

スポーツ健康学部スポーツ健康学科 カリキュラムマップ

ディプロマ・ポリシー	【知識・技能】	① スポーツ・健康に関する基本的知識を理解し、健康・体力の維持向上に対するスポーツ・身体運動の効果を説明することができる。 ② 学校、企業、地域などにおけるスポーツ振興や健康増進活動を理解し、その概要と課題を説明できる。 ③ 主要な運動種目の技能、および指導の基本を实践できる。 ④ 情報を整理し、その結果をまとめるとともに、それらに関するプレゼンテーションをおこなうことができる。 ⑤ 社会におけるスポーツや健康に関する課題の実態を把握し、その関連要因、課題解決方法あるいは改善策を提示することができる。 ⑥ スポーツや健康に関する教育・指導に関して、実施の対象や諸条件に合わせて適宜企画し、実践の場面で臨機応変に対応することができる。 ⑦ スポーツや健康に関する情報を積極的かつ広範に求める態度を身につけている。 ⑧ 課題解決に対して常に積極的に周囲と協力して取り組む態度を身につけている。 ⑨ 教育・指導の場面においては参加者(受講者など)の立場を考慮することができる。
	【思考・判断・表現力】	
	【主体性・多様性・協働性】	

分野	科目名	ナンバリング	科目概要	カリキュラム・マップ										
				①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨		
導入科目	スポーツ健康科学概論A	SH1101	・人体の構造と機能やスポーツ・健康に関する基本的な知識を理解し、その概要を説明することができる。 ・健康や体力の維持向上に対する基本的な運動の効果について理解し、その機序を説明することができる。 ・社会におけるスポーツや健康に関する基本的な課題の実態を把握し、その関連要因、解決方法あるいは改善策を提示することができる。	◎	◎			◎	○	◎				
	スポーツ健康科学概論B	SH1102	スポーツ科学を様々な分野から学習することにより、今後受講して行く授業の基礎知識を得るとともにスポーツを総合的に捉え、身体活動や地域貢献に発展出来るようにすることを目的とする。	◎	◎			◎	○	◎				
スポーツ・健康の基礎	スポーツ原理	SH1103	体育・スポーツに関わる様々な問題点について分析・理解し、これからの体育教師、スポーツ指導者としてあるべき姿が追究できるようにする。	○	○			○		○				
	からだのつくり・はたらき	SH1104	本講義では生命現象の理解を目的に人体の構造とその機能について学習する。運動やストレスなどの変化に対し、人体諸器官は協調して生体内の恒常性を維持するように働く。人体の正常機能を理解するために必要と思われる内容を解剖学、生理学の両面から捉え、概説する。授業の到達目標は、人体の諸器官の構造とその正常機能を説明できることである。	◎								○		
	スポーツ生理学	SH1301	運動時における、骨格、筋、循環、呼吸、神経系等の関わり合い、そして、それぞれの組織の変化と適応の基本的なメカニズムについて安静時とどのように違うかを科学的に理解する。	◎				○		○				
	医学一般	SH1302	人体の構造と機能を理解することを目標とする。 一般的な病気とその予防を理解することを目標とする。 リハビリテーション医学と介護保険制度を含めた医療保険制度について理解することを目標とする。	◎				○		○				
	スポーツ心理学	SH2301	運動の制御・学習メカニズムを知るとともに、その基本原理が心の問題と同型性であることを理解する。	○	▲			○		○				
	バイオメカニクス	SH2302	力学・解剖学の知識をベースに、ヒトの姿勢、動作などの身体運動の見方を学ぶ。この科目の究極の目標はコーチングにあるとも言えるため、自然科学的な動作分析の視点をコーチングに役立てる意識も身につけたい。一方で、運動学(Webegungslehre)にみられる、運動を質的に捉える見方も自然科学と対比させながら併せて涵養したい。	◎								○		
	測定評価(保健統計含む)	SH2303	・種々の体力測定法を理解し、簡易なものに関しては実施できるようになる。 ・体育・健康・スポーツ科学に関するデータを収集するための基本的な測定ができるようになる。 ・体力測定によって得られたデータの意味を説明できるようになる。	◎			○	◎		◎	▲			
	健康心理学	SH2304	・健康心理学の基礎知識を身につける。 ・健康心理学の学問的、実践的貢献に関する理解を深める。 ・スポーツと健康との関連性について理解する。 ・受講者自身の健康問題やQOL(Quality of Life)について再考し、健康な生活習慣への動機づけを高める。	◎	◎			◎	◎	◎	○	◎		
	生涯発達心理学	SH2305	受精から死に至るまでの人の発達過程に関する様々な研究知見を学習し、受講者自身の発達過程に関する自己理解を深める。また、人間の発達と成長にはどのような要因が影響しているのかについて、身体生理学のおよび心理社会的な側面から再考し、生涯発達過程に在る受講者自身の自己理解だけでなく、他者理解を助ける。加えて、生涯発達過程における人々の相互作用性を理解し、発達における身体的教育と心理社会的教育の役割の重要性の理解を深める。	○				○		○	○	◎		
	スポーツ栄養学	SH2306	・スポーツ栄養学の基礎知識を理解し、その知識をもとに説明できる。 ・運動量や目的などに合わせた具体的な食事調整法などの実践的な知識や技術について説明できる。 ・自らの食生活や身体について興味を持ち、考えることができる。 ・様々なスポーツ競技・種目の特性と食事管理の違いについて説明できる。	▲				▲		○				
	スポーツ医学	SH2307	・スポーツ医学の基礎知識を理解し、その知識をもとに説明できる。 ・スポーツを安全に実施するために、必要な実践的な知識や技術に関する理解を深める。	◎				○		○				
	こどもと健康	SH2308	生涯健康に過ごすためには乳幼児期からの体づくりが重要である。こどもたちを取り巻く環境、健康問題を理解し、こどもたちに正しい知識を伝えることができる。	◎	○			◎		○			◎	
	スポーツ薬理学	SH3301	スポーツを学ぶ者にとって知っておきたい薬の知識について説明できる。薬の作用機序を基に、アンチ・ドーピング規程、禁止表国際基準について説明できる。	◎	○			◎		○				
	スポーツ指導論	SH2309	発育・発達の観点から必要なトレーニング及び指導方法を学び、自分が経験してきたことから分析と応用が出来るようにする。アスリートファースト及び安全な指導体制を確立出来るように学習して行く。	○	○			○	◎	○			○	
	コーチング学	SH2310	コーチング現場の現状と課題を理解し、指導者に必要なコーチングの技術、能力等のコーチング学の基礎を身につける。また、スポーツの指導者(教師・コーチ)とはどうあるべきかを考え、求められる指導者への成長を目指す。		○			○	◎	○			◎	
	スポーツ健康トレーニング論1	SH2311	スポーツ生理学をベースとした体力の概念、トレーニングの基本概念を学んだ上で、筋力、パワー、持久力などのエネルギー系のトレーニングの具体、さらに、コーディネーショントレーニングなどの神経系のトレーニングの具体について学ぶ。また、中高齢者、女性のトレーニングの考え方も学ぶ。最終的には、種々の対象に合わせた適切なトレーニング計画が立てられるようになりたい。	◎				○	○	○	▲	○		
健康管理論	SH2312	健康であることの意味を理解し、その維持・管理ができるような基礎を作る。と同時に、体温、心拍数、血圧、体脂肪量など基本的な項目について自己で測定し、体調の判定ができる能力を身に付ける。	◎	◎		◎	◎		○			◎		
健康運動教育論	SH2313	・健康づくりに関する基本的な知識を習得し、説明することができるようになる ・社会における健康課題の実態を把握し、解決策や改善策を提示することができるようになる ・健康課題の解決に対して常に積極的に周囲と協力して取り組むことができるようになる ・行動変容を理解し、取り組むことができるようになる	◎	◎		▲	○		○					
スポーツ健康トレーニング論2	SH3302	「トレーニング」は、多数の要因が絡み合い、有機的に影響しあっている一つのシステムが構築される。トレーニングに関する基礎教養を身につけ、現場における科学的分析を通じて、自分の生活の中に応用できるように展開することを目指す。	◎		○	○	◎	◎				○		
スポーツコンディショニング論	SH3303	コンディショニングを左右するメカニズムを理解して、実際の競技や生活の中で目標が達成できる環境整備や体調管理を実践できるようにする。特に身体の歪みやアンバランスをチェックして、運動療法やストレッチを使った調整方法を学び、その手順を指導出来るようにする。	○				○	○	○			○		
スポーツ戦略戦術論	SH3304	「球技」を中心とした「競技スポーツ」を対象として、それに関連する戦略、戦術等について、専門的な知識を修得する。また、トップスポーツの現場におけるデータ分析の現状と戦略、戦術についての理解を深める。		▲			○	○	◎					
スポーツ方法論1(ラグビー)	SH3305	ラグビーを通して、スポーツ科学(自然科学系及び人文社会系)を学修する。具体的には、ゲームパフォーマンス分析、動作分析、トレーニング、コンディショニング、スポーツ社会学、スポーツ原理、スポーツ史の観点からより深い、競技に関する技能及び知識を習得する。	▲	○	◎		○	○	○	○	○	○		
スポーツ方法論2(野球)	SH3306	野球を題材に、スポーツ健康に関わる様々な分野を俯瞰する。主要な分野は、野球のバイオメカニクス、トレーニング論であるが、医学・生理学、コーチング論、社会論、政策論、歴史、思想にも踏み込む。野球を足掛かりに幅広い視野を持つようになることがねらいである。	▲	○	◎		○	○	○	○	○	○		
健康とセルフメディケーション	SH3307	健康・医療に関する正しい情報を入手し、自分の健康に責任をもつために知っておくべきセルフメディケーションについて説明できる。OTC医薬品、医薬部外品や機能性表示食品などについての理解を基に、生活習慣病の予防や健康維持に役立てることができる。	◎	○			◎		○					
健康レクリエーション論	SH3308	レクリエーションの基礎を理解するとともに支援方法の実際を習得ができるようにする。	▲	◎			◎		○					

	高齢者運動スポーツ論	SH3309	・高齢者の身体的、精神的、社会的特徴を理解し、それがスポーツ実践やその指導方法などで活用できるようになる。 ・運動・スポーツを通して超高齢社会を支援できるようになる。 ・疾患の特徴を理解し、その特徴に応じた指導ができるようになる。 ・高齢者の運動継続について、その方法と意義を説明できるようになる。	◎	◎		◎		○	▲			
社会におけるスポーツ・健康	地域・生涯スポーツ論	SH2314	・国内外における生涯スポーツと地域スポーツの現状および施策について説明できるようになる。 ・ライフステージに適したスポーツ活動の在り方を理解し、実践・指導できるようになる。 ・地域スポーツの今後のあり方に関する考えを論理的・説得的に説明できるようになる。	▲	◎		◎		○				
	スポーツ社会学	SH2315	・スポーツにおける事象について社会的な観点から考察力を習得して、自己の意見を主張できるようにする。 ・スポーツにおける基本的な用語について理解できるようにする。		◎		◎		○				
	スポーツ史	SH2316	主に以下の5つの内容を学ぶ。これらの内容を通して「スポーツ」に対する様々な見方を身につけることを目標とする。			○		○		○			
	衛生学・公衆衛生学	SH2317	国民全体に関わる幅広い健康問題とその背景を理解し、これらを解決するための社会制度、行政の活動、医療の関わりなどを理解し、説明できること。また、人間の健康づくり、健康で安心な社会の実現などの課題を実現する上で、医療専門家の実践活動が果たす役割を学び、生活、医療の主要な場面でこれらの専門家の活動のあり方が説明できることを目標とする。		○	◎		◎		○			
	スポーツ経営論	SH3310	・体育・スポーツ経営に関する基本的事項を適切に説明することができる。 ・体育・スポーツ経営の今後のあり方に関する考えを論理的・説得的に説明できる。			◎		◎		○			
	スポーツ政策論	SH3311	・体育・スポーツ政策に関する基本的事項を適切に説明することができる。 ・体育・スポーツ政策の今後のあり方に関する考えを論理的・説得的に説明できる。			◎		◎		○			
	スポーツ倫理学	SH3312	体育・スポーツの諸問題(ドーピング、体罰・暴力、ジェンダー、参加資格、運動部活動、フェアプレイ、誤審など)について、正邪、善悪、公平、公正、正義などの倫理学の観点から、論理的に意見が主張できるようになる。	▲	▲			▲		○	○	◎	
実践科目	救急処置の理論と実習	SH2318	・救急時の状況を理解でき、適切な対応、処置ができる。 ・心肺蘇生法の意味を理解し、実行できる。 ・スポーツ現場で起こりうる重症事故について理解するとともに、テーピングを含むスポーツ現場での応急処置を理解し、実行できる。		○	◎	◎		○		○		
	スポーツマネジメント演習	SH3313	スポーツを「する」場と「みる」場をつくりあげるポイントを理解し、実際に実行できる。			○		▲	◎	▲	○	◎	▲
	健康レクリエーション実習	SH3314	・レクリエーション要素を多く含んだ運動を正しく指導できるようになる ・健康増進を目的とした運動を正しく指導できるようになる ・高齢者に対する運動指導を計画し、実践の場面で臨機応変に対応しながら実行することができるようになる ・健康運動教室に参加する高齢者の立場を理解し、対応することができるようになる ・指導者として、身体の動きを高齢者に言葉で表現できるようになる ・健康づくりに関するイベントの立案・実行ができるようになる		○		◎		○	◎	○	○	◎
	自然遊びプロデュース演習	SH3315	ジュニア期の健康や運動、野外活動に関する理論を理解し、実際に運営できるようにすること。		○	▲	○	○	○	◎	○	◎	○
	学校体育指導演習	SH3316	・学校体育の現代的課題と指導方法についての理解を深める。 ・体育授業を計画、実践し授業を観察評価することができる。			◎	○			◎		○	◎
関連科目	キャリア実務	SH3317	自分の個性や適性にあったキャリア選択を行えるように、進路や就職先の業界や企業の研究を行い、自分の特徴をアピールする能力を添削などで養う。					◎			○		
体育・スポーツ教育科目	スポーツ教育論	SH1303	・スポーツの教育的価値と実際の課題について理解する。 ・スポーツの現代的課題について情報を整理し自身の意見を説明することができる。 ・多様性を包摂する共生社会におけるスポーツの役割を説明することができる。		○			○	◎		○	○	◎
	発育発達とスポーツ	SH2319	身体の発育・発達、加齢による変化の知識を身につけるとともに、それらの変化に見合ったスポーツ、運動の在り方について検討できる能力を身につけることも目標とする。また、現代社会の子ども達が抱える体力、運動能力、健康生活に関する現状と問題点を理解する。		◎			◎		○			
	こども体育	SH2320	・幼少期の運動の意義について理解を深める。 ・こどもの発達段階を踏まえた体育・スポーツ指導の計画を立てることができる。 ・効果的な体育・スポーツ指導の方法を理解し実践することができる。		○		○	○		◎			◎
	こどもの運動遊び	SH3318	幼児期はスポーツ活動以前に、基本的な運動を遊びから多様に経験する時期である。こどもの発達段階を理解し、自ら動く子を育てることを目標とする。運動を遊びと捉え、こどもたちに適切な運動プログラムを提供できるようになる。		○		○	○		◎			◎
	学校保健Ⅰ(小児保健・精神保健含む)	SH3319	学校保健の意義や目的を理解し、学校現場で実践されている内容を理解する。また、児童・生徒の身体的・精神的発育発達や体力についての現状を把握し、学校での組織や指導および支援のあり方について学ぶ。		○				○		○		▲
	学校保健Ⅱ(学校安全・救急処置含む)	SH3320	学校安全や危機管理の意義や目的を理解し、過去の事例などから今後の課題などを理解する。特にスポーツ場面における安全確保の方法(特に応急手当)について理解する。		○	○			○		○		
体育・スポーツ系	スポーツ実技1(器械運動)	SH1304	マット・とび箱・鉄棒・平均台運動の技能の習熟を図るとともに、指導法についても学習する。動きの善し悪しを判断できるようにし、きる喜びと可能性を知る。		○		◎						
	スポーツ実技2(陸上)	SH1305	教職課程で必要な科目であるため、最低ラインの実技能力と指導する過程を理解し実際に指導できるように学習する。また各種目の原理を理解し、練習方法を立案できるように進めていく。		○		◎						
	スポーツ実技3(水泳)	SH1306	クロール、平泳ぎを中心に、続けて長く泳いだり速く泳いだり出来るようになること、競い合うなどの楽しさを味わえるようになること。中学校、高等学校の学習指導要領を理解した上で、技能向上を図り、さらに指導法について学ぶ。		○		◎						
	スポーツ実技4(サッカー)	SH1307	サッカーの指導に使える基礎技術の修得および簡単な戦術の理解をとおしてゲームを楽しめるレベルを目指す。		○		◎						
	スポーツ実技5(バスケットボール)	SH1308	学校体育における球技の位置づけを理解し、特にゴール型の球技の代表としてのバスケットの基本技能の習得をめざす。同時に、インストラクションの際の知識も習得する。また、バスケットボール技術の上達のみならず、バスケットを通じたスポーツの楽しさを伝えられるようになる。		○		◎						
	スポーツ実技6(テニス)	SH1309	基本的な技術の習得を中心とするが、実践的なゲームをする際に必要な応用的な技術並びにフェア・プレーの精神を向上させることを狙いとしている。更に学部の専門性として、テニスを適切に指導するための知識と技術を身につける。		○		◎						
	スポーツ実技7(バレーボール)	SH2321	バレーボールに関する基礎的な技術の習得と各ポジションの役割などの専門的な知識を身につける。また、指導者として、基礎的な個人技術、チームとしての集団技能を身につけるための練習方法や指導法を修得し、指導現場で実践できることを目指す。		○		◎						
	スポーツ実技8(ソフトボール)	SH2322	投打捕の基本技術、練習方法、ルール(ローカルルール)、ゲームの進め方を学び、自身の技能を高めるだけでなく、併せて指導にも活かせる知識を身につける。		○		◎			▲		▲	▲
	スポーツ実技9(柔道)	SH3321	中学校・高等学校の授業において、適切かつ安全な指導ができることを目標とする。		○		◎						
	スポーツ実技10(ハンドボール)	SH3322	ハンドボールをおもしろくする技術構造および戦術理論を理解し、実践する能力を身につける。 ・ランニングシュートができるようになる・ジャンプシュートができるようになる・サイドシュートができるようになる・ディフェンスシステムを理解し、試合で活動できるようになる・ルールを理解し、審判ができるようになる・試合の運営ができるようになる。		○		◎						
	スポーツ実技11(ラグビー)	SH3323	ラグビーのパス、ラン、キックといった球技的な技能を習得するとともに、身体接触(コンタクト)プレーの概要を理解する。		○		◎						
実技科目	スポーツ実技A(体づくり運動)	SH1310	「体ほぐしの運動」と「体力を高める運動」の必要性を理解するとともに、自己の体力や生活に応じた運動を計画的に実施できる資質や能力を養成することを目的とする。具体的には、体ほぐし運動やコミュニケーションゲームを通して、基礎的な運動の行い方を習得する。また、各種の用具を使った運動の実践により、発展的な動作について身体的な見識を深め、対象と目的に合わせた運動の計画が立案出来るようになる。		○	▲	◎		▲				
	スポーツ実技B(スキー)	SH1311	スキーを中心としたウィンタースポーツを通して、日常では経験できない滑走運動の技術・指導法だけでなく、自然環境、社会状況の影響を受けて変化するスポーツスタイルについて学ぶ。		○		◎		○	○		○	○
	スポーツ実技C(ダンス)	SH2323	自らが積極的にダンスに取り組み、イメージやリズムの世界に没入し、他者と共感・交流しあう楽しさを味わうとともに、師範を積極的に示す態度と能力を身につける。		○		◎						
	スポーツ実技D(アクアビクス)	SH2324	水の特性を十分理解し、水中環境および高齢化にも対応出来るさまざまな水中でのエクササイズのプログラミング、指導法、安全について習得し、実施できるようにする。		○		◎						
	スポーツ実技E(ウォーキング)	SH2325	・ウォーキングやジョギングの効果について説明できるようになる。 ・ウォーキングやジョギングの実施における留意点について説明できるようになる。 ・安全なウォーキングができるようになる。 ・ウォーキングやジョギングの実施計画を立案し、実践できるようにする。 ・ストレッチングを理解し、模範を示すことができるようになる。 ・健康運動機器を活用できるようになる。		○		◎				○		

シ ョ ン 系	スポーツ実技F(エアロビクスダンス)	SH2326	エアロビクスダンスエクササイズの基本知識・技術の習得。学生、受講者である将来の理学療法士、インストラクター、トレーナー、指導者としての心構え、意欲向上、自己実現をモチベートする。	○		◎							
	スポーツ実技G(レクリエーション・ニュースポーツ)	SH2327	スポーツ的要素の大きいレクリエーション支援の基礎を習得する。数種類のニュースポーツを実践し、生涯スポーツとして支援、指導できる知識と方法論を習得する。	○	▲	◎		▲					
	スポーツ実技H(アウトドア)	SH2328	野外でのアクティビティを通して、日常では経験できない運動の技能・指導法だけでなく、自然環境、社会状況の影響を受けて変化するスポーツスタイルについて学ぶ。	○					○	○	○	○	
	スポーツ実技I(コンディショニング)	SH3324	自分のコンディショニングが、様々な方法によって良い状態を保ち、目的が達成できるように整える方法を身につけること。更に、プレゼンテーションを行い、より豊かな生活を送るため方法論を指導できるようにする。	○		○	○		○	○			
	スポーツ実技J(アダプテッドスポーツ)	SH3325	・さまざまな障害の特性および障害児の発達の特徴を理解し、個々に応じた体育・スポーツ指導と支援について理解する。 ・障害の有無を問わずインクルーシブな体育・スポーツ活動に参加する全ての人々のニーズに応じた指導ができるようになる。	○	▲	◎		▲					
演 習 科 目	スポーツ健康基礎演習	SH1105	担当教員ごとに個別の達成目標	○	○		◎	○	○	◎	◎		
	スポーツ健康発展演習	SH2101	担当教員ごとに個別の達成目標	○	○		◎	○	○	◎	◎		
	スポーツ健康科学演習	SH2102	スポーツ健康科学の導入として、自然科学の7領域を中心に基礎と技能を学修する。	○	○		◎	○	○	◎	◎		
	研究演習	SH3101	担当教員ごとに個別の達成目標	▲	▲		◎	○	○	◎	◎		
	卒業研究	SH4101	担当教員ごとに個別の達成目標	▲	▲		◎	○	○	◎	◎		