

講義名	スポーツ科学			授業形態	
担当教員	伊藤 淳	開講期・曜日・時限	後期 月曜日 3 時限		
		単位数	2	履修開始年次	1 年生

主題と概要

本科目は、全学共通科目における教養科目の健康スポーツ科学分野の1つである。スポーツ科学は、様々な専門分野から構成されている。それは、スポーツ生理学などの自然科学的分野だけではなく、スポーツ心理学やスポーツ教育学などの人文科学・社会科学的分野にも及んでいる。本科目では、スポーツ科学を総合的に学ぶことにより、スポーツに関連して課題を深める。スポーツを取り巻く状況は、大きく変化してきている。発展している面もあれば、反対に、様々な課題も発生している。本科目を受講することにより、それらの解決策が提案できるようになってもらいたい。そのためは、課題解決に必要な情報を見定め、適切な手段を用いて情報を収集し、うえでその情報を多角的に分析し、新しい視点と豊かな発想が必要である。

到達目標

1. スポーツ科学に関わる分野を総合的に学び、それらの内容を説明できるようになる。
2. スポーツ科学に関する諸問題について、改善策を考えられるようになる。

提出課題

授業毎に、課題を課します。

課題（レポートや小テスト等）に対するフィードバックの方法

登壇の授業時に、講評します。

評価の基準

- ・授業内課題 50%
- ・中間テスト 25%
- ・期末テスト 25%

履修にあたっての注意・助言他

- ・授業を受ける際は、基本的なマナー（私語・飲食禁止、脱帽など）を守ること。
- ・発問を求めますので、積極的に参加してください。
- ・ペアで考えをまとめたり、グループワークをおこないます。

教科書

・使用しない。

参考図書

その他

授業中に適宜資料を配布する。

授業計画

1. ガイダンス
2. スポーツと身体（エネルギー供給システム、骨格筋、神経組織）
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
3. スポーツと身体（呼吸器系、循環器系）
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
4. スポーツトレーニングとストレッチ
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
5. スポーツ傷害と救急法
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
6. スポーツと栄養
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
7. スポーツと健康
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
8. 前半のまとめ
【予習】前半の疑問点を挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
9. 動機づけと運動学習
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
10. スポーツの経緯と発展
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
11. スポーツとメディア・政治
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
12. スポーツ倫理
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
13. スポーツマーケティング
【予習】テーマに関して、疑問に考えることをいくつか挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。
14. 後半のまとめ
【予習】後半の疑問点を挙げ、調べること（2時間）。
【復習】授業内容をまとめ、ワークシートを提出する（2時間）。

授業形態（アクティブ・ラーニング）

ア：PBL（課題解決型学習）	イ：反転授業（知識習得の要素を授業外に済ませ、知識確認等の要素を教室で行う授業形態）
ウ：ディスカッション、ディベート	エ：グループワーク
オ：プレゼンテーション	カ：実習、フィールドワーク
キ：その他（A-L型であるけども、以上の項目のいずれにも該当しない場合）	

卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目の関連

本科目を受講し、目標を達成することで、本学の学生が卒業時に共通して身につけておくべき資質・能力の3項目（、、）および、健康スポーツ科学のカリキュラムポリシーへ貢献することができる。授業で得られた知識、さらに自ら収集した情報を分析し、現状を把握すると同時に、問題点を発見することができる。そして、新しい視点と豊かな発想によって、新しい価値や改善策を提案することができる。また、生涯にわたってスポーツに関わったり、健康の維持・増進に努めたりすることができるような知識を得て、理解することができる。

双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述

実務経験の有無及び活用

備考