講義名	生涯スポーツ論					授業形態	
担当教員	天田　英彦	開講期・曜日・時限	後期 木曜日 ４時限				
		単位数	2	履修開始年次	１年生	ナンバリング・コード	LBA130

主題と概要

スポーツは、これまで自由時間の活用、健康の維持増進、身心のストレスの解消等その価値が強調されてきた。高度に発展した産業社会や大衆社会状況から、国民がスポーツへの依存が強まったことからも伺うことが出来る。スポーツ需要・消費行動、それに呼応する供給サイドであるスポーツ市場、スポーツ産業の動向が注目されている。また、運動やスポーツを奨励することは、国民の健康水準を高める。そのことから国民の医療費の削減、生産性の向上といった経済効果が認められるようになった。
この科目では、注目を浴びる生涯スポーツを取り上げスポーツの需要・スポーツ市場・スポーツ産業について社会状況と絡めて学習する。
本科目を受講することにより、生涯スポーツにおける課題の解決策が提案できるようになってもらいたい。そのためには、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たうえで、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

生涯において、スポーツ活動を実践する事を目標とする。
その内容として
①景図的な身体活動がどの様な効果があり有意義であるのかを理解する。
②公的機関が提供している情報を理解しそれを利用することが出来る。
③健康リテラシーを身につけ実践することが出来る。

提出課題

講義中に数回のレポート課題の提出がある。

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

講義で受けた資料等を使い、ライフスタイルの中でどの様に生涯スポーツの実践ができうるかを考え生涯にわたり健康の維持、増進につとめることを重視する。

評価の基準

１，２／３以上出席しないと単位認定をしない。
２，講義中に４回のレポート課題の提出を求める。レポート点は１回20点満点とする。
３，単位取得には、２／３以上の出席と60点以上のレポート点が必要である。
４，中間試験および期末試験を実施する。

履修にあたっての注意・助言他

１，講義開始時間に毎回出席カードを配布する。遅刻者は、正当な理由がない限りカードは配布しない。
２，レポート課題は、不定期に行う。当日欠席した場合は、レポート提出機会を失う。
３，教室内に入ったら、脱帽し私語をしない。また、飲食物はカバン等に入れること。

※新型コロナウイルス感染症の状況によりシラバスの修正がある。

教科書

.＜教科書＞　・必要に応じ講義時間中に配布する。.				

参考図書

その他

適時、配布する。

授業計画

1 生涯スポーツ論を学ぶための基礎知識と講義の進め方
・予習：健康的なライフスタイルを達成するための、様々な方法を調べる。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
2 スポーツ環境の変化
・予習：スポーツの成り立ち、特に外来スポーツの変化について考える。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
3 高齢化社会、スポーツのニーズ
・予習：高齢化社会に適合した生活について、考える。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
4 現代社会と生活環境
・予習：健康に対する現在社会の背景について考える。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
5 生涯スポーツの取り組方について
・予習：生活環境の変化による実践について考える。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
6 生涯スポーツの現状と課題①
・予習：実際に各自が行っている身体活動について考える。（万歩計等を利用し、１日の運動量を測定する。）
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
7 生涯スポーツ論の現状と課題②
・予習：データから導き出した消費カロリーについて把握する。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
8 前半のまとめと中間試験
・予習：前半講義のポイントの振り返り
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
9 健康づくり運動の経済効果
・予習：スポーツの実践によって得られる利益（個人的な楽しみについて考える）
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
10 健康教育について
・予習：健康についての教養、特に概念を調べる。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
11 健康における リテラシーの必要性について　パート１
・予習：なぜ、世界一の長寿社会なのか考える
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
12 健康における リテラシーの必要性について　パート２
・予習：日常における健康意識について各自項目を作る。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
13 健康食品の利用法について
・予習：ロカボ食品の効果とはどんなものか考える。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
14 具体的な基礎代謝を理解しエネルギー消費と摂取カロリーの関係について
・予習：実際の身体活動において消費エネルギーと摂取カロリーの差について各自データを持つ。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。
15 まとめ（試験）
・予習：全体を通じ振り返りをし、ポイントを押さえる。
・復習：授業内容をまとめ、ワークシートを作成する。

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（ＡＬ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、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（②、③、④）および、教養一般のカリキュラムポリシーへの貢献することが出来る。講義で得られた知識、さらに自らが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出来る。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、広くときには深い教養を身につけて総合的な判断力や応用力を養うことが出来る。以上については、全学部・学科の所属学生へ共通している。

双方向授業の実施及びICTの活用に関する記述

利用は考えていない。

実務経験の有無及び活用

障害者スポーツの支援。健常者および障害者の共生を目的として講義内容を行っている。

備考

なし。