成績をつけます。 90～100点：秀，80～89点：優，70～79点：良，60～69点：可，59点以下：不可 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合％） | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他（ ） | | | | | | |
| | 20% | - | 30% | - | 50% | - | | | | | | |
| 教科書 | なし | | | | | | 参考書 | 健康・スポーツ科学のための Excel による統計解析入門 | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | フィードバックとして、筆記試験については、テスト用紙を回収後、解答の解説を行います。課題については、提出されたデータにコメントを入れて返します。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | キャリア演習 I A Career Seminar I A | | | | | | | 担当者 | 小川 茜 関 洋輔 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | |
|----------------------------|---|----------------------------------|---|------|----|-----|---|---------|--------------------------|----------|-------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 | |
| 授業の到達目標 | 1. 大学における講義の受講方法や学習方法についての基礎を身に付ける 2. 礼儀、マナー、社会常識を高め、社会人基礎力を身に付ける | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 1. 大学での学びや授業への取り組み方に関する授業を行います 2. 将来に向けた動機づけを高める取り組みに関する授業を行います | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス、年間計画の作成 | | | | | 大学生生活で取り組みたい事およびその方法について具体的に考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 2 | 大学での学びとは①講義ノートの取り方、テキストの読み方 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 3 | 大学での学びとは②メールのマナー、インターネットの活用 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 4 | 進路支援①実習報告会 | | | | | 興味のある職業について調べてまとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 5 | 大学での学びとは③情報の整理方法1 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 6 | 大学での学びとは④情報の整理方法2 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 7 | 大学での学びとは⑤資料の探し方、情報収集法 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 8 | 大学での学びとは⑥レポートの書き方 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 9 | 進路支援②スポーツ分野の仕事、将来のための資格・免許取得の必要性 | | | | | 興味のある資格、免許について調べて、取得方法等をまとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 10 | 進路支援③履歴書作成と求人票 | | | | | 自身の保有資格の正式名称や取得年月日、および大学生生活での学びをまとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 11 | 進路支援④スーツ着こなし講座 | | | | | スーツの着こなしについて教科書やインターネット等で予習する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 12 | 講読① | | | | | 指定図書を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 13 | 講読② | | | | | 指定図書を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 14 | 講読③ | | | | | 指定図書を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. 授業の内容を踏まえ、かつ与えられる課題を通して、進路選択に関連する取り組みを実践できる 2. 課題を設定し、それを解決するための取り組みを行い、人に分かりやすく伝えることができる 3. 授業内で取り組む一般常識問題について6割以上解答できる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | その他() |
| | | | | | | | 80 | | | | 20 | |
| 教科書 | 「大学生学びのハンドブック(3訂版)」世界思想社編集部(編)世界思想社 「就職活動ハンドブック」西短進路指導部(学生へ配布済み) | | | | | | 参考書 | 適宜紹介 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 提出課題は評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | キャリア演習 I B Career Seminar I B | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 関 洋輔 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | | |
|----------------------------|---|-------------------------|----|------|-----|----|---|---------|--------------------------------|---------|-------|----------|--------|
| | 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 |
| 授業の到達目標 | 1. 対自己基礎力を身に付ける（感情制御力、自信創出力、行動持続力など） 2. 対人基礎力を身に付ける 3. 対課題発見力を身に付ける 4. 伝える技術（プレゼンテーション）力を身に付ける | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 1. 進路選択、社会人基礎力向上に関する授業を行います 2. グループで課題を設定し、解決する取り組みを行います | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス、年間計画の修正 | | | | | 大学生生活で取り組みたい事およびその方法について具体的に考え、まとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 2 | 進路支援①自己分析 | | | | | 大学生生活での学びや進路、自身の長所短所等について具体的に考え、まとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 3 | 進路支援②適性検査（全学科対象）、一般常識試験 | | | | | 文献、インターネット等で一般常識問題に取り組む（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 4 | 進路支援③実習報告会 | | | | | 興味のある進路の情報を調べる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 5 | グループワーク①課題の発見 | | | | | 学生生活を通じての疑問やその解決方法をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 6 | 進路支援④適性検査解説会（全学科対象） | | | | | 興味のある進路の情報を調べる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 7 | 進路支援⑤第1回就職模擬試験 | | | | | 文献、インターネット等で一般常識問題に取り組む（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 8 | グループワーク②課題の解決への取り組み | | | | | グループで決めたテーマに関する情報を調べてまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 9 | グループワーク③課題の解決への取り組み | | | | | グループで決めたテーマに関する情報を調べてまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 10 | グループワーク④プレゼンテーション資料作成 | | | | | グループで決めたテーマに関する情報を調べてまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 11 | グループワーク⑤プレゼンテーション（課題発表） | | | | | 効果的なプレゼンテーションとなるよう練習する（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 12 | 進路支援⑥2年生就職活動報告会 | | | | | 興味のある進路の情報を調べる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 13 | 進路支援⑦履歴書作成、スーツ着こなし方の確認 | | | | | キャリア演習 I Aでの授業内容を復習する（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 14 | 進路支援⑧マイナビ登録 | | | | | 興味のある進路の情報を調べる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| | 15 | 進路支援⑨就活キックオフセミナー | | | | | 興味のある進路の情報を調べる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | |
| 成績評価基準 | 1. 授業の内容を踏まえ、かつ与えられる課題を通して、進路選択に関連する取り組みを実践できる 2. 課題を設定し、それを解決するための取り組みを行い、人に分かりやすく伝えることができる 3. 授業内で取り組む一般常識問題について6割以上解答できる | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | | | | | | | 80 | | | | 20 | | |
| 教科書 | 「大学生学びのハンドブック（3訂版）」世界思想社編集部（編）世界思想社 「就職活動ハンドブック」西短進路指導部（学生へ配布済み） | | | | | | 参考書 | | 適宜紹介 | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 提出課題は評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 総合演習 I A General Practice I A | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 関 洋輔 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | |
|----------------------------|--|----------------------------------|------|-----|----|-----|-------------------------------|---------|-----------------------------------|----------|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 | |
| 授業の到達目標 | 1. 本学科の教育方針である『健スポ五心』の趣旨を理解し、日常生活で実践できる 2. 社会人として必要なコミュニケーション能力を身に付け、グループ活動に参加できる 3. ダブルダッチにおけるターナーチェンジやスライド、ターナーターンなどの基本的なパフォーマンスが実施できる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | “共に動く”ことをスローガンとし、西短スポーツフェスタの準備やダブルダッチの練習をクラス全体で行います。学校行事と学科イベントは本講の一環としてとらえ、必ず出席しましょう。社会人になる上で重要な要素が多く組み込まれています。積極的に参加しましょう。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス、学生生活、履修登録確認 | | | | | 学生便覧を読む（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | |
| | 2 | 学科イベントへの取り組み（団マラニック） | | | | | 団マラニックについて、先輩や教員から話を聞く（2時間） | | 団マラニックに必要な体力・筋力トレーニングを行う（2時間） | | | |
| | 3 | 学科イベントの振り返り（団マラニック）、個人ミーティングについて | | | | | 団マラニックで学んだ内容をまとめる（2時間） | | 団マラニックで学んだことを振り返り、提出物を作成する（2時間） | | | |
| | 4 | 教養教育（情報リテラシー） | | | | | 情報通信機器の使い方について考え、振り返る（2時間） | | 授業で学んだことを振り返り、提出物を作成する（2時間） | | | |
| | 5 | 学校イベントへの取り組み（西短スポーツフェスタ） | | | | | スポーツフェスタについて、先輩や教員から話を聞く（2時間） | | グループで練習をする（2時間） | | | |
| | 6 | 学校イベントへの取り組み（西短スポーツフェスタ） | | | | | グループで練習をする（2時間） | | グループで練習をする（2時間） | | | |
| | 7 | 学校イベントの振り返り、ポートフォリオについて | | | | | スポーツフェスタで学んだ内容をまとめる（2時間） | | スポーツフェスタで学んだことを振り返り、提出物を作成する（2時間） | | | |
| | 8 | メンタルヘルス講習会 | | | | | 現在の心の状態について考え、まとめる（2時間） | | 授業で学んだことを振り返り、提出物を作成する（2時間） | | | |
| | 9 | 教養教育（熱中症予防講座） | | | | | 熱中症について教科書やインターネット等で予習する（2時間） | | 授業で学んだことを振り返り、提出物を作成する（2時間） | | | |
| | 10 | グループワーク①（イベントパフォーマンス練習） | | | | | ダブルダッチについてインターネット等で予習する（2時間） | | グループで練習をする（2時間） | | | |
| | 11 | グループワーク②（イベントパフォーマンス練習） | | | | | グループでパフォーマンスを考え、計画する（2時間） | | グループで練習をする（2時間） | | | |
| | 12 | グループワーク③（イベントパフォーマンス練習） | | | | | グループでパフォーマンスを考え、計画する（2時間） | | グループで練習をする（2時間） | | | |
| | 13 | グループワーク④（イベントパフォーマンス練習） | | | | | グループでパフォーマンスを考え、計画する（2時間） | | グループで練習をする（2時間） | | | |
| | 14 | イベントパフォーマンス発表 | | | | | グループで練習をする（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | |
| | 15 | 福浜祭について（出店企画） | | | | | 出店内容について考え、まとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | |
| 成績評価基準 | 1. 教養教育やイベント参加を通して学んだことを、自分の言葉で丁寧にまとめることができる 2. グループ内で協力し、与えられた課題やイベント活動を共同作業によって達成することができる 3. プログラムを計画し、ダブルダッチの基本的なパフォーマンスを実施することができる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合％） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） | |
| | | | | | 30 | | 40 | | 30 | | | |
| 教科書 | 適宜資料を配布します | | | | | 参考書 | 「ダブルダッチ入門」日本ダブルダッチ協会 | | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 提出課題は評価・フィードバックをした上で、まとめて返却します。 グループワークへの参加姿勢や発表内容について、講評の時間を設けます。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 総合演習 I B General Practice I B | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 関 洋輔 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | |
|----------------------------|---|------------------------------|------|-----|----|-----|------------------------------------|---------|--------------------------------|----------|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 | |
| 授業の到達目標 | 1. 本学科の教育方針である『健スポ五心』の趣旨を理解し、日常生活で実践できる 2. 社会人として必要なコミュニケーション能力を身に付け、グループ活動に参加できる 3. ダブルダッチにおいて、基本的な技を生かしたグループパフォーマンスが実施できる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | “共に動く”ことをスローガンとし、イベントの準備をクラス全体で行います。学校行事と学科イベントは本講の一環としてとらえ、必ず出席しましょう。社会人になる上で重要な要素が多く組み込まれています。積極的に参加しましょう。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス、後期履修指導、福浜祭について | | | | | 学生便覧を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 2 | グループワーク①(イベントパフォーマンス練習) | | | | | ダブルダッチについてインターネット等で予習する(2時間) | | グループで練習をする(2時間) | | | |
| | 3 | グループワーク②(イベントパフォーマンス練習) | | | | | グループでパフォーマンスを考え、計画する(2時間) | | グループで練習をする(2時間) | | | |
| | 4 | グループワーク③(イベントパフォーマンス練習) | | | | | グループでパフォーマンスを考え、計画する(2時間) | | グループで練習をする(2時間) | | | |
| | 5 | 学校イベントへの取り組み(福浜祭) | | | | | 出店の仕事内容・役割を確認する(2時間) | | 福浜祭で学んだことを振り返り、提出物を作成する(2時間) | | | |
| | 6 | 学科イベントへの取り組み(シーサイドもち駅伝) | | | | | 駅伝のコース・役割を確認する(2時間) | | 駅伝で学んだことを振り返り、提出物を作成する(2時間) | | | |
| | 7 | 学科イベントへの取り組み(キッズスポーツフェスティバル) | | | | | キッズスポーツフェスティバルの内容・役割を確認する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 8 | 学科イベントへの取り組み(キッズスポーツフェスティバル) | | | | | キッズスポーツフェスティバルの内容・役割を確認する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 9 | 学科イベントの振り返り、個人ミーティングについて | | | | | イベントで学んだことを考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 10 | 個人ミーティング | | | | | 学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) | | ミーティング内容について振り返る(2時間) | | | |
| | 11 | 個人ミーティング | | | | | 学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) | | ミーティング内容について振り返る(2時間) | | | |
| | 12 | ADI 発表会 | | | | | エアロビックエクササイズについてインターネット等で予習する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 13 | 1年間の振り返り① | | | | | 学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) | | ポートフォリオを作成する(2時間) | | | |
| | 14 | 1年間の振り返り② | | | | | 学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) | | ポートフォリオを作成する(2時間) | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | 学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. イベント参加を通して学んだことを、自分の言葉で丁寧にまとめることができる 2. グループ内で協力し、与えられた課題やイベント活動を共同作業によって達成することができる 3. プログラムを計画し、ダブルダッチの基本的な技を生かしたパフォーマンスを実施することができる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | | | | | 30 | | 40 | | 30 | | | |
| 教科書 | 適宜資料を配布します | | | | | 参考書 | 「ダブルダッチ入門」日本ダブルダッチ協会 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 提出課題は評価・フィードバックをした上で、まとめて返却します。 グループワークへの参加姿勢や発表内容について、講評の時間を設けます。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツ学入門 | | | | | | Sport Culture | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 佐藤 功一 中原麻衣子 | | |
|----------------------------|--|---------------------------|------|---|-----|----|--|---|--|---|--------|----------|
| | 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 |
| 授業の到達目標 | 現在までのスポーツに関する偏った考えから広い視点で考察することができるようになる。そのために、各教員の授業内容を理解しながら基礎的教養を述べることができる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 現在までに経験してきたスポーツを通して、誰もが取り組んできたスポーツ全般のあり方を考えながらスポーツの概念を学び、これからのスポーツを考察していく。スポーツは老若男女が様々な考えや目的で、国内のみならず海外でも取り組まれている。レクリエーションをはじめ健康体力づくり、リハビリテーション、競技力の向上などがある。自身の身体状況やスポーツ活動環境、スポーツの社会的問題、スポーツ行政の現状と今後などを学習していく。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | スポーツから学ぶライフスキル | | | | | 何のためにスポーツを取り組んできたかを考察しておく(2時間) | | | 経験したスポーツ・周囲が感じていたスポーツから何を学んだのかまとめておくこと(2時間) | | |
| | 2 | オリンピック・パラリンピックについて | | | | | 健常者・障がい者のスポーツを考えておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 3 | 発育発達における体力の変化とスポーツ・運動について | | | | | 成長過程の体力を考え、それに伴ったスポーツ活動をまとめておくこと(2時間) | | | これまで授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 4 | 加齢に伴う体力変化について、小テスト① | | | | | 加齢に伴う体力減少について考え、まとめておくこと(2時間) | | | 授業で学んだ内容を復習し、まとめておくこと(2時間) | | |
| | 5 | 身体組成について | | | | | 性別や年齢に応じた身体の組成変化を考えておくこと(2時間) | | | 授業で学んだ内容を復習し、まとめておくこと(2時間) | | |
| | 6 | 体力測定について | | | | | 体力テストの各種目がどのような意味をもつのかを考えておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 7 | 健康スポーツの科学 | | | | | 健康づくりのためのスポーツにはどのような方法や理論があるのかを考えておくこと(2時間) | | | これまで授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 8 | 健康と栄養、小テスト② | | | | | 健康づくりと栄養との関わりを考えておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 9 | 生涯スポーツについて | | | | | スポーツ活動対象者について考え、スポーツの必要性をまとめておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 10 | スポーツの振興について① | | | | | スポーツを取り巻く環境と現状について考え、まとめておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 11 | スポーツの振興について②、小テスト③ | | | | | まとめの試験を行いますので、これまでの内容を予習しておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 12 | メンタルトレーニング1 | | | | | スポーツ活動におけるメンタルの部分の重要性を考察しておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 13 | メンタルトレーニング2 | | | | | 競技力向上に活用されているメンタルトレーニングの実践について考えておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 14 | スポーツの場で起きているハラスメント | | | | | スポーツ活動環境における指導者と学習者、先輩と後輩などの関わりを考えておくこと(2時間) | | | これまで授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 15 | 小テスト④ | | | | | スポーツ活動に関する考え方や人との関係性について考え、まとめておくこと(2時間) | | | 授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| 成績評価基準 | 広い視野でスポーツを考察できるようになる。また、各教員の授業内容を理解することができる。各20点満点の小テストを4回行い、授業への取り組みをもって総合的に評価します。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | 80 | | 0 | | 0 | | 0 | | 20 | | 0 | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | | 参考書 | | 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会、「スポーツから気づく大切なこと」中山和義著、実業之日本社、 | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 小テストとしている試験の解答は、その時間内に行う。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 解剖生理学 Anatomy and Physiology | | | | | | | 担当者 | 関 洋 輔 佐 藤 功 一 | | | | | |
|----------------------------|--|---------|----|------|-----|----|------------------------------------|---------|------------------|---------|----|----------|----|--------|
| | 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | <p>1. 人体の構造と機能についての概観をとらえることができる。特に筋系、骨格系、呼吸循環器系については詳しく説明できる。</p> <p>2. 人体の各器官のはたらきを専門用語を用いて具体的に説明できる。</p> | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 解剖生理学は人体機能について取り扱うことから、スポーツ科学を学ぶ学生にとって必須の学問です。人体はどの器官をとっても、まるで精密機械のような機能を持ち、その神秘的ゆえに「小宇宙」とさえ表現されます。そこで本講義では、スポーツ指導に携わる者として必要となる人体の構造や仕組み及び反応や適応などについて理解を深めていきます。 | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | |
| | 1 | 基礎知識、細胞 | | | | | 新しい解剖生理学P1～P24を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 2 | 人体の組織 | | | | | 新しい解剖生理学P25～P34を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 3 | 骨格系 | | | | | 新しい解剖生理学P35～P51を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 4 | 筋系 | | | | | 新しい解剖生理学P53～P69を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 5 | 神経系～脳～ | | | | | 新しい解剖生理学P71～P128を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 6 | 神経系～脊髄～ | | | | | 新しい解剖生理学P71～P128を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 7 | 血液 | | | | | 新しい解剖生理学P129～P146を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 8 | 呼吸循環器系① | | | | | 新しい解剖生理学P147～P173を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 9 | 呼吸循環器系② | | | | | 新しい解剖生理学P267～P281を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 10 | 消化と吸収 | | | | | 新しい解剖生理学P241～P265を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 11 | 代謝 | | | | | 新しい解剖生理学P283～P294を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 12 | 排泄 | | | | | 新しい解剖生理学P295～P304を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 13 | 内分泌 | | | | | 新しい解剖生理学P305～P326を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 14 | 生殖 | | | | | 新しい解剖生理学P327～P348を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | 新しい解剖生理学を読み、わからないところや疑問点をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| 成績評価基準 | スポーツ指導者やトレーナーを目指す上で必要な、筋系、骨格系、呼吸循環器系についてや人体の各器官のはたらきを専門用語を用いて具体的に説明できるか、筆記試験を行い評価します（80%）。また、不定期で確認テストを行い、授業への取り組みを評価します（20%）。 | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 80 | | | 0 | | | 0 | | | 0 | | 20 | | 0 |
| 教科書 | 「新しい解剖生理学」改訂第12版 山本敏行・鈴木泰三・田崎京二著 南江堂 | | | | | | | 参考書 | | | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 授業では5分程度の確認テストを行う場合があります。確認テストは採点后、次回の授業で返却し、授業の始めに誤答の多かった問いへの解説を行います。 | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 発育発達論 Growth and Development | | | | | | | 担当者 | 田代利康 実務家教員 | | |
|----------------------------|--|---------------------------|----|-----|-------|--------|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 人の発育発達における構造や機能の特性を理解するとともに、それに適したトレーニングや運動指導を行うための必要な知識を習得する。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 発育発達に即した年齢的な変化や性差、個人差から身体の特徴をとらえる。また、誤った指導法によるケガや病気について理解し、発育発達に応じた運動の基礎理論を学ぶ。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス／身体の発育発達の概念 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 身体の発育発達の復習 2時間 | | |
| | 2 | 身体発育の概要 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 身体発育の概要の復習 2時間 | | |
| | 3 | 発育曲線の類型 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 発育曲線の類型の復習 2時間 | | |
| | 4 | 身体計測値の年齢的变化と形態発育 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 身体計測値の年齢的变化と携帯発育の復習 2時間 | | |
| | 5 | 身体発育の性差と個人差 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 身体発育の性差と個人差の復習 2時間 | | |
| | 6 | 身体機能の発達（神経系と運動スキルの発達）と個人差 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 身体機能の発達の復習 2時間 | | |
| | 7 | 発育発達期に多いケガや病気 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 発育発達期に多いケガや病気の復習 2時間 | | |
| | 8 | 発育発達期のプログラム | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 発育発達期のプログラムの復習 2時間 | | |
| | 9 | 動きの発達とスキル獲得①乳幼児期 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 動きの発達とスキル獲得①の復習 2時間 | | |
| | 10 | 動きの発達とスキル獲得②児童前期 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 動きの発達とスキル獲得②の復習 2時間 | | |
| | 11 | 動きの発達とスキル獲得③児童後期 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 動きの発達とスキル獲得③の復習 2時間 | | |
| | 12 | 動きの発達とスキル獲得④青年前期 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 動きの発達とスキル獲得④の復習 2時間 | | |
| | 13 | スキルの獲得とその獲得過程、質的評価 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | スキルの獲得とその獲得過程の復習 2時間 | | |
| | 14 | 指導への応用 | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 運動遊びの復習 2時間 | | |
| | 15 | まとめ | | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキスト I熟読し整理しておく 2時間 | 総合的なまとめの復習 2時間 | | |
| 成績評価基準 | ①レポート課題50%②授業中の提出物40%③授業取り組み状況10%を基に総合評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | |
| | | 50 | 40 | | 10 | | | | | | |
| 教科書 | 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | 参考書 | 「公認ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト」(公財)日本スポーツ協会 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | ワーク課題はコメントをつけて2週間以内に返却する。レポート課題については、授業の中で解説や説明する時間を設ける。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 体力学 | | | | | | Physical Fitness | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | | | | | |
|----------------------------|---|----------------------|---|------|----|-----|---|------|----|--------------------------------|---------|----|-------|--|--|--------|--|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 必修 | 選択 | | | | | | |
| 授業の到達目標 | さまざまなライフステージの体力の特徴をとらえながら身体活動の必要性を理解し、安全で効果的な体力向上のためのトレーニングの知識を学習する。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本講では、体力全般を広く理解する。近年では子どもの運動時間・体力の二極化やウォーキング・ランニングなどの健康ブームの背景からカラダや体力の変化において発育発達段階から加齢に伴う年代別、性別で理解し、体力の維持向上のためのトレーニングの原理原則をはじめ、方法や効果、またトレーニング計画から安全管理について展開する。なお、当講は、健康増進施設においてチーフトレーナーとして健康体力づくりに3年以上携わった実務経験のある教員が実践に即した授業を行う。この科目は「健康運動実践指導者」他資格の指定科目である。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | | 復習内容・時間 | | | | | | | | |
| | 1 | 体力とは | | | | | 自身や家族の健康や体力に関し、考察しておく(1時間) | | | 体力の概念および学習内容を復習しておくこと(3時間) | | | | | | | | |
| | 2 | からだと体力の男女差 | | | | | 身体の成長および体力の男女差を考察しておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | | | |
| | 3 | 発育発達と体力① | | | | | 成長に伴う発育と発達を理解し、体力の変化を考察し、まとめること(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | | | |
| | 4 | 発育発達と体力② | | | | | 発育発達の局面から体力の変化を考察しておくこと(2時間) | | | 授業で学んだ内容を復習し、まとめること(2時間) | | | | | | | | |
| | 5 | 加齢に伴う体力の変化と高齢者の身体的特徴 | | | | | 20歳を超えてからの加齢に伴う体力の変化を考察しておくこと(2時間) | | | 小テスト①のためにこれまでの内容を復習しておくこと(3時間) | | | | | | | | |
| | 6 | 身体活動量・運動量・体力を確保する必要性 | | | | | 身体活動の必要性、最低限の体力の必要性を考察しておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | | | |
| | 7 | 健康づくりのための身体活動指針2013 | | | | | 教科書「健康運動実践指導者養成用テキスト」p99-101を読んでおくこと(2時間) | | | 小テスト②のためにこれまでの内容を復習しておくこと(3時間) | | | | | | | | |
| | 8 | トレーニングの原理と原則 | | | | | 教科書「Reference Book」p178-180を読んでおくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | | | |
| | 9 | 有酸素運動とその効果 | | | | | 有酸素運動とは何かを考察し、どのような運動種目があるのかを考察しておくこと(2時間) | | | 小テスト③のためにこれまでの内容を復習しておくこと(3時間) | | | | | | | | |
| | 10 | 呼吸循環系のトレーニング | | | | | 教科書「Reference Book」p181-184を読んでおくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | | | |
| | 11 | 筋系のトレーニング | | | | | 教科書「Reference Book」p184-189を読んでおくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | | | |
| | 12 | トレーニング計画と運動プログラム | | | | | 教科書「Reference Book」p180-181、「健康運動実践指導者養成用テキスト」p102-104を読んでおくこと(3時間) | | | 小テスト④のためにこれまでの内容を復習しておくこと(3時間) | | | | | | | | |
| | 13 | 運動プログラム作成と基礎 | | | | | 教科書「Reference Book」を読んでおくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | | | |
| | 14 | 有酸素運動指導の安全性 | | | | | 教科書「健康運動実践指導者養成用テキスト」p111-113を読んでおくこと(2時間) | | | 小テスト⑤のためにこれまでの内容を復習しておくこと(3時間) | | | | | | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | 小テスト⑤のためにこれまでの内容を予習しておくこと(2時間) | | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 体力の概念を念頭に置き、各年代別・性別のカラダや体力の変化を理解する。また、体力の維持向上のためのトレーニングの原理原則をはじめ、方法や効果、また一連のトレーニング計画から安全管理までまとめることができる。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | | 授業の取組 | | | その他() | | |
| | 100 | | | 0 | | | 0 | | | 0 | | | 0 | | | 0 | | |
| 教科書 | 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | | 参考書 | | | なし | | | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 20点満点の小テストを5回実施し、合計点数を評価とするが、小テスト実施の次回講義において解答および解説を行う。また、最終講義での小テストは最後に解答および解説を行い、講評する。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|------------|----|-----|-------|--------|-------------------------|---------|-----------------------|----------|----|
| 科目名 | 救急処置法演習 Basic Critical Care Medicine | | | | | | | 担当者 | 重 森 裕 | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | ①救急蘇生を躊躇なく、迅速にかつ正しく行える。 一次救命処置である、心肺蘇生、AEDによる除細動の基本概念を理解し、実践できる。 ②健康運動実践指導者・第一種衛生管理者として、遭遇すると予想される外傷、内科的急病に対処できる。 指導中の不慮の外傷や呼吸、循環器、脳卒中などの急病を各疾患毎に理解し、対処法を実践できる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 健康運動実践指導者・第一種衛生管理者として必要な救急処置法を学ぶ。救急処置法は、生命危機を回避するための呼吸、循環の管理を必要とする初期診療に始まり、各外傷に行うべき基本的処置に及ぶ。本講義では初期診療の基本である気道確保、呼吸管理、循環管理を学び、さらに健康運動実践指導者が遭遇すると想定される外傷、内科疾患に対する処置、対処法を修得する。さらに実践も重視し、脈の触診法、頸椎保護、AEDの使用法について指導する。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 救急処置法総論 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 2 | 救急処置法各論(1) | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 3 | 救急処置法各論(2) | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 4 | 救急処置法各論(3) | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 5 | 救急処置法実習(1) | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 6 | 内科的疾患の救急処置 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 7 | 意識障害について | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 8 | 頭痛の総論と各論 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 9 | 頭部外傷 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 10 | 胸部、腹部外傷 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 11 | 四肢、股関節外傷 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 12 | 小児と老人の外傷 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 13 | 救急処置法実習(2) | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 14 | まとめ① | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| | 15 | まとめ② | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(30分) | | 配布プリントで授業内容の整理する(30分) | | |
| 成績評価基準 | 本講義は、「健康運動実践指導者養成」を目的としており、成績評価は同指導者として合格するまたは、評価される知識レベルおよび、技術レベルの養成を目的としている。そのために、成績評価は、同指導者として認定されるレベルを合格基準として参考する。希望者は、BLSの取得も目標とする。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | |
| | 80 | 10 | 5 | 5 | | | | | | | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | | | 参考書 | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 試験内容に対する解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 健康教育学 Health Education and Promotion | | | | | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | | |
|----------------------------|---|-------------------|------|-----|----|-----|---------------------------------------|--------|-----------------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 1. 「健康」とはなにか具体的に述べるができる 2. わが国の健康づくり施策について理解し、説明することができる 3. メタボリックシンドロームについて説明でき、診断基準からメタボリックシンドロームであるか見極めができる 4. 介護予防やメディカルチェックについて理解し、説明することができる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」を用い、健康づくりがどのように行われてきたのか、歴史・現状・対策・制度の観点から学びます。また自身の生活習慣を振り返り、身近なところから健康について考えます。「健康運動実践指導者」の資格取得を希望する学生は、履修することを望みます。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 健康の定義 | | | | | 自身の健康観について考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 2 | 健康と体力について(ウェルネス) | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 3 | 健康づくりの概念 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 4 | 健康づくり施策の歴史① | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 5 | 健康づくり施策の歴史② | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 6 | 健康づくり施策の歴史③ | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 7 | メタボリックシンドローム | | | | | メタボリックシンドロームについて調べて、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 8 | 生活習慣病 | | | | | 生活習慣病について調べて、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 9 | 運動と健康 - 適正体重の維持 - | | | | | 自身の運動習慣について振り返り、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 10 | 飲酒と健康 | | | | | 飲酒の健康影響について調べて、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 11 | 喫煙と健康 | | | | | 喫煙の健康影響について調べて、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 12 | 栄養と健康 | | | | | 自身の食習慣について振り返り、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 13 | 介護予防 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 14 | 突然死とメディカルチェック | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 15 | まとめ | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| 成績評価基準 | 1. 健康づくり施策の歴史について学び、現状を説明することができる 2. メタボリックシンドロームの診断基準について理解することができる 3. 生活習慣病についてまとめ、自身の生活習慣に関連づけて考えることができる | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | 70 | | | | 10 | | | | 20 | | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | 参考書 | 「健康運動指導士養成講習会テキスト上・下」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講義終了後にミニツペーパーの提出を行い、評価・フィードバックをした上で返却します。 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|---------------|---|------|----|--------------------------------------|---------|--|---------|----------|----|-------|--------|
| 科目名 | 運動生理学 Exercise Physiology | | | | | | 担当者 | 佐藤 功一 | | | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 必修 | | |
| 授業の到達目標 | 1. ヒトが運動することによって起こる身体的変化と適応、動くことのメカニズムについて説明できる。 2. 筋力の増強のための運動、エネルギー消費のための運動の理論を説明できる。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | スポーツ科学の分野において、もっとも基礎となる学問の一つが運動生理学です。本講義では、ヒトが運動している時、運動した後、あるいは日常活動を行っている時に身体においてどのような反応や変化が起こっているかを学習します。また、アスリートのトレーニングメニューや健康エクササイズプログラムを作成するうえで必要となる基礎知識を習得することを目的として授業を展開します。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | |
| | 1 | 運動と神経機能 | | | | 運動とスポーツの生理学P 1～P13を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 2 | エネルギー供給機構 | | | | 運動とスポーツの生理学P 14～P17を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 3 | 筋繊維と素質 | | | | 運動とスポーツの生理学P 18～P21を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 4 | 筋力発揮とトレーニング | | | | 運動とスポーツの生理学P 21～P28を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 5 | 酸素運搬系－呼吸と循環－ | | | | 運動とスポーツの生理学P 29～P43を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 6 | 持久力の評価とトレーニング | | | | 運動とスポーツの生理学P 82～P91を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 7 | 身体組成 | | | | 運動とスポーツの生理学P 54～P64を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 8 | 疲労及びその予防 | | | | 運動とスポーツの生理学P 14～P17を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 9 | 運動と内分泌 | | | | 運動時に使われるホルモンと男女差についてまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 10 | 運動と生活習慣病 | | | | 運動とスポーツの生理学P 48～P53を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 11 | 特殊環境下での対応① | | | | 運動とスポーツの生理学P 44～P47を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 12 | 特殊環境下での対応② | | | | 運動とスポーツの生理学P 44～P47を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 13 | 労働による人体機能の変化 | | | | 運動とスポーツの生理学P 14～P17を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 14 | 職業適性 | | | | スポーツ現場のどのような場面で生理学が必要とされるかまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| | 15 | まとめ | | | | 運動とスポーツの生理学を全体的に熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | | | |
| 成績評価基準 | 運動することによって起こる身体的変化と適応、動きのメカニズムについてや、運動、エネルギー消費のための運動理論について、専門用語を用いて具体的に説明できるか、筆記試験を行い評価します（80%）。また、不定期で確認テストを行い、授業への取り組みを評価します（20%）。 | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | 授業の取組 | その他（ ） |
| | 80 | | | | | | | | | | | 20 | |
| 教科書 | 「運動とスポーツの生理学」北川薫著 市村出版 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会 | | | | | | 参考書 | 「公認スポーツ指導者養成テキスト」(公財)日本スポーツ協会、「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 授業では5分程度の確認テストを行う場合があります。確認テストは採点后、次回の授業で返却し、授業の始めに誤答の多かった問いへの解説を行います。 | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | トレーニング論 Theory of Training | | | | | | 担当者 | 佐藤 功一 | | | |
|----------------------------|---|-----------------------------|------|-----|----|-----|--|-------|-----------------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 必修 |
| 授業の到達目標 | 1. トレーニングの原理・原則を理解し、効果的なトレーニング方法を作成できる。 2. 筋力トレーニング、有酸素性トレーニング、パワー及びスピード向上トレーニングのプログラム作成ができる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | この数十年において、スポーツ科学は目覚ましい発展をとげ、アスリートはもちろんのこと、健康増進指導においてもその成果は活かされています。本講義では、トレーニングの基礎理論とトレーニング方法を学び、指導現場で実践できるような内容としています。スポーツ指導者となる上で、ベースとなる内容になりますので、意欲をもって取り組みましょう。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | オリエンテーション、トレーニングの定義 | | | | | トレーニング指導者テキスト P12～23を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 2 | トレーニング指導者の役割 | | | | | トレーニング指導者テキスト P12～23を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 3 | スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系① | | | | | トレーニング指導者テキスト P26～33を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 4 | スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系② | | | | | トレーニング指導者テキスト P33～37を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 5 | 筋力トレーニングの理論とプログラムの作成 | | | | | トレーニング指導者テキスト P38～53を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 6 | パワー向上トレーニングの理論とプログラム作成 | | | | | トレーニング指導者テキスト P54～67を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 7 | スピード向上トレーニングの理論とプログラム作成 | | | | | トレーニング指導者テキスト P78～85を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 8 | スキルのトレーニング① | | | | | Reference Book P192～197を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 9 | スキルのトレーニング② | | | | | Reference Book P192～197を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 10 | 有酸素性持久力向上のトレーニングの理論とプログラム作成 | | | | | トレーニング指導者テキスト P68～77を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 11 | 無酸素性持久力向上のトレーニングの理論とプログラム作成 | | | | | トレーニング指導者テキスト P68～77を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 12 | ウォーミングアップ | | | | | トレーニング指導者テキスト P86～93を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 13 | クーリングダウンと疲労回復 | | | | | トレーニング指導者テキスト P86～93を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 14 | 柔軟性向上トレーニング | | | | | トレーニング指導者テキスト P86～93を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 15 | まとめ | | | | | トレーニング指導者テキスト P12～93を熟読し整理しておくこと（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| 成績評価基準 | 効果的なトレーニング方法や、各種トレーニングのプログラム作成について、専門用語を用いて具体的に説明できるか、筆記試験を行い評価します（80%）。 また、不定期で確認テストを行い、授業への取り組みを評価します（20%）。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 80 | | | | | | | | 20 | | |
| 教科書 | 「トレーニング指導者テキスト（実践編）」日本トレーニング指導者協会編著、大修館書店 | | | | | 参考書 | | | | | |
| | 「Reference Book」（公財）日本スポーツ協会 | | | | | | | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 授業では5分程度の確認テストを行う場合があります。確認テストは採点后、次回の授業で返却し、授業の始めに誤答の多かった問いへの解説を行います。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 機能解剖学 Functional Anatomy | | | | | | 担当者 | 藤木 賢二 実務家教員 | | | |
|----------------------------|---|-----------------|------|-----|----|-----|---|----------------|-------------------------------|----------|--------------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・スポーツ動作に関わる主要な関節の動きのメカニズムを説明できる。 ・主要な骨格筋のエクササイズを説明できる。 ・各スポーツ動作を上手に行うためのコツを説明できる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | たとえ一つの関節であっても、多くの筋肉が関与し動きが発現しています。本講義では、主に関節の構造をとらえたうえで、運動時の身体の動きについて学習します。また、こうした理解を通して運動に伴うケガの予防や、一流スポーツ選手の解析へと発展させていきます。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 基礎知識 | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p16～p125)を読んでおく(2.5時間) | | 関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 2 | 上肢①：手関節 | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p34～p39)を読んでおく(2.5時間) | | 手関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 3 | 上肢②：肘関節 | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p24～p33)を読んでおく(2.5時間) | | 肘関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 4 | 上肢③：肩関節 | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p10～p21)を読んでおく(2.5時間) | | 肩関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 5 | 体幹① | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p76～p81)を読んでおく(2.5時間) | | 脊柱の構造とアライメント異常についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 6 | 体幹② | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p82～p92)を読んでおく(2.5時間) | | 脊椎、骨盤の運動についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 7 | 下肢①：足関節 | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p64～p69)を読んでおく(2.5時間) | | 足関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 8 | 下肢②：膝関節 | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p52～p57)を読んでおく(2.5時間) | | 膝関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 9 | 下肢③：股関節 | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(p44～p51)を読んでおく(2.5時間) | | 骨盤、股関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 10 | 呼吸循環系の機能と構造 | | | | | 健康運動実践指導者養成用テキスト(p24～p25)を読んでおく(2.5時間) | | 呼吸循環系の機能と構造についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 11 | 筋肉の萎縮・リハビリテーション | | | | | 筋肉・関節の動きとしくみ辞典(第4章)を読んでおく(2.5時間) | | リハビリテーションを実践する(2.5時間) | | |
| | 12 | ケガをしない運動方法 | | | | | 筋肉・関+18：J19節の動きとしくみ辞典(第3章)を読んでおく(2.5時間) | | トレーニング、ストレッチングを実践する(2.5時間) | | |
| | 13 | 運動と抵抗 | | | | | 配布資料を読んでおく(2.5時間) | | レジスタンストレーニングを実践する(2.5時間) | | |
| | 14 | 一流選手の動作分析 | | | | | 配布資料を読んでおく(2.5時間) | | 走、投、跳の動作についてまとめる(2.5時間) | | |
| | 15 | まとめ | | | | | 各教科書を読んでおく(2.5時間) | | 身体運動の構造と機能についてまとめる(2.5時間) | | |
| 成績評価基準 | <ul style="list-style-type: none"> ・関節の動きのメカニズムを理解している。 ・主要な骨格筋の効果的なエクササイズの方法を理解している。 ・スポーツ動作を安全に上手に行うためのコツを理解している。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他(ミニツペーパー) |
| | 70% | | | | | | | | 20% | | 10% |
| 教科書 | 「ぜんぶわかる筋肉・関節の動きとしくみ事典」川島著 成美堂出版 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | 参考書 | 「身体運動の機能解剖」Clem W.Thompson・R.T.Floyd 著 医道の日本社 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 筆記試験は、次回授業で解説をする。 ミニツペーパーは、その授業内に採点及び解説する。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | リハビリテーション論 Theory of Rehabilitation | | | | | | 担当者 | 田村 有深歩 実務家教員 | | | |
|----------------------------|--|----------------------------|------|-----|----|-----|----------------------------------|-----------------|---------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 1. リハビリテーションの理念と目的、範囲が理解できる 2. 障がいの概念と各種障がいについて理解できる 3. 医学的リハビリテーションの流れと関係職種、評価法、治療法について理解できる 4. 教育的・職業的・社会的リハビリテーションを理解し、その中でスポーツ指導者としての関わりを見いだす 5. アスレティックリハビリテーションについて理解し、トレーニング計画を立案できるようになる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 実務経験として日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーや鍼灸師の資格を有し競技選手のトレーナーとして活動する教員が、上記の内容について、スライドを用いて講義を行う。 トレーニング計画立案の演習を行う。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | リハビリテーションの理念と目的 | | | | | Reference Book を熟読しておくこと(2時間) | | (2時間) | | |
| | 2 | リハビリテーションの範囲 | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 3 | 障がいの概念 | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 4 | 各種障がい(脳性麻痺・脳血管疾患後遺症) | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 5 | 各種障がい(脊髄損傷) | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 6 | 各種障がい(高齢者の障がい・その他運動障がい) | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 7 | 各種障がい(視覚・聴覚・内部・精神機能障がい) | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 8 | 医学的リハビリテーション1 | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 9 | 医学的リハビリテーション2 | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 10 | 地域リハビリテーション | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 11 | 教育的・職業的・社会的リハビリテーション | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 12 | アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画1 | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 13 | アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画2 | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 14 | アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画3 | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| | 15 | まとめ | | | | | 同上 | | 同上 | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験と受講態度で評価をする。 受講態度は配布物への記入や、講義内容をメモするなど、積極的に授業に参加しているかどうかを評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | 80% | | | | | | | | 20% | | |
| 教科書 | なし | | | | | 参考書 | 「Reference Book」 (公財)日本スポーツ協会 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講評や解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツ栄養学 Sports nutrition | | | | | | 担当者 | 荒川 優子 実務家教員 | | | |
|----------------------------|---|-------------------------|------|-----|----|--------------|--|----------------|--------------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 健康づくりの主要柱の1つとして「栄養」が挙げられます。本講座では、健康づくりのための運動指導者として、 ①活用できる栄養素摂取や食事について説明できるようになる。 ②数式を用いてより具体的な指導コミュニケーションができるようになる。 ③栄養知識を相互作用させた運動指導が行えるようになる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 各栄養素や食品群等の基礎知識を理解した上で、運動エネルギーや代謝との関連、減量への取り組み等が習得できます。 実務歴：フィットネス施設にて、運動と栄養指導を行う。栄養指導は、栄養価計算や健康教室の開催等。管理栄養士保有。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 健康と栄養（三大栄養素） | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 2 | 健康と栄養（ビタミン・ミネラル） | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 3 | 健康と栄養（水・食物繊維） | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 4 | 6つの基礎食品群 | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 5 | 食生活指針、食事バランスガイド | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 6 | 消化・吸収 | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 7 | 摂取エネルギー・消費エネルギー | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 8 | 日本人の食事摂取基準 | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 9 | 減量の方法 | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 10 | 生活習慣病との関わり | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 11 | 運動時におけるエネルギー源 | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 12 | 運動能力と栄養（グリコーゲンローディング含む） | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 13 | アスリートと栄養 | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| | 14 | 栄養補助食品（サプリメント）について | | | | | 教科書熟読（2時間） | | 記述ノート整理（2時間） | | |
| 15 | まとめ | | | | | 記述ノート整理（2時間） | | 記述ノート確認（2時間） | | | |
| 成績評価基準 | ①各栄養素を正しく説明できる。②健康指導に活用される計算ができる。③運動と関係づけて栄養摂取について説明できる。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 85% | | | | | | | | 15% | | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」（公財）健康・体力づくり事業財団、「Reference Book」（公財）日本スポーツ協会 | | | | | 参考書 | 「公認スポーツ指導者養成テキスト」（公財）日本スポーツ協会、「トレーニング指導者テキスト理論編」（NPO）日本トレーニング指導者協会 | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 試験答案を返却する。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | コーチング論 Theory of Coaching | | | | | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | | |
|----------------------------|--|--------------------------------|------|-----|----|---|---------|-----------------|---------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | トップアスリートを育成・指導できる指導者に近づくために、以下のことを身につける。 ①トップアスリートの育成における指導者の役割 ②トップアスリートの育成・強化方法と評価 ③チームづくりと運営 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | トップアスリートを育成・指導するために必要な高度な知識を習得するための授業を行います。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | コーチの役割 | | | | 自身がこれまで関わったコーチを思い出し、理想のコーチ像について考える(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 2 | トップアスリートを育てるために～指導者が持つべき視点～(1) | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 3 | トップアスリートを育てるために～指導者が持つべき視点～(2) | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 4 | トップアスリートの育成・強化の方法とその評価(1) | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 5 | トップアスリートの育成・強化の方法とその評価(2) | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 6 | 世界を目指すアスリートの育成・強化の在り方と指導者の役割 | | | | 指導者の役割について考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 7 | 選手と指導者の望ましい関係の構築 | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 8 | ミーティングの方法 | | | | ミーティングの必要性について考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 9 | 競技力向上のためのチームマネジメント(1) | | | | チームマネジメントの方法について調べ、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 10 | 競技力向上のためのチームマネジメント(2) | | | | チームマネジメントの方法について調べ、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 11 | スポーツのインテグリティ | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 12 | 競技力向上のための情報とその活用 | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 13 | 対象および年齢に応じたコーチング | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 14 | アンチ・ドーピング | | | | 教科書の該当項を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 15 | まとめ | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. 指導者の役割を理解し、重要性を説明することができる 2. トップアスリートの育成・強化方法について学び、評価することができる 3. チームづくりと運営方法について説明することができる | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | 70 | | | | 10 | | | | 20 | | |
| 教科書 | 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会「公認スポーツ指導者養成テキスト(共通科目Ⅲ)」(公財)日本スポーツ協会 | | | | | 参考書 | なし | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講義終了後にミニツッパーパーの提出を行い、評価・フィードバックをした上で返却します。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 社会福祉概論 | | | | | | Social-welfare | | 担当者 | 日 野 将 也 実務家教員 | | | | | |
|----------------------------|--|-----------------------|---|------|----|-----|--|------|---|------------------|----|----|-------|--|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 必修 | 選択 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | 現代社会における社会福祉の意義と歴史について理解し、具体的に述べる。社会福祉の制度や実施体系を知り、身の回りの問題と関係づける。生活上の困難に直面する人へのコミュニケーションの方法や求められる視点を理解し、自らの言葉で表現する。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 社会福祉士・介護福祉士の資格を有し福祉分野での支援の経験を持つ者が、自らの経験をふまえ、それぞれの生きづらさを抱える場面においてどのような制度的・对人的サポートが行われるかを具体的に説明する。それぞれの生きづらさを抱える場面において、自分ならどのように感じるかを考えながら受講してほしい。予習よりも復習に力を入れてほしい。講義で説明を受けた社会制度が自らの生活に深くかかわっているものであることを日常生活において実感することで、より理解が深まるだろう。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | 講義事項を読み、講義の概要を把握し、それぞれの生活困難な場面についてイメージし、整理しておくこと。(1時間) | | 講義内容を身の回りの問題と関連付けて整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 2 | 社会福祉の原理 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 社会福祉の基本的な考え方について整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 3 | 社会福祉の歴史 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 社会福祉観のうつりかわりについて整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 4 | 年金制度 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | それぞれの制度を整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 5 | 医療保険制度 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | それぞれの制度を整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 6 | 雇用保険・労働者災害補償保険・働く人の法律 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 講義内容を身の回りの問題と関連付けて整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 7 | 生活保護制度 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 講義内容を身の回りの問題と関連付けて整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 8 | 社会福祉関連専門職 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 配布したプリントを整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 9 | 対人援助の展開過程 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 配布したプリントを整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 10 | 対人援助の原則 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 配布したプリントを整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 11 | 児童家庭福祉 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 講義内容を身の回りの問題と関連付けて整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 12 | 障がい者福祉 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 講義内容を整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 13 | 高齢者福祉・介護保険制度 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 講義内容を整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 14 | 地域福祉 | | | | | あらかじめ配布したプリントを読み、整理しておくこと。(1時間) | | 配布したプリントを読み、身の回りの問題と関連付けて整理しておくこと。(3時間) | | | | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | これまでの講義内容を整理しておくこと。(3時間) | | 講義全体を振り返り、身の回りの問題と関連付けて考察を深めること。(3時間) | | | | | | |
| 成績評価基準 | 期末試験によって評価する。社会福祉制度の意義・概要・求められる視点について理解できているかを問う。また身の回りの具体的事例と学んだことを関連付けて問題点を抽出し、社会制度と関連付けて自らの言葉で表現できているかを問う。また授業への取り組みも評価に加える。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | | 授業の取組 | | その他() |
| | 80 | | | | | | | | | | | | 20 | | |
| 教科書 | プリントを配布する。 | | | | | | 参考書 | | 新 社会福祉とは何か(大久保秀子)(中央法規) はじめての社会保障(椋野美智子・田中耕太郎)(有斐閣) | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 試験のフィードバックとして、解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 労働法規 Labor Standard Law | | | | | | | 担当者 | 阿部理香 | | |
|----------------------------|--|-------------------|------|-----|-----|-----|--------------|-----------|---------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <p>本講義では、労働基準法および労働契約法を中心に、受講生が以下の項目について理解できることを目指す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・労働法規を体系的に理解し、法の目的に応じて分類することができる。 ・労働関係の特性を理解し、労働法の意義を200字程度で説明することができる。 ・賃金、労働時間などの労働条件について関連条文・判例を参照することができる。 ・労働法上の法的論点を指摘し、関連条文・判例を示したうえで自分なりの見解を示すことができる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>労働法を学ぶことは、受講生が「働くルール」の基本を知り、アルバイト先や卒業後の就職先等でトラブルに遭遇した場合に、問題の本質は何か、いかなる法的解決がありうるかを自ら考え「使える」ことにつながります。本講義では、＜労働者－使用者＞という個別的関係の中で生じうる労働紛争について、労働基準法および労働契約法を学びながら、その法的論点・具体的解決を検討します。毎回の授業では、具体的な事例にもとづいて授業を進めていきます。</p> | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス・労働法の体系 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 2 | 採用・内定 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 3 | 労働契約上の権利・義務 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 4 | 就業規則 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 5 | 人事異動・配転・出向 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 6 | 懲戒 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 7 | 解雇 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 8 | パート・有期契約労働者 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 9 | 派遣労働者 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 10 | 雇用差別 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 11 | 賃金 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 12 | 労働時間 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 13 | 休日・休暇 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 14 | 労働紛争解決システム | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| | 15 | 総括：全体のポイント説明と質疑応答 | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | | |
| 成績評価基準 | 復習課題：20点（2点×10） 中間レポート：30点 期末試験：50点 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 50% | | 30% | | 20% | | | | | | |
| 教科書 | 野田進ほか『判例労働法入門〔第6版〕』有斐閣（2019年） | | | | | 参考書 | 適宜紹介します | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 復習課題（毎回の講義の最後に配布）は、次回講義の冒頭で解説をします。 期末試験は終了後に解説と質問の時間を設けます。 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|---|----|-----|-------|--------|---|----------------------------|---------------------------|----------|----|--|
| 科目名 | 子どもの保健 | | | | | | | 担当者 | 東島明子 実務家教員 | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 1. 子どもの心身の健康増進を図る保健活動の意義を理解することができる。 2. 子どもの身体的な成長・発達と保健について理解することができる。 3. 子どもの心身の健康状態とその把握の方法を身につけることができる。 4. 子どもの疾病とその予防法及び他職種間と連携・協働し適切な対応法を理解することができる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 保育者は、日々成長・発達している子どもたちを病気や事故から守り心身ともに健全な人として子どもを成長させる責任があり、そのためには一人ひとりの発達に応じた子どもの保健に関する知識が必要です。講義内容は、医療保育士として長年大学病院小児科病棟にて医療スタッフと連携し、さまざまな病気の子どもたちとその家族へ関わってきた経験を活かした授業を教科書にそってパワーポイントや資料を用いて進めます。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | オリエンテーション ・保健活動の意義と目的 | | | | | | 教科書全般を読む P2～P4 (2時間) | 教科書全般を読む 次下ページを整理(2時間) | | | |
| | 2 | ・健康の概念と健康指標 ・現代社会における子どもの健康に関する現状と課題 | | | | | | P5～P12 (2時間) | P5 WHO憲章 (2時間) | | | |
| | 3 | 地域における保健活動と子ども虐待防止 | | | | | | P13～P22 P98～P107 (2時間) | P5～P12 まとめ (2時間) | | | |
| | 4 | 身体発育および運動機能の発達と保健 | | | | | | P24～P36 (2時間) | 健やか親子21 母子手帳 (2時間) | | | |
| | 5 | 出現機能の発達と保健 (A・B・C・D) | | | | | | P37～P39 P107～P110 (2時間) | 原始反射 (2時間) | | | |
| | 6 | 〃 (E・F・G・H・I・J) | | | | | | P39～P47 (2時間) | 脳の発達 (2時間) | | | |
| | 7 | 心身の不調などの早期発見・脳からみた「健やかな育ち」 | | | | | | P48～P51 (2時間) | からだのチェックポイント (2時間) | | | |
| | 8 | ・発育・発達の把握と健康診断 ・保護者との情報共有 | | | | | | P52～P64 (2時間) | P48～P51 まとめ (2時間) | | | |
| | 9 | 感染症 | | | | | | P66～P71 (2時間) | 発育曲線 (2時間) | | | |
| | 10 | アレルギー疾患 | | | | | | P72～P75 (2時間) | 感染症の種類 (2時間) | | | |
| | 11 | ・口と歯の健康 ・先天性疾患 | | | | | | P76～P81 (2時間) | アレルギー疾患 (2時間) | | | |
| | 12 | そのほかの疾病 (A・B・C・D・E・F) | | | | | | P82～P90 (2時間) | P76～P81 まとめ (2時間) | | | |
| | 13 | 〃 (G・H・I・J・K・L) | | | | | | P91～P96 (2時間) | P82～P90 まとめ (2時間) | | | |
| | 14 | 「虐待」この現代的問題に立ち向かう | | | | | | P98～P106 (2時間) | P91～P96 まとめ (2時間) | | | |
| 15 | 脳からみた「健やかな育ち」まとめ | | | | | | P2～P106 (2時間) | P2～P106(2時間) | | | | |
| 成績評価基準 | オリエンテーション時に個人の目標を決め評価する | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | | |
| | 80 | 10 | | | 10 | | | | | | | |
| 教科書 | 子どもの保健 遠藤郁夫／三宅捷太 学建書院 | | | | | 参考書 | ふくおか子育て支援ガイド 医療保育テキスト 保育所保育指針 その他 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | レポートは2週間以内に採点、コメントをつけて返却する | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 運動遊び Exercise and Play | | | | | | | 担当者 | 小川 茜 | | |
|----------------------------|---|-----------------------------------|------|-----|----|-----|--------------------------|---|-----------------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 1. 多様な運動遊びを学び、実践できる 2. 安全管理に配慮した上で子どもたちに運動の楽しさ・喜び・達成感が実感できる運動遊びを応用・創意工夫し、立案・指導できる 3. 発達段階に応じた遊びの提案・指導ができる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 幼少の頃から身体を動かすことの意義や必要性を学ぶと同時に、多種多様な運動遊びを体験し、立案・指導できるようになりましょう。 本授業では以下の内容を行います 1. 授業内での運動遊びの体験 2. 学外イベントにおける運動遊びプログラムの提供 3. 学生を指導対象とした運動遊びのプログラム立案及び模擬指導 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 自身が体験したことのある運動遊びプログラムについてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 2 | アイスブレイク | | | | | | 場を和ませるアイスブレイクのゲームにどのようなものがあるか調べる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 3 | 年齢・体力に応じた指導 | | | | | | 体力学及び発育発達論で学んだ内容を復習する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 4 | 運動遊び、スポーツの指導 | | | | | | 指導時の注意事項をまとめる関連するニュースや書籍の内容を予習・整理する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 5 | 発達段階に応じた運動遊びの展開例 | | | | | | 発達段階別の運動遊びの注意点を調べてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 6 | 運動あそびのアレンジ | | | | | | これまでに学んだ運動遊びプログラムのアレンジを考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 7 | 身近にあるものを使った遊び | | | | | | 身近にある道具(新聞紙や風船など)でどのような遊びができるか考える(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 8 | 道具を使った遊び(ボール、フラフープ、縄跳び、マット、跳び箱など) | | | | | | 左記のような道具を使って自身が体験したことのある運動遊びプログラムについてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 9 | | | | | | | 左記のような道具を使って自身が体験したことのある運動遊びプログラムについてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 10 | 運動あそびとコーディネーショントレーニング | | | | | | コーディネーショントレーニングの重要性について調べてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 11 | | | | | | | コーディネーショントレーニングのプログラムについて調べてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 12 | 親子の運動遊び、集団ゲーム | | | | | | 自身が体験したことのある親子遊びや集団ゲームについてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 13 | ミニ運動会 グループ演習 | | | | | | オリジナルの運動遊びプログラムを考える(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 14 | ミニ運動会 発表① | | | | | | 模擬指導に向けて道具の準備や練習を行う(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| 15 | ミニ運動会 発表② | | | | | | 模擬指導に向けて道具の準備や練習を行う(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. 多様な運動遊びを学び、毎回学びのレポートにまとめ提出する 2. 学外イベントにおいて運動遊びプログラムの提供・指導を行う 3. グループで指導プログラムを立案し、学生を対象として運動遊びプログラムの模擬指導を行う | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | 10 | | | | 50 | | 40 | | |
| 教科書 | なし | | | | | 参考書 | | 「公認ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト」(公財)日本スポーツ協会(公財)日本スポーツ協会「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会(公財)日本スポーツ協会 | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 授業内提出物は評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | |

| 科目名 | レクリエーション活動援助法 I A Recreational Activity I A | | | | | | 担当者 | 原田 弘美 実務家教員 | | | |
|----------------------------|---|-------------------------------------|-----|-----|----------------------|---|-----------------------------|----------------------------------|---------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | レクリエーション活動や余暇活動を通して、人々の心を元気にするための支援の知識を理解し演習に活用できる。 レクリエーション活動を対象や目的に合わせて展開することができるようになる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | レクリエーションの支援者の求められる資質は相手と同じ考えを共有するための「コミュニケーション能力」である。この能力を高めるために信頼関係を築くための「ホスピタリティ」や良好な集団づくりのための「アイスブレイキング」、動機づけの理論に裏付けされた「自主的・主体的に楽しむ力を高めるレクリエーション活動の展開方法」を主に学習する。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス レクリエーション概論① レクリエーション支援とは | | | | レクリエーションとは言葉やイメージについて調べる(2時間) | | 心を元気にするレクリエーションとは何か考えをまとめる(2時間) | | | |
| | 2 | レクリエーション概論② レクリエーション・インストラクターの2つの役割 | | | | 支援者のイメージについて考える(2時間) | | 福祉や教育の分野で求められる事項について確認する(2時間) | | | |
| | 3 | 楽しさを通じた心の元気づくりの理解 | | | | 楽しみ活動を行う際の自身の気持ちのありようを考える(2時間) | | フロー理論の確認(2時間) | | | |
| | 4 | ライフステージと心の元気づくり | | | | レクリエーションが誰を対象にどのように開催されているか調べておく(2時間) | | レクリエーションは生活の基盤となることをまとめる(2時間) | | | |
| | 5 | 子どもや高齢者の心の元気づくり | | | | 教育や福祉の現場でレクリエーション活動がどのように活用されているか調べておく(2時間) | | 楽しさをベースにした支援とは何かまとめる(2時間) | | | |
| | 6 | レクリエーション体験学習 | | | | これまで体験したレクリエーション活動をイメージしておく(2時間) | | レクリエーションプログラムの基本的な流れを確認する(2時間) | | | |
| | 7 | レクリエーション支援におけるコミュニケーション | | | | 言語的コミュニケーションと非言語的コミュニケーションについてイメージし考えをまとめる(2時間) | | 非言語コミュニケーションが対象者に与える影響を確認する(2時間) | | | |
| | 8 | 対象者との信頼関係 | | | | 気持ちを一つにするための手段について過去の経験をふりかえる(2時間) | | ラポールについて確認する(2時間) | | | |
| | 9 | 信頼関係づくりの方法 | | | | ホスピタリティとは何か調べておく(2時間) | | ホスピタリティの示し方を確認する(2時間) | | | |
| | 10 | 集団づくりの理解 | | | | 今まで自分が所属した集団について整理する(2時間) | | 対象者が主役になる展開や支援者の配慮を確認する(2時間) | | | |
| | 11 | レクリエーション活動を通じた良好な集団づくり | | | | アイスブレイキングとは何か調べる(2時間) | | 対象者の一体感をつくる具体的な技術についてまとめる(2時間) | | | |
| | 12 | 自主的・主体的にレクリエーション活動を楽しむ力 | | | | 楽しさの根源はなにかについて考えをまとめる(2時間) | | やる気の源を整理する(2時間) | | | |
| | 13 | やる気の変化とやる気が生じる心のしくみ | | | | ハードル設定とは何か調べておく(2時間) | | 成功体験がもたらす変化を整理する(2時間) | | | |
| | 14 | 成功体験を支えあう対象者のかかわり | | | | CSSプロセスとは何か調べておく(2時間) | | 楽しさをの相互作用を活用する技術をまとめる(2時間) | | | |
| 15 | まとめ | | | | 学んだことを時分なりに整理する(2時間) | | 自分の課題を明確にし、今後の取り組みを考える(2時間) | | | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験70% 演習課題30%により評価する | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | |
| | 70% | | 30% | | | | | | | | |
| 教科書 | 楽しさを通じた心の元気づくり～レクリエーション支援の理論と方法～公益財団法人日本レクリエーション協会 レクリエーション指導者ハンドブック「楽しいをつくる」 NPO法人福岡県レクリエーション協会 | | | | | 参考書 | 適宜紹介します | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講評や解説の時間をもうける | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|---|----|-----|-------|--------|--------------|--|---------|---|----|--|
| 科目名 | レクリエーション活動援助法 I B Recreational Activity I B | | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | レクリエーション活動や余暇活動を通して、人々の心を元気にするための支援の知識を身につけながらそれらの活動を有効に活用するための理論と方法を考察し、指導現場に活かすことができるようになる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | レクリエーションの指導者に求められる資質は、相手と同じ考えを共有するための「コミュニケーション能力」である。この能力を高めるためには信頼関係を築くための「ホスピタリティ」や良好な集団づくりのための「アイスブレイキング」、動機づけの理論に裏付けられた「自主的、主体的に楽しむ力を高めるレクリエーション活動の展開方法」を主に学習する。また、指導者として前に立つ前に、受講生としてレクリエーション活動の内容を客観的にとらえ受講体験をもとに、指導者として指導の知識と技術を身につける。この授業は、「レクリエーション・インストラクター」資格取得のための指定科目である。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | オリエンテーション、ホスピタリティとは | | | | | | 前期で学習した理論をもとに指導計画を立て、各イベントの役割を考えておく(1時間) | | 計画を振り返り、指導者としての役割を自覚してまとめておくこと(3時間) | | |
| | 2 | あたたかくもてなす意識と配慮 レクリエーション体験学習① | | | | | | ホスピタリティを再考し、体験学習の準備しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学習したことを振り返り、まとめておくこと(2時間) | | |
| | 3 | 気持ちをひとつにするコミュニケーション技術 レクリエーション体験学習② | | | | | | コミュニケーションを意識し体験学習にのぞむ準備をしておくこと(2時間) | | 今回の授業で学習したことを振り返り、まとめておくこと(2時間) | | |
| | 4 | レクリエーション活動の習得1 レクリエーション体験学習③ | | | | | | イベント概要を考え、役割分担などの詳細をまとめておくこと(2時間) | | 指導者と受講者、受講者同士の関係性について学習したことを振り返り、まとめておくこと(2時間) | | |
| | 5 | レクリエーション活動の習得2 レクリエーション体験学習④ | | | | | | イベント計画の中で、参加者に対してどのような立ち居振る舞いをすべきなのか考えておくこと(2時間) | | 易から難へのプログラムを感じながら振り返ること(2時間) | | |
| | 6 | レクリエーション活動の習得3 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」について | | | | | | イベント概要を考え、役割分担などの詳細をまとめておくこと(2時間) | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間) | | |
| | 7 | レクリエーション活動の習得4 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」について | | | | | | | | | | |
| | 8 | 子ども対象のレクリエーション レクリエーション体験学習⑤ | | | | | | 対象者に適したプログラム内容を考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学習したことを振り返り、まとめておくこと(2時間) | | |
| | 9 | 一般成人、高齢者対象のレクリエーション | | | | | | イベント計画の中で、参加者に対してどのような立ち居振る舞いをすべきなのか考えておくこと(2時間) | | 各自、行動計画に沿った動きと全体の動きがマッチングできたか検討しておくこと(2時間) | | |
| | 10 | 安全管理の方法 レクリエーション指導計画 | | | | | | イベント計画の中で、参加者に対してどのような立ち居振る舞いをすべきなのか考えておくこと(2時間) | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間) | | |
| | 11 | プログラムの立案 | | | | | | 各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間) | | |
| | 12 | レクリエーション指導の実践① | | | | | | 各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) | | 指導者はプログラムの内容を振り返り、受講者は指導された内容で良かった事をまとめておくこと(2時間) | | |
| | 13 | レクリエーション指導の実践② | | | | | | 各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) | | 指導者はプログラムの内容を振り返り、受講者は指導された内容で良かった事をまとめておくこと(2時間) | | |
| | 14 | レクリエーション指導の実践③ | | | | | | 各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) | | 指導者はプログラムの内容を振り返り、受講者は指導された内容で良かった事をまとめておくこと(2時間) | | |
| | 15 | レクリエーション指導の実践④ まとめ | | | | | | 各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) | | これまでに学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| 成績評価基準 | レクリエーション支援の知識を身につけるとともに、それらの活動を有効に活用するための理論と方法を考察し振り返ることができる。また、指導現場に求められる役割を考え活かすことができる。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | | |
| | 0 | 30 | 60 | 0 | 10 | 0 | | | | | | |
| 教科書 | 「楽しさをとおした心の元気づくり-レクリエーション支援の基本的理論と方法-」(公財)日本レクリエーション協会「レクリエーション支援ハンドブック-楽しいをつくる-」(NPO)福岡県レクリエーション協会 | | | | | 参考書 | 適宜プリントを配布する。 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 各イベントや指導ごとに振り返り、問題・改善点を提示・提案し、個人への課題については評価をして返却する。そして、実践指導の中で振り返ってもらう。 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|-----------------------------|------|-----|----|------------------|------------------------------------|--|----------------------|----------|--------|
| 科目名 | 障害者スポーツ論 Sports for the Disabled | | | | | | | 担当者 | 山野 明 実務家教員 | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 必修 |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・障がい（身体・知的・精神）の特性、スポーツ指導上の留意点について説明できる。 ・障がいの特性に応じたルール、道具、環境づくりを行えるようになる。 ・障がいに配慮したスポーツの支援または指導が行えるようになる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 障がい（身体・知的・精神）の原因と病態を知り、障がい特性に合わせた競技ルールの変更点と用具の工夫について学ぶ。また、障がいの特性を理解し、障がいに配慮した指導方法を考えていく。なお、福岡市障がい者スポーツ大会へのボランティア参加を必須とします。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | |
| | 1 | 障がい者スポーツとは | | | | | 興味のある障がい者スポーツについて調べよう（2時間） | | ルール、用具等の整理（2時間） | | |
| | 2 | わが国のスポーツ施策と障がい者スポーツ | | | | | 日本障がい者スポーツ協会HPを検索し歴史と現状を調べよう（2時間） | | 歴史と現状の整理（2時間） | | |
| | 3 | 福岡市障がい者スポーツ大会ボランティア、ボランティア論 | | | | | 福岡市障がい者スポーツ協会HPを検索し事業内容を調べよう（2時間） | | 大会の運営サポートの整理（2時間） | | |
| | 4 | 福岡市障がい者スポーツ大会ボランティア、ボランティア論 | | | | | 福岡市障がい者スポーツ協会HPを検索し事業内容を調べよう（2時間） | | 大会の運営サポートの整理（2時間） | | |
| | 5 | 障がい者スポーツの意義と理念 | | | | | 配布資料の熟読（2時間） | | 配布資料の整理（2時間） | | |
| | 6 | 障がい者スポーツの意義と理念 | | | | | 配布資料の熟読（2時間） | | 配布資料の整理（2時間） | | |
| | 7 | 安全管理 | | | | | 配布資料の熟読（2時間） | | 配布資料の整理（2時間） | | |
| | 8 | 障がい各論 身体障がい | | | | | 配布資料の熟読（2時間） | | 配布資料の整理（2時間） | | |
| | 9 | 障がい各論 身体障がい | | | | | 配布資料の熟読（2時間） | | 配布資料の整理（2時間） | | |
| | 10 | 障がい各論 知的障がい | | | | | 配布資料の熟読（2時間） | | 配布資料の整理（2時間） | | |
| | 11 | 障がい各論 精神障がい | | | | | 配布資料の熟読（2時間） | | 配布資料の整理（2時間） | | |
| | 12 | 障がいに応じたスポーツの工夫 | | | | | 配布資料の熟読（2時間） | | 配布資料の整理（2時間） | | |
| | 13 | 全国障害者スポーツ大会の概要 | | | | | 日本障がい者スポーツ協会HPを検索し歴史と現状を調べよう（2時間） | | 歴史と現状の整理（2時間） | | |
| | 14 | 日本障がい者スポーツ協会 資格認定制度 | | | | | 日本障がい者スポーツ協会HPを検索し指導者について調べよう（2時間） | | 指導者の資格、種類と役割の整理（2時間） | | |
| 15 | まとめ | | | | | 指導者像について考える（2時間） | | 指導者像をまとめる（2時間） | | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験（60%）、受講態度（30%）、レポート（10%）により評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 60% | | 10% | | | | | | 30% | | |
| 教科書 | | | | | | 参考書 | | 新版 障がい者スポーツ指導教本 初級・中級（公財）日本障がい者スポーツ協会編／ぎょうせい | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 筆記試験のフィードバックとして、講評及び解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 障害者スポーツ実技 Practice of Sports for the Disabled | | | | | | | 担当者 | 高木 富士男 | | |
|----------------------------|--|--------------------------|------|-----|----|-----|--------|---------------------------|---------------|----------|---------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 実技 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・障がい者スポーツのルールを他者に説明することができる。 ・障がい者スポーツを他者と協力して実施することができる。 ・障がい者スポーツを他者に指導することができる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | アイマスク体験や車いす体験をした後、全国障がい者スポーツ大会の実施種目を中心に、障がい者スポーツを実施する。障がい者スポーツを体験するなかで、障がいに応じたルールと用具の工夫点、指導方法などを解説する。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス、アイマスク体験 | | | | | | 視覚障がいについて調べる (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 2 | 視覚障がい者へのスポーツ導入 | | | | | | 視覚障がい者のスポーツを調べる (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 3 | 車いす体験 | | | | | | 肢体不自由について調べる (60分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 4 | 車いすバスケットボール 1 | | | | | | 車いす使用者のスポーツを調べる (60分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 5 | 車いすバスケットボール 2 | | | | | | 車いすバスケットボールのルールを調べる (60分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 6 | 車いすバスケットボール 3 | | | | | | 車いすバスケットボール大会を調べる (60分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 7 | 車いすバスケットボール 4 | | | | | | 車いすバスケットボールの戦術を考える (60分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 8 | 車いすでラケット種目 (卓球・バドミントン) 1 | | | | | | 車いす卓球について調べる (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 9 | 車いすでラケット種目 (卓球・バドミントン) 2 | | | | | | 車いすバドミントンについて調べる (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 10 | サウンドテーブルテニス | | | | | | サウンドテーブルテニスについて調べる (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 11 | フロアバレーボール 1 | | | | | | フロアバレーボールについて調べる (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 12 | フロアバレーボール 2 | | | | | | フロアバレーボールについて調べる (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 13 | フロアバレーボール 3 | | | | | | フロアバレーボールの戦術について考える (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 14 | フロアバレーボール 4 | | | | | | フロアバレーボールの戦術について考える (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| | 15 | フットベースボール | | | | | | フットベースボールについて調べる (30分) | 授業の振り返り (30分) | | |
| 成績評価基準 | 受講態度・積極性45%、授業内レポートの提出30%、技術の習得25% | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他 () |
| | | | 30% | | | | 25% | | 45% | | |
| 教科書 | プリントを配布する | | | | | 参考書 | 適宜紹介する | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 受講学生の授業内レポートをまとめ、次回授業で解説する。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | バレーボール | | | | | | Volleyball | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | |
|----------------------------|--|--------------------|------|-----|----|-----|------------------------------------|-------------------|-------|-------------------|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 1. バレーボールの基本的技術・ルール・マナー・指導方法を習得し、実施することができる 2. 円滑で安全なゲームの運営方法を習得し、運営することができる 3. バレーボールの楽しさを実感できる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | ゲームを中心に授業を行い、バレーボールの基本的技術やゲーム運営、スキルレベルや目的に応じたルールの設定方法・指導方法などの習得を目指します。また、バレーボールの楽しさやチームプレイにおけるチームメイトとの協力の重要性などを実感し、フェアプレイの精神を身に付けます。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | 歴史・特性について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 2 | 個人的技術(サーブ)とゲーム | | | | | サーブの方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 3 | 個人的技術(サーブレシーブ)とゲーム | | | | | レシーブの方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 4 | 個人的技術(パス)とゲーム | | | | | パスの方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 5 | 個人的技術(スパイク)とゲーム | | | | | スパイクの方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 6 | 個人的技術(速攻)とゲーム | | | | | 速攻の方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 7 | 個人的技術(ブロック)とゲーム | | | | | ブロックの方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 8 | 戦術(フォーメーション)とゲーム | | | | | フォーメーションについて参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 9 | 戦術(ルール・審判法)とゲーム | | | | | ルール・審判法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 10 | 戦術(ゲームの運営方法)とゲーム | | | | | 運営方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | | 今回の授業内容の復習(30分) | | |
| | 11 | 実践練習① | | | | | レベルに応じた指導方法について考え、計画する(30分) | | | 今回の授業内容の振り返り(30分) | | |
| | 12 | 実践練習② | | | | | レベルに応じた指導方法について考え、計画する(30分) | | | 今回の授業内容の振り返り(30分) | | |
| | 13 | 実践練習③ | | | | | 目的に応じた指導方法について考え、計画する(30分) | | | 今回の授業内容の振り返り(30分) | | |
| | 14 | 実践練習④ | | | | | 目的に応じた指導方法について考え、計画する(30分) | | | 今回の授業内容の振り返り(30分) | | |
| | 15 | 実践練習⑤ | | | | | 目的に応じた指導方法について考え、計画する(30分) | | | 今回の授業内容の振り返り(30分) | | |
| 成績評価基準 | 1. バレーボールの基本的技術を身に付け、ゲームの中で発揮することができる 2. 安全に留意しながらゲームの運営をすることができる 3. チーム内で協力し、与えられた課題に対する指導方法を計画することができる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | | | | | | | 50 | | 50 | | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | 参考書 | | 「バレーボール」青山繁(著)旺文社 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 技術練習や実践練習の取り組みに対して、適宜フィードバックを受けます。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | バスケットボール | | | | | | | Basketball | | 担当者 | 山野 明 実務家教員 | | |
|----------------------------|--|-------------------------------------|------|-----|----|-----|----------------|----------------------------|--------------------------|-------------------|---------------|--|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・基本スキル（フットワーク、パス、ドリブル、シュート）を習得する。 ・基本スキルの応用（1対1、2対2、3対2、3対3）を習得する。 ・チームプレー（オフェンス及びディフェンス）を習得する。 ・上記スキル及びチームプレーを習得し、演習を通して指導者として実践できるようにする。また、チームで実践することで、個々を理解しコミュニケーションする。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 基本スキル（フットワーク、パス、ドリブル、シュート）及び基本スキルの応用（1対1、2対2、3対2、3対3）、チームプレー（オフェンス及びディフェンス）を習得することで指導者として実践できるようにする。また、チーム演習を通して指導者として個々を理解しコミュニケーションする。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス、基本スキル（フットワーク、パス、ドリブル、シュート）の習得 | | | | | | 基本スキルの動作について調べよう（30分） | | 苦手なスキルの反復（30分） | | | |
| | 2 | チーム別に基本スキルの習得、ミニゲーム① | | | | | | 基本スキルの動作について調べよう（30分） | | 苦手なスキルの反復（30分） | | | |
| | 3 | チーム別に基本スキルの習得、ミニゲーム② | | | | | | 基本スキルの動作について調べよう（30分） | | 苦手なスキルの反復（30分） | | | |
| | 4 | チーム別に基本スキルの応用（1対1、2対2）、ミニゲーム③ | | | | | | 基本スキルの応用のポイントについて調べよう（30分） | | 応用ポイントの理解と実践（30分） | | | |
| | 5 | チーム別に基本スキルの応用（1対1、2対2）、ミニゲーム④ | | | | | | 基本スキルの応用のポイントについて調べよう（30分） | | 応用ポイントの理解と実践（30分） | | | |
| | 6 | チーム別に基本スキルの応用（3対2、3対3）、ミニゲーム⑤ | | | | | | 基本スキルの応用のポイントについて調べよう（30分） | | 応用ポイントの理解と実践（30分） | | | |
| | 7 | チーム別に基本スキルの応用（3対2、3対3）、ミニゲーム⑥ | | | | | | 基本スキルの応用のポイントについて調べよう（30分） | | 応用ポイントの理解と実践（30分） | | | |
| | 8 | チームプレーの習得①（オフェンス編）、ミニゲーム⑦ | | | | | | オフェンス方法について調べよう（30分） | | チームで理解し実践（30分） | | | |
| | 9 | チームプレーの習得①（オフェンス編）、ミニゲーム⑧ | | | | | | オフェンス方法について調べよう（30分） | | チームで理解し実践（30分） | | | |
| | 10 | チームプレーの習得①（オフェンス編）、ミニゲーム⑨ | | | | | | オフェンス方法について調べよう（30分） | | チームで理解し実践（30分） | | | |
| | 11 | チームプレーの習得①（ディフェンス編）、ミニゲーム⑩ | | | | | | ディフェンス方法について調べよう（30分） | | チームで理解し実践（30分） | | | |
| | 12 | チームプレーの習得①（ディフェンス編）、ミニゲーム⑪ | | | | | | ディフェンス方法について調べよう（30分） | | チームで理解し実践（30分） | | | |
| | 13 | チームプレーの習得①（ディフェンス編）、ミニゲーム⑫ | | | | | | ディフェンス方法について調べよう（30分） | | チームで理解し実践（30分） | | | |
| | 14 | 総合練習、ゲーム | | | | | | チームで作戦を立てよう（30分） | | ゲームの評価（30分） | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | 自己評価してみよう（30分） | | チーム全体での評価（30分） | | | | |
| 成績評価基準 | 実技試験（50%）、受講態度（50%）により評価する。 | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） | | |
| | | | | | | | 50% | | 50% | | | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | | 参考書 | | 月刊バスケットボール（発行所）日本文化出版（株） | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 希望があれば解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ウォーキング&ジョギング Exercise Walking & Jogging | | | | | | | 担当者 | 松 永 由 水 実務家教員 | | |
|----------------------------|---|---------------------------|------|-----|----|-----|-----------------------------|--|-----------------------------|----------|---------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | ウォーキングやジョギングの特性を学び、各個人に合った適切な運動内容を実践するために、必要な知識を習得する。 また、ウォーキングやジョギングを通じた健康づくりを実践指導できるようになる。(注)健康運動実践指導者資格科目 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 座学で、ウォーキングやジョギングの特性、運動効果、指導者としての心構え、安全上の注意点などを学び、実技で実際にウォーキング、ジョギングを行い、基本的なフォーム、指導上の注意などを実感し、学ぶ。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | テキスト P129-130 熟読 (60分) | | | | |
| | 2 | 健康運動実践指導とは | | | | | テキスト P131-140 熟読 (30分) | | テキスト P129-130 のまとめ (30分) | | |
| | 3 | ウォームアップとクールダウンについて | | | | | テキスト P141-150 熟読 (30分) | | テキスト P131-140 のまとめ (30分) | | |
| | 4 | ストレッチングとは | | | | | テキスト P151-154 熟読 (30分) | | テキスト P141-150 のまとめ (30分) | | |
| | 5 | ウォーキングとジョギングの違い | | | | | テキスト P155-159 熟読 (30分) | | テキスト P151-154 のまとめ (30分) | | |
| | 6 | ウォーキングとジョギングによる運動効果 | | | | | テキスト P160-162 熟読 (30分) | | テキスト P155-159 のまとめ (30分) | | |
| | 7 | ウォーキングとジョギングの基本的なフォーム | | | | | テキスト P162-164 のまとめ (30分) | | | | |
| | 8 | ウォーキングとジョギング実施における安全上の注意点 | | | | | テキスト P163-165 熟読 (30分) | | テキスト P162-164 のまとめ (30分) | | |
| | 9 | ウォーキングとジョギングによる障害とその予防法 | | | | | テキスト P165-168 熟読 (30分) | | テキスト P163-165 のまとめ (30分) | | |
| | 10 | ウォーキングとジョギングのプログラム | | | | | ランニング30分 | | テキスト P165-168 のまとめ (30分) | | |
| | 11 | ランニング実践 (駅伝大会) | | | | | ランニング30分 | | 駅伝大会のまとめ (30分) | | |
| | 12 | ランニング実践 (駅伝大会) | | | | | ランニング30分 | | 駅伝大会のまとめ (30分) | | |
| | 13 | ウォーキングとジョギングの指導と実践 (実技試験) | | | | | ウォーキング&ジョギング60分 | | ウォーキング&ジョギングの日誌 (30分) | | |
| | 14 | 楽しいウォーキング、ジョギングライフを築くために | | | | | ウォーキング&ジョギング60分 | | ウォーキング&ジョギングの日誌 (30分) | | |
| 15 | まとめ | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 授業の取組 (学習意欲) と実技試験を総合評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他 () |
| | | | | | | | 30 | | 70 | | |
| 教科書 | なし | | | | | 参考書 | | 健康運動実践指導者用テキスト—健康運動指導の手引き— (財)健康体力づくり事業財団 | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 希望があれば解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | サッカー | | | | | | | Soccer | 担当者 | 田代利康 実務家教員 | | |
|----------------------------|--|---------------------|------|-----|----|----------------|---------------------------------|----------------|---------|---------------|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1年 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1単位 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | サッカーの競技規則と基礎技術を理解し、サッカー指導が行えるようになる。また、サッカーを楽しくプレイできるようになることを目標とする。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | サッカー技術向上のため基礎練習から始め、フットサルやミニサッカーを中心とした授業を展開していく。初心者から経験者まで、各人のレベルに合わせた課題を設定し、受講者全員のサッカーへの理解とレベルアップをはかっていく。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス、ボール遊び | | | | | サッカーのルール 1h | サッカーのルール 1h | | | | |
| | 2 | ボール遊び、個人技術、ドリブル | | | | | サッカーのルール 1h | サッカーのルール 1h | | | | |
| | 3 | 個人技術、パス（キック） | | | | | サッカーのルール 1h | サッカーのルール 1h | | | | |
| | 4 | 個人技術、シュート | | | | | サッカーの個人技術 1h | 個人技術 1h | | | | |
| | 5 | 個人技術、ドリブル、シュート | | | | | サッカーの個人技術 1h | 個人技術 1h | | | | |
| | 6 | 個人技術、パス、シュート | | | | | サッカーの個人技術 1h | 個人技術 1h | | | | |
| | 7 | グループ戦術 攻撃のコンビネーション1 | | | | | サッカーの戦術 1h | サッカーの戦術 1h | | | | |
| | 8 | グループ戦術 攻撃のコンビネーション2 | | | | | サッカーの戦術 1h | サッカーの戦術 1h | | | | |
| | 9 | グループ戦術 攻撃のコンビネーション3 | | | | | サッカーの戦術 1h | サッカーの戦術 1h | | | | |
| | 10 | グループ戦術 攻撃のコンビネーション4 | | | | | サッカーの戦術 1h | サッカーの戦術 1h | | | | |
| | 11 | 基本練習 ゲーム | | | | | サッカーの試合の仕方 1h | 試合の仕方 1h | | | | |
| | 12 | 基本練習 ゲーム | | | | | サッカーの試合の仕方 1h | 試合の仕方 1h | | | | |
| | 13 | 基本練習 ゲーム | | | | | サッカーの試合の仕方 1h | 試合の仕方 1h | | | | |
| | 14 | 基本練習 ゲーム | | | | | サッカーの試合の仕方 1h | 試合の仕方 1h | | | | |
| 15 | まとめ | | | | | サッカーのまとめ 1h | サッカーのまとめ 1h | | | | | |
| 成績評価基準 | 受講態度 積極性 出席 60%、技術の習得度40% | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | | | | | | | 40 | | 60 | | | |
| 教科書 | なし | | | | | 参考書 | サッカー競技規則2019 - 2020／(財)日本サッカー協会 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 指定された課題でレポートを提出する | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ダンス | | | | | | Dance | | 平塚 泉 実務家教員 | | | |
|----------------------------|--|---|------|-----|----|-----|---------|----------------|---------------|------------|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | <p>ダンスを通じて、リズム感、アイソレーション、筋力、筋持久力の向上、指導者として前に立つ為に必要な体型づくり、そしてトレーナーやインストラクターに最低限必要なトレーナビリティの取得を目指す。 <具体的な目標> 目標① 柔軟性、アイソレーション、リズム感の取得 目標② コリオグラフィー（フィジカル、主に筋力・筋持久力）の向上 目標③ 理想とする体型（スタイル）の変化（体重・体脂肪率・筋肉量・腹囲等）</p> | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>スタジオプログラムには「エアロビックダンス」や「プレコリオ」「ヒップホップ」など様々なジャンルがあるが、このクラスでは「ダンス」を通して「健康・体力づくり」の為に必要な運動の基本を学ぶことを目的とする。将来、スポーツ業界に就く際、必要とされる人材の第一条件に「コミュニケーション能力」がある。更に指導者としての技術「インストラクション能力」も必要となるので、この授業では「解剖学」「運動生理学」等の知識を学びながら、表現力や技術力などの指導者としての「基本」を構築していく。</p> | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | オリエンテーション（ダンスの説明）、目標設定を立てる事が出来、実践に入り授業の内容を理解できる | | | | | | ダンスとは調べてくる | | 柔軟性の実践の復習 | | |
| | 2 | (目標①)基本動作の説明、柔軟性の確保、アイソレーションで可動域の確保、コントロールして動かすことが出来る | | | | | | 柔軟性について調べてくる | | 柔軟性の実践の復習 | | |
| | 3 | (目標①)柔軟性の確保、アイソレーションで可動域の確保、コントロールして動かすことが出来る | | | | | | アイソレーションについて | | 首のアイソ復習 | | |
| | 4 | (目標①)基本動作の説明、柔軟性の確保、アイソレーションで可動域の確保、コントロールしながら、リズムを理解して動くことが出来る | | | | | | アイソレーションについて | | 胸のアイソ復習 | | |
| | 5 | (目標①)柔軟性の確保、アイソレーションで可動域の確保、コントロールして動かすことが出来、リズムをとることが出来る | | | | | | アイソレーションについて | | 腰のアイソ | | |
| | 6 | (目標①)柔軟性、アイソレーションで可動域の確保、コントロールした動きとリズムを理解して振り付けに活かすことが出来る | | | | | | リズムについて | | ダウンのリズムの復習 | | |
| | 7 | (目標①②)柔軟性、アイソレーションで可動域の確保、コントロールした動きとリズムを理解して振り付けに活かす事が出来る | | | | | | リズムについて | | アップのリズムの復習 | | |
| | 8 | (目標①②)柔軟性、アイソレーションで可動域の確保、コントロールした動きとリズムを理解し、振り付けをマスター出来る | | | | | | リズムについて | | リズムとムーヴの復習 | | |
| | 9 | (目標①②)柔軟性、アイソレーションで可動域の確保、コントロールした動きとリズムを理解し、振り付けをマスター出来る | | | | | | リズムについて | | リズムとムーヴの復習 | | |
| | 10 | (目標①②)柔軟性、アイソレーションで可動域の確保、コントロールした動きとリズムを理解し、振り付けをマスター出来る | | | | | | 前回のコリオグラフィーの確認 | | コリオの復習 | | |
| | 11 | (目標①②)柔軟性、アイソレーションで可動域の確保、コントロールした動きとリズムを理解し、振り付けをマスター出来る | | | | | | 前回のコリオグラフィーの確認 | | コリオの復習 | | |
| | 12 | (目標①②③)コリオグラフィーに各々アレンジをして動くことが出来る | | | | | | 前回のコリオグラフィーの確認 | | コリオの復習 | | |
| | 13 | (目標①②③)コリオグラフィーに各々アレンジをして動くことが出来る | | | | | | 前回のコリオグラフィーの確認 | | コリオの復習 | | |
| | 14 | (目標①②③)コリオグラフィーに各々アレンジをして動くことが出来る | | | | | | 前回のコリオグラフィーの確認 | | コリオの復習 | | |
| | 15 | (目標①②③)コリオグラフィーに各々アレンジをして動くことが出来る | | | | | | 前回のコリオグラフィーの確認 | | 全体の振り付けの反省 | | |
| 成績評価基準 | ①コリオグラフィー完成形に対しての実演能力 ②柔軟性、アイソレーション（分離）、リズム感の向上が見られたか。③また身体的な変化が見られたか。 ④積極性のある受講態度等 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | 0 | | 20 | | 0 | | 0 | | 80 | | | |
| 教科書 | | | | | | | 参考書 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講評、解説の時間を設けます。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ラケット種目 | | | | | | | Racket Sports | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | |
|----------------------------|---|---------------------------------|------|-----|----|-----|---|--|-----------------|----------|--------|--|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | 1. 卓球とバドミントンの基本的技術・ルール・マナーを習得し、実施することができる 2. 円滑で安全なゲームの運営方法を習得し、対応することができる 3. ラケット種目の楽しさを実感できる | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 卓球とバドミントンの特性や種目特有のマナー、ゲームの運営方法などを習得することにより、自分で練習を組み立て、ゲームを進行していけるようになります。また卓球やバドミントンの基本的技術を習得することで、ラケット種目の楽しさやダブルスにおけるペアとの協力の重要性などを実感し、生涯スポーツとして親しんでいける能力を身に付けます。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | ラケット種目の歴史・特性について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 2 | 卓球 用具の取り扱い、基礎技術、マナー | | | | | 卓球の特性について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 3 | 卓球 個人的技術(フォアハンド打法)とゲーム | | | | | フォアハンド打法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 4 | 卓球 個人的技術(バックハンド打法)とゲーム | | | | | バックハンド打法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 5 | 卓球 個人的技術(カット打法)とゲーム | | | | | カット打法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 6 | 卓球 個人的技術(サービス)とゲーム | | | | | サービスの方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 7 | 卓球 リীগ戦①(ルール・ゲームの運営方法) | | | | | ルールや運営方法について調べ、まとめる(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 8 | 卓球 リীগ戦②(ルール・ゲームの運営方法) | | | | | ルールや運営方法について調べ、まとめる(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 9 | バドミントン 用具の取り扱い、基礎技術、マナー | | | | | バドミントンの特性について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 10 | バドミントン 個人的技術(ハイクリア・ドロップ・ロブ)とゲーム | | | | | ハイクリア・ドロップ・ロブについて参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 11 | バドミントン 個人的技術(ドライブ・ヘアピン)とゲーム | | | | | ドライブ・ヘアピンについて参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 12 | バドミントン 個人的技術(サービス)とゲーム | | | | | サービスの方法について参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 13 | バドミントン 個人的技術(スマッシュ・レシーブ)とゲーム | | | | | スマッシュ・レシーブについて参考書やインターネット等で予習する(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 14 | バドミントン リীগ戦①(ルール・ゲームの運営方法) | | | | | ルールや運営方法について調べ、まとめる(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| | 15 | バドミントン リীগ戦②(ルール・ゲームの運営方法) | | | | | ルールや運営方法について調べ、まとめる(30分) | | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | |
| 成績評価基準 | 1. 卓球とバドミントンの基本的技術を身に付け、ゲームの中で発揮することができる 2. 安全に留意しながらゲームの運営をすることができる 3. ペアで協力し、ゲームに対する練習計画を組み立てることができる | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | | |
| | | | | | | | 50 | | 50 | | | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | 参考書 | | 「バドミントン教本」日本バドミントン協会(編)ベースボール・マガジン社 「新基本レッスン卓球」近藤欽司(著)大修館書店 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 技術練習やリーグ戦の取り組みに対して、適宜フィードバックを受けます。 | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | マリンスポーツ Marine Sports | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 佐藤 功一 | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|-------|------|-----|----|-----|-------------------|---|---|----------|-----------|--|-----|--|--|--|--|--|--------------------|-----------------------------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 実習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | | | | | | | | | |
| 授業の到達目標 | 1. マリンスポーツの1つであるダイビングの資格を取得するための知識や技術を身に付ける 2. 海洋環境を認識しながら安全管理について理解する 3. 集団活動およびバディとの活動を円滑に行い、自己管理を徹底できる | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 【目的】 ①実習体験を通して、体を動かすことの楽しさや喜びを感じながら、大自然を体感し、その恩恵に触れる。②水中での物理的性質である水温、浮力、抵抗、水圧を感じながら自身の生理反応の変化を確認する。③ダイビングを安全に楽しく実施するために、自己の健康管理の重要性を確認する。④集団生活によってマナー、協調性などの社会性を高める。 大学での講義と海洋実習を行います。 ※別途、参加費が必要。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | | | | | | | | | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 自身の泳力・体力を事前にプールやトレーニングルーム等で確認する(2時間) | 自身の泳力と海洋実習に必要な泳力を考え、トレーニング等を行う(2時間) | | | | | | | | | | | | |
| | 2 | 事前指導 | | | | | | 自身の泳力・体力を事前にプールやトレーニングルーム等で確認する(2時間) | 自身の泳力と海洋実習に必要な泳力を考え、トレーニング等を行う。実習の目的をまとめる。(2時間) | | | | | | | | | | | | |
| | 3 | 実習 | | | | | | インストラクターの指示に従い、以下のような点について予習復習を行うこと(各日予習30分、復習30分) 1) 体調管理、ボディケア 2) 講義で学んだ内容をしおりにまとめる。疑問点は質問できるようメモしておく。 3) その日の自身やバディ、チームメイトの行動やスキルを振り返り、不足している部分はインストラクターに尋ねるなど、次の実習に向けてスキル向上を図る | | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 15 | | | | | | | | | | | | まとめ | | | | | | 実習で学んだことをまとめる(2時間) | 実習で学んだことを振り返り、提出物を作成する(2時間) | |
| 成績評価基準 | 1. ダイビングの資格を取得するための知識や技術を身に付けることができる 2. 海洋環境を認識しながら安全管理について理解することができる 3. 集団活動およびバディとの活動を円滑に行うことができる 4. 体調管理に気を配ることができる 5. 各提出物を期限内に提出できる | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他(実習態度) | | | | | | | | | | |
| | | | | | 40 | | | | | | 60 | | | | | | | | | | |
| 教科書 | なし | | | | | 参考書 | NAUI パスポートダイバー用教材 | | | | | | | | | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | ダイビングに関する講義内容や技術は専門のインストラクターから適宜フィードバックを受けます。提出物は教員確認後に返却されます。希望者は別途追加実習を行うことで、Cカード取得に取り組むことが出来ます。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スノースポーツ | | | | | | | Snow sports | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 中原麻衣子 | | |
|----------------------------|---|-------|---|------|----|-----|-----|--------------------|---|-----------------------------|-------------------------------------|--|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 実習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | 1. スキーの基本技術を習得し、安全に滑走できる。 2. スキーの基本技術を説明できる。 3. ゲレンデにおけるルールとマナーを説明できる。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | スノースポーツ実習事前指導後に、長野県の柵池高原スキー場にてスキー実習を実施する。 [目的] ①集団行動における規律・責任感・コミュニケーション能力などを高める。 [日程] 令和3年2月2日～2月5日(予定) | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | | スキー実習に必要な持ち物について調べる(2時間) | | 日程・持ち物についてしおりを熟読する(2時間) | | |
| | 2 | 事前指導 | | | | | | | 自身の筋力・体力を事前にトレーニングルーム等で確認する(2時間) | | 自身の体力とスキー実習で必要な筋力を考え、トレーニングを行う(2時間) | | |
| | 3 | 事前指導 | | | | | | | スキー実習に必要な用具・ルールについてまとめる(2時間) | | 用具・ルールについてしおりを熟読する(2時間) | | |
| | 4 | 実習 | | | | | | | 担当教員の指示に従い、以下のような点について予習復習を行うこと(予習2時間、復習2時間) 1) 体調管理、ボディケア 2) 講義で学んだ内容をしおりにまとめる。疑問点は質問できるようにメモしておく。 3) その日の自身やチームメイトの行動やスキルを振り返り、不足している部分は担当教員に尋ねるなど、次の実習に向けてスキル向上を図る。 | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | | | | | | | | | | |
| | 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | | 実習で学んだことをまとめる(2時間) | | 実習で学んだことを振り返り、提出物を作成する(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. スキーの知識や滑走技術を身に付けることができる 2. ルールを認識しながら安全管理について理解することができる 3. 集団活動を円滑に行うことができる 4. 体調管理に気を配ることができる 5. 各提出物を期限内に提出できる | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | | | | | 20 | | 40 | | 40 | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | | 参考書 | | 「スキー&スノーボードSIA公認メソッド」日本職業スキー教師協会(著)芸文社 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | スキー滑走に関する講義内容や技術は、担当教員から適宜フィードバックを受けます。 提出物は教員確認後に返却されます。 | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 水泳コーチ論 Swimming Coach Theory | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | |
|----------------------------|---|----------------|----|-----|-------|--------|--|---------|-----------------------------------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 水泳指導者を目指す者として、水泳の特性を理解するとともに、指導法および安全管理について理解することができる。また、選手の育成に関わる専門的知識の把握に努め、競泳競技規則の理解と審判法を身につけることができる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 水泳コーチの基礎理論として、水泳競技の特性および歴史、バイオメカニクス、生理学、心理学、栄養学、医学を学ぶ。また、競泳選手の育成のために必要な競泳の科学やコーチング、専門的なトレーニング、コンディショニングづくりについて競泳経験と照らし合わせながら習得する。さらに、コーチとしての役割や安全管理を学習するためにコーチに必要な法律やプールの管理法、応急手当などについても学ぶ。なお、この科目は、水泳コーチ3資格の指定科目でもあり、集中講義科目でもある。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 水泳の特性と歴史 | | | | | 水泳・水中運動時に受ける身体的作用を考え、特性としてまとめておくこと(2時間) | | 今回の学習内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 2 | 水泳技術の構造1 | | | | | 4泳法の上肢・下肢・全身の動作を経験から振り返り、まとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 3 | 水泳技術の構造2 | | | | | 4泳法の上肢・下肢・全身の動作を経験から振り返り、まとめておくこと(2時間) | | 4泳法の動作をまとめておくこと(2時間) | | |
| | 4 | 水泳の生理学 | | | | | 水泳環境による体内の変化・影響をまとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 5 | 水泳の心理学1 | | | | | 水泳の様々な環境における心理的变化を考慮しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 6 | 水泳の心理学2 | | | | | 水泳の様々な環境における心理的变化を考慮しておくこと(2時間) | | 水泳に関わる心理をまとめておくこと(2時間) | | |
| | 7 | 水泳選手育成に必要な栄養学1 | | | | | 競泳選手としての経験からトレーニング場面に応じた栄養摂取について考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 8 | 水泳選手育成に必要な栄養学2 | | | | | 競泳選手としての経験から試合に直面した栄養摂取について考えておくこと(2時間) | | 場面・状況に応じた栄養摂取についてまとめておくこと(2時間) | | |
| | 9 | 水泳の医学1 | | | | | 自身の故障や傷害について振り返り、その原因を考慮しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 10 | 水泳の医学2 | | | | | 水泳運動者の故障や傷害について振り返り、その原因を考慮しておくこと(2時間) | | 故障や傷害についてまとめ、リハビリ法までまとめておくこと(2時間) | | |
| | 11 | 競泳のコーチング1 | | | | | 過去に様々な場面でコーチから受けた指導を振り返り、まとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 12 | 競泳のコーチング2 | | | | | 過去に様々な場面でコーチから受けた指導を振り返り、まとめておくこと(2時間) | | コーチからの指導が選手に与える影響を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 13 | 競泳のトレーニング | | | | | 過去に経験したトレーニングを振り返り、目的別に考えてまとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 14 | 競泳のコンディショニング | | | | | 体調の維持管理で気をつけていたことをまとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 15 | コーチの役割と安全管理 | | | | | 競泳選手にとってのコーチの存在意義を考慮しておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| 成績評価基準 | 水泳の特性をはじめ、指導法および安全管理について理解することができる。また、競泳の専門的な知識を身につけ、競技大会で重要な競泳競技規則や審判法を理解し、まとめることができる。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | |
| | 0 | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | |
| 教科書 | 「水泳コーチ教本」(公財)日本水泳連盟 「競泳競技規則競技役員の手引き」(公財)日本水泳連盟 | | | | | 参考書 | 適宜、プリントを配布する。 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 項目ごとにレポートを課し、その内容を確認しながら解説を行う。 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|------------------------------|----|-----|-------|--------|---|---------|----------------------------------|----------|----|--|
| 科目名 | 水泳コーチ法演習 Swimming Coach Theory Practice | | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 水泳（競泳）選手を育てる指導者になるために、競技者（タレント）の発掘・育成・指導に必要な競泳の科学的最新理論を理解するとともに、水泳選手の育成のトレーニング法とコーチング法を理解することができる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 水泳（競泳）のコーチになるために必要なスポーツ科学といわれる生理学やバイオメカニクス、心理学などを理解するとともに、選手の育成・指導に応じたコーチングの知識や技量を高め、トレーニングやコンディショニングの指導法として活用できるように学習する。また、選手の指導現場およびコーチを取り巻く環境資源（コーチング文脈）の適用でコーチングの幅を広げ、常にプレーヤーズセンタードの実践指導を行う。なお、この科目は、水泳コーチ3資格の指定科目である。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 水泳トレーニング科学1（水泳の生理学とバイオメカニクス） | | | | | プールへの入水前に、トレーニングによる生理学的変化を予測し、4泳法の動作を振り返ってまとめておくこと（2時間） | | 今回の学習内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 2 | 水泳トレーニング科学2（水泳の生理学とバイオメカニクス） | | | | | プールへの入水前に、トレーニングによる生理学的変化を予測し、4泳法の動作を振り返ってまとめておくこと（2時間） | | 生理学的変化をまとめ、4泳法の動作を再確認しておくこと（2時間） | | | |
| | 3 | 水泳トレーニング科学3（水泳の生理学とバイオメカニクス） | | | | | プールへの入水前に、トレーニングによる生理学的変化を予測し、4泳法の動作を振り返ってまとめておくこと（2時間） | | 生理学的変化をまとめ、4泳法の動作を再確認しておくこと（2時間） | | | |
| | 4 | 水泳トレーニング科学4（水泳の生理学とバイオメカニクス） | | | | | プールへの入水前に、トレーニングによる生理学的変化を予測し、4泳法の動作を振り返ってまとめておくこと（2時間） | | 生理学的変化をまとめ、4泳法の動作を再確認しておくこと（2時間） | | | |
| | 5 | 水泳のトレーニング法とコーチング法1 | | | | | 過去のトレーニング法を振り返り、どのような効果があるのかまとめておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 6 | 水泳のトレーニング法とコーチング法2 | | | | | トレーニング法とコーチング法を実践し、結果として得られたことを考察しておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 7 | 水泳のトレーニング法とコーチング法3 | | | | | トレーニング法とコーチング法を実践し、結果として得られたことを考察しておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 8 | 水泳のトレーニング法とコーチング法4 | | | | | トレーニング法とコーチング法を実践し、結果として得られたことを考察しておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 9 | 水泳のトレーニング法とコーチング法5 | | | | | トレーニング法とコーチング法を実践し、結果として得られたことを考察しておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 10 | 水泳のトレーニング法とコーチング法6 | | | | | トレーニング法とコーチング法を実践し、結果として得られたことを考察しておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 11 | 水泳のトレーニング法とコーチング法7 | | | | | トレーニング法とコーチング法を実践し、結果として得られたことを考察しておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 12 | 水泳のトレーニング法とコーチング法8 | | | | | トレーニング法とコーチング法を実践し、結果として得られたことを考察しておくこと（2時間） | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 13 | 水泳のコーチング法の実践1 | | | | | 選手の育成を想定し、コーチング法を考えてまとめておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 14 | 水泳のコーチング法の実践2 | | | | | 選手の育成を想定し、コーチング法を考えてまとめておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| | 15 | 水泳のコーチング法の実践3 | | | | | 選手の育成を想定し、コーチング法を考えてまとめておくこと（2時間） | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | | | |
| 成績評価基準 | 水泳（競泳）選手を育てるために必要な競泳のスポーツ科学を理解し、レポートにまとめることができる。また、水泳選手の育成のトレーニング法とコーチング法の指導を実践することができる。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合％） | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他（ ） | | | | | | |
| | 0 | 50 | 20 | 30 | 0 | 0 | | | | | | |
| 教科書 | 「水泳コーチ教本」（公財）日本水泳連盟 | | | | | 参考書 | 「健康・スポーツ科学における運動処方としての水泳・水中運動」出村慎一監修、杏林書院 | | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 随時、レポートあるいは課題を課すと同時に、指導実践において振り返る。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 水泳コーチ法実習 Swimming Coach Theory Practice Training | | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 佐 藤 功 一 | | |
|----------------------------|---|-------------------|------|-----|----|-----|-----|---|--------------------|-----------------------------------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 実習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 水泳コーチは、水泳（競泳）選手を育てる指導者として自らの泳ぎを表現する実践力が求められる。また、水泳コーチ3の資格取得のための評価基準があるために、次の泳力を身につける。クロール、背泳ぎ、バタフライ、平泳ぎの4泳法の技術修得と個人メドレーの完成、速く泳ぐ能力の習得、横泳ぎや潜水の技術を修得することができる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 指導者として必要な自らの泳ぎの表現・展示力を向上させるために、4泳法であるクロール、背泳ぎ、バタフライ、平泳ぎの技術修得に取り組み、4種目のそれぞれのスタートおよびターンを含めて完成させる。そして、個人メドレーへも展開し完成させる。また、速く泳ぐための能力を養い、横泳ぎや潜水の技術を実践しながら修得する。また、総合的に競泳のトレーニングを実践する。なお、この科目は、水泳コーチ3資格の指定科目である。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | |
| | 1 | クロール1 | | | | | | 改めて自らのクロール泳動作を振り返り、見せるための泳ぎ方をまとめておくこと（2時間） | | 今回の学習内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 2 | クロール2 | | | | | | 見せる泳ぎを意識し、クロール泳の効率的な動作を振り返ってまとめておくこと（2時間） | | 見せる泳ぎを意識し、速く泳ぐための条件をまとめておくこと（2時間） | |
| | 3 | 背泳ぎ1 | | | | | | 改めて自らの背泳ぎの動作を振り返り、見せるための泳ぎ方をまとめておくこと（2時間） | | 今回の学習内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 4 | 背泳ぎ2 | | | | | | 見せる泳ぎを意識し、背泳ぎの効率的な動作を振り返ってまとめておくこと（2時間） | | 見せる泳ぎを意識し、速く泳ぐための条件をまとめておくこと（2時間） | |
| | 5 | バタフライ1 | | | | | | 改めて自らのバタフライの動作を振り返り、見せるための泳ぎ方をまとめておくこと（2時間） | | 今回の学習内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 6 | バタフライ2 | | | | | | 見せる泳ぎを意識し、バタフライの効率的な動作を振り返ってまとめておくこと（2時間） | | 見せる泳ぎを意識し、速く泳ぐための条件をまとめておくこと（2時間） | |
| | 7 | 平泳ぎ1 | | | | | | 改めて自らの平泳ぎの動作を振り返り、見せるための泳ぎ方をまとめておくこと（2時間） | | 今回の学習内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 8 | 平泳ぎ2 | | | | | | 見せる泳ぎを意識し、平泳ぎの効率的な動作を振り返ってまとめておくこと（2時間） | | 見せる泳ぎを意識し、速く泳ぐための条件をまとめておくこと（2時間） | |
| | 9 | スタート、ターン、個人メドレー | | | | | | 競泳競技規則に則っているか振り返り、考察しておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 10 | 初心者水泳指導法 | | | | | | 初心者に対する指導法の適切な手順を考えておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 11 | 集団・個人の指導法1 | | | | | | 指導された経験を振り返り、集団と個人の指導法をまとめておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 12 | 集団・個人の指導法2 | | | | | | 指導された経験を振り返り、集団と個人の指導法をまとめておくこと（2時間） | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 13 | 競泳のトレーニング1、横泳ぎ、潜水 | | | | | | 目的に応じたトレーニング内容を考えてまとめておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 14 | 競泳のトレーニング2 | | | | | | 目的に応じたトレーニング内容を考えてまとめておくこと（2時間） | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | |
| | 15 | 競泳のトレーニング3 | | | | | | 目的に応じたトレーニング内容を考えてまとめておくこと（2時間） | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと（2時間） | |
| 成績評価基準 | 100m 個人メドレーで男子は1分40秒以内、女子は1分50秒以内 50m 速泳で男子は45秒以内、女子は50秒以内 25m 潜水、25m 横泳ぎを目安に総合的に評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合％） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 0 | | 0 | | 0 | | 80 | | 20 | | 0 |
| 教科書 | 「水泳コーチ教本」（公財）日本水泳連盟 | | | | | | 参考書 | 「競泳競技規則競技役員の手引き」（公財）日本水泳連盟 | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 競泳競技規則に則った泳法になっているか常に指摘し、併せてタイムを縮めるコツを指導の中で振り返る。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツ企業情報演習 Exercises in Sports Company Information | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | |
|----------------------------|--|--|----|----|-----|----|-----|---|---------------------------|--|----|----------|
| | 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 |
| 授業の到達目標 | 1. スポーツ分野の仕事に関する情報が収集できる 2. 収集した仕事の情報をまとめ、プレゼンテーション発表をすることができる 3. グループ活動でコミュニケーションを図り、作業分担をすることができる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | スポーツ分野の仕事について知るため、インターネットを使用して情報収集を行います。また、収集した情報は個人・グループで発表し、その後、その情報を基に数カ所の企業を選択し、実際に企業の見学を行います。スポーツ企業実習につなげる授業ですので、日頃から身だしなみや言葉遣いに気を配り、企業見学に臨みましょう。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | オリエンテーション／働くとはなにか | | | | | | 社会人はなぜ働かなくてはならないのか考える、身近な社会人になぜ働くかインタビューする（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 2 | スポーツ分野の仕事はなにか | | | | | | スポーツ分野の職業について考え、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 3 | スポーツ企業を知る①フィットネスクラブ | | | | | | フィットネスクラブについて調べ、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 4 | スポーツ企業を知る②幼児体育施設 | | | | | | 幼児体育施設について調べ、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 5 | スポーツ企業を知る③スイミングクラブ・スイミングスクール | | | | | | スイミングクラブについて調べ、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 6 | スポーツ企業を知る④公共体育施設 | | | | | | 公共体育施設について調べ、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 7 | スポーツ企業を知る⑤健康増進施設 | | | | | | 健康増進施設について調べ、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 8 | スポーツ企業を知る⑥医療・福祉施設 | | | | | | 医療・福祉施設について調べ、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 9 | スポーツ指導者について①指導者の心得 | | | | | | 指導者に必要なものは何か調べ、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 10 | スポーツ指導者について②指導者の必要性、需要 | | | | | | どのような指導者が求められるか調べ、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | |
| | 11 | スポーツ企業見学 | | | | | | 選択した企業の会社情報について予習する。また、職業・分野への疑問点や質問を考える（1時間） | | 施設見学を行い、実際に判明したことや、新たな疑問点についてまとめる（1時間） | | |
| | 12 | 以下の分野から数カ所の企業（施設）を選択し、見学を行う。 | | | | | | | | | | |
| | 13 | <ul style="list-style-type: none"> ・スポーツクラブ ・トレーニングジム ・スイミングクラブ ・スポーツショップ ・障がい者スポーツ施設 | | | | | | | | | | |
| | 14 | <ul style="list-style-type: none"> ・フィットネスクラブ ・健康増進施設 ・幼児体育教室 ・公共体育施設 | | | | | | | | | | |
| 15 | など | | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 1. インターネットを用い、スポーツ分野の仕事进行调查し、情報を整理した上で指示された項目ごとに取りまとめることができる 2. 収集した情報をまとめ、人にわかりやすく伝えることができる 3. グループ内で協力し、与えられた課題を共同作業によって解決することができる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合％） | 筆記試験 | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） | | |
| | 0 | 20 | | 50 | | 0 | | 30 | | 0 | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | | 参考書 | 適宜紹介します | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 提出課題は評価・フィードバックをした上で返却します。 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|---|----|-----|-------|--------|-----|---|--------------------------------|----------|----|--|--------------------------|-----------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 科目名 | スポーツボランティア演習 I Sports Volunteer I | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 関 洋輔 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | | | | | | | | | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 | | | | | | | | | | | |
| 授業の到達目標 | 1. ボランティアの在り方について学習する 2. ボランティア活動を通して「支える」意義を発見する 3. 礼儀、マナー、社会常識、コミュニケーションスキルを高める | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 指定するボランティア活動に参加します。そのため時間割外の活動や学外、週末祝日等での活動もあります。 受け身でなく主体的な姿勢で様々なボランティア活動に取り組んでくれることを期待します。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | | | | | | | | | | | |
| | 1 | ガイダンス・ボランティア活動計画 | | | | | | どのようなボランティア活動に参加したいかを考える(30分) | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | | | | | | | | | | |
| | 2 | ボランティア論 | | | | | | ボランティア活動に取り組む姿勢を考える(30分) | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | | | | | | | | | | |
| | 3 | 以下のようなボランティア活動に取り組む予定である。 その他は随時伝達される。 ・福浜健康教室 ・ユニクロサッカーキッズ ・PayPay ドーム de モーニング体操 など | | | | | | 各ボランティアの事前事後に指導を行う。指示に従い、予習復習、レポート作成等を行うこと。(30分) | 学んだ内容の復習やレポート作成等を行う(30分) | | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | | | | | | | ボランティア活動で学んだ内容をまとめる(30分) | 今回の授業内容の復習(30分) | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 1. 各ボランティアにおいて、真摯に取り組むことができる 2. ボランティア活動後にレポートを提出する | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | 50 | | 50 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 教科書 | なし | | | | | | 参考書 | 「大学生学びのハンドブック(3訂版)」世界思想社編集部(編)世界思想社 「就職活動ハンドブック」西短進路指導部(学生へ配布済み) | | | | | | | | | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 提出物は評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツボランティア演習Ⅱ Sports Volunteer Ⅱ | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 関 洋輔 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | |
|----------------------------|---|---|------|-----|----|-----|-----|--|--------------------------------|---------------------------|--------|--------------------------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 | |
| 授業の到達目標 | 1. ボランティアの在り方について学習する 2. ボランティア活動を通して「支える」意義を発見する 3. 礼儀、マナー、社会常識、コミュニケーションスキルを高める | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 指定するボランティア活動に参加します。そのため時間割外の活動や学外、週末祝日等での活動もあります。 受け身でなく主体的な姿勢で様々なボランティア活動に取り組んでくれることを期待します。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス・ボランティア活動計画 | | | | | | どのようなボランティア活動に参加したいかや取り組む姿勢を考える (30分) | | 今回の授業内容の復習 (30分) | | |
| | 2 | 以下のようなボランティア活動に取り組む予定である。 その他は随時伝達される。 ・ 福浜健康教室 ・ 福岡マラソン ・ 楽動塾 ・ 福岡城 秋の公園で遊ぼう ・ キッズスポーツフェスティバル ・ 障がい者スポーツ大会 ・ 障がい者スポーツ教室 など | | | | | | 各ボランティアの事前事後に指導を行う。指示に従い、予習復習、レポート作成等を行うこと。(30分) | | 学んだ内容の復習やレポート作成等を行う (30分) | | |
| | 3 | | | | | | | | | | | |
| | 4 | | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | | | | | | | | | |
| | 9 | | | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | | | | | | ボランティア活動で学んだ内容をまとめる(30分) |
| 成績評価基準 | 1. 各ボランティアにおいて、真摯に取り組むことができる 2. ボランティア活動後にレポートを提出する | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | | | | | 50 | | | | 50 | | | |
| 教科書 | なし | | | | | | 参考書 | 「大学生学びのハンドブック (3訂版)」世界思想社 編集部 (編) 世界思想社 「就職活動ハンドブック」西短進路指導部 (学生へ配布済み) | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 提出物は評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツ企業実習 I Sport company training I | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | | | | | | |
|----------------------------|---|--|----|-----|-----------------------------------|----------------------------------|--|-------------------------------------|-----------------------------------|----------|--|--|--|--|--|-------------------------------------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 実習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | | | | | |
| 授業の到達目標 | スポーツ企業の業務内容の実際と企業研究したものとを比較しまとめることができ、その企業に関わるお客様やスタッフなどとコミュニケーションを図りながら事の解決に取り組み、円滑な実習をすることができる。そのためには、おもてなしの心である「ホスピタリティ」を大切に、お客様やスタッフのニーズに応えるための「コミュニケーション能力」、「プレゼンテーション能力」などを自然体で活用できるようになる。また、自身が考える仕事のあり方を再考するとともに理解することができる。 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本実習では事前指導において実習の目的をはじめ、心得、日誌の記入法などを学ぶ。また、およそ2週間の実習期間の中で、これまでに学習してきた身体・健康体力づくりの基礎知識やスポーツ・健康の指導技術、健康・安全管理、コミュニケーション能力を駆使し、「支えるスポーツ」を念頭におき、実習後の振り返りを課題にすることができる。 なお、この科目は、資格取得のための要件単位となる資格もあるが、実習規定により必修科目の単位未修得者は実習を許可しない。 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | | | | |
| | 1 | 実習事前指導 1 および実習手続きについて | | | | | 実習報告会および企業情報演習をもとに企業実習のあり方をまとめて考察しておく(1時間) | | より深い理解のために実習の心構えを含め、復習しておくこと(1時間) | | | | | | | | |
| | 2 | 実習事前指導 2 | | | | | より具体的な実習を遂行するために、与えられた課題を考察しておくこと(1時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習し準備しておくこと(1時間) | | | | | | | | |
| | 3 | 当実習は1年次の春期休暇中に、以下の企業(施設)を選択し実習を行う。 ・スポーツクラブ ・フィットネスクラブ ・トレーニングジム ・健康増進施設 ・スイミングクラブ ・幼児体育教室 ・スポーツショップ ・公共体育施設など | | | | | 毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) | | その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間) | | | | | | | | |
| | 4 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | | | | | | | | これまで学習してきた基礎的な理解や授業内容をこの実習で活かし体験する。 | | | | | この実習で学んだ内容を復習し、報告会に向けてまとめておくこと(3時間) | |
| | 9 | | | | | | | | | | 1) 自己の健康を管理しながら、実習の目的や目標を確認しコミュニケーション能力を身につける。 | | | | | | |
| | 10 | 2) 各種のレッスンを利用者の立場で体験しながら、利用者および指導者の理解を深める。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 11 | 3) トレーナーやインストラクター、施設管理者などの立場で利用者と接しながら、個々の利用者に応じたサポートを行う。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 12 | 4) 個々人に応じたトレーニングプログラムの作成ができるようになる。 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | まとめ | | | | | 実習の内容をまとめ、実習や将来について考察しておくこと(2時間) | | この実習で学んだ内容を復習し、報告会に向けてまとめておくこと(3時間) | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 事前に企業研究したものと実際の業務内容とを比較しまとめることができ、実習巡回での指導担当者の報告や実習ノートから「ホスピタリティ」、「コミュニケーション能力」、「プレゼンテーション能力」などが自然に活用され養われるようになったか、また、これらが不十分だったとしてもその後の取り組みが適切であったかで判断する。また、実習後の報告内容およびプレゼンテーション能力を加味し評価する。 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他(プレゼン) | | | | | | | | | | | |
| | 0 | 0 | 70 | 0 | 10 | 20 | | | | | | | | | | | |
| 教科書 | なし | | | 参考書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康体力づくり事業財団 | | | | | | | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 実習の事前指導、実習中における指導担当者、実習ノートを確認しながらその都度、実習に対する態度および指導を行う。 | | | | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | キャリア演習Ⅱ Career Seminar Ⅱ | | | | | | 担当者 | 小川 茜 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | |
|----------------------------|---|-------------------------|------|-----|----|--|---------|---------------------|---------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 1 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 |
| 授業の到達目標 | 1. 社会人としての在り方、心構えを身に付ける 2. 対人基礎力を身に付ける 3. 対課題発見力を身に付ける 4. 伝える技術（プレゼンテーション）を身に付ける | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 1. 進路選択、社会人基礎力向上に関する授業を行います 2. 個人で課題を設定し、解決する取り組みを行います | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス、年間計画の作成 | | | | 大学生生活で取り組みたい事およびその方法について具体的に考え、まとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 2 | 進路支援①第2回就職模擬試験 | | | | 一般常識問題について勉強する（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 3 | 進路支援②コミュニケーションとは | | | | これまでに身に付けたコミュニケーションスキル、また今後身に付けたいことについて振り返り、まとめる。（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 4 | 進路支援③実習報告会 | | | | 興味のある職業について調べてまとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 5 | 進路支援④グループディスカッションの取り組み方 | | | | 就職活動におけるグループディスカッションの様式についてまとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 6 | 進路支援⑤グループディスカッション実践 | | | | 就職活動におけるグループディスカッションの注意点についてまとめる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 7 | 講読① | | | | 指定図書を読む（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 8 | 講読② | | | | 指定図書を読む（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 9 | 個人ワーク①課題解決への取り組み、発表資料作成 | | | | 自身の問題意識を明確にし、興味のあるテーマを考える（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 10 | 個人ワーク②課題解決への取り組み、発表資料作成 | | | | 自身の問題意識を明確にし、興味のあるテーマについて調べる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 11 | 個人ワーク③課題解決への取り組み、発表資料作成 | | | | 自身の問題意識を明確にし、興味のあるテーマについて調べる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 12 | プレゼンテーション① | | | | 発表資料の作成準備、および発表練習を行う（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 13 | 個人ワーク④課題解決への取り組み、発表資料作成 | | | | 自身の問題意識を明確にし、興味のあるテーマを考える（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 14 | 個人ワーク⑤課題解決への取り組み、発表資料作成 | | | | 自身の問題意識を明確にし、興味のあるテーマについて調べる（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| | 15 | プレゼンテーション② | | | | 発表資料の作成準備、および発表練習を行う（1時間） | | 今回の授業内容の復習（1時間） | | | |
| 成績評価基準 | 1. 授業の内容を踏まえ、かつ与えられる課題を通して、進路選択に関連する取り組みを実践できる 2. 課題を設定し、それを解決するための取り組みを行い、人に分かりやすく伝えることができる 3. 授業内で取り組み一般常識問題について6割以上解答できる | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合％） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | | | | | 80 | | | | 20 | | |
| 教科書 | 「大学生学びのハンドブック（3訂版）」世界思想社編集部（編）世界思想社 「就職活動ハンドブック」西短進路指導部（学生へ配布済み） | | | | | 参考書 | 適宜紹介 | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | レポートは評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|----------------|----|-----|-------|--------|--|---------|--------------------------------|----------|----|--|
| 科目名 | 健康スポーツ論 Sport Theory for Health | | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 必修 | |
| 授業の到達目標 | 「スポーツを通じた健康づくり」という社会的ニーズが高まる中で、幅広い世代のスポーツライフを支えるスポーツ・健康運動指導者になるための必要な理論と指導のための基礎的知識について理解することができる。また、具体的にそのスポーツ・運動が取り入れられ、それがどのような効果をもたらしているのか考察することができる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 近年の健康ブームから、スポーツ活動の現状と活動意義、効果を学びながら、発育発達段階から加齢による身体的能力の変化を理解するとともに、指導者として運動者ニーズに応えられる知識および指導理論を身につけ、子どもから中高年齢者までの各ライフステージに適した健康スポーツの方法論や注意点について学ぶ。また、これらの知識や理論をもとに運動プログラムの作成ができるようになるために、安全で効果的な有酸素運動であるスポーツ・運動の方法と効果、留意点を理解できるようになる。本講は、健康増進施設においてチーフトレーナーとして健康体力づくりに3年以上携わった実務経験のある教員が実践に即した授業を行う。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 健康のためのスポーツ | | | | | 競技スポーツを除き、健康体力づくりのためのスポーツを考察しておく(1時間) | | 健康スポーツについて学んだ内容を復習しておくこと(3時間) | | | |
| | 2 | 発育発達と運動能力 | | | | | 成人へと発育段階における身体的特徴と運動能力の変化を考察しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 3 | 加齢にともなうカラダの変化① | | | | | 成人後の加齢に伴う身体的特徴について考え、まとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 4 | 加齢にともなうカラダの変化② | | | | | 成人後の加齢に伴う体力変化について考え、まとめておくこと(2時間) | | 授業で学んだ内容を復習し、まとめておくこと(2時間) | | | |
| | 5 | 加齢とトレーナビリティ | | | | | 加齢に伴うトレーニングの目的と意義を考察しておくこと(2時間) | | 小テスト①のためにこれまでの内容を復習しておくこと(3時間) | | | |
| | 6 | 中高年の健康スポーツ | | | | | 身体活動の必要性、最低限の体力の必要性を考察しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 7 | 運動の種類① | | | | | 健康づくりのための運動には何かがあるのかを考察しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 8 | 運動の種類② | | | | | 健康づくりのための運動には何かがあるのかを考え、特性をまとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 9 | 運動プログラムの設定 | | | | | 経験してきた競技力向上の運動プログラムと照らし合わせて、健康づくりのためのプログラムを考察しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 10 | ウォーキング | | | | | ウォーキングの特性について考え、まとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 11 | ジョギング | | | | | ジョギングの特性について考え、まとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 12 | 水泳・水中運動 | | | | | 水泳・水中運動の特性について考え、まとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 13 | エアロビックスダンス | | | | | エアロビックスダンスの特性について考え、まとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 14 | ストレッチ・レジスタンス運動 | | | | | ストレッチ・レジスタンス運動の特性について考え、まとめておくこと(2時間) | | これまで授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | まとめの試験を行いますので、これまでの内容を予習しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 幅広い世代のスポーツライフを支えるスポーツ・健康運動指導者になるための必要な理論を理解するとともに、指導者としての基礎的な知識および運動・スポーツの特性をまとめておく。また、各運動・スポーツを指導する上で最重要とされる安全の確保についても理解できる。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | | |
| | 100 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康体力づくり事業財団 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会 | | | | | 参考書 | 「年齢に応じた運動のすすめ」宮下充正、杏林書院 「運動処方としての水泳・水中運動」出村慎一監修、杏林書院 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | まとめの試験では1問1点、100問の100点満点で評価します。形式は○×問題です。解答解説は試験後に行います。 | | | | | | | | | | | |

2年

| 科目名 | スポーツ社会学 Sports Sociology | | | | | | 担当者 | 小川 茜 | | | | | |
|----------------------------|---|-------------------|---|------|----|-----|--|------------------------------|-----------------|----------|----|-------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | スポーツを社会的に見る目を養い、スポーツ・健康運動指導者をめざす者として以下のことを説明できる ①スポーツの概念と歴史 ②スポーツの持つ社会的意義・文化的価値 ③スポーツ観やスポーツ規範の重要性 ④スポーツ集団とリーダーシップの在り方 ⑤少子高齢社会においてアクティブな生活スタイル構築の必要性 | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | スポーツを社会的視点から捉え、以下のような内容を講義する。 ①社会の中のスポーツ ②スポーツの概念と歴史 ③文化としてのスポーツ ④スポーツ集団 ⑤ライフサイクルとスポーツ スポーツに関するニュースについて常に興味・関心を持つこと。またそのニュースについて自分の意見を持つこと。 授業では講義のほかテーマに合わせてディスカッションや調査発表に取り組む予定である。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | |
| | 1 | スポーツの社会的アプローチ | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 2 | 社会の中のスポーツ | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 3 | スポーツの概念 | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 4 | スポーツの歴史 | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 5 | プレイ論 | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 6 | スポーツ観 | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 7 | スポーツ規範 | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 8 | スポーツマンシップとフェアプレイ① | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 9 | スポーツマンシップとフェアプレイ② | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 10 | スポーツ集団 | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 11 | スポーツにおけるリーダーシップ | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 12 | ライフサイクルと生涯スポーツ | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 13 | 地域におけるスポーツ活動 | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 14 | スポーツの社会的諸問題 | | | | | スポーツニュースを調べる。またそれに対する自身の意見をまとめる。教科書の指定範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| 成績評価基準 | 1. 試験において、授業で説明した内容を6割以上解答できる 2. スポーツニュースおよびそれに対する自身の意見を指定用紙にまとめ、毎授業開始時に提出できる 3. 授業内のディスカッションや発表において調査結果や自身の意見を分かりやすく伝えられる | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | 授業の取組 | その他() |
| | 60 | | | | | | | | | | | 40 | |
| 教科書 | 「公認スポーツ指導者養成テキスト(共通科目Ⅰ、Ⅱ)」(公財)日本スポーツ協会 | | | | | 参考書 | | 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 授業内提出物は評価・フィードバックをした上で次回の授業で返却します | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|-----------------------------|---|------|----|-----|-------------------------------------|--|-----------------|----------|-------|--------|
| 科目名 | スポーツ心理学 Sports Psychology | | | | | | | 担当者 | 小川 茜 | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 1. 講義、実践、議論を通じて、スポーツ心理学に関する基礎知識を説明できる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 運動指導の現場では、効率的な運動学習、競技力向上のためのメンタルトレーニング、健康の維持増進のための心理的支援など、多岐にわたって心理学的知識が必要とされる。本授業ではそれらの基礎知識を得るために、講義に加え、質問紙やメンタルトレーニングの実践、議論を通じて、運動現場における多角的な心理的支援について考える。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | スポーツ心理学とは | | | | | | 自身の経験を振り返り、スポーツ現場において必要な心理学的知識は何かを考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 2 | 運動と認知 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 3 | 運動学習 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 4 | スポーツにおける動機づけ | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 5 | スキルに応じたスポーツ指導 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 6 | 運動嫌いとその指導法 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 7 | スポーツとパーソナリティ形成 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 8 | 発達に応じたスポーツ指導 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 9 | 行動や性格の特徴に応じた運動指導、メンタルマネジメント | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 10 | 運動実践と環境 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 11 | 運動と高齢者心理 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 12 | 指導者のメンタルマネジメント① | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 13 | 指導者のメンタルマネジメント② | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 14 | コーチングの心理 | | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. 試験において、授業で説明した内容を6割以上解答できる 2. 授業内のディスカッションや発表、ワークにおいて調査結果や自身の意見を分かりやすく伝えられる 3. 与えられる課題に期日通りに取り組むことができる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | その他() |
| | 60 | | | | | | | | | | 40 | |
| 教科書 | 日本スポーツ協会テキスト トレーニング指導者テキスト 健康運動実践指導者養成用テキスト | | | | | 参考書 | 「これから学ぶスポーツ心理学」荒木雅信(著)大修館書店、その他適宜紹介 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 授業内提出物は評価・フィードバックをした上で次回の授業で返却します | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツバイオメカニクス Sport Biomechanics | | | | | | 担当者 | 藤木 賢二 実務家教員 | | | |
|----------------------------|--|---------------------|------|-----|----|------------------------------|------------------------------|---|-----------------------------------|----------|--------------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 筋活動のしくみを理解するとともにスポーツ動作のメカニズムを知り、スポーツや運動動作の技術改善や健康運動、スポーツ指導に役立てる知識を修得する。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | ①スポーツバイオメカニクスの概念 ②筋肉の収縮メカニズム ③筋出力の特徴とスポーツ種目特性 ④運動の力学的法則 ⑤歩、走、跳、投、打、泳のバイオメカニクス | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | スポーツバイオメカニクスの概念 | | | | | 教科書 (p11~p15) を読んでおく (2.5時間) | | バイオメカニクスの概要についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 2 | 筋肉の収縮メカニズム | | | | | 教科書 (p16~p18) を読んでおく (2.5時間) | | 筋収縮のメカニズムについてまとめる (2.5時間) | | |
| | 3 | 筋の活動様式と筋出力 | | | | | 教科書 (p19~p21) を読んでおく (2.5時間) | | 筋の活動様式についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 4 | 筋肉の弾性要素と特性 | | | | | 筋の構造を理解しておく (2.5時間) | | ストレッチ・ショートニングサイクルについてまとめる (2.5時間) | | |
| | 5 | 筋出力とスポーツ種目特性 | | | | | スポーツ種目に必要な体力要素を調べておく (2.5時間) | | スポーツ種目特性についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 6 | 筋活動の力、速度、パワーの関係 | | | | | 教科書 (p21) を読んでおく (2.5時間) | | 筋活動の力-速度関係についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 7 | 力学的法則とヒトの動き | | | | | 教科書 (p34) を読んでおく (2.5時間) | | 変位、速度、加速度についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 8 | 運動の三法則、力と運動方程式 | | | | | 教科書 (p35) を読んでおく (2.5時間) | | 運動の三法則についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 9 | 運動量と力積、着地衝撃と緩和法 | | | | | 教科書 (p36) を読んでおく (2.5時間) | | 衝撃の伝わり方についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 10 | 身体運動の効率 | | | | | 教科書 (p37) を読んでおく (2.5時間) | | 力学的仕事、仕事率についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 11 | 歩、走のバイオメカニクス | | | | | 教科書 (p44~p53) を読んでおく (2.5時間) | | 歩、走の力学的エネルギーについてまとめる (2.5時間) | | |
| | 12 | 跳ぶバイオメカニクス | | | | | 教科書 (p54~p63) を読んでおく (2.5時間) | | バネ作用についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 13 | 投げる動作と打つ動作のバイオメカニクス | | | | | 教科書 (p64~p77) を読んでおく (2.5時間) | | ムチ作用についてまとめる (2.5時間) | | |
| | 14 | 素早い運動、空中のボールの空気抵抗 | | | | | 教科書 (p78~p79) を読んでおく (2.5時間) | | ベルヌーイの定理、マグヌス効果についてまとめる (2.5時間) | | |
| 15 | 泳ぐ動作のバイオメカニクス | | | | | 教科書 (p82~p87) を読んでおく (2.5時間) | | 水の抵抗と泳スピードについてまとめる (2.5時間) | | | |
| 成績評価基準 | スポーツ動作における筋活動のメカニズムを理解している。 スポーツ動作の技術改善や健康運動、スポーツ指導に関する知識を習得している。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他(ミニツペーパー) |
| | 70% | | | | | | | | 20% | | 10% |
| 教科書 | スポーツバイオメカニクス入門 (金子公有、杏林書院) | | | | | 参考書 | | 公認スポーツ指導者養成テキスト (公財) 日本スポーツ協会、スポーツ動作の科学 (深代千之他、東京大学出版会) | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 筆記試験は、次回授業で解説をする。 ミニツペーパーは、その授業内に採点及び解説する。 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|---------------------------|---|------|----|-----|-------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|----------|-------|--|--------|
| 科目名 | スポーツと法 Sports and Law | | | | | | | 担当者 | 岸田 優 | | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | ①スポーツの指導を行う者（指導者、インストラクター）が配慮しなければならない法的知識を、過去の事故例に基づいて理解することができる。②スポーツ事故の予防、事故が起きた時の対処、危機管理について具体的に行動できる。③スポーツ指導に携わる者として、常に人権を意識した行動ができる。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | スポーツ指導者が負う可能性のある法的責任について説明を聞き、具体的な事例に基づいて理解を深める。スポーツに関する人権問題や紛争解決方法について理解する。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | スポーツと法の関係 | | | | | 教科書を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 2 | 指導者の法的責任（刑事、行政、民事上の責任） | | | | | 教科書および参考資料を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 3 | 民事責任(1)～不法行為① | | | | | 教科書および参考資料を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 4 | 民事責任(2)～不法行為② | | | | | 教科書および参考資料を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 5 | 【判例①】 ママさんバレー練習中の事故 | | | | | 参考資料（判決文）を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 6 | 【判例①】 法的責任、予防と対策 | | | | | 予防策および対応策について考えておく（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 7 | 【判例②】 柔道の正課授業中に起きた事故 | | | | | 参考資料（判決文）を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 8 | 【判例②】 法的責任、予防と対策 | | | | | 予防策および対応策について考えておく（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 9 | 【判例③】 スポーツジムで発生した事故 | | | | | 参考資料（判決文）を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 10 | 【判例③】 法的責任、予防と対策 | | | | | 予防策および対応策について考えておく（2時間） | | スポーツ事故全般について検討する（2時間） | | | | |
| | 11 | スポーツと人権(1)～セクシャル・ハラスメント対策 | | | | | 教科書および参考資料を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 12 | スポーツと人権(2)～暴力行為・体罰 | | | | | 教科書および参考資料を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 13 | スポーツ仲裁機関 | | | | | 教科書および参考資料を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 14 | スポーツ基本法・スポーツ権 | | | | | 教科書および参考資料を熟読し整理する（2時間） | | 講義内容を振り返り、整理する（2時間） | | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | これまでの学習内容の振り返り（3時間） | | 理解が不十分な点の確認および今後の学習課題の検討（1時間） | | | | |
| 成績評価基準 | 到達目標①～③の達成度を、期末試験（80%）および、不定期に課すコメントペーパー（20%）で測定する。 | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 80% | | | | | | 20% | | | | | | |
| 教科書 | 『公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ』（日本体育協会） | | | | | 参考書 | | 日本スポーツ法学会『標準テキスト スポーツ法学 第2版』（エイデル研究社） | | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | コメントペーパーに教員がコメントを付して返却する。 | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツ傷害論 Theory of sports injuries | | | | | | 担当者 | 田村 有深歩 実務家教員 | | | |
|----------------------------|---|------------------------|------|-----|----|-----|--|-----------------|------------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 1. スポーツが健康にどのような効果をもたらすか理解できる 2. スポーツ傷害と基礎的処置（救急処置法）が理解できる 3. スポーツ傷害の発生メカニズムを知り、予防と対策が理解できる 4. スポーツ傷害受傷から復帰までのトレーニングを理解できる 5. アスリートの健康管理や内科的障害・外傷を知り、対策が理解できる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 実務経験として日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーや鍼灸師の資格を有し競技選手のトレーナーとして活動する教員が、上記の内容について、スライドを用いて講義を行う。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | スポーツと健康 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ P72～75を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 講義の復習(2時間) | | |
| | 2 | スポーツ傷害とは | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ P76～82を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 3 | スポーツ傷害の基礎的処置（救急処置法）1 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ P87～97を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 4 | スポーツ傷害の基礎的処置（救急処置法）2 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ P98～102を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 5 | スポーツ傷害の発生のメカニズム | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ P83～87 Ⅲ P186～187を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 6 | スポーツ傷害の予防と対策 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ P72～102 Ⅲ P174～192を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 7 | スポーツ傷害受傷から復帰までのトレーニング1 | | | | | トレーニング指導者テキスト【実践編】P114～127を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 8 | スポーツ傷害受傷から復帰までのトレーニング2 | | | | | トレーニング指導者テキスト【実践編】P114～127を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 9 | 部位別障害とトレーニング | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ P72～102 Ⅲ P174～192を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 10 | アスリートの健康管理 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅢ P174～177を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 11 | アスリートの内科的障害と対策1 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅢ P178～181を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 12 | アスリートの内科的障害と対策2 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅢ P183～185を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 13 | アスリートの外傷・障害と対策1 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅢ P187～192を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 14 | アスリートの外傷・障害と対策2 | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅢ P187～192を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| | 15 | まとめ | | | | | 公認スポーツ指導者養成テキストⅠ P72～102、Ⅲ P174～192、トレーニング指導者テキスト【実践編】P114～127を熟読し理解しておくこと。(2時間) | | 同上 | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験と受講態度で評価をする。 受講態度は配布物への記入や、講義内容をメモするなど、積極的に授業に参加しているかどうかを評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | 80% | | | | | | | | 20% | | |
| 教科書 | なし | | | | | 参考書 | 「トレーニング指導者テキスト（理論編・実践編）」大修館書店、「新スポーツ外傷・障害とリハビリテーション」NAPLimited | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講評や解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 生涯スポーツ論 Introduction to Life Long Sports | | | | | | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | | |
|----------------------------|---|---------------------------|---|------|----|-----|--------------------------------|---------|-----------------|----------|-------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 1. 生涯を通して身体を動かすことの必要性を知る 2. 国内外のスポーツ普及活動とスポーツ事業のプロモーションについて学び、将来多くの方の生涯スポーツをサポートできるようにする 3. 生涯スポーツに関する情報が収集できる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 現代社会の要求に応えるべく、生涯スポーツの理論を学習します。具体的には、生涯スポーツの背景と理念、スポーツマネジメント、総合型地域スポーツクラブについて学んでいきます。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 生涯スポーツとは | | | | | 生涯スポーツについて、自身の考えをまとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 2 | 地域スポーツにおけるスポーツ振興方策 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 3 | スポーツ行政組織のしくみ | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 4 | 地域スポーツクラブの機能と役割 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 5 | 日本の生涯スポーツ施策 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 6 | 世界の生涯スポーツ施策 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 7 | 総合型地域スポーツクラブの育成と運営1 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 8 | 総合型地域スポーツクラブの育成と運営2 | | | | | 総合型地域スポーツクラブについて調べ、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 9 | 総合型地域スポーツクラブの育成と運営3 | | | | | 総合型地域スポーツクラブについて調べ、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 10 | スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング1 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 11 | スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング2 | | | | | 事業計画書(ビジネスプラン)について考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 12 | スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング3 | | | | | 事業計画書(ビジネスプラン)について考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 13 | スポーツ事業のプロモーション | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 14 | 女性とスポーツ | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. 授業の内容を踏まえ、生涯スポーツの理念や必要性について説明することができる 2. 授業の内容を踏まえ、かつ事例をもとに事業計画を策定することができる 3. 収集した情報について要点をまとめ、人に分かりやすく伝えることができる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | その他() |
| | 50 | | | | | | 20 | | | | 30 | |
| 教科書 | 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会「公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目Ⅰ・Ⅱ」(公財)日本スポーツ協会 | | | | | | 参考書 | なし | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 提出課題は全体発表をした後に、評価・フィードバックをした上で返却します。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツ施設管理論 Theory of Arena Management | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | | | | | |
|----------------------------|---|--------------------------|---|------|----|-----|--|--|---------------------------------|----------|----|-------|--|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | | | | |
| 授業の到達目標 | 指導者として大切なことは事故がないこと。つまり、安全が確保されていることです。安全が確保されていることは、まず日常のスポーツ・体育施設の点検・整備からはじまります。本講では、様々なスポーツ・体育施設の構造や機能を確認しながら、指導者として運動者の事故防止と安全管理の対策、もしもの事故後の対処法を理解することができる。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | スポーツ・体育施設の施設管理を学習する前に、指定管理者制度について学習し理解をする。そして、各施設の構造をはじめ、点検・管理、保全・改修法などの維持管理および対策を学びながら将来目指すスポーツ・運動指導者として理解を深める。また、実際に競技場にある天然芝生の造成と維持管理の見学研修を行う。さらに、スポーツの際の安全管理に携わる指導者、大会主催者、施設管理者、参加者がどのように事故を未然に防いだり、事故の被害を小さくしたり、もしもの事故後の対応についての知識を習得する。この科目は「トレーニング指導者」資格の指定科目である。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | | | |
| | 1 | ガイダンス、指定管理者とは1 | | | | | スポーツ・体育施設にはどのような施設があるのか、また、身近な施設はどのような事業所が管理運営しているのか考えておく(2時間) | | 今回の学習内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 2 | 指定管理者とは2 | | | | | 指定管理者制度の今後と事業所の対策を考察しておくこと(2時間) | | 指定管理者制度をまとめ、復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 3 | 体育館・武道館等の維持管理 | | | | | 体育館や武道館等はどうのように維持管理するのかを考え、まとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 4 | 各種スポーツフロアの維持管理 | | | | | 各種スポーツフロアの維持管理について考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 5 | 水泳プールの管理と安全対策 小テスト① | | | | | 水泳プールの維持管理についてまとめておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 6 | 芝生の造成と維持管理1 小テスト② | | | | | 天然芝と人工芝を採用している競技場をあげ、各特徴を考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 7 | 芝生の造成と維持管理2 (競技場の見学研修) | | | | | 前回学習した芝生の維持管理の問題点を考えておくこと(1時間) | | 見学研修の内容のレポート作成すること(3時間) | | | | | | |
| | 8 | 屋外スポーツ施設の維持管理1 | | | | | 身近にある屋外スポーツ施設をあげ、どのように維持管理しているのか考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 9 | 屋外スポーツ施設の維持管理2 | | | | | 屋外スポーツ施設の問題点を考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習し、まとめておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 10 | スポーツ器具の維持管理 | | | | | スポーツ器具にはどのようなものがあるのかを考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 11 | スポーツ施設の照明 小テスト③ | | | | | 身近なスポーツ施設の照明に注視し、どのような種類・交換方法があるのかを考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 12 | トレーニング(スポーツ)施設のリスクマネジメント | | | | | トレーニング施設やスポーツ施設での危険事項を考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 13 | トレーニング施設の管理運営 | | | | | 施設を管理運営するために必要な事柄を考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 14 | スポーツ・体育施設での救急医事安全管理 | | | | | もしもの時の対応策を考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| | 15 | まとめの小テスト④ | | | | | 小テスト④のためにこれまでの内容をまとめて予習しておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | | | | |
| 成績評価基準 | スポーツ施設の維持管理のために、指導者として考えるべき事項および行動すべき事項をまとめることができる。また、スポーツ活動はスポーツ事故と切り離すことができないことから、指導者として指導前・指導中・指導後に留意すべき事項をまとめ、理解することができる。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | 80 | | | 20 | | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | |
| 教科書 | 適宜、プリントを配布する | | | | | | 参考書 | 「体育施設管理士養成講習会テキスト」 「公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目Ⅱ」 「トレーニング指導者テキスト実践編」 | | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 20点満点の小テストを4回実施し、レポートの評価とともに総合評価とする。なお、小テスト実施の次回講義において解答および解説を行う。また、最終講義の終了時に解答および解説を行い、講評する。 | | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | スポーツ指導論 Theory of Sports Instruction | | | | | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | | | |
|----------------------------|---|---------------------|----|-----|-------|--------|---|-----------------|----|----------|----|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | スポーツ・トレーニング指導に必要とされる基本的な以下のことについて理解する。 ①指導者の役割 ②指導計画と安全管理 ③競技者育成の重要性 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 安全に、正しく、楽しいスポーツ活動の実現に望まれるスポーツ・トレーニング指導者に必要な知識を習得し、スポーツ嫌いを作らない質の高いスポーツ・トレーニング指導者になるための授業を行います。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | | |
| | 1 | スポーツの意義と価値 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 2 | スポーツ指導の目的と目標 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 3 | スポーツ指導者になるということ(1) | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 4 | スポーツ指導者になるということ(2) | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 5 | スポーツ指導者の倫理 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 6 | スポーツ指導者の心構え・視点(1) | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 7 | スポーツ指導者の心構え・視点(2) | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 8 | スポーツ指導とコミュニケーション(1) | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 9 | スポーツ指導とコミュニケーション(2) | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 10 | スポーツ少年団の活動分野と内容 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 11 | 総合型地域スポーツクラブ | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 12 | スポーツ指導計画の立案 | | | | | 指導計画について考え、立案する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 13 | スポーツ活動と安全管理 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 14 | アスリート発掘・育成の重要性 | | | | | 教科書の該当範囲を読む(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| 成績評価基準 | 1. 指導者の役割について理解し、指導観を深めることができる 2. 安全管理の視点を身につけ、指導計画を立案できる 3. 競技者育成の重要性について理解することができる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | | |
| | 80 | | | | 20 | | | | | | | |
| 教科書 | 「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会 「公認スポーツ指導者養成テキスト(共通科目Ⅰ、Ⅱ)」(公財)日本スポーツ協会 | | | | | 参考書 | 「子どもたちを輝かせるスポーツコミュニケーションスキル」山口文子、体育とスポーツ出版社 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講義終了後にミニツッパーパーの提出を行い、評価・フィードバックをした上で返却します。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 公衆衛生学 | | | | | | | Public Health | | 担当者 | 中尾由美 実務家教員 | | | | | | | |
|----------------------------|---|-----------------|---|------|----|-----|-----|-------------------------------------|---------|-----|------------------------|----------|-------|----|--|--------|--|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | | 講義 | | 必修・選択の区分 | | 選択 | | | | |
| 授業の到達目標 | 公衆衛生学とは組織、集団（地域）社会を通して、疾病を予防し、身体的、精神的、社会的機能の増進を図る科学であり、技術である。国内における基本的な公衆衛生対策や背景について理解することができる。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 病院の外にある施設や関係機関、つまり地域や職域における保健衛生福祉のしくみや制度を教科書を用いて紹介する。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | | 復習内容・時間 | | | | | | | |
| | 1 | 公衆衛生とは | | | | | | シラバスを熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 2 | 健康と環境・疫学的方法 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 3 | 健康の指標 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 4 | 感染症とその予防 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 5 | 食品保健と栄養 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 6 | 生活環境の保全 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 7 | 医療の制度 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 8 | 地域保健活動 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 9 | 母子保健・学校保健 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 10 | 生活習慣病・難病 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 11 | 健康教育とヘルスプロモーション | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 12 | 精神保健福祉 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 13 | 産業保健 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 14 | まとめ | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| | 15 | 総括 | | | | | | 次回の授業内容について教科書を15ページ分熟読する。 (2時間) | | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験は40%、課題は30%、授業の取り組み30%で評価する。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | | 授業の取組 | | | その他() | | |
| | 40 | | | 0 | | | 30 | | | 0 | | | 30 | | | 0 | | |
| 教科書 | わかりやすい公衆衛生学(最新版):清水忠彦、佐藤拓代:スーパルヒロカワ | | | | | | 参考書 | | 適宜紹介します | | | | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 試験のフィードバックは講評する。 学習課題は次週に返却し、提出状況や内容を確認する。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|-------------------------|----|-----|-------|--------|---|---------|------------------------|----------|----|
| 科目名 | 労働衛生学 Occupational Health | | | | | | | 担当者 | 中尾由美 実務担当者 | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> 働く人たちの健康と労働環境の関係を理解することができる。 働く人たちの健康維持、増進のための健康支援や労働環境などの改善などの手法や知識を習得することができる。 国家試験 第1種衛生管理者試験の問題を解くことができる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>働く人たちの安全と健康を守る基本的な知識を習得する。 働く人たちと事業者に対して安全と健康に働くことがどのように行われているか、講師の経験を取り入れた、現場の活動を含めた内容とする。</p> | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 労働衛生とは、労働衛生統計 | | | | | シラバスを熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 2 | 労働衛生の現状 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 3 | ②労働衛生の現状 労働衛生の概要 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 4 | 第13次労働災害防止計画の概要 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 5 | ②第13次労働災害防止計画の概要 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 6 | 最近の労働衛生対策の展開 労働衛生管理の基本 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 7 | 最近の労働衛生対策の展開 健康確保対策1 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 8 | 最近の労働衛生対策の展開 健康確保対策2 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 9 | 職業性疾病予防対策その1 作業環境測定について | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 10 | 職業性疾病予防対策その2 保護具について | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 11 | 職業性疾病予防対策その3 有害業務対策 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 12 | 職業性疾病予防対策その4 局所排気措置 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 13 | 職業性疾病予防対策その5 化学物質 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 14 | まとめ | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| | 15 | 総括 | | | | | 次回の授業内容について教科書を20ページ分熟読する。 (2時間) | | 授業で学んだ内容を各自整理しておく(2時間) | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験60%、授業の取り組み30%、課題10%で評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | |
| | 60 | 0 | 10 | 0 | 30 | 0 | | | | | |
| 教科書 | 労働衛生のしおり(最新版)：中災防編 | | | | | 参考書 | 産業保健ハンドブック：森見爾：労働調査会 中災防編：衛生管理者試験問題集 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | <p>試験のフィードバックは講評する。 学習課題は次週に返却し、提出状況や内容を確認する。</p> | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 労働安全衛生法 Industrial Safety and Health Act | | | | | | | 担当者 | 阿部理香 | | |
|----------------------------|--|------------------------|-----|-----|-------|--------|-----|--------------|-----------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <p>本講義では、労働災害防止の基本法である労働安全衛生法を中心に、作業環境測定法、じん肺法等の関係法令を取り上げ、受講生が以下の項目を達成することを目指す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・危険・有害物に関する諸規制の内容を理解し、整理することができる。 ・労働者の健康・安全を確保するために事業者が講じるべき措置を具体的に述べるができる ・労働安全衛生を担う事業者以外のアクター（産業医や安全衛生委員会等）の任務・権限を十分に理解し、説明することができる ・被災労働者の救済の根拠となる法令・判例の内容を理解し、類似の事案に対して関係法令の運用（解釈・適用）ができる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>機械の不備や不十分な安全教育が原因で発生する事故から労働者を保護する「安全」の問題とともに、近年重要性を高めているのが、労働者の「健康」—とくに精神的健康（＝メンタルヘルス）の確保です。しかし、事業者のみで労働者の健康・安全を確保するには限界があり、専門家としての産業医や安全衛生委員会などのシステムが果たす役割が注目されてきています。本講義では、職場で労働者が直面するリスクについて「事前の予防」および「事後的な補償」の2つの観点を柱に、職場の安全衛生を担うアクターや安全体制について学びます。</p> | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 2 | 労働災害の定義と防止・補償 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 3 | 労働安全衛生法の概要 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 4 | 労働者の危険又は健康障害を防止するための措置 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 5 | 機械等並びに危険物及び有害物に関する規制1 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 6 | 機械等並びに危険物及び有害物に関する規制2 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 7 | 安全衛生教育と就業制限 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 8 | 労働基準法上の就業制限 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 9 | 健康の保持増進のための措置 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 10 | 快適な職場環境の形成のための措置 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 11 | 作業環境管理・健康管理 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 12 | 労働安全衛生法の違反と刑事責任 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 13 | 安全衛生法と労災補償1 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 14 | 安全衛生法と労災補償2 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| | 15 | 総括：全体のポイント説明と質疑応答 | | | | | | 適宜指示します（2時間） | 復習課題（2時間） | | |
| 成績評価基準 | 復習課題：20点（2点×10） 中間レポート：30点 期末試験：50点 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合） | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他（ ） | | | | | |
| | 50% | 30% | 20% | | | | | | | | |
| 教科書 | 野田進ほか『判例労働法入門〔第6版〕』有斐閣（2019年） | | | | | | 参考書 | 適宜紹介します | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 復習課題（毎回の講義の最後に配布）は、次回講義の冒頭で解説をします。 期末試験は終了後に解説と質問の時間を設けます。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 幼児体育論 Theory of infant physical education | | | | | | 担当者 | 小川 茜 | | | |
|----------------------------|---|----------------------|------|-----|----|-----|--|------|-----------------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 1. 幼児期における心身の発達および運動が与える影響についての基礎知識を説明できる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 子どもへの運動指導に関する講義を行います。多様な視点から発育段階に応じた運動指導のあり方を考え、座学だけでなく議論や実践を行うこともあります。積極的に参加しましょう。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | 自身の経験を振り返り、目指すべき幼児体育指導者の条件を考え、まとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 2 | 子どもにおける運動、スポーツの意義・価値 | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 3 | 子どもを取り巻く環境、体力の現状と課題 | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 4 | 子どもの身体活動ガイドライン | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 5 | 子どものスポーツ指導における現状と課題 | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 6 | ジュニアスポーツ指導員の役割 | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 7 | コミュニケーションスキル① | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 8 | コミュニケーションスキル② | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 9 | よい指導者としての観点 | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 10 | 指導の留意点 | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 11 | プログラム作成時のポイント | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 12 | 安全管理上の配慮事項 | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 13 | コーチングの実践事例、ケーススタディ① | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 14 | コーチングの実践事例、ケーススタディ② | | | | | 教科書・参考資料の該当範囲や教員が配布する資料を読み、内容をまとめる（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 15 | まとめ | | | | | これまでの授業内容を復習する（2時間） | | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| 成績評価基準 | 1. 試験において、授業で説明した内容を6割以上理解している 2. 提出物を期限内に提出する 3. 授業内のディスカッションや発表において調査結果や自身の意見を分かりやすく伝えられる | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | | | 50 | | | | 50 | | |
| 教科書 | 「公認スポーツ指導者養成テキスト」日本スポーツ協会 | | | | | 参考書 | 「公認ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト」、「公認スポーツ指導者養成テキスト」、「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | レポートは評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 子どもの保健 Institute Child Health and Human Development | | | | | | | 担当者 | 東 島 明 子 <small>実務家教員</small> | | | |
|----------------------------|---|---|------|-----|----|-----|---|---------------------------|--|----------|---------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 1. 子どもの心身の健康増進を図る保健活動の意義を理解することができる。 2. 子どもの身体的な成長・発達と保健について理解することができる。 3. 子どもの心身の健康状態とその把握の方法を身につけることができる。 4. 子どもの疾病とその予防法及び他職種間と連携・協働し適切な対応法を理解することができる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 保育者は、日々成長・発達している子どもたちを病気や事故から守り心身ともに健全な人として子どもを成長させる責任があり、そのためには一人ひとりの発達に応じた子どもの保健に関する知識が必要です。講義内容は、医療保育士として長年大学病院小児科病棟にて医療スタッフと連携し、さまざまな病気の子どもたちとその家族へ関わってきた経験を活かした授業を教科書にそってパワーポイントや資料を用いて進めます。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | オリエンテーション ・ 保健活動の意義と目的 | | | | | | 教科書全般を読む P2～P4 (2時間) | 教科書全般を読む 次下ページを整理(2時間) | | | |
| | 2 | ・ 健康の概念と健康指標 ・ 現代社会における子どもの健康に関する現状と課題 | | | | | | P5～P12 (2時間) | P5 WHO 憲章(2時間) | | | |
| | 3 | 地域における保健活動と子ども虐待防止 | | | | | | P13～P22 P98～P107 (2時間) | P5～P12 まとめ (2時間) | | | |
| | 4 | 身体発育および運動機能の発達と保健 | | | | | | P24～P36 (2時間) | 健やか親子21 母子手帳 (2時間) | | | |
| | 5 | 出現機能の発達と保健 (A・B・C・D) | | | | | | P37～P39 P107～P110(2時間) | 原子反射 (2時間) | | | |
| | 6 | 〃 (E・F・G・H・I・J) | | | | | | P39～P47 (2時間) | 脳の発達 (2時間) | | | |
| | 7 | 心身の不調などの早期発見・脳からみた「健やかな育ち」 | | | | | | P48～P51 (2時間) | からだのチェックポイント (2時間) | | | |
| | 8 | ・ 発育・発達の把握と健康診断 ・ 保護者との情報共有 | | | | | | P52～P64 (2時間) | P48～P51 まとめ (2時間) | | | |
| | 9 | 感染症 | | | | | | P66～P71 (2時間) | 発育曲線 (2時間) | | | |
| | 10 | アレルギー疾患 | | | | | | P72～P75 (2時間) | 感染症の種類 (2時間) | | | |
| | 11 | ・ 口と歯の健康 ・ 先天性疾患 | | | | | | P76～P81 (2時間) | アレルギー疾患 (2時間) | | | |
| | 12 | そのほかの疾病 (A・B・C・D・E・F) | | | | | | P82～P90 (2時間) | P76～P81 まとめ (2時間) | | | |
| | 13 | 〃 (G・H・I・J・K・L) | | | | | | P91～P96 (2時間) | P82～P90 まとめ (2時間) | | | |
| | 14 | 「虐待」この現代の問題に立ち向かう | | | | | | P98～P106 (2時間) | P91～P96 まとめ (2時間) | | | |
| | 15 | 脳からみた「健やかな育ち」まとめ | | | | | | P2～P106 (2時間) | P2～P106 (2時間) | | | |
| 成績評価基準 | オリエンテーション時に個人の目標を決め評価する | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他 () | |
| | 80 | | 10 | | | | | | 10 | | | |
| 教科書 | 子どもの保健 遠藤郁夫／三宅捷太 学建書院 | | | | | 参考書 | ふくおか子育て支援ガイド 医療保育テキスト 保育所保育指針 その他 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | レポートは2週間以内に採点、コメントをつけて返却する | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 児童福祉論 Theory of Child Welfare | | | | | | | 担当者 | 片山 悟 | | |
|----------------------------|--|-------------------------|----|-----|-------|--|---|-----------------------------|----------------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2年 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <p>現代社会における子どもと家族を取り巻く諸問題と、それに対応する制度や実践について体系的に解釈できる。</p> <p>1. 子どもと家族の問題を社会的背景や歴史的検討を踏まえて説明することができる。</p> <p>2. 児童福祉制度とサービスの内容について具体的に述べるができる。</p> <p>3. 子どもの権利と児童虐待、さらに社会的養護に関して理解と考察を実践的に展開することができる。</p> | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 児童福祉の理念と概念、歴史の変遷と現状、児童の人権、児童家庭福祉の法体系と行財政制度、児童福祉サービスの分野と専門職、関連分野との連携とネットワーク、児童家庭福祉の動向と展望等について解釈する。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 子どもと家庭を取り巻く今日の状況 | | | | | | シラバスに目を通し、授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 2 | 児童家庭福祉の考え方 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 3 | 児童家庭福祉の歴史 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 4 | 子ども家庭福祉に関する法制度と実施機関 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 5 | 保育サービスと地域子育て支援 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 6 | 母子の健康と子育て支援サービス | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 7 | 障害のある子どもへの福祉サービス | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 8 | 子どもの健全育成とは | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 9 | 要保護児童への福祉サービス | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 10 | 少年非行への対応 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 11 | ひとり親家庭への支援 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 12 | 外国籍の子どもへの支援 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 13 | 学校での子どもたちへの支援 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 14 | 社会福祉現場における子ども家庭福祉相談援助活動 | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| | 15 | まとめとふりかえり | | | | | | 前回の授業内容のノート熟読する(2時間) | 授業内容を整理する(2時間) | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験70%、受講の取組みその他書類等の提出状況30%として総合評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | |
| | 70% | | | | 30% | | | | | | |
| 教科書 | 子ども家庭福祉[第2版](ミネルヴァ書房)新・基礎からの社会福祉7 | | | | 参考書 | 新版 よくわかる子ども家庭福祉(ミネルヴァ書房)やわらかアカデミズム・【わかる】シリーズ | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講義のテーマ課題等に応じて、解説や説明の時間を設定する。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 幼児体育演習 Infant physical Education Practice | | | | | | | 担当者 | 吉野佳二 <small>実務家教員</small> | | | | | |
|----------------------------|---|----------------------|---|------|----|-----|-----|------------------|-------------------------------------|-------------|----|-------|--|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | | |
| 授業の到達目標 | 現代社会では専門スポーツへの取り組みの低年齢化が進んでいる。しかし幼児期には神経系の急激な発達により、運動コントロール能力が著しい発達を示す為、適切な運動経験をする事が望ましいと言える。それを踏まえた上で、幼児期にはどのような運動をしたら良いのか、将来指導者になる立場での幼児への言葉かけ、言葉使い、運動補助の仕方などを運動あそびを通して習得できるようになる。 | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 幼児体育企業で長年幼児体育指導に携わる教員が、各運動の補助の仕方や具体的な指導方法について実践を通して指導する。幼児が運動嫌いにならない様に、意欲を持って運動に取り組み、友だちとの関わりを通しての運動遊びを行う。マット・とび箱・鉄棒・平均台・なわ・ボールなどの器具・手具を使用したり、グループでのゲームを行い、自分が楽しんで運動あそびを体験する事により、幼児体育の指導者としてのスキルを身につける。 | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | |
| | 1 | オリエンテーション | | | | | | 授業内容の把握と準備・30分 | | 授業内容の整理・30分 | | | | |
| | 2 | 準備運動、集合遊び | | | | | | 次回授業内容の把握と準備・30分 | | 〃 | | | | |
| | 3 | 即時反動的運動遊び | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 4 | 基本運動 | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 5 | マットを使用した運動遊び及び補助法 | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 6 | マットを使用した運動遊びの展開及び補助法 | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 7 | とび箱を使用した運動遊び及び補助法 | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 8 | とび箱を使用した運動遊びの展開及び補助法 | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 9 | 鉄棒・平均台を使用した運動遊び | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 10 | ボールを使用した運動遊び | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 11 | なわを使用した運動遊び | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 12 | マット運動の技能習得及び補助法 | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 13 | とび箱・鉄棒運動の技能習得及び補助法 | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 14 | 器具・手具運動の子どものつまずきの解決 | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| | 15 | 運動遊びを考えよう！ 個別・集団ゲーム | | | | | | 〃 | | 〃 | | | | |
| 成績評価基準 | 器具・手具運動の技能習得状況、授業態度 | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | | | | | | | | 60 | | 40 | | |
| 教科書 | なし | | | | | | 参考書 | | 公認ジュニアスポーツ指導員養成テキスト(理論・実技編)日本体育協会 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 試験、レポート提出なし ・授業にて内容説明 | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 子どもの身体表現 Children's physical expression | | | | | | | 担当者 | 石見香 実務家教員 | | |
|----------------------------|---|-------------|----|-----|----|-------|---------|------------------|--------------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・様々な運動遊びを体験し、更に工夫、創造できる。 ・身体のみならず、音楽、手具、道具、器具などあらゆるものを活用しながら自由に表現していく。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・本授業で運動遊びや様々な表現方法を体験していき、将来指導者として実践できるように自分で創造する力を身につける。 ・身体作り | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | オリエンテーション | | | | | | 講義要項を読んでおく (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 2 | 身体作り | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 3 | 身体表現① | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 4 | 身体表現② | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 5 | 手具を使った身体表現① | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 6 | 手具を使った身体表現② | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 7 | 道具を使った身体表現① | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 8 | 道具を使った身体表現② | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 9 | 身体作り | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 10 | 音楽を使った身体表現① | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 11 | 音楽を使った身体表現② | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 12 | 身体作り | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 13 | 器具を使った身体表現① | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 14 | 器具を使った身体表現② | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| | 15 | まとめ | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | |
| 成績評価基準 | 実技50% 授業の取組50% | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | | 実技 | 授業の取組 | その他 () | | | | |
| | | | | | 50 | 50 | | | | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | 参考書 | 適宜紹介する | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講評をおこなう。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | キッズスポーツ指導演習 Practice in Kids Sports | | | | | | | 担当者 | 小川 茜 | | | |
|----------------------------|--|-------------------------------|---|------|----|-----|---|-------------------------------------|-----------------|----------|-------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 1. 幼児を対象とした楽しく安全な運動・スポーツについて、企画立案・指導ができる 2. 幼児体育指導の場にふさわしい立ち居振る舞い・コミュニケーション力を身につけることができる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | キッズスポーツフェスティバルでの企画立案、指導を行います。 冠婚葬祭や就職活動等以外の欠席は履修放棄とみなし、その後一切の授業参加を認めず単位認定を行います。事情により欠席する場合は必ず教員およびグループのメンバーへ事前連絡を行うこと。 リハーサル及びイベント当日では学科指定ジャージ、靴を着用し、身だしなみを整えること。履修者は楽動塾に1回以上参加すること。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 他授業で学んだ子供の運動指導に関する内容を振り返り、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 2 | 子供への運動指導上の留意点、安全管理 | | | | | | 安全管理について調べてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 3 | 指導プログラムの作成 | | | | | | 指導プログラムについて考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 4 | キッズスポーツフェスティバルについて、指導プログラムの作成 | | | | | | 指導プログラムについて考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 5 | リハーサル | | | | | | リハーサルに向けて用具の準備や指導の練習を行う(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 6 | リハーサルの振り返り・講評・指導プログラムの修正 | | | | | | リハーサルを振り返り、反省点や改善点をまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 7 | 全体リハーサル① | | | | | | リハーサルに向けて用具の準備や指導の練習を行う(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 8 | 全体リハーサル①の振り返り・講評・指導プログラムの修正 | | | | | | リハーサルを振り返り、反省点や改善点をまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 9 | 全体リハーサル② | | | | | | リハーサルに向けて用具の準備や指導の練習を行う(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 10 | 全体リハーサル②の振り返り・講評・指導プログラムの修正 | | | | | | リハーサルを振り返り、反省点や改善点をまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 11 | 最終準備 | | | | | | 当日に向けて用具の準備や指導の練習を行う(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 12 | 指導実践 | | | | | | 当日に向けて用具の準備や指導の練習を行う(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 13 | | | | | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | | |
| | 14 | 指導内容の評価 | | | | | | 自身の指導内容を振り返り、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| 成績評価基準 | 1. キッズスポーツフェスティバルにおいて安全性を配慮した上で子どもたちに運動の楽しさ・喜び・達成感が実感できる運動を指導する 2. 幼児体育指導の場にふさわしい姿勢で毎授業に参加する 3. リハーサルおよびキッズスポーツフェスティバル、楽動塾に関連して指示するレポート課題を提出する | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | その他() |
| | | | | 30 | | | | | 40 | | 30 | |
| 教科書 | 「公認ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト」、「公認スポーツ指導者養成テキスト」、「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会 | | | | | 参考書 | 「幼児体育理論と実践」日本幼児体育学科(編)大学教育出版 その他適宜授業で紹介する | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 授業内提出物は評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | レクリエーション活動援助法Ⅱ Recreational Activity Ⅱ | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | |
|----------------------------|---|---------------------------------|------|-----|----|---|--------------|--|---------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 援助法ⅠBで学習した基礎レベルよりもさらに円滑なコミュニケーション能力および指導能力を備えられるように、多くのレクリエーション活動を通して、人々の心を元気にするための支援と指導理論、指導方法を考察し、指導現場に活かすことができるようになる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | レクリエーションの指導者に求められる資質は、相手と同じ考えを共有するための「コミュニケーション能力」である。この能力を高めるためには信頼関係を築くための「ホスピタリティ」や良好な集団づくりのための「アイスブレイキング」、動機づけの理論に裏付けられた「自主的、主体的に楽しむ力を高めるレクリエーション活動の展開方法」の総合学習を実践で行う。また、指導者として前に立つ機会やレクリエーションのイベント参加を増やし、指導の知識と技術を身につける。この授業は、「レクリエーション・インストラクター」資格取得のための指定科目である。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | オリエンテーション レクリエーションイベントの年間計画について | | | | 1年次で学習した理論をもとに年間計画を立て、各イベントの役割を考へておく(1時間) | | 計画を振り返り、指導者としての役割を自覚してまとめておくこと(3時間) | | | |
| | 2 | 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」のブース参加について | | | | ホスピタリティを再考し、体験学習の企画・立案をしておくこと(2時間) | | 今回の授業で学習したことを振り返え、まとめておくこと(2時間) | | | |
| | 3 | 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」指導参加計画について | | | | プログラムの流れと役割の準備をしておくこと(2時間) | | 指導計画をまとめて、振り返り本番に備える準備をしておくこと(2時間) | | | |
| | 4 | 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」について | | | | イベント概要を考へ、役割分担などの詳細をまとめておくこと(2時間) | | PDCAの内容を考へ、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 5 | 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」について | | | | | | | | | |
| | 6 | 「秋の公園であそぼう」レクイベント① | | | | イベント概要を考へ、役割分担などの詳細をまとめておくこと(2時間) | | PDCAの内容を考へ、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 7 | 「秋の公園であそぼう」レクイベント② | | | | | | | | | |
| | 8 | 福岡市障がい者スポーツ大会について① | | | | イベント概要を考へ、役割分担などの詳細をまとめておくこと(2時間) | | PDCAの内容を考へ、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 9 | 福岡市障がい者スポーツ大会について② | | | | | | | | | |
| | 10 | ウォークラリー体験① | | | | 概要および目的を考へ、まとめておくこと(2時間) | | 体験をもとに自らが作成する立場を想定し、復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 11 | ウォークラリーコマ図づくり | | | | コマ図と実際のコースを模擬行動しておくこと(2時間) | | コマ図の表し方を振り返って作成しておくこと(2時間) | | | |
| | 12 | ウォークラリー体験② | | | | 作成したコマ図を再考し、模擬行動しておくこと(2時間) | | 学生が作成したコマ図について振り返り、次回に活かせるように復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 13 | クラフト(松ぼっくりでクリスマスツリーづくり)① | | | | 作品の完成品をイメージしたり資料を収集しておくこと(2時間) | | 完成品をイメージして材料の収集に努めること(2時間) | | | |
| | 14 | クラフト(松ぼっくりでクリスマスツリーづくり)② | | | | 資料を模してイメージした完成品になるように準備しておくこと(2時間) | | 作品の作業過程を振り返り、次回に活かせるようにまとめておくこと(2時間) | | | |
| | 15 | クラフト(松ぼっくりでクリスマスツリーづくり)③まとめ | | | | 仕上げの手順をイメージし、完成できるよう準備しておくこと(2時間) | | これまでに学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 参加者としてイベントに必要な事項を考察でき、指導スタッフの立場で準備すべき計画をもとにまとめ遂行できる。また、円滑なコミュニケーション能力および指導能力を指導現場に活かすことができる。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | 0 | | 60 | | 30 | | 0 | | 10 | | 0 |
| 教科書 | 「楽しさをとoshした心の元気づくり-レクリエーション支援の基本の理論と方法-」(公財)日本レクリエーション協会「レクリエーション支援ハンドブック-楽しいをつくる-」(NPO福岡県レクリエーション協会) | | | | | 参考書 | 適宜プリントを配布する。 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 各イベントや指導ごとに振り返り、問題・改善点を提示・提案し、個人への課題については評価をして返却する。そして、指導実践の中で振り返ってもらう。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 医学一般 | | | | | | Medical Guidance | | 担当者 | 重 森 裕 | | |
|----------------------------|---|----------------|------|-----|----|-----|-------------------------|------|-----------------------|----------|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | ①健康管理について戦後から現代にいたるまでその変遷を把握する ②健康と運動の関連性を医学的に理解を深め、スポーツ運動実践指導者・第一種衛生管理者としての役割を自覚する ③生活習慣病からの流れを含めてメタボリックシンドロームとその予防について理解する | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 戦後から現在に至る、厚労省の健康管理対策を世界の施策と比較しながら学び、近年問題となっている高齢化社会やメタボリックシンドロームを理解し、スポーツ運動実践指導者・第一種衛生管理者としてその対策を学習する。3大成人病のがん、心疾患、脳血管疾患に始まり、生活習慣病の各疾患を学び、内臓脂肪が原因であるメタボリックシンドロームを理解し、実際の運動目標数値の根拠や運動による予防効果を医学的に学ぶ。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | 健康管理 1 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 2 | 健康管理 2 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 3 | 健康と運動 1 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 4 | 健康と運動 2 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 5 | 健康と肥満 1 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 6 | 健康と肥満 2 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 7 | 生活習慣病 1 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 8 | 生活習慣病 2 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 9 | メタボリックシンドローム 1 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 10 | メタボリックシンドローム 2 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 11 | メディカルチェック | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 12 | メンタルヘルス対策 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 13 | 健康の保持増進対策 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 14 | 救急処置 | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | ・指定されたテキストの箇所を熟読する(2時間) | | 配布プリントで授業内容の整理する(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 本講義は、「健康運動実践指導者養成」を目的としており、成績評価は同指導者として合格するまたは、評価される知識レベルへの養成を目的としている。そのために、成績評価は、同指導者として認定されるレベルを合格基準として参考する。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | 80 | | 10 | | 5 | | 5 | | | | | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | | 参考書 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 試験内容に対する解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 運動処方概論 Introduction to Exercise Prescription | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | |
|----------------------------|--|------------------------------|------|-----|----|---|-----------------------|--------------------------------|-------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 健康体力の保持増進をふまえ、運動の指導者として知っておくべき運動の必要性や運動の効果、疾病の内容を理解するとともに個々人にあった運動プログラムの作成について学習します。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | スポーツクラブやフィットネスクラブ、健康増進施設、スイミングクラブなどのスポーツ・運動施設で実施されている疾病の予防・改善あるいは健康の維持、体力の向上を目的としたトレーニングプログラムや日常生活の身近な運動をとりあげ、運動処方の基礎について学習する。なお、第一種衛生管理者資格の指定科目であり、本講は健康増進施設においてチーフトレーナーとして健康体力づくりに3年以上携わった実務経験のある教員が実践に即した授業を行う。なお、この科目は、「第一種衛生管理者」資格の指定科目である。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス、健康の定義と体力の概念 | | | | 健康とは何か、体力に関し、考察しておくこと(1時間) | | 今回の学習内容を復習しておくこと(3時間) | | | |
| | 2 | 運動の効果 | | | | 運動は何を目的に行い、その効果はどのようなものかを考えておくこと(2時間) | | 目的に応じた運動の効果を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 3 | 運動処方の概念 小テスト① | | | | 健康体力の維持増進のための運動プログラムの概要を覚え、まとめること(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 4 | 運動処方の手順1 問診・生理学的検査 | | | | 運動実施前に何を検査するべきかを考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 5 | 運動処方の手順2 医学的検査、体力テストなど 小テスト② | | | | 運動実施前のメディカルチェックの内容を考察しておくこと(2時間) | | 小テスト①のためにこれまでの内容を復習しておくこと(3時間) | | | |
| | 6 | トレーニングの原則 | | | | トレーニング効果を上げる原則を覚えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 7 | 運動の種類と量(強度・時間・頻度) 小テスト③ | | | | これまでのスポーツ経験から運動・トレーニングに必要な条件を考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 8 | 健康のための運動所要量 小テスト④ | | | | どれくらいの運動をすると健康が維持できるのかを考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 9 | 対象別運動処方1 小テスト⑤ | | | | 生活習慣病の罹患者に対する運動の処方を考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 10 | 対象別運動処方2 小テスト⑥ | | | | 生活習慣病の罹患者に対する運動の処方を考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 11 | 対象別運動処方3 小テスト⑦ | | | | 生活習慣病の罹患者に対する運動の処方を考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 12 | 運動処方箋の作り方1 小テスト⑧ | | | | 生活習慣病の罹患者に対する運動の注意事項を考えておくこと(2時間) | | 小テスト④のためにこれまでの内容を復習しておくこと(3時間) | | | |
| | 13 | 運動処方箋の作り方2 | | | | 生活習慣病の罹患者に対する運動の注意事項を考えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 14 | 運動処方箋の作り方3 小テスト⑨ | | | | 生活習慣病の罹患者に対する運動の注意事項を考えておくこと(2時間) | | これまでの授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| | 15 | まとめの小テスト⑩ | | | | 小テスト⑩のためにこれまでの内容を予習しておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 健康の定義と体力の概念を理解しながら、運動・スポーツの指導者として知っておくべき運動の必要性や効果、疾病の内容を理解するとともに個々人にあった運動プログラムの作成についてまとめることができる。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 |
| 教科書 | 適宜、プリントを配布する | | | | | 参考書 | 「運動療法と運動処方第2版」佐藤編、文光堂 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 10点満点の小テストを10回実施し、合計点数を評価とする。 なお、小テスト実施の次回講義において解答および解説を行う。また、終了講義でも解答および解説を行い、講評する。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 測定評価法 Measurement and evaluation in physical fitness | | | | | | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | | |
|----------------------------|---|---------------------------|----|-----|-------|--------|-----|------------------------------------|-----------------|----------|----|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 1. 体力テストを実施できる 2. 体力テストの結果を評価し、効果的な運動処方ができる 3. 有酸素性及び無酸素性能力を表す指標について説明できる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 形態や体力測定の実験と測定結果の評価方法を習得し、健康づくり運動やトレーニングに活用できるようにする。 ①形態・体脂肪量の測定原理および測定方法を理解する。 ②有酸素性および無酸素性能力を表わす指標とその測定法を理解する。 ③新体力テストの各項目と体力要素との関連を理解する。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス体力の意義と目的 | | | | | | 体力要素について復習する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 2 | 形態の測定と評価 | | | | | | 形態の測定方法について調べて、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 3 | 体脂肪の測定と評価 | | | | | | 体脂肪の測定方法について調べて、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 4 | 有酸素性・無酸素性能力の測定と評価 | | | | | | 有酸素性・無酸素性能力について調べて、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 5 | 健康体力の測定・評価 全身持久力の測定・評価 | | | | | | 全身持久力について調べて、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 6 | 筋力の測定・評価 | | | | | | 筋力の測定方法について調べて、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 7 | 基礎的運動要素の測定・評価 | | | | | | 基礎的運動要素について調べて、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 8 | 新体力テスト①(20~64歳対象の体力測定と評価) | | | | | | 新体力テストの項目について調べて、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 9 | 新体力テスト②(65~79歳対象の体力測定と評価) | | | | | | 新体力テストの項目について調べて、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 10 | トレーニング効果の測定と評価の実際① | | | | | | 体力測定方法についてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 11 | トレーニング効果の測定と評価の実際② | | | | | | 体力測定方法についてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 12 | トレーニング効果の測定と評価の実際③ | | | | | | 体力測定方法についてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 13 | 測定データの活用とフィードバックの実際① | | | | | | 活用方法について考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 14 | 測定データの活用とフィードバックの実際② | | | | | | 活用方法について考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | | これまでの授業内容を復習する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. 体力テストの測定方法を説明し、実施することができる 2. データの評価方法を理解し、活用することができる 3. 有酸素性および無酸素性能力を表わす指標とその測定法を理解し、説明することができる | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | | |
| | 70 | | | | 30 | | | | | | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | | 参考書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 形態・体力テスト測定への参加姿勢や測定方法について、講評の時間を設けます。 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|--------------|----|-----|-------|---------|--------------------------------|--|--------------------------------------|----------|----|
| 科目名 | テーピングマッサージ演習 Practice in Taping and Massage | | | | | | | 担当者 | 片 井 忠 <small>実務家教員</small> | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | トレーナーとして必要不可欠な技術であるテーピングとマッサージの習得を目標とします。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | テーピングとマッサージの実技が中心の内容です。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | |
| | 1 | スポーツマッサージの理論 | | | | | | | 今回の授業で学んだ事を復習しておく事 (45分) | | |
| | 2 | 実技 下腿～大腿後部 | | | | | 下腿～大腿後部の筋肉について解剖学を勉強しておく事(45分) | | 〃 | | |
| | 3 | 臀部～腰背部 | | | | | 〃 臀部～腰部 (45分) | | 〃 | | |
| | 4 | 肩甲帯～肩周辺 | | | | | 〃 肩甲帯～肩 (45分) | | 〃 | | |
| | 5 | 頸部～腕部 | | | | | 〃 頸～腕 (45分) | | 〃 | | |
| | 6 | 下腿～大腿前部 | | | | | 〃 下腿～大腿前部 (45分) | | 〃 | | |
| | 7 | まとめ | | | | | | | 〃 | | |
| | 8 | 実技テスト | | | | | | | | | |
| | 9 | テーピングの理論 | | | | | | | 今回の授業で学んだ事を復習しておく事 (45分) | | |
| | 10 | 実技 足首 | | | | | 足首の障害について予習しておく事 (45分) | | 〃 | | |
| | 11 | 足部・シンスプリント | | | | | | | 〃 | | |
| | 12 | 膝部・肉離れ | | | | | 肉離れについて予習しておく事 (45分) | | 〃 | | |
| | 13 | 肩・肘 | | | | | 肩・肘の障害について予習しておく事(45分) | | 〃 | | |
| | 14 | 手首・指 | | | | | 手首・指の障害について予習しておく事 (45分) | | 〃 | | |
| 15 | まとめ (実技テスト) | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 授業内取組60%、実技テスト40% | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他 () | | | | | |
| | | | | 40% | 60% | | | | | | |
| 教科書 | なし | | | | | | 参考書 | 公認スポーツ指導者養成テキスト (公財) 日本スポーツ協会、スポーツマッサージ (増田雄一、新星出版社) | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | コンディショニング演習 Conditioning | | | | | | | 担当者 | 大村 詠一 実務家教員 | | | |
|----------------------------|--|---------------------------|------|-----|----|-----|-------------|------------------|----------------|----------|-----------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 安全で効果的なスポーツ指導が行えるよう、指導者に必要な基礎的・基本的知識を身につけ、コンディショニングの実践能力を養う。また、GFI 資格の対応科目であるため、GFI 資格試験の合格を目指す。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | コンディショニングの基本となるストレッチおよびトレーニングの知識を学び、指導実践につなげていく。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 講義要項を読んでおく (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 2 | コンディショニングの基礎知識 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 3 | ストレッチングの目的と留意点 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 4 | ストレッチングの基本の動き | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 5 | ストレッチングのプログラミング | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 6 | ストレッチングのプログラミング | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 7 | ストレッチングの指導実践 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 8 | ストレッチングの指導実践 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 9 | トレーニングの基礎知識 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 10 | ウォーミングアップとクーリングダウンの留意点 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 11 | トレーニング効果を高めるためのプログラミングと実践 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 12 | トレーニング効果を高めるためのプログラミングと実践 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 13 | GFI 試験対策 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| | 14 | GFI 試験対策 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | |
| 15 | GFI 試験対策 | | | | | | 授業の予習 (30分) | 授業の復習 (30分) | | | | |
| 成績評価基準 | 受講態度・積極性45%、指導能力55% | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他(指導能力) | |
| | | | | | | | | | 45% | | 55% | |
| 教科書 | ストレッチングエクササイズ指導理論/ JAF A 出版 | | | | | 参考書 | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 希望があれば解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|-------------------------------------|---|------|----|-----|-----|---------------------|---------------------|---------------|-------|---------|
| 科目名 | トレーニング演習 | | | | | | | Training | 担当者 | 河村 茂 実務家教員 | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | スポーツトレーナーとして、科学的な見地で捉え、専門的な知識を身につけること。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | トレーニングの行い方、安全にクライアントを誘導できるようになる。正しいトレーニング指導ができるようになる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | トレーニングについて | | | | | | 教科書 P3～P21 (30分) | 教科書 P3～P21 (30分) | | | |
| | 2 | ウォーミングアップとクーリングダウン、柔軟性向上のトレーニングの実際① | | | | | | 教科書 P86～P90 (30分) | 教科書 P86～P90 (30分) | | | |
| | 3 | ウォーミングアップとクーリングダウン、柔軟性向上のトレーニングの実際② | | | | | | 教科書 P86～P90 (30分) | 教科書 P86～P90 (30分) | | | |
| | 4 | フリーウエイトトレーニングとマシントレーニング | | | | | | 教科書 P25～P65 (30分) | 教科書 P25～P65 (30分) | | | |
| | 5 | レジスタンストレーニングの実際① | | | | | | 教科書 P25～P65 (30分) | 教科書 P25～P65 (30分) | | | |
| | 6 | レジスタンストレーニングの実際② | | | | | | 教科書 P25～P65 (30分) | 教科書 P25～P65 (30分) | | | |
| | 7 | レジスタンストレーニングの実際③ | | | | | | 教科書 P25～P65 (30分) | 教科書 P25～P65 (30分) | | | |
| | 8 | 有酸素性・無酸素性持久力向上トレーニングの実際① | | | | | | 教科書 P68～P75 (30分) | 教科書 P68～P75 (30分) | | | |
| | 9 | 有酸素性・無酸素性持久力向上トレーニングの実際② | | | | | | 教科書 P68～P75 (30分) | 教科書 P68～P75 (30分) | | | |
| | 10 | パワー・スピード向上トレーニングの実際① | | | | | | 教科書 P54～P65 (30分) | 教科書 P54～P65 (30分) | | | |
| | 11 | パワー・スピード向上トレーニングの実際② | | | | | | 教科書 P54～P65 (30分) | 教科書 P54～P65 (30分) | | | |
| | 12 | パワー・スピード向上トレーニングの実際③ | | | | | | 教科書 P54～P65 (30分) | 教科書 P54～P65 (30分) | | | |
| | 13 | 運動プログラム立案と指導上の注意 | | | | | | 教科書 P203～P227 (30分) | 教科書 P203～P227 (30分) | | | |
| | 14 | テスト | | | | | | 教科書全て (60分) | 教科書全て (60分) | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 14コマ目にて筆記テストを実施。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | その他 () |
| | 80 | | | 0 | | | 0 | | 10 | | 10 | |
| 教科書 | 「トレーニング指導者テキスト実践編・理論編」日本トレーニング指導者協会編著 「健康運動実践指導者養成用テキスト」健康・体力づくり事業財団 | | | | | | 参考書 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 希望があれば解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 障害者福祉論 Theory of Welfare for the Disabled | | | | | | 担当者 | 山野 明 実務家教員 | | | |
|----------------------------|--|---------------------------|------|-----|----|-----|---------------------------------|---------------|------------------------|----------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 講義 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・障害者福祉の考え方、障害の概念と障害者の実態について説明することができる。 ・障害者福祉の国際的動向及び国内の動向、障害者施策の体系について説明することができる。 ・障害者福祉のサービス体系を理解し、どのような支援が必要とされるか説明することができる。 ・特別支援教育の現状を理解し課題について述べるができる。 ・障害者総合支援法の基本理念、制定の経緯、サービス体系について理解し、当事者が抱える問題の軽減、解決に向けた取り組みについて説明することができる。 | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 障害者福祉の基礎知識（考え方、概念、史的展開など）を理解し、基本的な考え方を学ぶ。障害者施策、サービス体系、障害者総合支援法について学び、障害のある人が住み慣れた地域で生活していくための仕組み、支援方法について学習する。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 障害者福祉の考え方①（ノーマライゼーションの実現） | | | | | ノーマライゼーションについて調べよう（2時間） | | ノーマライゼーションの理念等の整理（2時間） | | |
| | 2 | 障害者福祉の考え方②（リハビリテーションの追求） | | | | | リハビリテーションについて調べよう（2時間） | | リハビリテーションの定義等の整理（2時間） | | |
| | 3 | 障害の概念と障害者の実態①（障害の概念） | | | | | 障害の概念について調べよう（2時間） | | 障害の概念（三つのレベル等）の整理（2時間） | | |
| | 4 | 障害の概念と障害者の実態②（障害者の実態） | | | | | 福岡県の障害者の実態について調べよう（2時間） | | 福岡県の実態の整理（2時間） | | |
| | 5 | 障害者福祉の史的展開①（国際的動向） | | | | | 国際的動向について調べよう（2時間） | | 国際的動向の整理（2時間） | | |
| | 6 | 障害者福祉の史的展開①（日本の障害者福祉の動向） | | | | | 日本の動向について調べよう（2時間） | | 日本の動向の整理（2時間） | | |
| | 7 | 障害者施策の体系①（障害者基本法） | | | | | 障害者基本法について調べよう（2時間） | | 障害者基本法の整理（2時間） | | |
| | 8 | 障害者施策の体系①（障害者基本計画） | | | | | 障害者基本計画について調べよう（2時間） | | 障害者基本計画の整理（2時間） | | |
| | 9 | 障害者福祉のサービス体系①（障害者福祉の法・行政） | | | | | 身体障害者福祉法等について調べよう（2時間） | | 身体障害者福祉法等の整理（2時間） | | |
| | 10 | 障害者福祉のサービス体系②（身体・障害児） | | | | | サービス体系について調べよう（2時間） | | サービス体系の整理（2時間） | | |
| | 11 | 障害者福祉のサービス体系③（知的・精神） | | | | | サービス体系について調べよう（3時間） | | サービス体系の整理（2時間） | | |
| | 12 | 障害者福祉の関連分野（保健・医療、教育） | | | | | 特別支援教育について調べよう（2時間） | | 保健・医療、教育の整理（2時間） | | |
| | 13 | 障害者理解の促進とボランティア活動の推進 | | | | | ボランティアについて調べよう（2時間） | | ボランティア活動の整理（2時間） | | |
| | 14 | 障害者総合支援法 | | | | | 障害者総合支援法について調べよう（2時間） | | 障害者総合支援法のまとめ（2時間） | | |
| | 15 | まとめ | | | | | 自分ができることについて考えよう（2時間） | | 今からやれることをまとめる（2時間） | | |
| 成績評価基準 | 筆記試験（70%）、受講態度（30%）により評価する。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） |
| | 70% | | | | | | | | 30% | | |
| 教科書 | | | | | | 参考書 | 「障害者福祉論第4版」福祉士養成講座編集委員会編 中央法規出版 | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 試験のフィードバックとして、講評及び解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 障害者スポーツ演習 Exercise of Sports for the Disabled | | | | | | | 担当者 | 高木 富士男 | | | | | |
|----------------------------|--|---------------------|---|------|----|-----|-----|-----------------------|--------|--------------|----|-------|--|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | | |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・障がい者スポーツのルールを他者に説明することができる。 ・障がい者スポーツを他者に指導することができる。 ・障がいに応じてルールや用具を創造することができる。 | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>障がい者スポーツについて、障がいに応じたルールと用具の工夫を理解したうえで実践していく。また、指導方法と戦術をチーム内で考えてゲームを楽しむ。</p> <p>学生同士で指導者役と受講者役に分かれスポーツ指導を実際に行う。</p> | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | |
| | 1 | ガイダンス、パラリンピック競技体験1 | | | | | | パラリンピック競技について調べる(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 2 | パラリンピック競技体験2 | | | | | | パラリンピック競技について調べる(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 3 | 視覚障がい者のスポーツ実践1 | | | | | | 視覚障がい者のスポーツを調べる(30分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 4 | 視覚障がい者のスポーツ実践2 | | | | | | 視覚障がい者のスポーツを調べる(30分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 5 | 視覚障がい者のスポーツ創造と指導実践1 | | | | | | 指導実践計画書の作成(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 6 | 視覚障がい者のスポーツ創造と指導実践2 | | | | | | 指導実践計画書の作成(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 7 | 肢体不自由者のスポーツ実践1 | | | | | | 肢体不自由者のスポーツを調べる(30分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 8 | 肢体不自由者のスポーツ実践2 | | | | | | 肢体不自由者のスポーツを調べる(30分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 9 | 肢体不自由者のスポーツ創造と指導実践1 | | | | | | 指導実践計画書の作成(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 10 | 肢体不自由者のスポーツ創造と指導実践2 | | | | | | 指導実践計画書の作成(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 11 | 知的障がい者のスポーツ実践1 | | | | | | 知的障がい者のスポーツを調べる(30分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 12 | 知的障がい者のスポーツ実践2 | | | | | | 知的障がい者のスポーツを調べる(30分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 13 | 知的障がい者のスポーツ創造と指導実践1 | | | | | | 指導実践計画書の作成(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 14 | 知的障がい者のスポーツ創造と指導実践2 | | | | | | 指導実践計画書の作成(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| | 15 | 障がい者スポーツの創造 | | | | | | 障がい者スポーツを創造する(60分) | | 授業の振り返り(30分) | | | | |
| 成績評価基準 | 受講態度・積極性30%、指導実践30%、課題提出30%(指導実践計画書15%、指導実践の自己評価15%)、レポート提出10% | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | | 10% | | | 30% | | | 30% | | 30% | | |
| 教科書 | プリントを配布する | | | | | | 参考書 | 適宜紹介する | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 受講学生の課題をまとめ、次回授業で解説する。 | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | 健康運動実践指導演習 I Practice in Test of Health Exercise I | | | | | | | 担当者 | 佐藤 功一 | | | |
|----------------------------|--|-----------------------|--------------|-----|-------|-----------|---|-----------------------------------|--------------------------------------|---------------------------|----|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | 1. 陸上または水中で、課題として定められたレジスタンス運動を遂行できる 2. 陸上または水中で、課題として定められた有酸素運動を遂行できる 3. 健康運動実践指導者として、必要な知識を身に付けることができる | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本演習は、(公財)健康・体力づくり事業財団が認定する「健康運動実践指導者」の資格対策講座です。資格取得には実技試験および筆記試験の合格が条件となります。受験を希望している学生は、必ず履修してください。 実技試験では、陸上/水中いずれかを選択し、レジスタンス運動(2種目)と有酸素運動(エアロビックダンス/水中ウォーキング)の5分間の運動指導の完成を目指します。また、筆記試験対策では、90分40間に対応しうよう、健康スポーツ科学の理論を理解していきます。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | オリエンテーション 健康運動実践指導者とは | | | | | | | 健康運動実践指導者の実際についてまとめておくこと(2時間) | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | |
| | 2 | 実技試験対策 | | | | | | | 実技試験で述べるキューイングをまとめておく(2時間) | 実技試験内容を練習する(2時間) | | |
| | 3 | 陸上運動 | 水中運動 | | | | | | | | | |
| | 4 | ○レジスタンス運動(2分間) | ○レジスタンス運動 | | | | | | | | | |
| | 5 | ・スクワット | ・チェストフライ | | | | | | | | | |
| | 6 | ・フワードランジ | ・バックプッシュダウン | | | | | | | | | |
| | 7 | ・プッシュアップ | ・レッグエクステンション | | | | | | | | | |
| | 8 | ・クランチ | ・レッグカール | | | | | | | | | |
| | 9 | ・バードドッグ | ・ヒップアダクション | | | | | | | | | |
| | 10 | ○エアロビックダンス(3分間) | ○水中ウォーキング | | | | | | | | | |
| | 11 | ・ステップタッチ | ・前歩き | | | | | | | | | |
| | 12 | ・グレイプバイン | ・横歩き | | | | | | | | | |
| | 13 | ・Vステップ | ・後ろ歩き | | | | | | | | | |
| | 14 | ・ニーリフト | ・回旋歩き | | | | | | | | | |
| 15 | 筆記試験対策 | | | | | | | 健康運動実践指導者養成用テキストを熟読し整理しておくこと(2時間) | 授業で学んだ内容を復習しておくこと(2時間) | | | |
| 11 | 第1章 健康運動づくり施策概論 | | | | | | | | | | | |
| 12 | 第2章 運動生理学 | | | | | | | | | | | |
| 13 | 第3章 機能解剖とバイオメカニクス | | | | | | | | | | | |
| 14 | 第4章 栄養摂取と運動 | | | | | | | | | | | |
| 15 | 第5章 体力測定と評価 | | | | | | | | | | | |
| 16 | 第6章 健康づくりと運動プログラム | | | | | | | | | | | |
| 17 | 第7章 運動指導の心理学的基礎 | | | | | | | | | | | |
| 18 | 第8章 健康づくり運動の実際 | | | | | | | | | | | |
| 19 | 第9章 運動障害と予防・救急処置 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 課題では、実技・筆記試験対策の出来栄や到達度合をみて総合的に評価します(50%)。また、受講状況や、取り組み姿勢を授業への取り組みとして評価します(30%)。その他、筆記試験模擬問題として小テストを行い、理解度を評価します(20%)。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他(小テスト) | | | | | | |
| | 0 | 0 | 50 | 0 | 30 | 20 | | | | | | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | | | 参考書 | 「健康運動実践指導者試験」/桑野純一他、日本能率協会マネジメントセンター | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 課題・小テストはその都度、解説の時間を設けます。 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|--------|----|-----|-------|--------|---|---------------------------------|--|---|----|--|--|
| 科目名 | 健康運動実践指導演習Ⅱ Practice in Health Exercise instructor Ⅱ | | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | <p>(公財)健康・体力づくり事業財団認定資格である「健康運動実践指導者」の対策講座です。資格取得の条件である実技試験および筆記試験の合格を目標とします。合格できるように、1年次に学修した健康体力づくりの基礎理論の復習をしながら、2年次の新しい知識を理解することができるようになる。</p> | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>健康運動実践指導者の資格試験に合格するために、実技試験対策では、レジスタンス運動の2種目(2分間)と有酸素運動であるエアロビックダンス(3分間)の5分間の運動指導を完成させるまで繰り返す。また、筆記試験対策では、練習問題集と過去問題を解きながら資格試験に慣れるとともに自己の知識量を確認し、テキストと照合し復習に取り組む。試験範囲が広範なために正解した問題は省き、不正解な問題は解説を入れながら時間をかけて理解していく。なお、この科目は、「健康運動実践指導者」資格の指定科目である。</p> | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | | |
| | 1 | 実技試験対策 | | | | | | | 身体の正しい姿勢・動き、タイミング、キューイング、その他、指導者としての見本・指導ができるようにする。(1時間) | 身体の正しい姿勢・動き、タイミング、キューイング、その他、指導者としての見本・指導ができるように復習する。また、レジスタンス運動の指導に余裕を持たせるために課題種目の5種目の筋力トレーニングを毎回行っておく。(1時間) | | | |
| | 2 | | | | | | | | | | | | |
| | 3 | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | | | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | | |
| | 8 | 筆記試験対策 | | | | | | | 与えられた問題を指定された時間内で解答できるように健康運動実践指導者養成用テキストを熟読しておくこと。(1時間) | 不正解の問題を復習する。また、養成用テキストを確認する。(1時間) | | | |
| | 9 | | | | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | | まとめの試験を行いますので、これまでの内容を予習しておくこと。 | これまでの授業で学んだ内容を卒業後に活用できるように復習しておくこと。 | | | | |
| 成績評価基準 | 実技模擬試験では、学修過程を見ながら完成度で評価し、筆記模擬試験では、最終のまとめの評価で総評する。健康・体力づくり事業財団が掲げている「自ら見本を示せる実技能力と、特に集団に対する運動指導技術に長けた者」としての指導スキルを身につけることができる。また、健康や体力の維持増進、安全に関わる基礎知識および指導理論を理解することができる。 | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | | | |
| | 40 | 0 | 0 | 40 | 20 | 0 | | | | | | | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康体力づくり事業財団) | | | | | | | 参考書 | 「健康運動実践指導者試験」桑山純一他、日本能率協会マネジメントセンター | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 当財団の実技試験終了までは実技試験の対策を行う。毎回課題を提示し授業では課題の修得確認を段階的に行う。また、実技試験終了後から筆記試験対策に取り組み、実技同様練習問題を課題とし提示し授業では解説をしていく。 | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | グループフィットネス指導演習 Practice in Group Fitness | | | | | | | 担当者 | 佐藤 功一 | | |
|----------------------------|--|------------------------|----|-----|-------|-----------|-----------------------|--|-----------------|----------|----|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 |
| 授業の到達目標 | 1. グループフィットネスインストラクターとして、最低限の基礎理論が説明できる 2. グループフィットネスインストラクターとして、集団を指導する意義・理論について説明できる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本演習は公益社団法人日本フィットネス協会認定資格である「グループフィットネスインストラクター（GFI）」の筆記試験対策講座です。資格取得を希望する学生は必ず受講してください。筆記試験対策では、「フィットネス基礎理論」、「グループエクササイズ指導理論」の内容をに沿って、これまで各講義で学習してきた内容の復習に取り組みます。また、練習問題や模擬問題で達成度を確認し、認定試験の合格を目指します。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス・フィットネス概論 | | | | | | フィットネス基礎理論 P2～16を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 2 | 復習①（解剖学、運動生理学） | | | | | | フィットネス基礎理論 P18～75を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 3 | 復習②（解剖学、運動生理学） | | | | | | フィットネス基礎理論 P18～75を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 4 | 復習③（体力学、トレーニング科学、運動処方） | | | | | | フィットネス基礎理論 P78～97を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 5 | 復習④（栄養学、心理学、施設管理等） | | | | | | フィットネス基礎理論 P100～155を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 6 | 復習 まとめ | | | | | | フィットネス基礎理論を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 7 | グループエクササイズについて① | | | | | | グループエクササイズ指導理論 P2～36を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 8 | グループエクササイズについて② | | | | | | グループエクササイズ指導理論 P38～64を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 9 | グループエクササイズについて まとめ | | | | | | グループエクササイズ指導理論を熟読し整理しておくこと（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 10 | 練習問題① | | | | | | テキストを読み、疑問点をまとめる（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 11 | 練習問題② | | | | | | テキストを読み、疑問点をまとめる（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 12 | 模擬問題① | | | | | | テキストを読み、疑問点をまとめる（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 13 | 模擬問題② | | | | | | テキストを読み、疑問点をまとめる（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| | 14 | 模擬問題③ | | | | | | テキストを読み、疑問点をまとめる（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | |
| 15 | まとめ | | | | | | テキストを読み、疑問点をまとめる（2時間） | 今回の授業内容の復習（2時間） | | | |
| 成績評価基準 | 課題では、資格対策への取り組みを評価します（50%）。 授業の取り組みでは、受講中の態度や発言を評価します（30%）。 小テストでは、模擬問題を行い、出来栄を評価します（20%）。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合） | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他（小テスト） | | | | | |
| | 0 | 0 | 50 | 0 | 30 | 20 | | | | | |
| 教科書 | ・「GFIのためのフィットネス基礎理論」日本フィットネス協会発行 ・「GFIのためのグループエクササイズ指導理論」日本フィットネス協会発行 | | | | | | | 参考書 | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 課題・小テストはその都度、解説の時間を設けます。 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|-----------------------------|----|-----|-------|--------|------------|-----------------|----------------|----------|----|--|
| 科目名 | エアロビックダンスⅠ Aerobic Dance Ⅰ | | | | | | | 担当者 | 大村 詠一 実務家教員 | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 | |
| 授業の到達目標 | <ul style="list-style-type: none"> ・エアロビックダンスとはどういうものであるか体験を通して学習させる。 ・体を動かすことの楽しさやフィットネスエクササイズとして様々な運動形態（エアロビックダンス・ストレッチ・筋コン）があることを知り、フィットネスの理解を深めさせる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>講師の指示に合わせて、エアロビックダンスのレッスンを体験し、基本的なステップを覚える。レッスン前後の準備運動、整理運動、ストレッチなどについて学習し、指導する際の注意点を身につける。グループに分かれて、基本的なステップを用いたプログラムを作成、発表する。</p> | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | オリエンテーション、エアロビックダンスの特性と効果 | | | | | | 講義要項を読んでおく（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 2 | エアロビックダンス レッスン（LOW~HIGH） | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 3 | エアロビックダンスの運動強度と心拍数 | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 4 | 性・年齢・体力に応じた運動強度とその調整法 | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 5 | エアロビックダンスの音楽と用具 | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 6 | 対象に応じた選曲・BPMを理解する | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 7 | 特徴と注意点を意識した動きについて | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 8 | W-upについて | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 9 | C-downについて | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 10 | ストレッチ（上半身） | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 11 | ストレッチ（下半身） | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 12 | 安全に対する注意、プログラム練習（グループ別） | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 13 | リズム取りと指示の出し方、プログラム練習（グループ別） | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| | 14 | 指導法と注意事項、プログラム発表（グループ別） | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | 授業の予習（30分） | 授業の復習（30分） | | | | |
| 成績評価基準 | 実技試験85%、受講態度15% | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合%） | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他（ ） | | | | | | |
| | | | | 85% | 15% | | | | | | | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者用テキスト」 | | | | | | 参考書 | | | | | |
| 課題（試験、レポート等）に対するフィードバックの方法 | 希望があれば解説の時間を設ける。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | エアロビックダンスⅡ Aerobic Dance Ⅱ | | | | | | | 担当者 | 荒川 優子 実務家教員 | | | |
|----------------------------|--|------------------------------------|------|-----|----|-----|---|---------|---------------------|----------|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | <p>エアロビックダンスとは、健康・体力づくりのためのエクササイズであり、老若男女、誰もが楽しんで参加できる、音楽を用いたポジティブな運動です。</p> <p>①エアロビックダンスについて説明できるようになる。</p> <p>②グループエクササイズの指導者として人前に立つことができるようになる。</p> <p>③エアロビックダンスインストラクター（ADI）の資格を取得する。</p> | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <p>エアロビックダンスの基礎理論、プログラムづくり、指導者としての正確な動作、実践的な指導テクニック、グループエクササイズ指導者としての心構えなどを習得できます。</p> <p>実務歴：フィットネス施設にて、運動と栄養指導を行う。エアロビックダンスなどのスタジオレッスンも担当。ADI・健康運動指導士保有。</p> | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | エアロビックダンスインストラクター（ADI）認定について | | | | | 教科書「第2章」熟読（2時間） | | 実技の復習（2時間） | | | |
| | 2 | エアロビックダンスエクササイズ指導理論（基本の動き・プログラミング） | | | | | 教科書「第3・4章」熟読（2時間） | | 実技で確認（2時間） | | | |
| | 3 | エアロビックダンス動作（ローインパクト） | | | | | 実技・動作の確認（2時間） | | 実技で復習（2時間） | | | |
| | 4 | エアロビックダンス動作（ローインパクト） | | | | | 実技・正確な動作（2時間） | | 実技で復習（2時間） | | | |
| | 5 | エアロビックダンス動作（ハイインパクト） | | | | | 実技・動作の確認（2時間） | | 実技で復習（2時間） | | | |
| | 6 | エアロビックダンス動作（ハイインパクト） | | | | | 実技・正確な動作（2時間） | | 実技で復習（2時間） | | | |
| | 7 | プログラムづくり（ADI試験対策） | | | | | プログラムをつくる（2時間） | | 修正・チェック（2時間） | | | |
| | 8 | プログラムづくり（ADI試験対策） | | | | | プログラムをつくる（2時間） | | 修正・チェック（2時間） | | | |
| | 9 | プログラムづくり（ADI試験対策） | | | | | プログラムをつくる（2時間） | | 修正・チェック（2時間） | | | |
| | 10 | エアロビックダンスエクササイズ指導理論（歴史・特性～プログラミング） | | | | | プログラムをつくる（2時間） | | 教科書「第2・3・4章」熟読（2時間） | | | |
| | 11 | エアロビックダンスエクササイズ指導理論（指導法・環境の整備） | | | | | プログラムをつくる（2時間） | | 教科書「第5・6章」熟読（2時間） | | | |
| | 12 | ADI試験対策演習 | | | | | 実技検定の練習（2時間） | | 実技検定の練習（2時間） | | | |
| | 13 | ADI試験対策演習 | | | | | 実技検定の練習（2時間） | | 実技検定の練習（2時間） | | | |
| | 14 | ADI試験対策演習 | | | | | 実技検定の練習（2時間） | | 実技検定の練習（2時間） | | | |
| | 15 | ADI試験後の実演（1学年を対象に実技指導） | | | | | 指導プログラム作成（2時間） | | プログラム修正（2時間） | | | |
| 成績評価基準 | <p>ADI検定の合格基準に準ずる。</p> <p>①インストラクターとして正確な動作ができる。②的確な指示・安全面の考慮ができる。③指導の循環ができる。</p> | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法（割合） | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他（ ） | |
| | | | | | | | 100% | | | | | |
| 教科書 | 「ADBI-ADIのためのエアロビックダンスエクササイズ指導理論」(社) 日本フィットネス協会 | | | | | 参考書 | 「GFIのためのフィットネス基礎理論(改訂対応版)」 「GFIのためのグループエクササイズ指導理論」(社) 日本フィットネス協会 | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 講評（フィードバック）の時間を設ける。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | アクアエクササイズ Aqua Exercise | | | | | | 担当者 | 佐藤 功一 | | | | | |
|----------------------------|--|----------------------|---|------|----|-----|--|-------|------------------|----------|----|-------|---------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 選択 | | |
| 授業の到達目標 | 1. 水泳水中運動を実践しながら、水の特性を体感できる。 2. 水中運動では、運動強度の変化により心拍数との関係が習得・理解できる。 3. 水泳運動では、指導上の注意点、プールにおける衛生面や安全面について理解させる。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | <ul style="list-style-type: none"> ・運動前・中・後の心拍数を確認する。 ・水中運動では特に水中ウォーキングを通し、水抵抗を感じながら運動強度を変化させる。 ・水泳運動では浮き身にはじまり、蹴伸び、クロール泳の上半身・下半身の動かし方、呼吸の仕方を学習する。 ・水上安全での救助法につながる泳法と心肺蘇生法を実践する。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | |
| | 1 | ガイダンス、水泳の特性について | | | | | 水中で身体がどのようにに変化するのかまとめる (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 2 | 水泳運動 (浮き身、蹴伸び、クロール) | | | | | 浮力、揚力、抵抗、推進力についてまとめる (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 3 | 水泳運動 (クロール) | | | | | クロール泳についてまとめる、動画を確認し、イメージする (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 4 | 水中運動、水泳運動 (クロール、背泳ぎ) | | | | | 背泳ぎについてまとめる、動画を確認し、イメージする (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 5 | 日本泳法 (横泳ぎ) ① | | | | | 日本泳法 (横泳ぎ) についてまとめる、動画を確認し、イメージする (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 6 | 日本泳法 (横泳ぎ) ② | | | | | 日本泳法 (横泳ぎ) についてまとめる、動画を確認し、イメージする (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 7 | 現場における心肺蘇生法① | | | | | 心肺蘇生法についてまとめる (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 8 | 水中運動、水泳運動 (クロール、背泳ぎ) | | | | | クロール泳・背泳ぎの練習を行う (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 9 | 現場における心肺蘇生法② | | | | | 心肺蘇生法についてまとめる (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 10 | 現場における心肺蘇生法③ | | | | | 心肺蘇生法についてまとめる (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 11 | 水中運動、水泳運動復習 | | | | | 水中での身体の変化や、運動後の変化についてまとめる (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 12 | 水中運動の基礎復習、指導実践 | | | | | 5分程度の水中運動を考え、練習する (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 13 | 指導実践 | | | | | 5分程度の水中運動を考え、練習する (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 14 | 指導実践 | | | | | 水中運動を組み合わせ10～15分程度のメニューを考えておく (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| | 15 | まとめ | | | | | 水中運動、クロール泳、背泳ぎ、横泳ぎを練習しておくこと (1時間) | | 今回の授業内容の復習 (1時間) | | | | |
| 成績評価基準 | 実技試験では、水中運動、水泳 (クロール泳、背泳ぎ、横泳ぎ) の出来栄や理解度を総合的に評価します (40%)。また、水泳・水中運動の特性や効果についてのレポートを課し、理解度を評価します (30%)。その他授業への参加状況、取り組みの様子をみて総合的に評価します (30%) | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | 授業の取組 | その他 () |
| | | | | 30 | | | | | | 40 | | 30 | |
| 教科書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | 参考書 | 「AQWBI・AQWI・AQDBI・AQDIのためのアクアエクササイズ指導理論」(公財)日本フィットネス協会 | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | レポート課題は2週間以内にコメントをつけて返却します。 | | | | | | | | | | | | |

2年

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|---|--|----|-----|-------|-----------|----------------------------------|--|-------------------------------------|-----------------------------------|----|--|
| 科目名 | スポーツ企業実習Ⅱ Sport company training Ⅱ | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 佐藤 功一 中原麻衣子 | | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 前期 | 単位数 | 1 | 授業形態 | 実習 | 必修・選択の区分 | 選択 | |
| 授業の到達目標 | スポーツ企業の業務内容の実際と企業研究したものとを比較しまとめることができ、その企業に関わるお客様やスタッフなどとコミュニケーションを図りながら事の解決に取り組み、円滑な実習をすることができる。そのためには、おもてなしの心である「ホスピタリティ」を大切に、お客様やスタッフのニーズに応えるための「コミュニケーション能力」、「プレゼンテーション能力」などを自然体で活用できるようになる。また、自身が考える仕事のあり方を再考するとともに理解することができる。 | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本実習では事前指導において実習の目的をはじめ、心得、日誌の記入法などを学ぶ。また、およそ2週間の実習期間の中で、これまでに学習してきた身体・健康体力づくりの基礎知識やスポーツ・健康の指導技術、健康・安全管理、コミュニケーション能力を駆使し、「支えるスポーツ」を念頭におき、実習後の振り返りを課題にすることができる。 なお、この科目は、資格取得のための要件単位となる資格もあるが、実習規定により必修科目の単位未修得者は実習を許可しない。 | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 実習事前指導1 および実習手続きについて | | | | | | 実習報告会および企業情報演習をもとに企業実習のあり方をまとめて考察しておく(2時間) | | より深い理解のために実習の心構えを含め、復習しておくこと(2時間) | | |
| | 2 | 実習事前指導2 | | | | | | より具体的な実習を遂行するために、与えられた課題を覚えておくこと(2時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習し準備しておくこと(2時間) | | |
| | 3 | 当実習は2年次の夏期休暇中に、以下の企業(施設)を選択し実習を行う。 ・スポーツクラブ ・フィットネスクラブ ・トレーニングジム ・健康増進施設 ・スイミングクラブ ・幼児体育教室 ・スポーツショップ ・公共体育施設など | | | | | | 毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) | | その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間) | | |
| | 4 | | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | |
| | 8 | これまで学習してきた基礎的な理解や授業内容をこの実習で活かし体験する。 | | | | | | | | | | |
| | 9 | 1) 自己の健康を管理しながら、実習の目的や目標を確認しコミュニケーション能力を身につける。 | | | | | | | | | | |
| | 10 | 2) 各種のレッスンを利用者の立場で体験しながら、利用者および指導者の理解を深める。 | | | | | | | | | | |
| | 11 | 3) トレーナーやインストラクター、施設管理者などの立場で利用者及接しながら、個々の利用者に応じたサポートを行う。 | | | | | | | | | | |
| | 12 | 4) 個々人に応じたトレーニングプログラムの作成ができるようになる。 | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | |
| 15 | まとめ | | | | | | 実習の内容をまとめ、実習や将来について考察しておくこと(1時間) | | この実習で学んだ内容を復習し、報告会に向けてまとめておくこと(1時間) | | | |
| 成績評価基準 | 事前に企業研究したものと実際の業務内容とを比較しまとめることができ、実習巡回での指導担当者の報告や実習ノートから「ホスピタリティ」、「コミュニケーション能力」、「プレゼンテーション能力」などが自然に活用され養われるようになったか、また、これらが不十分だったとしてもその後の取り組みが適切であったかで判断する。また、実習後の報告内容およびプレゼンテーション能力を加味し評価する。 | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他(プレゼン) | | | | | | |
| | 0 | 0 | 70 | 0 | 10 | 20 | | | | | | |
| 教科書 | なし | | | | | | 参考書 | 「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康体力づくり事業財団 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 実習の事前指導、実習中における指導担当者、実習ノートを確認しながらその都度、実習に対する態度および指導を行う。 | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ゼミナール Seminar | | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | | | | |
|----------------------------|--|-----------------------------------|---|------|------------|-----|--|----------|--|--------------|----|-------|--|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 通年 (前期) | 単位数 | 2 | 授業 形態 | 演習 | 必修・選択 の区分 | 必修 | | | | |
| 授業の 到達目標 | 幸福で豊かな生活を目標としたレクリエーション活動をもとに、スポーツの視点からスポーツレクリエーションの推進を目指します。また、地域住民と学生とが交流しながら、喜びを味わえるレクリエーション活動の体験を通して、今後の生涯スポーツ・生涯学習の振興とレクリエーション活動活性化の一助になることを目標とする。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本学科行事への参加はもちろん、学外でのレクリエーション関連活動やボランティア活動へ楽しみながら積極的に「見るスポーツ・するスポーツ・支えるスポーツ」をテーマに参加していきます。そのことで、学生をはじめ、子どもや家族、成人、高齢者などの対象者に対し、どのように接することで共に喜び楽しみ、心を元気にすることができるのかを考え、計画および運営ができるように学習する。また、その中で共に参加し、あるいは対象者に指導をしたりすることで個々に合わせたコミュニケーション能力・プレゼンテーション能力を身につける。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | | |
| | 1 | ガイダンス、前期の計画について、団マラニックについて、役職決め | | | | | 年間計画を立て、ゼミ生の役割を考えておく(1時間) | | 年間計画後を振り返り、ゼミ生の一員としての役割を自覚しておくこと(3時間) | | | | | | |
| | 2 | ゼミナール紹介ポスターづくり、団マラニック・あそびフェスタについて | | | | | ゼミナールで何を学びたいのかを考え、次のイベントに活かせるように考えておくこと(1時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 3 | ゼミナール紹介ポスターづくり、あそびフェスタについて | | | | | あそびフェスタについて考え、まとめておくこと(1時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 4 | あそびフェスタ「あそび忍ジャー」イベント指導参加1 | | | | | イベント計画を立て、参加者に対してどのような立ち居振る舞いをすべきなのか考えておくこと(1時間) | | 提案された内容を考え、まとめておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 5 | あそびフェスタ「あそび忍ジャー」イベント指導参加2 | | | | | 身体活動でよく使用する筋群のためにボディケアをしておくこと(1時間) | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 6 | 西短スポーツフェスタ練習 | | | | | 身体活動でよく使用する筋群のためにボディケアをしておくこと(1時間) | | 楽しむため、勝つためにチームの長所短所を考えておくこと(3時間) | | | | | | |
| | 7 | 西短スポーツフェスタ準備手伝い | | | | | イベントで何が必要なのか、どのように運搬すべきなのかを考えておくこと(1時間) | | 今回の授業で体験学習したことを振り返ること(1時間) | | | | | | |
| | 8 | 西短スポーツフェスタ参加1 | | | | | 安全かつ楽しみながら活動するために身体を準備しておくこと(1時間) | | 今回のイベントで学んだ内容を振り返っておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 9 | 西短スポーツフェスタ参加2 | | | | | 安全かつ楽しみながら活動するために身体を準備しておくこと(1時間) | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 10 | 見るスポーツ「野球観戦」 | | | | | 選手をはじめ、観客、場内・売店スタッフの行動と役割について考えておくこと(1時間) | | 観客のために周囲がどのように行動しているのかをまとめておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 11 | オープンキャンパスの計画および準備 | | | | | 高校生立場になって「おもてなし」について考え、まとめておくこと(1時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 12 | ユニクロサッカーキッズについて | | | | | 対象者について考え、行動をまとめておくこと(1時間) | | 自分の役割や行動を復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 13 | ユニクロサッカーキッズでの指導ボランティア1 | | | | | 子どもの安全を第一に、自分の役割や行動について考え、まとめておくこと(1時間) | | 今回の授業で学んだ内容を復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 14 | ユニクロサッカーキッズでの指導ボランティア2 | | | | | 子どもの安全を第一に、自分の役割や行動について考え、まとめておくこと(1時間) | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 15 | 楽動塾について、前期のまとめ | | | | | 前期のまとめとともに、後期イベントの準備を考えておくこと(1時間) | | これまでに学んだ内容を復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| 成績評価基準 | 幸福で豊かな生活を目標としたレクリエーション活動を達成するために、楽しみながら事業に参加し、あるいは指導したりしてスポーツレクリエーションの魅力を感じ、まとめることができる。また、イベントに対する企画・運営についても順序立ててまとめ、情報を共有し計画的に安全に事業を実行することができる。さらに、実行後に振り返り次のイベントに活かすことができる。 | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() | |
| | 0 | | | 0 | | | 80 | | | 0 | | 20 | | 0 | |
| 教科書 | 適宜プリントを配布する。 | | | | | | 参考書 | | 「ニュースポーツ百科」大修館書店 | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 各イベントごとに振り返り、問題点を提示・提案し考えることができるようにする。 | | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ゼミナール Seminar | | | | | | | 担当者 | 星 子 和 夫 | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|---|---|-----|------|--------|--|---------|--|------|------------------|--|--|----------|---|----|--------|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | | 通年(後期) | | 単位数 | 2 | 授業形態 | | 演習 | | 必修・選択の区分 | | 必修 | | |
| 授業の到達目標 | 幸福で豊かな生活を目標としたレクリエーション活動をもとに、スポーツの視点からスポーツレクリエーションの推進を目指します。また、地域住民と学生とが交流しながら、喜びを味わえるレクリエーション活動の体験を通して、今後の生涯スポーツ・生涯学習の振興とレクリエーション活動活性化の一助になることを目標とする。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本学科行事への参加はもちろん、学外でのレクリエーション関連活動やボランティア活動へ楽しみながら積極的に「見るスポーツ・するスポーツ・支えるスポーツ」をテーマに参加していきます。そのことで、学生をはじめ、子どもや家族、成人、高齢者などの対象者に対し、どのように接することで共に喜び楽しみ、心を元気にすることができるのかを考え、計画および運営ができるように学習する。また、その中で共に参加し、あるいは対象者に指導をしたりすることで個々に合わせたコミュニケーション能力・プレゼンテーション能力を身につける。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | | 復習内容・時間 | | | | | | | |
| | 1 | ガイダンス、後期の計画について、楽動塾について | | | | | | | 後期の計画を立て、各イベントの役割を考えておく(1時間) | | | 計画を振り返り、ゼミ生の一員としての役割を自覚しておくこと(3時間) | | | | | | |
| | 2 | キッズスポーツフェスティバルについて | | | | | | | 昨年度の資料をもとにテーマおよび内容を考え、準備しておくこと(1時間) | | | 様々な意見をまとめて、より良いイベントになるのか考えておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 3 | 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」ブース計画について | | | | | | | 昨年度の資料をもとにテーマおよび内容を考え、準備しておくこと(1時間) | | | 様々な意見をまとめて、より良いイベントになるのか考えておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 4 | キッズスポーツフェスティバルについて | | | | | | | イベント概要を考え、役割分担などの詳細をまとめておくこと(1時間) | | | 分担された業務をまとめ、行動に移せるようにしておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 5 | 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」指導参加について | | | | | | | イベント計画の中で、参加者に対してどのような立ち居振る舞いをすべきなのか考えておくこと(1時間) | | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 6 | 福岡市スポーツフェスタ「スポーツ忍者村」指導参加について | | | | | | | イベント概要を考え、役割分担などの詳細をまとめておくこと(1時間) | | | 今回の授業で学習したことを振り返り、まとめておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 8 | 楽動塾の準備、キッズスポーツフェスティバルの計画 | | | | | | | 役割分担後の行動計画を考えておくこと(1時間) | | | 今回の授業で学習したことを振り返り、まとめておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 9 | 楽動塾について | | | | | | | イベント計画の中で、参加者に対してどのような立ち居振る舞いをすべきなのか考えておくこと(1時間) | | | 各自、行動計画に沿った動きと全体の動きがマッチングできたか検討しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 10 | 楽動塾について | | | | | | | 対象者の特徴について考え、サポート行動をまとめておくこと(1時間) | | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 11 | 福岡市障がい者スポーツ大会について | | | | | | | 自分の役割や行動を振り返り、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(1時間) | | | 今回のイベントで学んだ内容を振り返っておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 12 | 福岡市障がい者スポーツ大会について | | | | | | | 子どもの安全を第一に、自分の役割や行動について考え、まとめておくこと(1時間) | | | PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 13 | キッズスポーツフェスティバルについて | | | | | | | 後期のまとめとともに、卒業後のイベントについて考えておくこと(1時間) | | | これまで学んだ内容を復習しておくこと(1時間) | | | | | | |
| | 14 | キッズスポーツフェスティバルについて | | | | | | | ゼミナール活動のまとめ | | | | | | | | | |
| | 成績評価基準 | 幸福で豊かな生活を目標としたレクリエーション活動を達成するために、楽しみながら事業に参加し、あるいは指導したりしてスポーツレクリエーションの魅力を感じ、まとめることができる。また、イベントに対する企画・運営についても順序立ててまとめ、情報を共有し計画的に安全に事業を実行することができる。さらに、実行後に振り返り次のイベントに活かすことができる。 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | | 実技 | | | 授業の取組 | | | その他() | |
| 0 | | | 0 | | | 80 | | | 0 | | | 20 | | | 0 | | | |
| 教科書 | 適宜プリントを配布する。 | | | | | | | 参考書 | | | 「ニュースポーツ百科」大修館書店 | | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 各イベントごとに振り返り、問題点を提示・提案し考えることができるようにする。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ゼミナール Seminar | | | | | | | 担当者 | 小川 茜 | | |
|----------------------------|---|--|------|-----|------------|-----|-------------------------|---|------------------------------|--------------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 通年 (前期) | 単位数 | - | 授業 形態 | 演習 | 必修・選択 の区分 | 必修 |
| 授業の 到達目標 | 1. キッズスポーツ、幼児体育を支える人材として相応しい知識、態度を身に付ける 2. 幼児体育や心理学、スポーツ心理学などの専門知識と実践経験を得る 3. 大学生として必要な一般常識、礼儀、マナーを身に付ける 4. スポーツ指導に必要な積極性、協働性、プレゼンテーション力、文章力を身に付ける | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 「キッズスポーツを支える人材」を目指し、学内外でのスポーツイベントなどに積極的に関わっていきます。学内の子ども向けイベントにおいて実行委員会として企画立案・指導を行います。積極的、主体的に取り組むこと、また責任感ある行動を期待します。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 大学生活で取り組みたい事およびその方法について具体的に考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 2 | | | | | | | | | | |
| | 3 | 以下の内容を学生の興味やスケジュール、就職活動状況に応じて行います 幼児体育、心理学等に関する講読 一般常識問題への取り組み 模擬指導立案・実践 個人面談 大学生活での取り組みの指導 ポートフォリオの作成 | | | | | | 指定文献の講読や模擬指導の場合、プレゼンテーションの資料作成・練習や指導案準備を行う。また自身の将来についてまとめて、就職活動の準備や一般常識問題の練習、ポートフォリオ作成を進める(2時間) | 各回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 4 | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | | | | | | | | |
| | 9 | ボランティア活動 | | | | | | どのようにボランティア活動に取り組むかを考え、必要な準備を行う(2時間) | レポート作成(2時間) | | |
| | 10 | ユニクロサッカーキッズ、PayPay ドーム de モーニング体操など | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | |
| | 12 | イベント準備 | | | | | | 各打合せに必要な情報を集める。またどのようなスキルをイベントを通して身に付けるか考える(2時間) | 次回の打合せに必要な情報を集め、資料を準備する(2時間) | | |
| | 13 | 楽動塾、キッズスポーツフェスティバルなど | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | |
| 15 | 前期まとめ | | | | | | 前期に取り組んだ内容についてまとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. 専門的知識や態度が身に付いている 2. 大学生としての教養が身に付いている | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | | | 50 | | | | 50 | | |
| 教科書 | なし | | | | | | 参考書 | 「大学生学びのハンドブック(3訂版)」世界思想社編集部(編)世界思想社 「就職活動ハンドブック」西短進路指導部(学生へ配布済み) | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 各提出物は評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ゼミナール | | | | | | | Seminar | | 担当者 | 小川 茜 | | |
|----------------------------|---|--|---|------|------------|-----|-------------------------|--|---|---------------------------|-------|--|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 通年 (後期) | 単位数 | 2 | 授業 形態 | 演習 | 必修・選択 の区分 | 必修 | | |
| 授業の 到達目標 | 1. キッズスポーツ、幼児体育を支える人材として相応しい知識、態度を身に付ける 2. 幼児体育や心理学、スポーツ心理学などの専門知識と実践経験を得る 3. 大学生として必要な一般常識、礼儀、マナーを身に付ける 4. スポーツ指導に必要な積極性、協働性、プレゼンテーション力、文章力を身に付ける | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 「キッズスポーツを支える人材」を目指し、学内外でのスポーツイベントなどに積極的に関わっていきます。学内の子ども向けイベントにおいて実行委員会として企画立案・指導を行います。積極的、主体的に取り組むこと、また責任感ある行動を期待します。 | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 卒業に向けて取り組みたい事およびその方法について具体的に考え、まとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| | 2 | | | | | | | | | | | | |
| | 3 | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | | | | | | | | | | | | |
| | 5 | 1) 楽動塾、キッズスポーツフェスティバルの実行委員会として以下のことに取り組みます。 | | | | | | イベントにおいては、どのように取り組むかを考え、必要な準備を行う | | | | | |
| | 6 | 企画立案、広報、運動指導、当日の進行、子どもへの対応 | | | | | | | | イベント成功に向けて自身が担当する役割に取り組む。 | | | |
| | 7 | 2) 以下の内容を学生の興味やスケジュール、就職活動状況に応じて行います | | | | | | | | 各回の授業内容を復習する | | | |
| | 8 | | | | | | | | | (2時間) | | | |
| | 9 | 幼児体育、心理学等に関する講読 一般常識問題への取り組み 模擬指導立案・実践 | | | | | | 指定文献の講読や模擬指導の場合、プレゼンテーションの資料作成・練習や指導案準備を行う。また自身の将来についてまとめて、就職活動の準備や一般常識問題の練習、ポートフォリオ作成を進める | | | | | |
| | 10 | 個人面談 大学生活での取り組みの指導 | | | | | | | | | | | |
| | 11 | ポートフォリオの作成 ボランティア活動 | | | | | | (2時間) | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | | |
| 15 | 後期まとめ | | | | | | 後期に取り組んだ内容についてまとめる(2時間) | | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | | |
| 成績評価基準 | 1. 専門的知識や態度が身に付いている 2. 大学生としての教養が身に付いている | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | | レポート | | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | | | | | 50 | | | | 50 | | |
| 教科書 | なし | | | | | | 参考書 | | 「大学生学びのハンドブック(3訂版)」世界思想社 編集部(編)世界思想社 「就職活動ハンドブック」西短進路指導部(学生へ配布済み) | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 各提出物は評価・フィードバックをした上で返却します | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ゼミナール Seminar | | | | | | 担当者 | 佐藤 功一 | | | |
|----------------------------|--|------------------------------------|------|-----|------------|-----|-----------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|----------|-----------------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 通年 (前期) | 単位数 | 2 | 授業形態 | 実習 | 必修・選択の区分 | 必修 |
| 授業の到達目標 | 1. 与えられた運動プログラムが実践できる 2. 科学的根拠に基づいた運動のプログラミングができる 3. 30分程度のグループエクササイズでの指導ができる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | “健康づくり運動のサポート方法を学ぶ”をテーマに、通年を通し、①プロ指導者のエクササイズやストレッチ等を体験する、②経験したことの中から運動プログラムを作成する、③一般の方を対象にグループエクササイズを実際に指導する、を中心に学びを深めていきます。 注意事項：エクササイズのプログラミング（指導案作成）は各自で進めること、遅刻・欠席は厳禁。 履修条件：「健康運動実践指導者」、「GFI 資格」、「トレーニング指導者」のいずれかを受験予定であること。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | | |
| | 1 | ガイダンス・年間計画 | | | | | 実践したい運動、体験したい運動を検討し、まとめる(2時間) | 実践する運動の実施計画を立てる(2時間) | | | |
| | 2 | 運動プログラムの実践① | | | | | 体験する運動の予備知識をまとめる(2時間) | 体験した運動のメニューを振り返り、まとめる(2時間) | | | |
| | 3 | 運動プログラムの実践② | | | | | 体験する運動の予備知識をまとめる(2時間) | 体験した運動のメニューを振り返り、まとめる(2時間) | | | |
| | 4 | シーサイドもち駅伝への取り組み① | | | | | 参加者増員の方法を検討し、まとめる(2時間) | 今回の授業で検討したことをまとめる(2時間) | | | |
| | 5 | シーサイドもち駅伝への取り組み② | | | | | 参加者増員の方法を検討し、まとめる(2時間) | 今回の授業で検討したことをまとめる(2時間) | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | |
| | 8 | 年間を通じて計5回、実際に指導者として指導を行います。 | | | | | | | | | |
| | 9 | 以下の内容を中心に行い、学生の指導者としてのスキルアップを図ります。 | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | |
| | 11 | ・プログラムの作成 | | | | | 運動プログラムの作成・修正・自主練習を行う(2時間) | | 今回の授業で学んだこと、指導されたことを復習し、まとめる(2時間) | | |
| | 12 | ・プログラムのチェック | | | | | | | | | |
| | 13 | ・プログラムの練習 | | | | | | | | | |
| | 14 | ・プログラムの修正 | | | | | | | | | |
| 15 | ・プログラムの実演 | | | | | | | | | | |
| | ・プログラムの振り返り | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 課題では、運動プログラムへの取り組みの様子(50%)を評価します。また、学科イベントへの取り組み(20%)やゼミ企画への取り組み(30%)をの様子をみて、総合的に評価します。 | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他(イベントへの取り組み) |
| | | | | | 50 | | | | 30 | | 20 |
| 教科書 | 必要に応じて、資料を配布します。 | | | | | 参考書 | 健康運動実践指導者養成用テキスト／(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 年間を通じて、一般の方を対象に計5回、運動指導者として実演を行うため、当日までの練習では適宜指導を行います。また、実演終了後はディスカッション形式で振り返り、運動指導者としてのさらなるスキルアップを目指します。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ゼミナール Seminar | | | | | | | 担当者 | 佐藤 功一 | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|---|---|-----|--|--------|-----------------------------------|---------|-----------------------------------|---------|----|----------|------|--|----|--|----|--|-------|--|-----------------|--|--|--|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | | 通年(後期) | | 単位数 | 2 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 | | | | | | | | | | | |
| 授業の到達目標 | 1. 与えられた運動プログラムが実践できる 2. 科学的根拠に基づいた運動のプログラミングができる 3. 30分程度のグループエクササイズの指導ができる | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | “健康づくり運動のサポート方法を学ぶ”をテーマに、通年を通し、①プロ指導者のエクササイズやストレッチ等を体験する、②経験したことの中から運動プログラムを作成する、③一般の方を対象にグループエクササイズを実際に指導する、を中心に学びを深めていきます。 注意事項：エクササイズのプログラミング（指導案作成）は各自で進めること、遅刻・欠席は厳禁。 履修条件：「健康運動実践指導者」、「GFI 資格」、「トレーニング指導者」のいずれかを受験予定であること。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | | 復習内容・時間 | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1 | シーサイドももち駅伝への取り組み③ | | | | | 参加者増員の方法を検討し、まとめる（2時間） | | 今回の授業で検討したことをまとめる（2時間） | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 2 | シーサイドももち駅伝への取り組み④ | | | | | 参加者増員の方法を検討し、まとめる（2時間） | | 今回の授業で検討したことをまとめる（2時間） | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 3 | シーサイドももち駅伝への取り組み⑤ | | | | | 参加者増員の方法を検討し、まとめる（2時間） | | 今回の授業で検討したことをまとめる（2時間） | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 4 | 年間を通じて計5回、実際に指導者として指導を行います。 以下の内容を中心に行い、学生の指導者としてのスキルアップを図ります。 ・プログラムの作成 ・プログラムのチェック ・プログラムの練習 ・プログラムの修正 ・プログラムの実演 ・プログラムの振り返り | | | | | 運動プログラムの作成・修正・自主練習を行う（2時間） | | 今回の授業で学んだこと、指導されたことを復習し、まとめる（2時間） | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価基準 | 課題では、運動プログラムへの取り組みの様子（50%）を評価します。また、学科イベントへの取り組み（20%）やゼミ企画への取り組み（30%）をの様子をみて、総合的に評価します。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | | | | | | | | | | | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他(イベントへの取り組み) | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | 50 | | | | 30 | | 20 | | | |
| 教科書 | 必要に応じて、資料を配布します。 | | | | | 参考書 | 健康運動実践指導者養成用テキスト／(公財)健康・体力づくり事業財団 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 年間を通じて、一般の方を対象に計5回、運動指導者として実演を行うため、当日までの練習では適宜指導を行います。また、実演終了後はディスカッション形式で振り返り、運動指導者としてのさらなるスキルアップを目指します。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ゼミナール Seminar | | | | | | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | |
|----------------------------|--|------------------|------|-----|------------|-----|---------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|--------------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 通年 (前期) | 単位数 | — | 授業 形態 | 演習 | 必修・選択 の区分 | 必修 |
| 授業の 到達目標 | 1. スポーツイベント活動への参加を通して、積極性、協働性を高めることができる 2. 障がい者スポーツの種目やルールについて説明することができる 3. スポーツを誰とでも共に楽しむことができる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 学内外でのスポーツイベントなどへの参加を通して、生涯にわたってスポーツ活動を実践するための基本的な能力と態度の育成を目指します。また「障がい者スポーツ」に関するイベントやボランティア活動に積極的に参加し、ルールや用具・運動の仕方を工夫してスポーツを行う「アダプテッド・スポーツ」への学びを深めていきます。スポーツを「する」「見る」「知る」を体得します。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 前期の活動について計画する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 2 | スポーツイベントの打ち合わせ | | | | | | イベントの準備をする(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 3 | アウトドアプログラム | | | | | | アウトドアプログラムの準備をする(2時間) | アウトドアプログラムで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 4 | 西短スポーツフェスタの準備① | | | | | | 種目の練習をする(2時間) | 種目の練習をする(2時間) | | |
| | 5 | 西短スポーツフェスタの準備② | | | | | | 種目の練習をする(2時間) | 種目の練習をする(2時間) | | |
| | 6 | 西短スポーツフェスタ参加 | | | | | | 種目の練習をする(2時間) | スポーツフェスタで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 7 | スポーツイベントの準備① | | | | | | イベントの準備をする(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 8 | スポーツイベントの準備② | | | | | | イベントの準備をする(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 9 | スポーツイベントの準備③ | | | | | | イベントの準備をする(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 10 | イベント参加 | | | | | | イベント内容を確認する(2時間) | イベントで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 11 | イベント参加 | | | | | | イベント内容を確認する(2時間) | イベントで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 12 | イベント参加 | | | | | | イベント内容を確認する(2時間) | イベントで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 13 | シーサイドもち駅伝の打ち合わせ① | | | | | | 駅伝大会に必要な準備物について考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 14 | シーサイドもち駅伝の打ち合わせ② | | | | | | 駅伝大会に必要な準備物について考え、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 15 | まとめ | | | | | | 前期の活動を振り返り、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| 成績評価基準 | 1. スポーツイベント活動に、積極的かつ主体的に参加することができる 2. 障がい者スポーツの種目やルールについて、人に分かりやすく説明することができる 3. スポーツイベント活動の学習内容について振り返り、自分の言葉で丁寧にまとめることができる | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | | | 20 | | | | 80 | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | 参考書 | 「パラリンピック大百科」陶山哲夫(監)日本障がい者スポーツ協会 | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 提出課題は評価・フィードバックをした上で返却します。 | | | | | | | | | | |

| 科目名 | ゼミナール Seminar | | | | | | | 担当者 | 中原 麻衣子 | | |
|----------------------------|--|---------------|------|-----|------------|-----|-----------------------|-----------------------|---------------------------------|--------------|--------|
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 通年 (後期) | 単位数 | 2 | 授業 形態 | 演習 | 必修・選択 の区分 | 必修 |
| 授業の 到達目標 | 1. スポーツイベント活動の参加・運営を通して、協働性、実践力を高めることができる 2. スポーツイベントの企画立案をし、実施することができる 3. スポーツを誰とでも共に楽しむことができる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 学内外でのスポーツイベントなどへの参加を通して、生涯にわたってスポーツ活動を支えるための基本的な能力と態度の育成を目指します。また「障がい者スポーツ」に関するイベントやボランティア活動に積極的に参加し、ルールや用具・運動の仕方を工夫してスポーツを行う「アダプテッド・スポーツ」への学びを深めていきます。スポーツを「する」「見る」「知る」「支える」を体得します。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | ガイダンス | | | | | | 後期の活動について計画する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 2 | シーサイドももち駅伝の準備 | | | | | | 駅伝大会の内容・役割を確認する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 3 | シーサイドももち駅伝の運営 | | | | | | 駅伝大会の内容・役割を確認する(2時間) | 駅伝大会で学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 4 | スポーツイベントの企画① | | | | | | イベントについて調べ、企画する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 5 | スポーツイベントの運営① | | | | | | イベント内容を確認する(2時間) | イベントで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 6 | スポーツイベントの企画② | | | | | | イベントについて調べ、企画する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 7 | スポーツイベントの運営② | | | | | | イベント内容を確認する(2時間) | イベントで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 8 | 福浜祭出店の準備① | | | | | | 出店について考え、準備する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 9 | 福浜祭出店の準備② | | | | | | 出店について考え、準備する(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | |
| | 10 | イベント参加 | | | | | | イベント内容を確認する(2時間) | イベントで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 11 | イベント参加 | | | | | | イベント内容を確認する(2時間) | イベントで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 12 | アウトドアプログラム | | | | | | アウトドアプログラムの準備をする(2時間) | アウトドアプログラムで学んだことを振り返り、まとめる(2時間) | | |
| | 13 | ポートフォリオ作成① | | | | | | 後期の活動を振り返り、まとめる(2時間) | ポートフォリオを作成する(2時間) | | |
| | 14 | ポートフォリオ作成② | | | | | | 1年間の活動を振り返り、まとめる(2時間) | ポートフォリオを作成する(2時間) | | |
| 15 | まとめ | | | | | | 1年間の活動を振り返り、まとめる(2時間) | 今回の授業内容の復習(2時間) | | | |
| 成績評価基準 | 1. スポーツイベントの運営方法を考え、積極的かつ主体的に運営することができる 2. スポーツイベント活動を企画し、実施することができる 3. スポーツイベント活動の学習内容について振り返り、自分の言葉で丁寧にまとめることができる | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法 (割合%) | 筆記試験 | | レポート | | 課題 | | 実技 | | 授業の取組 | | その他() |
| | | | | | 30 | | | | 70 | | |
| 教科書 | 使用しない | | | | | 参考書 | 適宜資料を配布します | | | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 提出課題は評価・フィードバックをした上で返却します。 | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|--|---|----|-----|-------|--------|---|-------------------------|---|----------|----|
| 科目名 | 卒業研究 Graduation Research | | | | | | | 担当者 | 星子 和夫 小川 茜 佐藤 功一 中原麻衣子 | | |
| 開講年度 | 2020 | 学年 | 2 | 開講期 | 後期 | 単位数 | 2 | 授業形態 | 演習 | 必修・選択の区分 | 必修 |
| 授業の到達目標 | 1. スポーツ指導・健康・運動・身体に関わる専門的能力・知識をゼミナール形式の演習を通して身に付けることができる 2. 論理的に文章を作成できる 3. 効果的なプレゼンテーションを行うことができる | | | | | | | | | | |
| 授業概要 | 本学科での学習の総まとめとして取り組む授業である。ゼミナール形式で行う。各教員指導のもと、それぞれが研究テーマを設定し、課題解決に取り組む。最後に卒業研究発表会で発表を行う。 | | | | | | | | | | |
| 授業計画 | 授業のテーマ | | | | | | | 予習内容・時間 | 復習内容・時間 | | |
| | 1 | 各教員指導のもと、以下の内容に取り組む。 1) 卒業研究についての理解を深める 2) 研究テーマの検討 3) 先行研究を調べる 4) テーマに基づき研究を進める 5) 発表準備 6) 要旨、発表用パワーポイント、抄録の作成 | | | | | | | 卒業研究は授業時間だけ取り組むものではなく、また授業時間だけでは終わらない。常に問題意識を持ち、以下の点に留意しながら予習復習を行い、各自の卒業研究を進めること（予習2時間、復習2時間）。 1) 問題意識や興味、研究テーマ、研究目的を明確に持ち、関連する先行研究について文献、インターネット等を用いて調べる 2) 各教員に与えられる課題に取り組む | | |
| | 2 | | | | | | | | | | |
| | 3 | | | | | | | | | | |
| | 4 | | | | | | | | | | |
| | 5 | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | | | | | | | | |
| | 7 | | | | | | | | | | |
| | 8 | | | | | | | | | | |
| | 9 | | | | | | | | | | |
| | 10 | | | | | | | | | | |
| | 11 | | | | | | | | | | |
| | 12 | | | | | | | | | | |
| | 13 | | | | | | | | | | |
| | 14 | | | | | | | | | | |
| 15 | 卒業研究発表会 | | | | | | | 卒業研究発表会に向けて発表練習を行う(2時間) | 卒業研究発表会での指摘を受け、抄録の作成、修正を行う(2時間) | | |
| 成績評価基準 | 1. 各教員に与えられる課題に取り組むことができる 2. 卒業研究発表会に関する要旨、発表用パワーポイント、抄録をゼミ教員の指導のもと作成し、指定期日までに提出できる | | | | | | | | | | |
| 成績評価方法(割合%) | 筆記試験 | レポート | 課題 | 実技 | 授業の取組 | その他() | | | | | |
| | | | 80 | | 20 | | | | | | |
| 教科書 | なし | | | | | | | 参考書 | 「大学生学びのハンドブック(3訂版)」世界思想社編集部(編)世界思想社 その他適宜紹介 | | |
| 課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法 | 卒業研究に関する発表内容や提出資料は、適宜各教員の添削を受け返却される。 卒業研究発表会の内容は学科教員によって評価され、最優秀賞および優秀賞の研究が後日決定・発表される。 | | | | | | | | | | |

発行日 2020年4月

発行者 西日本短期大学

〒810-0066

福岡県福岡市中央区福浜1-3-1

TEL 092-721-1141（代表） 092-721-1152（学務課直通）

| | | | |
|------|--|----|--|
| 学籍番号 | | 氏名 | |
|------|--|----|--|

在学中の講義要項は、編入時の単位認定や資格取得時に提示を求められることがありますので、卒業後も各自保管してください。