

授業科目名	体育講義	担当教員名	新山 悦子
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/体カトレーニング論/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		