

## 主要科目の特長（スポーツ健康学部スポーツ健康学科）

スポーツ健康学科のカリキュラムを構成する各科目群・分野の内容は次のとおりです。

### （1）NGU 教養スタンダード科目

#### ・キリスト教に関する科目

＜キリスト教＞に関する科目は、キリスト教主義大学である本学の核心です。必修科目の「キリスト教概説 1」「キリスト教概説 2」では、世界の文明に大きな役割を果たしたキリスト教を、人間、歴史、社会、生命などとの関わりにおいて考え、世界に通用するしっかりとした人間観・世界観を築く足がかりとします。

#### ・自己理解と自己開発に関する科目

1 年生の必修科目である「基礎セミナー」では、少人数クラスで「大学で学ぶことの意義」について理解し、有意義な大学生活を送る足がかりを形成することを目的としています。さらに、大学での学びを促進させるスキルの習得をめざして、授業を受ける技術、プレゼンテーションの技法、情報検索の方法など、2 年次以上のゼミナール活動の基本となるスキルについて学ぶことを目標としています。また、「キャリアデザイン 1a～2b」などの科目を配置して、「将来なりたい自分とは何か」についてしっかりしたイメージを養うとともに、職業を考え将来のキャリアを設計するための足がかりとします。

#### ・情報に関する科目

高度情報化社会の要請に応えるため、数理・データサイエンス・AI 教育の充実は、本学の情報教育の特色です。1 年次の「情報処理リテラシー（必修科目）」では、全学生に配付したノートパソコンを使って情報処理の基礎知識と基本スキルを学修します。また、「データサイエンスリテラシー」「データサイエンス概論」「AI 概論」「情報処理論」などでは、数理・データサイエンス・AI の基礎知識と様々な応用法、並びに近年のデータサイエンス分野の動向などを学修します。

#### ・言語とコミュニケーションに関する科目

外国語については、「英語」を必修として学ぶほか、「ドイツ語」、「フランス語」、「スペイン語」、「中国語」、「韓国語」を学ぶことができます（学部によっては履修できない外国語もあります）。また、「日本語表現」を必修として学び、日本語表現法関連科目を学修することができます。

#### ・社会的教養に関する科目

自分で考える力を養い、深みのある人間性を身につけるためには、一般教養の修得が欠かせません。本学では、＜歴史・文化＞、＜社会＞、＜自然・人間・生命＞、＜地域＞の 4 区分の学修を通じて、適切な教養の修得を目指します。

#### ・教職に関する科目

ここに配置されている科目は教員免許取得をめざして教職課程に加入している者だけが受講できる科目です。実際に教員免許を取得するためには、教職課程履修規程にもとづき、この領域の科目に加えて、その他の指定された科目を履修する必要があります。

## (2) 専門科目

《導入科目》においては、「スポーツ健康科学概論 A, B」を配置し、スポーツ健康科学に関する基礎的広範な講義形式の概論科目で、様々な専門科目を学ぶ準備として基礎的知識を修得します。

《スポーツ健康科目》の〈スポーツ・健康の基礎〉においては、「からだのつくり・はたらき」、「スポーツ生理学」、「スポーツ医学」など、スポーツ健康に関する医学、自然科学的基礎について学び、〈スポーツ・健康の方法〉の学習に備えます。

《スポーツ健康科目》の〈スポーツ・健康の方法〉においては、「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, 2」など、スポーツ健康の基礎的知識を応用するための専門的知識を修得します。

《スポーツ健康科目》の〈社会におけるスポーツ・健康〉においては、「地域・生涯スポーツ論」、「スポーツ社会学」、「スポーツ倫理学」など、スポーツ健康と社会のつながりや社会における役割などに関する基本的知識の修得をねらいとしています。

《スポーツ健康科目》の〈実践科目〉においては、「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」など実習や演習をとおして実践することにより、講義で学んだ基礎的知識や応用の方法を、確実に修得することをねらいとしています。

《体育・スポーツ教育科目》においては、「発育発達とスポーツ」、「スポーツ教育論」など、学校体育やスポーツ指導の現場で必要になる基本的知識に関する科目が配置されています。

《実技科目》においては、〈体育・スポーツ系〉と〈運動・レクリエーション系〉の領域に分け、それぞれ 11 種目と 10 種目の実技科目を配置しています。

《演習科目》においては、「スポーツ健康基礎演習」(1 年次秋)、「スポーツ健康発展演習」(2 年次春)、「スポーツ健康科学演習」(2 年次秋)、「研究演習」(3 年次) および「卒業研究」(4 年次)を配置しています。

これらに加えて 1 年次に《NGU 教養スタンダード科目》として開設される「基礎セミナー」を連携させて、4 年間をとおしての一貫した演習指導体制を準備しています。

## (3) 演習科目

スポーツ健康学科では、1 年次に「基礎セミナー」および「スポーツ健康基礎演習」、2 年次に「スポーツ健康発展演習」および「スポーツ健康科学演習」、3 年次に「研究演習」さらに 4 年次に「卒業研究」を配置することにより、4 年間一貫した少人数でのゼミナール形式の演習をおこないません。

みなさんは、学修のそれぞれの段階で、指導教員のもと、自らの関心を広げ、課題を発見し、研究や討論を通じて問題を解決しながら、能力の向上に努めてください。

また、4 年間一貫のゼミナール教育で、積極的な人間的交流をはかることにより、幅広い友人関係を育み、指導教員を含めた有機的なコミュニケーションのパイプを築いてください。

ゼミナールは 4 年間の大学生活の中核であり、学修、研究、指導教員やゼミ生間の交流をとおして大学での学修の集大成となり、将来の人生への基盤となるものです。

### 基礎セミナーおよびスポーツ健康基礎演習

1 年次配当の「基礎セミナー」および「スポーツ健康基礎演習」は、導入および基礎教育をフォローするための科目です。2・3 年次においての専門的な研究に取り組むための基礎を築きます。

- ① スポーツや健康に関する文章を読み、その内容を要約、紹介する。
- ② スポーツや健康に関する問題を提起し、討論する。
- ③ スポーツや健康に関する情報を収集し、紹介する。
- ④ 図書検索や、インターネットを利用した検索を学修する。

①から④の方法をとおして、健康に関する知識を高めながら、読解力の育成や文章を要約しまとめる能力の向上をはかります。

### スポーツ健康発展演習

2 年次春学期配当の「スポーツ健康発展演習」では、興味のあるスポーツや健康に関するテーマを基本に、指導教員のもとで、より専門的な学修をおこないます。

- ① スポーツや健康に関する図書や文献を読み、その内容について紹介、討論をおこなう。
- ② スポーツや健康に関する英語の文章を読み、報告、討論をおこなう。
- ③ スポーツや健康に関するテーマの中で、関心のある事象を調べ、報告する。
- ④ レポート作成やプレゼンテーションの基礎を学ぶ。

### スポーツ健康科学演習

2 年次秋学期配当の「スポーツ健康科学演習」では、一学年を 7 つのグループに分け、以下のような、7 つのスポーツ健康科学分野の課題に関する測定、分析、レポート作成を 2 週毎にローテーションでおこないます。

- ① 新体カテスト測定・分析
- ② トレーニング機器を用いた測定・分析
- ③ 筋電図法を用いた測定・分析
- ④ 動作測定・分析
- ⑤ ゲーム分析
- ⑥ スポーツ医学測定・分析
- ⑦ 呼気ガス測定・分析

### 研究演習

3 年次配当の「研究演習」では、スポーツや健康に関する多くの課題の中から、卒業研究テーマを模索しながら自らの関心を絞り込み、情報収集、資料収集を通じて卒業研究テーマの基礎を学修します。

- ① 国内および海外で刊行された専門の文献や著書を読み、その論点の要旨を理解する。
- ② 専門の文献や著書の読解をとおして、その論点を理解し、問題点を探る。
- ③ 関心のある事象の問題点を整理し、その解決方法を探る。
- ④ 関心のあるテーマを絞り、研究課題を策定、プレゼンテーションをおこなう。
- ⑤ プレゼンテーションおよびその討論を基礎にして研究報告書（4,000 字以上）の作成をおこなう。

卒業研究をおこなうための基本的研究への取り組み姿勢を養いながら、研究の方法論を身につけてください。

なお、「研究演習」の登録は前年度の秋学期から開始され、選考がおこなわれます。自分の希望する教員のゼミでどのようなことがおこなわれているかを演習概要で確認してください。そして、

オフィスアワーを利用するなどしてその教員を訪ね、面談の上で決定すると良いでしょう。

## 卒業研究

「卒業研究」は、「研究演習」の指導教員のもとで作成した「研究報告書」をもとに、専門的研究の集大成として、研究成果を卒業論文（10,000字以上）にまとめます。

### ◎専門科目の一部をピックアップ

### カリキュラムで身につく力

<h4 style="text-align: center;">スポーツ生理学</h4> <p>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。</p> <p style="text-align: center;">主な身につく力</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div><p>論理的思考力</p></div><div><p>課題発見力</p></div><div><p>課題解決力</p></div><div><p>洞察力</p></div><div><p>探究心</p></div></div>	<h4 style="text-align: center;">測定評価</h4> <p>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。</p> <p style="text-align: center;">主な身につく力</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div><p>課題発見力</p></div><div><p>計画力</p></div><div><p>状況把握力</p></div><div><p>協働性</p></div></div>
<h4 style="text-align: center;">健康心理学</h4> <p>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。</p> <p style="text-align: center;">主な身につく力</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div><p>状況把握力</p></div><div><p>論理的思考力</p></div><div><p>課題発見力</p></div><div><p>洞察力</p></div><div><p>ストレスコントロール</p></div></div>	<h4 style="text-align: center;">スポーツ医学</h4> <p>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。</p> <p style="text-align: center;">主な身につく力</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div><p>実行力</p></div><div><p>課題発見力</p></div><div><p>状況把握力</p></div><div><p>課題解決力</p></div><div><p>探究心</p></div></div>