

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)

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
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) ほか
前学期 1-0-0 または 後学期 1-0-0

- I 1年次の学生が対象の講義で、1単位必修。類ごとに各学期の前・後半のいずれかが指定される。
- II 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保持増進への理解を促すことをねらいとする。
- III 主な領域としては、生命観・健康観、適切な栄養、運動の効果、エイズ、飲酒・喫煙・薬物の害、救急救命法、メンタルヘルス対策とストレス・マネジメント等である。

スポーツ実習 I (Sports Exercise I)

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

- I 1年次の学生が対象の実習で、1単位必修。類ごとに曜日・時限が指定される。
- II 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)

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

- I 1年次の学生が対象の実習で、1単位必修。類ごとに曜日・時限が指定される。
- II 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 (Lifelong Sports Exercise a~f)

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 2~4年次 (3~8学期 : a~f) の学生が対象の実習で、1単位の選択科目。履修可能な単位数は6単位であるが、そのうち2単位を卒業要件に組み込むことができる。
- II 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。
- III 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、おもに野外活動であり、ヒトと自然環境との融和や合宿形式での人間関係等を経験しながらフィールドで必要な技術を身につけ、グループワークスキルや生涯

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。

尚、健康・スポーツ科目の非常勤講師は、次のとおりである。

浅井 武	非常勤講師	浅川 陽介	非常勤講師	石濱 慎司	非常勤講師	井手口 学	非常勤講師
伊藤 信之	〃	碓井 外幸	〃	江口 潤	〃	狐塚 賢一郎	〃
高井 秀明	〃	田中 英登	〃	田中 幸夫	〃	難波 克己	〃
福原 和伸	〃	藤本 浩一	〃	古田 久	〃	村田 由香里	〃
若山 章信	〃	ほか					