

副専攻名 健康スポーツ学

副専攻のCP(カリキュラム編成方針)

地域創造学類・健康スポーツコース専攻以外の学生が、健康・スポーツ科学の概要を学ぶ科目群として位置づけられている。健康スポーツコースの専門科目14科目中より20単位以上修得することによって、健康・スポーツに関する地域課題を学際的、横断的に学び、健康づくり、市民の運動スポーツ生活と運動スポーツ組織経営の基本的知識と技術を学ぶことを目指している。

副専攻の学習成果

- ・健康・スポーツ科学を構成する領域と問題意識を理解する。
- ・健康・スポーツに関する地域課題を把握し分析する能力が身につく。
- ・健康・スポーツに関する地域課題の解決に向けた施策や方法論を理解する。

副専攻を構成する科目

科目番号	授業科目名	学生の学習目標	学年	前期	後期
15004	健康スポーツ論	なぜ「健康」や「スポーツ」が地域社会にとって重要課題として取りあげられているのかについて、学術的動向や医療、社会制度、マーケットなどの観点から学習する。	1		2
35300	健康づくり論	地域などでの健康問題を把握するために必要な健康についての考え方や、健康づくりを進めていく上で配慮しなければならない事柄について考察できるようになるようになる。	2	2	
35301	健康体力論	健康・体力の基本的概念、健康・体力と運動やトレーニングとの関係について理解する。	2	2	
35302	スポーツと身体システム論	スポーツという身体活動に対して、身体構造や機能がどのように関わっているのかについての基本的な事実を学習する。	2	2	
35303	健康と食品機能	健康に関連する栄養素および食品成分についての基礎知識の修得を目的とし、食品の一次機能(栄養素)、二次機能(おいしさ)、三次機能(生体調節機能)について理解する。	2	2	
35304	生涯スポーツ論	生涯スポーツ社会の実現に向けた我が国のスポーツ政策を理解する。生涯スポーツ社会の実現について、住民生活と政策の両面から理解し、多面的に考察できる。	2	2	
35305	スポーツ指導論	スポーツ指導の基礎的な理論の理解と実際の指導法について学び、グループでスポーツ指導ができる。	2	2	
35306	健康教育学	健康に対する認識を広めたり深めたりすることができ、さらに健康教育を進める上での目標設定やプログラム開発、及び健康教育の実施・評価について一定の見通しを持つことができるようになる。	2		2
35307	健康スポーツデータ解析	卒論作成に不可欠なスポーツ統計の基礎を理解し、正しい統計の使い方を学習する。	2		2
35308	スポーツ生理学 (運動生理学を含む)	身体の構造や機能に関する生理学的な基礎知識を学び、さらに発育・加齢、運動などが身体の生理機能の変化や適応変化に及ぼす影響などについて学習する。	2		2
35309	健康栄養学	糖質、脂質、タンパク質、無機質、ビタミンの栄養的意義、および糖質、脂質、タンパク質、エネルギーの代謝、スポーツやダイエット時の栄養等について修得し、基礎的な栄養管理ができるようになる。	2		2
35310	スポーツ社会学	スポーツと人間や社会の関係を理解する専門的知識を習得している。スポーツを社会的・文化的側面から理解し、多面的に考察できる。	2		2
35311	スポーツ経営学	体育・スポーツ経営学の基礎理論及び現代的課題を理解した上で、地域に根ざした運営上の課題について考察できる。	2		2
35312	スポーツ心理学	心理学の基礎知識の学習を通して、心理的側面(知覚・認知、感情・情動など)の特性と、身体、運動行動との関係性について理解を深める。	3	2	