

授業科目名	体育講義	担当教員名	新山 悅子
必修/選択	必修 (幼稚園教諭2種免許/保育士資格/ジュニアスポーツ指導員資格)	開講学年・学期	2年 前期 (年間開講数 1講座)
科目区分	基礎科目	単位数	2単位 (30時間)
施行規則に定める科目区分 等	教育職員免許法施行規則第66条の6に定める科目- 体育(講義)	授業方法/担当形態	講義 / 単独
		特記事項	※「保健体育講義/体力トレーニング論/健康管理学」の指導内容を含む
授業の到達目標	①健康管理の必要性を知る。 ②健康を左右する要素を知る。 ③それぞれのポイントを理解する。 ④特に健康を左右する病気と予防法を知る。 ⑤必要パーソナリティーを知る。		
授業の概要	身体の成長・発達を助けるための知っておくべき知識・理論・現状を把握し健康を実際に管理していく上で大切な「3つの要素」について理解し実践していく。また人が生きていく上で様々な障がいになる事、病気などを理解する。指導者として理解しておくべき心構え、パーソナリティを理解する。		
テキスト	使用しない (自作プリント配付)		
参考書・参考資料等	「学生のための健康管理学」木村康一 他 (南山堂)		
成績評価の方法	平常点 (参加意欲、授業態度) …30% 理解度確認 (中間テスト・小テスト) …35% 定期試験…35%		
授業計画	授業の内容	到達目標番号	
第1回	講義内容・評価について 1. 健康管理の必要性 ①健康の定義 ②健康観 ③予防医学の考え方	(1),(2)	
第2回	2. 健康のとらえ方 ①人口 ②出生 ③死亡 ④寿命	(2)	
第3回	3. 健康増進 ①健康増進のための「3要素」	(2)	
第4回	4. 生活習慣と健康 ①栄養・食生活について (特に幼児・ジュニア期のスポーツ指導について)	(2),(3)	
第5回	①～②添加物を知る	(2),(3)	
第6回	②運動について (特に幼児・ジュニア期のスポーツ指導について)	(2),(3)	
第7回	③ストレスと休養について	(2),(3)	
第8回	【小テスト】(中間テスト) ④嗜好品 (タバコ)	(2),(3)	
第9回	⑤嗜好品 (酒・薬物・その他)	(2),(3)	
第10回	⑥環境・歯について	(2),(3)	
第11回	5. 病気とその予防① 血液、血管系と自己管理	(2),(3),(4)	
第12回	5. 病気とその予防② 骨、ホルモン系と自己管理	(2),(3),(4)	
第13回	5. 病気とその予防③ 精神、感染症と自己管理	(2),(3),(4)	
第14回	6. 健康管理の進め方 7. 健康管理の実際	(2),(3)	
第15回	8. コーチ論 指導者の定義・任務・人間性・必要なパーソナリティについて	(5)	
定期試験	筆記試験		