

健康科学部 健康スポーツ科学科

Course No.	講義科目 (テーマ)	講義内容	教員名
1	教職 (保健体育科教師) を目指す皆さんへ	教員 (主に保健体育科教員) の仕事やなり方等について解説します。	教授 新井 忠 (あらいただし)
2	障害者のスポーツ	障害者にとってスポーツのはたす役割について学びます。 (「楽しみ」「競技」他)	教授 大槻 洋也 (おおつきひろや)
3	エコーで観る筋肉の動き ～運動器超音波の世界～	お腹の中の赤ちゃんを見るために使われるエコー。最近はとてもコンパクトになり筋肉の動きもよくわかります。講義では実際の機器を使って体内の筋肉や腱、骨の動きをお見せします。	教授 後藤 英之 (ごとうひでゆき)
4	ストレス対処	ストレスのしくみとストレス対処の理論を学習します。	教授 笹竹 英穂 (ささたけひでほ)
5	創作ダンスの指導	即興表現の面白さ、仲間とのかかわりの大切さなどについて、創作ダンスの作品創作過程に従って解説します。	教授 相馬 秀美 (そうまひでみ)
6	ゴルフの魅力	ゴルフは、高等学校学習指導要領の「スポーツⅡ」(球技)ターゲット型球技として位置づけられていますが、なかなか接する機会がありません。そんなゴルフの歴史や用具のメカニズムに秘められた魅力をお伝えします。	教授 竹下 俊一 (たけしたしゅんいち)
7	運動は必要なの？	人は、生きがいや人生の質をよくするために運動する唯一の生き物です。私たちは、運動しなくても、生きていくのに困りません。では、本当に運動は必要なのでしょうか。運動すると体に起こる変化について解説し、運動の必要性について、生徒の皆さんと考えてみたいと思います。	教授 十枝内 厚次 (としいなこうじ)
8	レジスタンストレーニング	自重負荷のレジスタンストレーニングの正しい方法について解説します。	教授 仲 立貴 (なか たつき)
9	中学校の保健体育科教師を目指す人へ	中学校の教師の仕事やこれから求められる教師の資質・能力を説明します。	教授 久林 直美 (ひさばやしなおみ)
10	アナログ指向のデジタル術 (レポート作成編)	文章の要約やレポートの上手な執筆方法について学びます。主に PC とワープロを使用しますが、紙や付箋なども活用しながら自然に文章の内容を把握して要約文を作成及び説得力のあるレポートが書ける方法を学びます。	教授 前野 博 (まえのひろし)
11	アスリートのための ウォーミング・アップと クーリング・ダウン	パフォーマンスを高め、ケガの予防に役立つパッシブ・ウォーミング・アップ、疲労をしっかりと取り除くクーリングダウンやセルフケアについて解説します。	教授 光岡 かおり (みつおかかおり)
12	オリンピックの歴史	近代夏季オリンピックの歴史を知ることから、これからのオリンピック大会のあり方を考えていきます。	准教授 越智 久美子 (おちくみこ)
13	文化としてのスポーツ	「なぜスポーツは文化に含まれるのか」、その理由について、スポーツを特徴づけている運動フォームという点から考えていきます。	准教授 河野 清司 (こうのきよし)
16	香りと健康	香りにはリフレッシュ効果など様々な効果があり、人類はそれを日常生活に利用してきました。香りの歴史や有する効果などについて解説します。	准教授 佐藤 桂 (さとうけい)
17	自然体験活動の可能性	現代の子供たちには、自然体験活動が必要とされています。昔と現代の子供たちの成育環境の比較をし、自然体験活動が現代を生きる子供たちに及ぼす影響について学びます。	准教授 福富 優 (ふくとみゆう)
18	英語スピーキングの トレーニング	英語スピーキングはスポーツや音楽と似ています。反復練習をすることでうまくなります。ただ、その練習の内容によって実力の伸び方は異なってきます。この出前授業では、英語をどのように正しく聞き、発音し、書き取るかを体験することで、今後英語を学んでいく上でのセンスを磨きます。	助教 長谷川 千春 (はせがわちはる)