

curriculum

スポーツ・健康の基礎知識と基礎技能を育む

1年次

スポーツ科学・健康科学などの専門的な学修を行う

2年次

スポーツ科学・健康科学を通して指導力を育む

3年次

スポーツ・健康に貢献できる実践力を養う

4年次

NGU教養スタンダード科目

導入科目		▶スポーツ健康科学概論A・B		
スポーツ・健康科目	スポーツ・健康の基礎	▶スポーツ原理/からだのつくり・はたらき/ check! スポーツ生理学/医学一般		
		▶スポーツ心理学/ check! バイオメカニクス/ check! 測定評価(保健統計含む)/ check! 健康心理学/生涯発達心理学/スポーツ栄養学/ check! スポーツ医学/こどもと健康		
		▶スポーツ薬理学		
	スポーツ・健康の方法	▶スポーツ指導論/コーチング学/スポーツ健康トレーニング論1/健康管理論/健康運動教育論		
			▶スポーツ健康トレーニング論2/スポーツコンディショニング論/スポーツ戦略戦術論/スポーツ方法論1(ラグビー)/スポーツ方法論2(野球)/健康とセルフメディケーション/健康レクリエーション論/高齢者運動スポーツ論	
	社会におけるスポーツ・健康	▶地域・生涯スポーツ論/スポーツ社会学/スポーツ史/衛生学・公衆衛生学		
	▶スポーツ経営論/スポーツ政策論/スポーツ倫理学			
実践科目	▶救急処置の理論と実習			
		▶スポーツマネジメント演習/健康レクリエーション実習/自然遊びプロデュース演習/学校体育指導演習		
関連科目			▶キャリア実務	
体育・スポーツ教育科目		▶スポーツ教育論		
		▶発育発達とスポーツ/こども体育		
			▶こどもの運動遊び/学校保健Ⅰ(小児保健・精神保健含む)/学校保健Ⅱ(学校安全・救急処置含む)	
実技科目	体育・スポーツ系	▶スポーツ実技(器械運動、陸上、水泳、サッカー、バスケットボール、テニス)		
		▶スポーツ実技(バレーボール、ソフトボール)		
		▶スポーツ実技(柔道、ハンドボール、ラグビー)		
	運動・レクリエーション系	▶スポーツ実技(体づくり運動、スキー)		
		▶スポーツ実技(ダンス、アクアビクス、ウォーキング、エアロビクスダンス、レクリエーション・ニュースポーツ、アウトドア)		
		▶スポーツ実技(コンディショニング、アダプテッドスポーツ)		
演習科目		▶スポーツ健康基礎演習		
		▶スポーツ健康発展演習/スポーツ健康科学演習		
			▶研究演習	
				▶卒業研究

※内容やカリキュラムは変更となる場合があります。

カリキュラムで身につく力

スポーツ生理学

運動中、運動前後、食事、休養などあらゆる場面で、身体には様々な変化・応答が現れます。筋や代謝、呼吸循環系、神経系等がどのように関わり機能しているか、現象とメカニズムを科学的に理解します。

主な身につく力

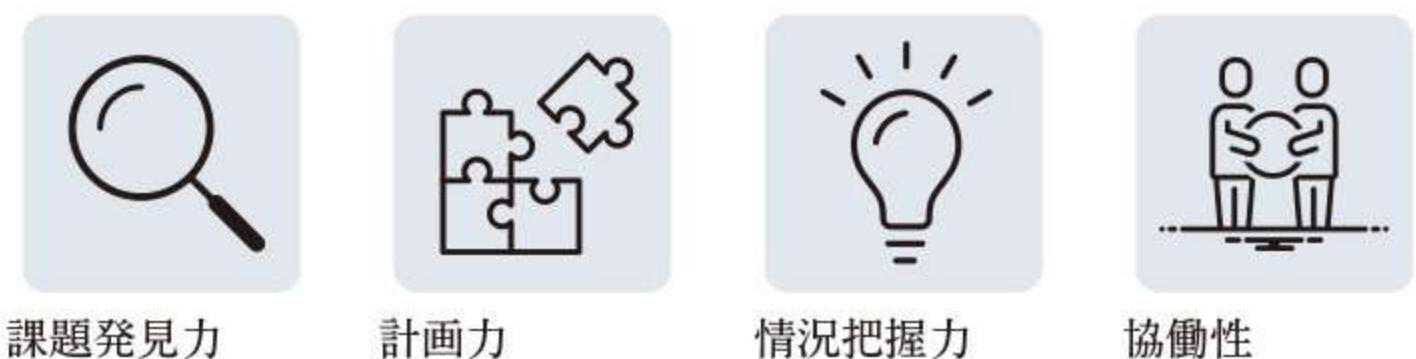


論理的思考力 課題発見力 課題解決力 洞察力 探究心

測定評価

小学生から高齢者まで幅広い世代で実施される“新体力テスト”をはじめ、競技力向上や健康増進・体力向上を評価する体力測定法を理解し、実践できる能力を育みます。さらに得られたデータの持つ意味を理解し、測定実施者に対しフィードバックできるようになります。

主な身につく力



課題発見力 計画力 状況把握力 協働性

健康心理学

疾病の予防ならびに健康の維持・増進における心と身の相互作用について学修します。ストレスや個人の性格・行動パターンが健康に及ぼす影響のほか、自発的な健康行動の形成・実践を促すために必要な知識を深めます。

主な身につく力



状況把握力 論理的思考力 課題発見力 洞察力 ストレスコントロール

スポーツ医学

スポーツにケガはつきものです。なぜケガをしてしまうのか、どういったケガが起こるのかを学修します。また、ケガをしないためには何をすればいいのかを学び、自身のスポーツ生活に活かすための知識を深めます。

主な身につく力



実行力 課題発見力 状況把握力 課題解決力 探究心