

| | | | |
|---|----------------------|-------------|---|
| 授業科目名： スポーツ健康科学特論 | 教員の免許状取得の ための必修科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：奥本正，高瀬幸一，平野 貴也，小川寿美子，吉武裕，樋口京一 ，金城昇，高倉実，大峰光博，玉城将 担当形態：オムニバス |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 1) スポーツ・健康科学の広範な学問分野の概略を説明することができる。 2) 各分野の形式に応じたレポートを書くことができる。 3) 実際のスポーツ場面において、スポーツ・健康科学の視点に沿った行動できる素養が身に ついている。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義は、広範なスポーツ・健康分野の専門的知識を修得することを目的としている。授業 は1年前期に配当し、必修科目として位置づける。各専門分野の教員（運動生理学，スポーツ 栄養学，健康科学，スポーツコーチング，公衆衛生学，スポーツ医科学，健康教育，学校保健 ，スポーツ哲学，スポーツバイオメカニクス）がオムニバス形式による授業を展開する。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：ガイダンス，運動生理学概論 この授業の概要，目的，到達目標，評価を説明する。その後，運動生理学分野の研究の特徴や現在 のトピックスを紹介する。（担当：奥本正） | | | |
| 第2回：スポーツ健康栄養学概論 スポーツパフォーマンス向上や健康保持増進のための代表的な食事方法を説明する。また，時間栄 養学，時間運動学の考え方を具体的な例を用いて議論する。（担当：奥本正） | | | |
| 第3回：生涯スポーツの推進 健康とスポーツの関わりを通して，生き活きとした人生を送るためのライフステージに応じた生涯 スポーツの推進について理解を深める。（担当：平野貴也） | | | |
| 第4回：スポーツとコーチング スポーツ現場におけるコーチングの実際を通じて，コーチングの原則及び理論，方法論について理 解を深める。（担当：平野貴也） | | | |
| 第5回：健康科学の概要と理念 健康を維持するために必要とされる知識は幅広く，さまざまな方法が考えられる。ここでは その理論と具体的な方法について概説する。（担当：高瀬幸一） | | | |
| 第6回：地域における健康支援 健康なまちづくり政策，地域コミュニティ活動の発達，健康を支援する環境づくりに関する現状と 課題について理解を深める。（担当：高瀬幸一） | | | |
| 第7回：沖縄の公衆衛生学 | | | |

特に第2次世界大戦後の沖縄の保健医療制度と疾病構造の変遷を学ぶ。（担当：小川寿美子）

第8回：健康寿命の延伸

加齢に伴う身体活動と体力の変化について理解し、高齢者の生活機能維持に必要な身体活動量と体力水準について学ぶ。さらに、運動介入によるフレイル予防について概説する。

（担当：吉武裕）

第9回：老化の生物学：人や動物はどのようにして老化するのか？

高齢者に観察される生理的、物理的な身体機能の減退や、未病や疾患をヒトや動物の「加齢・老化」という生命現象の視点から捉えることを目的とする。老化の概念やメカニズムの基本的知識を修得する。（担当：樋口京一）

第10回：老年医学：高齢者の身体機能の減退をどのように防ぐのか？

高齢者に特有な兆候や疾患について、医科学的な見地から理解する。高齢者の身体機能の減退を遅延し、健康長寿を防ぐ方法について、運動を中心とした老化遅延処方の実施についての基礎知識を修得し、その効果や問題点について考える。（担当：樋口京一）

第11回：健康格差社会と健康教育

健康格差社会における健康教育についてハイリスクアプローチとポピュレーションアプローチの側面から検討する。（担当：金城昇）

第12回：疫学・ヘルスプロモーション概論

疫学やヘルスプロモーションの観点から、健康アウトカムに対する曝露要因の社会生態学的影響について理解する。（担当：高倉実）

第13回：スポーツ哲学の対象と方法

スポーツ哲学領域で論じられる対象と方法についての理解を深める。特に、スポーツ倫理に関する学問的成果を中心に講義を展開する。（担当：大峰光博）

第14回：スポーツにおける倫理的逸脱事例とスポーツ教育

現在進行形で生じているスポーツの問題について、スポーツ教育の観点から理解する。

（担当：大峰光博）

第15回：運動指導におけるスポーツバイオメカニクスの役割

スポーツバイオメカニクスとはどのような学問か、どのように運動指導に活かされるかについて、事例紹介及びディスカッションを通じて理解を深める。（担当：玉城将）

テキスト

テーマに応じて関連する資料を適宜配付する。

参考書・参考資料等

テーマに応じて関連する資料を適宜配付する。

学生に対する評価

各教員によるミニレポートにより評価する。

※1時間を45分とみなし、1回の授業時間は、90分とする。

| | | | |
|---|----------------------|-------------|---------------------------|
| 授業科目名： 生涯スポーツ特論 | 教員の免許状取得のための 選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：平野貴也 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 社会における多様なスポーツ活動について、その実態や背景に関する知識を得る。特に、健康増進のための活動について留意し、生涯スポーツの現状と方向性について理解し実践する能力を養うことを目標とする。 | | | |
| 授業の概要 本講義では、健康とスポーツの関わりを通して、生き活きとした社会生活を送るためのライフステージに応じた生涯スポーツの推進について理解する。具体的には、学校教育とスポーツ、地域社会とスポーツ、まちづくりとスポーツ、スポーツイベント、スポーツプロモーション、スポーツ・ツーリズム、プロスポーツ、スポーツ環境などの事象をもとに、社会と生涯スポーツの関係について理解を深める。 | | | |
| 授業計画 第1回：生涯スポーツとは何かを再考 生涯スポーツの概念の歴史と定義、概念について理解する。 第2回：日本の生涯スポーツの動向 日本の生涯スポーツ振興施策の歴史、動向を知り、体育・スポーツ施設の現状を理解する。 第3回：国際的な生涯スポーツの動向 諸外国の生涯スポーツ振興施策について学び、今後の我が国の生涯スポーツに対する取り組みについて議論する。 第4回：生涯スポーツとレジャー スポーツ・レジャー業界の政策と変遷について学び、生涯スポーツとレジャーの関連性について議論する。 第5回：スポーツのプロモーション スポーツ活動を普及させる意義とスポーツプロモーションについて理解する。 第6回：地域社会における生涯スポーツ 地域社会におけるスポーツイベントの役割、イベントによる開催地へのインパクトについて理解する。 第7回：地域におけるヘルスプロモーション 地域のスポーツクラブの現状と課題について理解し、地域におけるヘルスプロモーションについて | | | |

| | |
|--|------|
| 考える。 | |
| 第8回：総合型地域スポーツクラブと生涯スポーツ | |
| 総合型地域スポーツクラブの必要性，育成と運営について理解し，地域のスポーツクラブ運営について議論する。 | |
| 第9回：スポーツボランティア | |
| スポーツ振興方策と行政の関わりとスポーツボランティアの役割について理解する。 | |
| 第10回：消費者行動の理解 | |
| スポーツ消費者行動について理解し，スポーツの普及について議論する。 | |
| 第11回：スポーツマーケティングとのかかわり | |
| 生涯スポーツのスポーツ産業とのかかわり，スポーツマーケティングについて理解する。 | |
| 第12回：スポーツ・ツーリズムとのかかわり | |
| スポーツ・ツーリズムの現状と課題を理解し，スポーツ観光について議論する。 | |
| 第13回：スポーツマネジメントとのかかわり | |
| 生涯スポーツのマネージメント，プロスポーツ，スポーツライフの設計について理解する。 | |
| 第14回：スポーツ文化の多様性 | |
| マイノリティのスポーツ，高齢化社会におけるスポーツの役割，スポーツ文化の多様性と可能性について議論する。 | |
| 第15回：今後の生涯スポーツの振興 | |
| スポーツ環境と今後の生涯スポーツのあり方について考える。 | |
| テキスト | |
| 適時プリントを配布する | |
| 参考書・参考資料等 | |
| 特になし | |
| 学生に対する評価 | |
| 受講態度・学習への取り組み | 30点 |
| 発表の内容 | 30点 |
| レポート課題 | 40点 |
| 合 計 | 100点 |

※1時間を45分とみなし，1回の授業時間は，90分とする。

| | | | |
|--|----------------------|-------------|-----------------------|
| 授業科目名： 健康科学特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：高瀬幸一 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 1) 様々な健康問題に関してエビデンスベースで理解するとともに、その要因について理解する。 2) 生活習慣と疾病との関わりについて、様々な研究を通して理解する。 3) 加齢による身体への影響について最新の知見から理解を深め、健康増進に対する効果的な対処法について理解する。 4) 地域社会における健康指導の役割と健康分野のイノベーションについて理解する。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では、健康増進につながる知見を基礎科学的見地から解説し、幼少年期から高齢期にかけての身体的機能の特性についてとらえ、健康との関連について理解を深めていく。また、生活習慣病（メタボリックシンドローム、高血圧、高血糖、脂質異常など）や高齢期における身体機能の低下について最新の知見を踏まえながら理解を深め、健康増進に関する理論を深める。さらに、地域社会における健康指導者としての役割について考えるとともに、健康分野のイノベーションについても理解を深めることを目的とする。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 授業は、全てAL形式にて実施し、ICTを活用しながら、科学的知見を用い健康の維持・増進に必要な知識・理論・実践法について議論する。 | | | |
| 第1回：オリエンテーション（ガイダンス） 講義概要の説明。 | | | |
| 第2回：世界における健康の課題について 世界における生活習慣病を含めた今日の健康に関する現状について理解を深めるとともに、その理解をもとにディスカッションを行う。 | | | |
| 第3回：我が国における健康の課題について 日本における生活習慣病を含めた今日の健康に関する現状について理解を深めるとともに、その理解をもとにディスカッションを行う。 | | | |
| 第4回：日本の人口動態と高齢化の問題について 高齢化に伴う我が国が抱える諸問題についてデータを用いて考えるとともに、現在の状況や今後の課題・対策について理解を深める。 | | | |
| 第5回：長寿と健康についてⅠ 世界ブルーゾーンの一つに数えられる沖縄（大宜味村）の特徴について、それらの地域の長 | | | |

寿の要因について理解を深めていく。また、かつて世界的長寿地域とされていた沖縄県であるが、現在は危機的な健康の状況になっている。その原因について考えるとともに、これからの沖縄の健康についてディスカッションを交えて展開していく。

第6回：長寿と健康についてⅡ

1960年代までは脳卒中による死亡率が全国でもワーストであった長野県であるが、現在では我が国を代表する長寿県へと躍進した。その躍進の秘密は何にあるのか、政策例や取り組みを取り上げ考えていく。

第7回：生活習慣病について（食育の観点より）

現代では生活習慣やファストフードの普及などの食生活の変化により生活習慣病の問題が深刻化してきている。それらの諸問題についてエビデンスベースで食育と健康について理解を深める。

第8回：生活習慣病について（メタボリックシンドローム、高血圧、高血糖、脂質異常など）

生活習慣病の種類やメカニズムについて概説し、健康の維持増進に関わる知見の理解を深める。

第9回：生活習慣病の予防と対策

運動と免疫、腸内細菌と免疫の関係について、医学的・生理学的側面から知見を用いて健康について考えていく。

第10回：生活習慣病の予防と対策

運動と免疫、腸内細菌と免疫の関係について、医学的・生理学的側面から知見を用いて健康について考えていく。

第11回：介護に関する現状と諸問題について

高齢者を取り巻く諸問題について理解を深めるとともに、加齢に伴う身体への影響について理解を深める。

第12回：サクセスフルエイジングⅠ 加齢と体力

加齢に伴う体力的変化（生理学的な影響）について考え、人生100年健康に生きるための体力的要素について考えていく。

第13回：サクセスフルエイジングⅡ 健康的な100歳高齢者の秘密

人生100歳社会に突入しようとしている。健康で100歳生きるためには、どのような生活習慣が必要なのか?実際の例や研究での知見を取り上げながら、健康長寿について考えていく。

第14回：サクセスフルエイジングⅢ 酸化ストレスと健康・老化

活性酸素は細胞などを酸化させ、健康やスポーツパフォーマンスに影響を与える生理的要因である酸化ストレス。酸化ストレスの仕組みや身体に与える影響について解説し、理解を深める。

第15回：地域における健康づくり活動

地域における健康づくりの事例を用いて、健康指導の役割と健康科学分野のイノベーションについて理解を深める。

| |
|---|
| テキスト テーマに応じて関連する資料を適宜配付する。 |
| 参考書・参考資料等 特になし。 |
| 学生に対する評価 討論への参加・貢献度:50点，レポート:50点，合計:100点 |

※1 時間を 45 分とみなし，1 回の授業時間は，90 分とする。

| | | | |
|---|----------------------|-------------|----------------------|
| 授業科目名： 体力科学特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：吉武裕 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 到達目標は、疾病（障害）の有無にかかわらず、身体的自立や健康維持に必要な体力水準及びライフステージに応じた体力の保持・向上のための運動指導法についての専門的知識及び技能を身につけることである。 | | | |
| 本授業での到達目標の詳細は下記のとおりである。 | | | |
| 1) 基本的な姿勢と歩行の協調的筋活動（筋シナジー）の神経機構について理解する。 | | | |
| 2) 運動に対する呼吸・循環器系の応答とその調節のメカニズムについて理解する。 | | | |
| 3) 体力の発育・発達とトレーナビリティーについて理解する。 | | | |
| 4) 一般人及び鍛錬者の体力の加齢変化について理解する。 | | | |
| 5) 体力，身体活動，健康の相互関連について理解する。 | | | |
| 6) 障がい者の体力水準及び健康状態について理解する。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では、体力は人間の生存と活動の基礎となる身体的能力であることを理解する。このことを踏まえ、一般人と運動鍛錬者の体力の比較，運動トレーニング及び身体不活動の体力への影響とそれをもたらすメカニズム，発育・発達と体力，体力の加齢変化と身体活動，健康の維持・増進または高齢者の身体的自立に必要な体力（全身持久力や筋力）水準について学習する。さらに、障がい者における身体活動状況や体力の現状を理解し、障がい者のための体力保持・向上のための運動トレーニングについても学習する。 | | | |
| 1) 本授業では、講義形式（対面）で行う。 | | | |
| 2) 授業の資料は主に学術雑誌を用いる。 | | | |
| 3) 必要に応じて学術論文を配布し，論文の講読・討議を行う。 | | | |
| 4) 授業の資料はユニバーサルパスポートにアップロードする。 | | | |
| 5) 毎週，授業の最後に授業内容について討議をする。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：オリエンテーション | | | |
| 第2回：体力の定義 | | | |
| 体力の構成要素と健康との関連性の概要について学ぶ。 | | | |
| 第3回：姿勢と運動の制御 ① | | | |
| 運動の階層性制御の概要と運動の反射性制御（単シナプス性伸張反射，反射弓，多シナプス性反射，姿勢反射など）について学ぶ。 | | | |

第4回：姿勢と運動の制御 ②

歩行は左右下肢の律動的な反復動作であり，歩行運動の発現には最適な姿勢制御が必須である。ここでは，立位姿勢と歩行運動の制御に関与する神経機構の基本的枠組みについて学ぶ。

第5回：運動時の身体機能の応答

- 1) 運動時の呼吸・循環器系応答及び呼吸・循環調節に関与する因子について学ぶ。
- 2) 運動時の代謝系応答及び代謝調節に関与する因子について学ぶ。

第6回：運動時のエネルギー供給

さまざまなスポーツ種目のエネルギー供給系（非乳酸性，乳酸性及び有酸素性エネルギー供給系）について学ぶ。

第7回：発育期の体力づくり

運動トレーニングの全身持久性（最大酸素摂取量）の発達パターンに及ぼす影響と発育期における体力構成要素のトレーナビリティについて学ぶ。

第8回：体力の男女差

身体組成（筋量，脂肪量など），有酸素性能力（最大酸素摂取量），下肢筋力とパワー及び競技能力（陸上競技，水泳競技など）の男女差について学ぶ。

第9回：体力の加齢変化Ⅰ

一般人の最大酸素摂取量，下肢筋力・パワーなどの加齢変化，及び体力の低下と身体活動の関連性について学ぶ。

第10回：体力の加齢変化Ⅱ

マスターズ選手の体力（最大酸素摂取量，下肢筋力とパワーなど）及び競技成績の加齢変化について，運動トレーニングの状況（運動強度，時間及び頻度）がどの程度関連しているについて学ぶ。さらに，マスターズ選手の競技成績低下のメカニズムについて学ぶ。

第11回：歩行能力と健康

歩行能力は，体力，運動器系，呼吸・循環器系及び神経系などすべての生体機能調節系の働きを反映していることから，高齢者の健康指標（身体的自立度など）としての有用性について学ぶ。

第12回：障がい者の体力

障がい者の運動不足の状態と生活習慣病の実態について学ぶ。障がい者の体力（最大酸素摂取量など）体力向上のための運動トレーニング法を学ぶ。

第13回：不活動（運動不足）の影響

日常生活における身体活動量の低下及び運動トレーニング中止後の体力（最大酸素摂取量，下肢筋力・パワー）及び筋量への影響について学ぶ。

第14回：至適な体力水準

体力について，日常生活を営むのに必要な体力と職業の遂行に必要な体力及び健康を維持するのに必要な体力に分類し，ライフステージ別の適正な体力水準について学ぶ。

第15回：まとめ

本講義についての総括及び理解度を確認する。

テキスト

テーマに応じて関連する資料を事前に配布します。

参考書・参考資料等

朝比奈一男監訳 オストランド運動生理学 大修館書店, 渡部和彦訳 スポーツ生理学 大修館書店, 進藤宗洋ほか健康づくりトレーニングハンドブック 朝倉書店, 泰羅雅登・中村克樹監訳カールソン神経科学テキストー脳と行動ー 丸善出版, 猪飼道夫編著 身体運動の生理学 杏林書店, 学術雑誌 (体育の科学, 体力科学, J Appl Physiolなど)

学生に対する評価

授業時の討議, 質疑応答 (30%), 講義ごとの小レポート (30%), 学期末レポート (40%) などを総合して評価します。

※1 時間を 45 分とみなし, 1 回の授業時間は, 90 分とする。

| | | | |
|--|----------------------|-------------|----------------------|
| 授業科目名： 運動生理学特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：奥本正 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 1) 筋力や持久力など運動における重要な能力を限定する要因を説明することができる（理解）。 2) 運動で生じる各器官系の相互作用（循環系と呼吸器系，神経系，内分泌系，体温調節系と循環器系・水分調節器系等，筋系と神経系，エネルギー供給系，内分泌系等）を説明することができる（理解）。 3) 運動生理学的な考え方を自らの専門分野に応用することができる（分析）。 4) 運動の強度や時間が異なるとなぜ適応が異なるのか説明できる（分析）。 5) 筋力や持久力を測定する実験を一人で計画し行うことができる（精密化）。 6) 物事を考えるときに生理学的なものの見方，考え方ができる（価値づけ）。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では，運動を外部刺激の一つと考え，その運動によって生体がどのように変化するのか，また運動の継続（トレーニング）によってどのような適応が生じるのかについて理解する。特に，筋系，呼吸器系，循環器系，神経系，エネルギー代謝，体温調節系の変化や適応，またそれらの相互関係について理解を深める。また，これらを統合して，様々な対象に対して，科学的根拠に基づいた至適なトレーニング方法を探究する。さらに，運動生理学的研究アプローチの修得を目標とする。なお，本講義は主に講義形式で実施するが，グループ発表などのアクティブラーニング形式の講義も取り入れる。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：ガイダンス | | | |
| 授業の概要・目的，到達目標，評価を説明し，運動生理学の歴史について説明する。 | | | |
| 第2回：生体の構成要素 | | | |
| 生体を構成する細胞，タンパク質，糖質，脂質，ミネラルについて説明する。 | | | |
| 第3回：神経系の構造と働き | | | |
| 神経細胞の構造，神経細胞の興奮と伝導の特徴を説明する。神経系の主な器官の構造と機能について説明する。 | | | |
| 第4回：神経系と運動 | | | |
| 随意運動の調節，力の発揮と運動単位について，動きの修得や運動が認知機能に及ぼす影響について説明する。 | | | |
| 第5回：筋におけるエネルギー供給系 | | | |

3つのエネルギー供給系について説明し、運動のタイプとエネルギー供給系の関係を示す。

第6回：筋の構造と特性及び収縮の仕組み

筋線維の微細構造，筋原線維レベルでの収縮の仕組み，筋線維の種類とその特性を説明する。

第7回：収縮活動に伴う筋の適応変化

持久性・瞬発性・筋力トレーニングと不活動による筋の変化の特徴を説明し，トレーニングの種類によって適応が異なる点について，討論する。

第8回：筋疲労と筋損傷

筋疲労や筋損傷による筋の機能低下について説明し，それらの変化を引き起こす要因について説明する。

第9回：運動と循環

安静時と運動時の心拍出量，血流配分，運動時の血圧について説明する。また，トレーニングによる循環器系の変化について理解する。さらに運動時の循環器系の調節について議論する。

第10回：運動と呼吸

酸素解離曲線について理解し，ボーア効果や酸素解離曲線のS字曲線の生理学的意義について説明する。また，酸素解離曲線について学生同士で説明させる。

第11回：ガス交換能と運動パフォーマンス

酸素摂取量，最大酸素摂取量，運動後過剰酸素消費量，呼吸商，無酸素性作業閾値とそれらのトレーニングによる変化について説明する。

第12回：運動と環境

体温調節の仕組み，暑熱環境下での運動の特徴，暑熱環境と熱中症とそれを予防する熱方策について説明する。さらに高所トレーニングの生体への影響について説明する。

第13回：運動と肥満

肥満の判定や肥満のタイプについて理解し，肥満の原因について説明する。また，実際に測定を行い，肥満の判定を行う。

第14回：筋力の測定実験

等尺性筋力と等速性筋力の測定を実施する。また，実験レポートの作成方法を示す。

第15回：持久力の測定実験

呼気ガス分析器を用いた運動時の酸素摂取量を測定する。得られたデータの分析方法を説明する。

テキスト

ステップアップ運動生理学，和田正信編著，杏林書院

参考書・参考資料等

Physiology of Sport and Exercise 8th Edition, W L Kenney

学生に対する評価

小レポート4回（40点），レポート2回（40点），実験レポート2回（20点）

大学設置基準等に照らして，客観性及び厳格性に疑義がある記載（例：「平常点」や「出席点」など）がないかを必ず点検してください。

※1時間を45分とみなし，1回の授業時間は，90分とする。

| | | | |
|--|----------------------|-------------|----------------------|
| 授業科目名： バイオメカニクス特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：玉城将 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 1) 力学法則がスポーツプレー中の動きにどのような影響を与えるか説明できる。 2) スポーツプレー中の良い動きの特徴をバイオメカニクスの知識を用いて説明できる。 3) バイオメカニクスに関する学術論文を読み、内容を理解できる。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では、動きを力学的に定量化することの意義と方法について実践を通して学ぶ。スポーツ選手の卓越した技術を説明する力学的メカニズム、運動傷害を引き起こす動作要因など、身体運動を力学的に分析することで初めて明らかになる有用な事実は多い。バイオメカニクスは、そのような動きの力学的な分析を扱う学問である。本授業では演習を通してバイオメカニクスの的な分析方法の修得を目指すと同時に、運動指導におけるバイオメカニクスの意義を理解する。本科目は講義・演習（グループワークを含む）形式で行います。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：オリエンテーション（授業の概要、進め方、成績評価、受講上の注意） ＜授業形式：講義＞ | | | |
| 第2回：並進運動の基礎（慣性の法則、運動方程式、作用・反作用の法則） 並進運動の力学的理解に必要となる基礎的な力学法則を理解する。さらに、その力学法則がスポーツにどのような影響を与えているかを考える。＜授業形式：講義＞ | | | |
| 第3回：回転運動の基礎（慣性の法則、運動方程式、作用・反作用の法則） 回転運動の力学的理解に必要となる基礎的な力学法則を理解する。さらに、その力学法則がスポーツにどのような影響を与えているかを考える。＜授業形式：講義＞ | | | |
| 第4回：力積（力積、力積と運動量の関係） 力積、運動量とその関係性について理解する。さらに、この2つの物理量はそれぞれ、スポーツにおいて何を測ることと対応するか、また、力積と運動量の関係性から考えられるスポーツにおける良い動きの特徴とは何かを考える。＜授業形式：講義＞ | | | |
| 第5回：身体重心と姿勢の安定性（身体重心、基底面、重心線） 身体重心、基底面とは何か、さらには身体重心と基底面が姿勢の安定性に与える影響について理解する。さらに、身体重心と基底面の関係性から考えられるスポーツにおける良い姿勢、動きの特徴とは何かを考える。＜授業形式：講義＞ | | | |
| 第6回：力学的エネルギー①（エネルギー、運動エネルギー、位置エネルギー） | | | |

エネルギー，運動エネルギー，位置エネルギーについて理解する。また，運動エネルギーと位置エネルギーの観点から，人の歩行の力学的な特徴について考える。＜授業形式：講義＞

第7回：力学的エネルギー②（弾性力，弾性エネルギー）

弾性力，弾性エネルギーについて理解する。また，事例を通して，スポーツプレー中において弾性エネルギーがどのように利用されるかを理解する。＜授業形式：講義＞

第8回：運動連鎖（運動連鎖，トルクの反作用，エネルギーフロー）

体幹や下肢で生み出したエネルギーを末端（手先，足先）に伝える動きの特徴，力学的なメカニズムを理解する。また，事例を通して，スポーツプレー中において運動連鎖がどのように利用されるかを理解する。＜授業形式：講義＞

第9回：垂直跳の跳躍高を測る（二次元実長換算，ピクセル，解像度）

垂直跳びの跳躍高を測る演習を通して，スポーツプレー中の動きや姿勢を計測する最も基本的な方法である二次元実長換算の原理と方法を理解する。＜授業形式：演習＞

第10回：コート上の位置を測る（二次元 DLT，移動距離）

コート上の位置を測る演習を通して，平面上の位置を計測する最も基本的な方法である二次元 DLT の原理と方法を理解する。＜授業形式：演習＞

第11回：3 次元的な動きを測る（三次元 DLT，モーションキャプチャ）

モーションキャプチャシステムを用いて 3 次元的な動きを測る演習を通して，3 次元的な動きを計算する原理とその方法を学ぶ。＜授業形式：演習＞

第12回：垂直跳びの力積を測る（フォースプレート，地面反力，力積）

垂直跳び時に作用する地面反力の計測を通して，地面反力の計測原理と方法を理解する。また，①反動の有無，②腕振りの有無に関する条件を変えて垂直跳びを行い，それぞれの条件での地面反力を計測することで，垂直跳び時の反動と腕振りの役割を理解する。

＜授業形式：演習＞

第13回：論文抄読

これまでに学んだ知識を応用して学術論文を読み，理解した内容を発表する。発表形式はスライドを用いた口頭発表とする。＜授業形式：演習＞

第14回：論文抄読

これまでに学んだ知識を応用して学術論文を読み，理解した内容を発表する。発表形式はスライドを用いた口頭発表とする。＜授業形式：演習＞

第15回：ディスカッション

スポーツにおいて「良い」とされる動きに対して，「良い」とされる理由をバイオメカニクスの観点から考察する。なお，良い動きの題材は，事前に各受講生が考えてくることとする。＜授業形式：演習＞

テキスト

授業ごとに資料及び参考文献を提示する。

参考書・参考資料等

特になし。

学生に対する評価

プレゼンテーション（論文抄読）：20 点，ディスカッション：20 点，期末レポート：60 点

※1 時間を 45 分とみなし，1 回の授業時間は，90 分とする。

| | | | |
|--|----------------------|-------------|------------------------|
| 授業科目名： スポーツ心理学特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：佐々木万丈 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 1) スポーツ心理学の検討課題を、スポーツや運動に取り組むことの様々な視点から理解し、説明できる。 2) スポーツ心理学の研究方法を、研究事例を通じて理解し、説明できる。 3) スポーツ心理学におけるデータ分析の手法について、研究事例を通じて理解し、説明できる。 4) スポーツ心理学的視点から検討することの意義を理解し、説明できる。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では、体育、競技スポーツ、健康スポーツ・運動に取り組む、学習者、選手、市民、あるいは指導者等にとって、その取り組みの成果をより高いものにするための心理学的課題を取り上げて、関連する理論と最新の知見をレビューすることによって、スポーツ心理学に対する理解を深めていく。授業では、1時間ごとに話題提供を行い、資料を読み解き、全体のディスカッションを通してスポーツに関わる人々の心理学的課題を考察していく。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：スポーツ心理学の歴史 | | | |
| ヴェントによる実験心理学の登場以降、科学としてのスポーツ心理学がどのように発展してきたのかを、重要な理論や知見を提出した研究者と関連するエピソードをもとに解説する。 | | | |
| 第2回：スポーツ心理学研究法（1）調査法 | | | |
| スポーツ心理学研究におけるデータ収集法を整理し、それぞれの方法が何を目的としてどのように実施されるのか、また、質問紙法に着目し、実施上の留意事項を解説する。 | | | |
| 第3回：スポーツ心理学研究法（2）分析法 | | | |
| 相関分析、重回帰分析、探索的因子分析、共分散構造分析（確認的因子分析・パス解析）について、何を目的にどのような手続きを経て実施されるのか、さらに分析結果の解釈の仕方を解説する。 | | | |
| 第4回：体育とスポーツ心理学（1） | | | |
| 体育授業に関わる児童生徒の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。 | | | |
| 第5回：体育とスポーツ心理学（2） | | | |
| 体育授業に関わる児童生徒の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。 | | | |
| 第6回：体育とスポーツ心理学（3） | | | |

体育授業に関わる児童生徒の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第7回：競技とスポーツ心理学（1）

スポーツに取り組む競技者の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第8回：競技とスポーツ心理学（2）

スポーツに取り組む競技者の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第9回：競技とスポーツ心理学（3）

スポーツに取り組む競技者の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第10回：健康とスポーツ心理学（1）

健康運動活動に取り組む人々の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第11回：健康とスポーツ心理学（2）

健康運動活動に取り組む人々の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第12回：健康とスポーツ心理学（3）

健康運動活動に取り組む人々の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第13回：ダンスとスポーツ心理学（1）

ダンスに取り組む人々の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第14回：ダンスとスポーツ心理学（2）

ダンスに取り組む人々の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

第15回：ダンスとスポーツ心理学（3）

ダンスに取り組む人々の心理的課題について、国内外の最新の研究論文から話題を抽出し、その内容を解説すると共に、提出された知見、研究方法等について議論し理解を深める。

テキスト

教科書として「佐々木万丈著・基礎から学ぶスポーツの心理学（勁草書房）」を用いると共に、各時間の検討課題に関わる研究事例、背景となる理論等についての資料を配布する。

参考書・参考資料等

「日本スポーツ心理学会編・最新スポーツ心理学その軌跡と展望（大修館書店）」、「スポーツ社会心理学研究会（訳）・体育教師のための心理学（大修館書店）」、「西田保編・スポー

| |
|---|
| ツモチベーション（大修館書店）」 |
| 学生に対する評価 期末に本特論全般を統括するレポート課題を課し評価する（100％）。 |

※1 時間を 45 分とみなし，1 回の授業時間は，90 分とする。

| | | | |
|---|----------------------|-------------|----------------------|
| 授業科目名： 健康教育特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：金城昇 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| スポーツ・健康分野における高度専門職業人としての健康管理思考力・生活習慣改善力・健康情報リテラシー・ヘルスコミュニケーション・アサーションで構成されるヘルスリテラシー能力を高める。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では、健康格差社会がいわれる中、その処方に何が必要か、学校、職場・職域、地域における健康づくりや健康支援に関して、ヘルスプロモーションの診断・企画・実践・評価ツールとしてのPrecede-proceedモデル(PPModel)を基礎に、ライフスキル教育、行動科学や行動経済学等の理論やモデルを活用した体系的・構造的な健康教育について探求する。その探求を通して学校、職場・職域、地域におけるリーダーとしての健康管理思考力・生活習慣改善力・健康情報リテラシー・ヘルスコミュニケーション・アサーションで構成されるヘルスリテラシーの形成を図ることを目的とする。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：オリエンテーション（目的・内容・方法） | | | |
| 第2回：健康日本21概観 | | | |
| 健康日本21・おきなわ健康2010・北部市町村健康21について概観する。 | | | |
| 第3回：健康行動と健康教育に関する理論(1)ー保健信念モデル(HBM) | | | |
| 保健信念モデルの内容構成について理解するとともに、実際の活用事例を分析検討する。 | | | |
| 第4回：健康行動と健康教育に関する理論(2)ー合理的行為理論と計画的行動理論 | | | |
| 合理的行為理論と計画的行動理論の内容構成について理解するとともに、実際の活用事例を分析検討する。 | | | |
| 第5回：健康行動と健康教育に関する理論(3)ートランスセオレティカルモデルと変容ステージモデル(TTM) | | | |
| TTMの活用事例に関する研究を追及するとともに、実際の健康課題についてTTMを適用して分析する。 | | | |
| 第6回：健康行動と健康教育に関する理論(4)ープリシード・プロシードモデル(PPMdel) | | | |
| 健康行動理論を活用して企画・運営するために、健康課題についてPPモデルを適用して分析する。 | | | |
| 第7回：健康教育とライフスキル学習の理論と方法(1)ーJKYB5つのライフスキル | | | |
| JKYBの5つのスキルについて理解するとともに、意思決定スキル・目標設定スキルを生活課 | | | |

題に適用する。

第8回：健康教育とライフスキル学習の理論と方法(2)ーセルフエスティーム形成スキルプログラムの実際①

セルフエスティーム形成スキルプログラムについて理解し、実際にセルフエスティーム形成スキルの形成を図る。

第9回：健康教育とライフスキル学習の理論と方法(3)ーセルフエスティーム形成スキルプログラムの実際②

(続) セルフエスティーム形成スキルプログラムについて学ぶとともに、実際にセルフエスティーム形成スキルの形成を図る。

第10回：ライフスキル教育を基礎にした健康教育(1)ー栄養・食生活教育の実際①

栄養・食生活に関する知識を学ぶとともに、ライフスキル実践モデルを活用し、行動変容を目指したPDCAサイクル方式を体験する。

第11回：健康格差社会と健康格差社会への処方箋(1)

実践結果を分析評価し、目標を修正し、再実践する (PDCA サイクル)。

第12回：健康格差社会と健康格差社会への処方箋(1)

健康格差対策の3段階と7つの原則に学びつつ健康教育の在り方について検討する①

第13回：健康格差社会と健康格差社会への処方箋(2)

健康格差対策の3段階と7つの原則に学びつつ健康教育の在り方について検討する②

第14回：健康格差社会と健康格差社会への処方箋(3)

健康格差対策の3段階と7つの原則に学びつつ健康教育の在り方について検討する③

第15回：まとめ

テキスト

① 近藤克則著：「健康格差社会」第2版，医学書院，2022，2860円

② 近藤克則著：「健康格差社会への処方箋」，医学書院，2017，2500円＋税

適宜文献，資料を配布する。

参考書・参考資料等

① Karen Glanz, Barbara K.Rimer, Frances Marcus Lewis 著：「健康行動と健康教育ー理論，研究，実践」医学書院，2006，4410円

② 日本健康教育学会編：「健康教育ーヘルスプロモーションの展開」保健同人社，2003，3200円＋税

学生に対する評価

活動レポート（毎回） 40点，分析シート 30点，モニタリングシート 30点，合計100点

※1時間を45分とみなし，1回の授業時間は，90分とする。

| | | | |
|--|----------------------|-------------|------------------------|
| 授業科目名： 公衆衛生学特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：小川寿美子 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| <p>授業のテーマ及び到達目標</p> <p>1) 健康に生きるとは、健康に生きる力、社会的健康とは何かについて理解する。</p> <p>2) 健康のために何をするか、何が健康を阻害するかについて第三者にわかりやすく説明することができる。</p> <p>3) 講義を通じて、生き方の多様性と選択について何らかのアクションを起こすことができる。</p> | | | |
| <p>授業の概要</p> <p>本講義では、健康を守り、保健医療や環境や社会とのより良い関係を築き、さらにそれらをよりよく変えていくうえで必要になってくる知識やスキルと、生物医学的な見方・考え方に偏らない多様な見識とクリティカルな思考を修得することを目的とする。また受講者が自らの生き方を創出する主体であるのみならず、社会参加により平和、健康、福祉、持続的地球環境を形成するといった、世界を変えうる主体という認識を養うことを目標とする。</p> | | | |
| <p>授業計画</p> <p>第1回：第1章 健康に生きるとは、健康に生きる力、社会的健康とは 生涯発達と健康、社会、生き方について学び、理解する。</p> <p>第2回：第1章 健康に生きるとは、健康に生きる力、社会的健康とは 健康に生きる力について理解し、ディスカッションをする。</p> <p>第3回：第2章 健康のために何をするか、何が健康を阻害するか。 食と健康；身体、身体活動、睡眠と健康について学ぶ。</p> <p>第4回：第2章 健康のために何をするか、何が健康を阻害するか。 薬品、薬物と健康について理解し、意見交換する。</p> <p>第5回：第2章 健康のために何をするか、何が健康を阻害するか。 心と身体の病気、口腔保健と医療・健康サービスについて理解する。</p> <p>第6回：第3章 健康に生きていく場、健康を阻害する場 生活の場“大学、職場、家庭、地域”と健康の事例研究をする。</p> <p>第7回：第3章 健康に生きていく場、健康を阻害する場 国境を越える人の移動と健康について理解し、ディスカッションする。</p> <p>第8回：第3章 健康に生きていく場、健康を阻害する場 環境・自然災害と健康の諸事例について学ぶ。</p> <p>第9回：第4章 生き方の多様性と選択 セックス、ジェンダー、セクシュアリティと健康について学ぶ。</p> | | | |

第10回：第4章 生き方の多様性と選択

病・障害の体験の事例についてディスカッションする。

第11回：第4章 生き方の多様性と選択

老いること，死にゆくことに関して理解し，意見交換をする。

第12回：第4章 生き方の多様性と選択

先端医療と医療に関わる社会のルールについて理解する。

第13回：第5章 市民として社会制度を使う，変える。

健康，医療と福祉を支える社会のしくみについて発表する。

第14回：「健康に生きるとは」をテーマにディスカッションをする。

第15回：総括

テキスト

- 1) 山崎喜比古（監修），朝倉隆司（編）．『新・生き方としての健康科学〔第二版〕』．有信堂．2021．
- 2) 中村安秀（編）．『地域保健の原点を探る—戦後日本の事例から学ぶプライマリヘルスケア』．医学書院．2018．

参考書・参考資料等

特になし

学生に対する評価

講義の事前課題（30点），講義での発表とディスカッション（40点），
期末レポート（30点）

※1 時間を 45 分とみなし，1 回の授業時間は，90 分とする。

| | | | |
|---|----------------------|-------------|-----------------------|
| 授業科目名： コーチング特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：平野貴也 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| スポーツコーチングの原則に基づいて健康維持増進，競技力向上に効果的なスポーツの実践法及びトレーニング法・指導方法に関する専門的知識及び理論の理解を深めることを目標とする。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では，種目特性に応じたコーチングの原則及びコーチング理論と方法論，トレーニングのあり方について理解する。ジュニアから高齢者まで競技選手はもちろん，健康づくりやパフォーマンス向上など対象者に応じたトレーニング指導とコーチングについて学ぶ。テーマを設定し，テーマに関する文献を読み，効果的にトレーニング・コーチングを行うための問題解決法や評価法を取り上げて検討を加えるとともに，地域社会や部活動での実践事例を踏まえながらディスカッションを展開する。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 本講義は，種目特性に応じたコーチングの原則及びコーチング理論と方法論，トレーニングのあり方について理解し，テーマを設定し，テーマに関する文献を読み，効果的にトレーニング・コーチングを行うための問題解決法や評価法を取り上げて検討を行う。 | | | |
| 第1回：オリエンテーション | | | |
| コーチングの原則に対する理解を深める。 | | | |
| 第2回：トレーニングの基礎的理解と指導方法 | | | |
| トレーニングの基礎を確認し，パフォーマンスの向上に結び付く指導法，指導者の役割について理解する。 | | | |
| 第3回：コーチングスタイルの確立 | | | |
| 指導目標の設定し，目標達成に向けた指導方法，自身のコーチングスタイルを明確化する。 | | | |
| 第4回：選手とのコミュニケーション | | | |
| コーチングにおけるコミュニケーションスキルを理解し，運動者との問題解決と課題解決について考える。 | | | |
| 第5回：心理的なコーチングスキル | | | |
| 特にモチベーションの高揚に焦点を当て，運動に取り組み気持ちの強化について考える。 | | | |
| 第6回：身体的な運動スキル獲得の特性 | | | |
| 運動の特性を理解し，種目や特性に応じたスキル獲得のための指導方法について議論する。 | | | |
| 第7回：トレーニング計画① | | | |

年齢，体力，心身の発達に応じた適時性を考慮し，種目に応じたトレーニング計画を考える。

第8回：トレーニング計画②

年間計画や期間計画，ケガの予防と対処に応じた適時性を考慮し，種目に応じたトレーニング計画を考える。

第9回：トレーニング方法と指導法①

種目に応じたレジスタンス系のトレーニング方法について調べ，その指導方法について議論する。

第10回：トレーニング方法と指導法②

種目に応じた有酸素系のトレーニング方法について調べ，その指導方法について議論する，課題の提示。

第11回：トレーニング分析と評価

コーチングを行う際に必要となるパフォーマンスの分析と評価方法，フィードバックの活用について理解を深める。

第12回：コーチング・トレーニング環境の整備

技術，用具，練習時間，費用，安全管理などコーチング・トレーニングを行う際の環境の整備について考える。

第13回：トレーニングに関する諸問題

文献・論文を読みレポートし，トレーニングに関する諸問題について事例をあげて議論する。

第14回：コーチングに関する諸問題

文献・論文を読みレポートし，トレーニングに関する諸問題について事例をあげて議論する。

第15回：発表とまとめ

トレーニング・コーチングに関する課題についてまとめ，発表を行う。発表内容について議論し，理解を深める。

テキスト

適時プリントを配布する。

参考書・参考資料等

特になし。

学生に対する評価

受講態度・学習への取り組み 30点，発表の内容 30点，レポート課題 40点

合計 100点

※1時間を45分とみなし，1回の授業時間は，90分とする。

| | | | |
|--|----------------------|-------------|-----------------------|
| 授業科目名： スポーツ文化特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：大峰光博 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 1) 現在進行形で生じているスポーツの諸問題について理解する。 2) スポーツ哲学とスポーツ史の学術的成果を理解する。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 2011年6月にスポーツ基本法が公布され、「スポーツは、世界共通の人類の文化である。」と明記された。スポーツに対する社会的な期待は大きい一方で、2018年にはスポーツ界の不祥事がマスメディアにおいて大きく取り上げられた。本授業ではスポーツ文化の功罪について、哲学と歴史の観点から検討する。スポーツ文化論の知見を提示しつつ、現在進行形で生じているスポーツの諸問題についてディスカッションを行う。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：オリエンテーション 授業の概要と進め方，成績評価，受講上の注意点について理解する。 | | | |
| 第2回：スポーツ概念の検討 スポーツマンシップ概念の変遷について理解する。 | | | |
| 第3回：オリンピックレガシーの検証① 古代オリンピックの終焉と近代オリンピックの復興について理解する。 | | | |
| 第4回：オリンピックレガシーの検証② オリンピックの経済効果について理解する。 | | | |
| 第5回：オリンピックレガシーの検証③ 1964年の東京オリンピックと沖縄の聖火リレーについて理解する。 | | | |
| 第6回：ドーピング① 近年のドーピング事例と方法について理解する。 | | | |
| 第7回：ドーピング② スポーツ哲学領域におけるドーピングの是非論について理解する。 | | | |
| 第8回：運動部活動の課題 教員の働き方改革と部活動の地域移行について理解する。 | | | |
| 第9回：プレゼンテーションとディスカッション スポーツ文化に関する調査内容を発表する。 | | | |
| 第10回：スポーツにおける暗黙のルールという文化 暗黙のルールとしての野球の報復死球と乱闘について理解する。 | | | |

第11回：スポーツと暴力①

スポーツにおける体罰とハラスメント事例について理解する。

第12回：スポーツと暴力②

スポーツと暴力の親和性について理解する。

第13回：スポーツと差別①

スポーツにみる階級差別と人種的ステレオタイプについて理解する。

第14回：スポーツと差別②

能力差別としてのスポーツを中島義道による差別論から理解する。

第15回：授業の総括

テキスト

特になし。

参考書・参考資料等

阿部生雄著『近代スポーツマンシップの誕生と成長』（筑波大学出版会，2009年）

川谷茂樹著『スポーツ倫理学講義』（ナカニシヤ出版，2005年）

大峰光博著『野球における暴力の倫理学』（晃洋書房，2016年）

学生に対する評価

授業でのプレゼンテーション・ディスカッション（40点）と期末報告レポート（60点）の結果から評価する。

※1時間を45分とみなし，1回の授業時間は，90分とする。

| | | | |
|---|----------------------|-------------|-------------------------------|
| 授業科目名： 学校保健特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：高倉実，神田奈津子 担当形態：オムニバス |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 児童生徒の心身の健康増進及び健康管理や健康教育にかかわる専門的知識を理解する。 児童生徒の心身の健康状態や発育発達の実態とそれらに及ぼす物理的環境や心理社会的要因の影響、健康問題に対する学校健康教育の役割等について理解する。 Health Promotion の理念に基づく包括的な学校保健活動を理解する。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では、児童生徒、学生及び職員の健康の保持増進を図り、学校教育の円滑な実施とその成果の確保に資するために、学校保健を構成する保健管理と保健教育及び保健組織活動について理解を深め、特に児童生徒の心身の健康状態や発育発達の実態と、それらに影響を及ぼす様々な物理的環境要因や心理社会的要因の詳細、健康問題に対する学校健康教育・ヘルスプロモーションの役割等について探求することを目的とする。加えて、ヘルスプロモーションの理念に基づく学校保健活動を企画、調整、促進することのできる能力を養う。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：学校保健の概要、制度 日本の学校保健の法制度を知る。（担当：高倉実） | | | |
| 第2回：保健管理と保健教育、ヘルスプロモーション 学校保健を構成する領域内容を理解し、ヘルスプロモーション理念の関わりについて考える。（担当：高倉実） | | | |
| 第3回：健康評価（保健調査、健康診断、健康観察） 保健調査、健康診断、健康観察の意義と内容について理解する。（担当：高倉実） | | | |
| 第4回：児童生徒の発育発達 児童生徒の発育発達の実態及び測定について理解する。（担当：高倉実） | | | |
| 第5回：児童生徒の疾病異常 児童生徒の疾病異常の内容及び診断について理解する。（担当：高倉実） | | | |
| 第6回：児童生徒の健康関連体力 児童生徒の健康関連体力の実態を知り、その意義について考える。（担当：高倉実） | | | |
| 第7回：児童生徒の健康行動・危険行動 児童生徒の健康行動・危険行動の実態について知り、行動変容について考える。（担当：高倉実） | | | |
| 第8回：児童生徒の健康格差 | | | |

| |
|---|
| <p>児童生徒の健康格差の実態を知り，その対策について考える。（担当：高倉実）</p> <p>第9回：学校環境衛生</p> <p>学校健教衛生の意義と内容について理解する。（担当：高倉実）</p> <p>第10回：保健科教育と保健指導</p> <p>学校健康教育について知り，そのあり方について考える。（担当：高倉実）</p> <p>第11回：学校安全と安全教育</p> <p>学校安全及び安全教育について知り，そのあり方について考える。（担当：高倉実）</p> <p>第12回：学校給食</p> <p>学校給食の制度を理解し，そのあり方を考える。（担当：高倉実）</p> <p>第13回：教職員の健康，学校保健組織活動</p> <p>学校保健を円滑に行うための学校保健組織活動について理解する。教職員のメンタルヘルスなどの健康問題の実態を知り，その対策について理解する。（担当：神田奈津子）</p> <p>第14回：学校保健計画・学校安全計画</p> <p>学校保健計画及び学校安全計画の意義と作成の手順について理解する。（担当：神田奈津子）</p> <p>第15回：保健室，養護教諭の役割</p> <p>保健室及び養護教諭の役割の歴史的変遷について理解する。（担当：神田奈津子）</p> |
| <p>テキスト</p> <p>担当教員が作成したテキストを活用します。</p> |
| <p>参考書・参考資料等</p> <p>特になし。</p> |
| <p>学生に対する評価</p> <p>発表 70点，グループ活動 30点</p> |

※1 時間を 45 分とみなし，1 回の授業時間は，90 分とする。

| | | | |
|---|----------------------|-------------|----------------------|
| 授業科目名： 伝統武道特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：蘆姜威 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 武道全般、特に沖縄の地域文化である沖縄伝統空手道について、基礎知識を的確に把握する。 文献資料の蒐集、分析、考察などの研究方法の基本を身につける。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義は、講義形式で行う。 本講義は、琉球士族の嗜みの一つでもある武芸について、その内在的文化の本質を理解し、 武道の武芸の特質の理解を深めていく。また、沖縄の地域文化である沖縄伝統空手道の歴史的 変遷・諸事象について考察していく。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：オリエンテーション | | | |
| 武の概念：武の字義、武術、武道、武芸などについて論ずる。 | | | |
| 第2回：世界武芸文化の概観 | | | |
| 世界各地の武芸文化を比較し、各自の特徴を論ずる。 | | | |
| 第3回：文武両道観 | | | |
| 中国、日本、沖縄の文武両道観を論ずる。 | | | |
| 第4回：琉球武芸の諸相 | | | |
| 文献資料から琉球武芸の諸相を考察する。 | | | |
| 第5回：徒手空拳の武芸（沖縄伝統空手道）の黎明期 | | | |
| 文献資料から徒手空拳の武芸（沖縄伝統空手道）の黎明期の諸事象について考察する。 | | | |
| 第6回：沖縄伝統空手道の学校教育への導入 | | | |
| 沖縄伝統空手道の学校教育への導入の時期、影響について論ずる。 | | | |
| 第7回：地域行事などで演じられる沖縄伝統空手道 | | | |
| 沖縄伝統空手道がどのようにして地域行事などで登場するようになったのかを考察する。 | | | |
| 第8回：沖縄伝統空手道の組織化 | | | |
| 沖縄伝統空手道の組織的な活動はどのように展開していくかを考察する。 | | | |
| 第9回：沖縄伝統空手道の県外への普及 | | | |
| 沖縄伝統空手道の県外への普及はどのように展開していくかを考察する。 | | | |
| 第10回：沖縄伝統空手道の流儀 | | | |
| 首里手、那覇手、泊手、上地流、剛柔流、しょう林流などの流儀流派について考察する。 | | | |
| 第11回：沖縄伝統空手道の秘伝書『沖縄伝武備志』の概論 | | | |

| | |
|---|--|
| <p>『沖縄伝武備志』の内容、構成、特徴などについて論ずる。</p> <p>第12回：沖縄伝統空手道の秘伝書『沖縄伝武備志』の伝達経路</p> <p>武道界において『沖縄伝武備志』はどのようにして伝達していくかを考察する。</p> <p>第13回：沖縄伝統空手道の名称の変遷</p> <p>唐手から空手への名称変遷について考察する。</p> <p>第14回：沖縄伝統空手道の型</p> <p>沖縄伝統空手道はどのような型があるのか、またその型名称についても考察する。</p> <p>第15回：まとめ</p> <p>これまでの講義を総復習し、伝統武道は極める処はどこなのか、また地域文化として沖縄伝統空手道のこれからのあり方を議論する。</p> | <p>テキスト</p> <p>適宜プリントを配布する</p> |
| <p>参考書・参考資料等</p> <p>(1) 中林信二 『武道のすすめ』 中林信二先生遺作集刊行会 1987 年</p> <p>(2) 藤原稜三 『格闘技の歴史』 ベースボールマガジン社 1990 年</p> <p>(3) 高宮城繁・比嘉敏雄・比嘉勝芳（編著）『沖縄空手道概説－武道空手の諸相－』 沖縄空手道協会北谷道場 1996 年</p> <p>(4) 高宮城繁・比嘉敏雄（編著）『武魂－奥妙在錬心』 沖縄空手道協会北谷道場 2002 年</p> <p>(5) 高宮城繁・新里勝彦・仲本政博（編著）『沖縄空手古武道事典』 柏書房株式会社 2008 年</p> | <p>学生に対する評価</p> <p>授業への取り組み状況 40 点 課題発表 30 点</p> <p>期末試験（或いはレポート） 30 点 合 計 100 点</p> |

※1 時間を 45 分とみなし、1 回の授業時間は、90 分とする。

| | | | |
|---|----------------------|-------------|-----------------------|
| 授業科目名： スポーツ倫理特論 | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：大峰光博 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 1) スポーツに顕在・潜在化する問題について理解する。 2) スポーツ哲学の学術的成果を理解する。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では、スポーツに顕在・潜在化する問題を倫理学の観点から考察することによって、保健体育科教員・スポーツ指導者に求められる規範を再考することを目指す。スポーツ哲学の領域において用いられる倫理学理論の解説を行い、スポーツの問題を論じていく。具体的には、スポーツにおけるトラッシュトークの問題、連帯責任の問題、大差で勝利することの是非、プレイオフの是非を扱う。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：オリエンテーション | | | |
| 授業の概要と進め方、成績評価、受講上の注意点について理解する。 | | | |
| 第2回：応用倫理学におけるスポーツ倫理学について | | | |
| スポーツ科学の一領域としてだけでなく、応用倫理学における一領域である点を理解する。 | | | |
| 第3回：倫理学理論① | | | |
| スポーツ哲学領域において用いられる倫理学理論である、功利主義と義務論について理解する。 | | | |
| 第4回：倫理学理論② | | | |
| スポーツ哲学領域において用いられる倫理学理論である、徳倫理学について理解する。 | | | |
| 第5回：スポーツ哲学領域における「失敗した試合」の理論 | | | |
| スポーツ哲学者らによる「失敗した試合」の理論の相違について理解する。 | | | |
| 第6回：スポーツにおけるトラッシュトークの問題 | | | |
| 「失敗した試合」の理論から、トラッシュトークという事象について理解する。 | | | |
| 第7回：スポーツにおける連帯責任の問題① | | | |
| 近年において議論になった、スポーツにおける連帯責任事例について理解する。 | | | |
| 第8回：スポーツにおける連帯責任の問題② | | | |
| 政治哲学領域における連帯責任論から、スポーツにおける連帯責任の是非について理解する。 | | | |
| 第9回：プレゼンテーションとディスカッション① | | | |
| スポーツにおける倫理的ジレンマ事例について調査し、発表する。 | | | |

第10回：プレゼンテーションとディスカッション②

スポーツにおける倫理的ジレンマ事例についてディスカッションを行う。

第11回：大差で勝利することの是非①

近年において議論になった、大差でのスポーツ事例について理解する。

第12回：大差で勝利することの是非②

大差の試合の是非について、見解の異なるスポーツ哲学者らによる論点について理解する。

第13回：プレイオフの是非論①

各競技におけるプレイオフの違いについて理解する。

第14回：プレイオフの是非論②

プレイオフの是非について、見解の異なるスポーツ哲学者らによる論点について理解する。

第15回：授業の総括

テキスト

特になし。

参考書・参考資料等

大峰光博『野球における暴力の倫理学』（晃洋書房，2016年）

大峰光博『スポーツにおける逸脱とは何か：スポーツ倫理と日常倫理のジレンマ』（晃洋書房，2019年）

飲茶『正義の教室：善く生きるための哲学入門』（ダイヤモンド社，2019年）1,650円

学生に対する評価

授業でのプレゼンテーション・ディスカッション（40点）と期末報告レポート（60点）の結果から評価する。

※1時間を45分とみなし、1回の授業時間は、90分とする。

| | | | |
|---|----------------------|-------------|-----------------------|
| 授業科目名： 保健体育科教育特論Ⅰ | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：濱本想子 担当形態：単独 |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| 1) 体育科教育学，保健科教育学，教師教育学におけるこれまでの論点を理解し，説明できる。 2) 保健体育及び教師教育の今後のあり方について，自分の見解を述べることができる。 3) 自己及び他者の専門性開発とその方法論について理解できる。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本科目では，保健体育における先進的なカリキュラム及び授業を開発・実践，そして評価するための基礎的・基本的な教育力・研究力を育成する。体育科教育学，保健科教育学，教師教育学に関連する国内外の重要文献を取り上げ，保健体育科のカリキュラム論，目標・内容・方法・評価論，さらには専門性開発論などについて討議し，これまでの教科の授業実践及び教育研究の成果や課題，今後のあり方について探求する。そして，自己のみならず，他者の専門性開発を支援できるよう，教師教育の視座からその理論と方法について理解を深める。なお，本科目は資料や課題等の共有・提出にMicrosoft Teamsを活用しながら，講義・演習形式で行う。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：オリエンテーション：授業の概要と進め方 本授業の概要と進め方を説明する。また，特定回の課題論文に対する発表担当者を決める。 | | | |
| 第2回：教科教育（学）と教師教育（学）とは 教科教育（学）と教師教育（学）の歴史や特質，これまでの論点などについて，国内外の文献や実践事例から理解する。また，“授業”と“教える”ということの原理を理解する。 | | | |
| 第3回：学習論：“学ぶ”とはどういうことか 子どもや教師の“学び”について，学習理論をベースに理解する。 | | | |
| 第4回：カリキュラム論：カリキュラムをマネジメント・デザインするとは カリキュラムをマネジメントするということ，デザインするということについて，カリキュラム論をベースに理解し，実際にカリキュラムをデザインしてみる。 | | | |
| 第5回：目標論：保健体育で育成すべき力とは 保健体育科の目標について，これまでの時代背景も踏まえながら理解し，保健体育で育成すべき力について議論する（ディスカッション）。 | | | |
| 第6回：内容論：保健体育で何を学ばせるか 保健体育科の学習内容について，歴史的背景や文化的側面からその特徴を理解する。また，保健体育における学習内容の分析や抽出を試みる。 | | | |
| 第7回：教材論：教材とはなにか・どう創るか | | | |

| | |
|---|--|
| <p>目標や内容に即した，“教材づくり”の理論や方法を理解する。</p> <p>第8回：方法論—保健体育でどう教えるか</p> <p>保健体育における，効果的な学習方法論や指導論について理解する。</p> <p>第9回：評価論—生徒・教師・授業を評価するとは</p> <p>子どもの学習や教師の指導，そして授業を評価する上で重要な視点や方法について，評価論をベースに理解する。</p> <p>第10回：インストラクショナルデザインとは</p> <p>ガニエのインストラクショナルデザイン（ID）について，原理を理解する。また，IDの原理を応用した子どもの学習プロセスの支援の仕方について，考えまとめる。</p> <p>第11回：専門性開発論①—授業研究（レッスンスターディ）とは何か</p> <p>古くから日本の教師の専門性開発に貢献してきた“授業研究”について，その歴史や特徴，そして具体的な方法について理解する。また，どのような授業研究がこれからの教師の成長や授業の発展につながるか，自分（たち）なりの考えをまとめる。</p> <p>第12回：専門性開発論②—セルフスタディとは何か</p> <p>欧米で発展してきた教師の専門性開発につながる研究方法論である“セルフスタディ”について，その歴史や特徴，そして具体的な方法について理解する。また，いかにセルフスタディを行えば，教師の成長や授業の発展につながるか，自分（たち）なりの考えをまとめる。</p> <p>第13回：保健体育における今日的課題の探求①</p> <p>これまでの学修を踏まえ，保健体育科における今日的な研究課題について探究する。</p> <p>第14回：保健体育における今日的課題の探求②</p> <p>これまでの学修を踏まえ，保健体育科における今日的な研究課題について探究したものを発表し，クラス内でディスカッションする。</p> <p>第15回：まとめ</p> <p>本授業のまとめを行う。</p> | <p>テキスト</p> <p>主に，担当教員が作成したテキストを活用します。</p> |
| <p>参考書・参考資料等</p> <p>特になし。</p> | |
| <p>学生に対する評価</p> <p>以下の2観点から，評価いたします。</p> <p>・レポート及び小課題 80点 ・授業への取り組み状況や態度 20点 （合計100点）</p> | |

※1時間を45分とみなし，1回の授業時間は，90分とする。

| | | | |
|--|----------------------|-------------|-------------------------|
| 授業科目名： 保健体育科教育特論Ⅱ | 教員の免許状取得の ための選択科目 | 単位数： 2単位 | 担当教員名：大峰光博，小賦肇，濱本 想子 |
| | | | 担当形態：複数・オムニバス |
| 科 目 | 教科及び教科の指導法に関する科目 | | |
| 施行規則に定める 科目区分又は事項等 | 教科に関する専門的事項 | | |
| 授業のテーマ及び到達目標 | | | |
| ・ 教師及び教師教育者の専門性と専門性開発の手立てについて理解し，説明できる。 | | | |
| ・ 授業研究の理論や実践について理解し，説明できる。 | | | |
| ・ 授業改善や教師の専門性開発の支援の仕方や助言の仕方について理解し，実践ができる。 | | | |
| 授業の概要 | | | |
| 本講義では，授業研究のスタイルを取り入れ，学校現場や大学での保健体育授業及び模擬授業の観察や補助，実践，事前・事後検討などの実践的な演習を通して，昨今の教育課題に対応できる授業設計力・運営力・分析力・省察力を養う。そして，授業研究を通じた授業改善及び教師の専門性開発を支援できるリーダー教員としての資質能力も養う。なお，本科目はMicrosoft Teamsを活用しながら演習形式（対面・遠隔のハイブリッド）で行う。 | | | |
| 授業計画 | | | |
| 第1回：オリエンテーション | | | |
| 本授業の概要と進め方を説明する。（担当：大峰光博，濱本想子） | | | |
| 第2回：今日的課題と教師及び教師教育者の専門性開発 | | | |
| 学校教育や保健体育科を取り巻く今日的課題を整理し，教師や教師教育者（リーダー教員を含む）の役割とその専門性開発の方法について，理解を深める。 | | | |
| （担当：大峰光博，濱本想子） | | | |
| 第3回：授業を設計・運営・分析・省察するとは | | | |
| 教師の仕事の中核である，授業を設計・運営・分析・省察する上で重要な理論や手立てについて理解する。（担当：大峰光博，濱本想子） | | | |
| 第4回：授業研究の理論と実践の理解 | | | |
| 授業研究の理論や実践について，国内外の先行研究や実践事例をもとに理解を深める。また，具体的な授業研究の行い方について理解する。（担当：大峰光博，濱本想子） | | | |
| 第5回：模擬授業研究：事前検討会 | | | |
| 研究授業（保健体育）に向けて，授業計画及び教材研究を行う。授業者以外は，授業者に対して助言者の立場に立って助言を行う。（担当：大峰光博，小賦肇，濱本想子） | | | |
| 第6回：模擬授業研究：研究授業 | | | |
| 授業者（学生），生徒役（学生），そして指導助言者（大学教員）の役を担い，研究授業（保健体育）と協議会を行う。（担当：大峰光博，小賦肇，濱本想子） | | | |

第7回：模擬授業研究：事後検討会

研究授業後の事後検討を行う。事前検討会で検討した授業計画や教材，研究授業，その後の協議会の成果と課題について振り返り，今後の改善にどうつなげるか，議論を行う。

（担当：大峰光博，小賦肇，濱本想子）

第8回：フィールドワーク①

教職課程における「各教科の指導法」もしくは学校現場における校内研修等に参画し，指導や助言，運営に取り組む。（担当：大峰光博，濱本想子）

第9回：フィールドワーク②

教職課程における「各教科の指導法」もしくは学校現場における校内研修等に参画し，指導や助言，運営に取り組む。（担当：大峰光博，濱本想子）

第10回：フィールドワーク①・②の振り返り

フィールドワーク①・②について，当該実践の振り返りや自己の指導・助言，運営の内容について省察を行う。（担当：大峰光博，濱本想子）

第11回：フィールドワーク③

教職課程における「各教科の指導法」もしくは学校現場における校内研修等に参画し，指導や助言，運営に取り組む。（担当：大峰光博，濱本想子）

第12回：フィールドワーク④

教職課程における「各教科の指導法」もしくは学校現場における校内研修等に参画し，指導や助言，運営に取り組む。（担当：大峰光博，濱本想子）

第13回：フィールドワーク③・④の振り返り

フィールドワーク③・④について，当該実践の振り返りや自己の指導・助言，運営の内容について省察を行う。（担当：大峰光博，濱本想子）

第14回：教師及び教師教育者の専門性開発のあり方

これまでの学びを活かし，教師及び教師教育者の専門性開発を促すために，効果的な方法や手立てについて考える。（担当：大峰光博，濱本想子）

第15回：まとめ

本授業のまとめを行う。（担当：大峰光博，濱本想子）

テキスト

主に，担当教員が作成したテキストを活用します。

参考書・参考資料等

特になし。

学生に対する評価

以下の2観点から，評価いたします。

・レポート及び小課題 80点 ・授業への取り組み状況や態度 20点 （合計100点）

※1時間を45分とみなし，1回の授業時間は，90分とする。