

## 授業科目

## 健康医科学概論

担当教員名 佐藤 敏郎、大森 豪、柵木 聖也、佐藤 大輔、熊崎 昌	対象学年	1	対象学科	スポ
	開講時期	前期	必修・選択	必修
	単位数	2	時間数	30

## ディプロマポリシーとの関連性

知識・理解	思考・判断	関心・意欲	態度	技能・表現
◎	◎	◎	◎	◎

## 授業の概要

健康の概念について全人的に理解するとともに、医学・スポーツ科学分野における運動・スポーツの意義を認識する。

## 授業の目的

健康づくりのための身体活動、トレーニング、コンディショニング、アスレティックリハビリテーション、スポーツ外傷・障害の予防について学ぶ。

## 学習目標

- 1.健康の概念を説明することができる
- 2.医学と運動・スポーツの関わりについて学ぶ
- 3.スポーツ科学と運動・スポーツの関わりについて学ぶ
- 4.アスレティックリハビリテーションの基礎を学ぶ
- 5.健康づくりのための身体活動/運動の基礎を学ぶ

## 授業計画

回数	授業計画・学習の主題	学習方法・学習課題・備考	担当教員
1	オリエンテーション, 健康運動指導士・健康運動実践指導者の仕事	講義	佐藤 敏郎
2	健康づくり事業の実際	講義	佐藤 敏郎
3	体力測定評価概論	講義	佐藤 敏郎
4	健康, スポーツと医科学の関わり	講義	大森 豪
5	身体の成長とスポーツ医科学	講義	大森 豪
6	身体の老化と健康医科学	講義	大森 豪
7	トレーニングと科学の関わり	講義	柵木 聖也
8	トレーニングとコンディショニング	講義	柵木 聖也
9	トレーニングと健康の関わり	講義	柵木 聖也
10	アスレティックトレーナーの仕事	講義	熊崎 昌
11	アスレティックリハビリテーションの基礎	講義	熊崎 昌
12	スポーツ外傷・障害の予防	講義	熊崎 昌
13	身体活動/運動と健康	講義	佐藤 大輔
14	身体活動/運動と身体機能	講義	佐藤 大輔
15	身体活動/運動と認知機能, まとめ	講義	佐藤 大輔

## 使用図書

使用図書	書名	著者名	発行所	発行年	価格	その他
教科書						
参考書						
その他の資料						

## 評価方法

出席は2/3以上を前提とし、出席状況・レポートから判断する。

## 履修上の留意点

## オフィスアワー・連絡先

担当：熊崎昌  
kumazaki@nuhw.ac.jp