

V 健康・スポーツ科目

本科目では、健康的な生活や運動・スポーツ等に関する理解を深め「幅広い視野を持った人材の育成」を目的とする。

健康科学 (Health Science)

°須田 和裕 准教授 中村 正道 教授 林 直亨 教授 丸山 剛生 准教授
齋藤 憲司 教授 (保健管理センター) 安宅 勝弘 教授 (保健管理センター)
前学期 1-0-0 または後学期 1-0-0

- I 健康に対する意識の向上と健康的な生活習慣の形成を目指して、生命や健康に関する知識の習得と生涯にわたる健康の維持増進への理解を促すことをねらいとする。
- II 主な領域としては「生命観・健康観」, 「栄養・運動」, 「エイズ・麻薬」, 「酒・煙草」, 「救急救命法」, 「精神的健康」等である。1年次の学生が対象であり、前学期または後学期のどちらかで、90分8週の講義で1単位必修である。

スポーツ実習 I (Sports Exercise I)

°中村 正道 教授 林 直亨 教授 須田 和裕 准教授 丸山 剛生 准教授
石川 国広 助教 小谷 泰則 助教 ほか 前学期 0-0-1

1年次前学期の学生が対象。運動習慣の「形成」を目指して、心身の健康と体力の維持増進、運動技能の向上、コミュニケーション能力などの向上をねらいとする。

スポーツ実習 II (Sports Exercise II)

°中村 正道 教授 林 直亨 教授 須田 和裕 准教授 丸山 剛生 准教授
石川 国広 助教 小谷 泰則 助教 ほか 後学期 0-0-1

1年次後学期の学生が対象。運動習慣の「継続化」と生涯スポーツへの「契機」となることを目指して、心身の健康と体力の維持増進、健康生活の実践力やグループワークスキルなどの向上をねらいとする。

生涯スポーツ実習a～f (Sports Exercise a～f)

°中村 正道 教授 林 直亨 教授 須田 和裕 准教授 丸山 剛生 准教授
石川 国広 助教 小谷 泰則 助教 ほか 前学期または後学期 0-0-1

- I スポーツ実習 I, II の内容を発展させ、運動習慣の「定着化」と生涯スポーツへの「発展」を目指して、心身の健康と体力の維持増進、自己管理能力と集団での運営能力の向上をねらいとする。
- II 2年次以降 (3～8学期: a～f) の学生を対象とした選択科目であり、開講されている種目の中から自ら選択して受講することになる。授業方針、施設や用具の関係で定員がある。

また、学内施設での実施が困難な種目は、学外で集中授業として行う。内容は、おもに野外活動を通して、ヒトと自然環境の融和や合宿形式での人間関係などを体験しながらフィールドでの技術を身につけ、リーダーシップスキルや生涯スポーツに対する意識を高めることをねらいとする。予定される種目は、スキー・キャンプ等である。

その他の科目

アドヴァンスド・テニス (Advanced Tennis)

中村 正道 教授 後学期 0-1-1

テニスの「場」の計画・運営法やより高度の技術や戦術を身につけさせるために、視聴覚機器（VTR）を利用した分析や講義も含めて理解を深める。

尚、本学におけるスポーツ実習Ⅰ・Ⅱ，生涯スポーツ実習の担当教員は次の通りである。（*印は非常勤講師を示す。）

中村 正道 教授	*浅井 武 非常勤講師	*大内 茂実 非常勤講師	*額谷 修二 非常勤講師
林 直亨 教授	*浅川 陽介 //	*狐塚 賢一郎 //	*古田 久 //
須田 和裕 准教授	*石濱 慎司 //	*高井 秀明 //	*舩本 直文 //
丸山 剛生 准教授	*井手口 学 //	*田中 英登 //	*若山 章信 //
石川 国広 助教	*伊藤 信之 //	*田中 幸夫 //	他
小谷 泰則 助教	*江口 潤 //	*碓井 外幸 //	