

令和7年度 OPEN CAMPUS 模擬授業 一覧

【人間社会学部 スポーツ健康学科】

学部・学科	開催日程	担当教員	授業内容
人間社会学部 スポーツ健康学科	6/22(日)	スポーツ健康学科 在学生	【体験型】学生トーク！ 2023年にドイツで開催されたEuropean Feestyle Skateboarding Championshipsで優勝したトップ・プロスケートボード選手であり、本学の学生（2回生）である長尾一慧さんに、プロスポーツ活動と学業の充実（ディアルキャリア）で得られた資質・能力をどのように社会で活躍力に転換するかについてインタビューする、学生トークイベントです。会場では実際のスケートボード・トリックも披露しますのでご期待ください。
	7/19(土)	宮内 一三 教授	多角的な指導方法の必要性 指導方法には様々な表現方法がある、しかしその受け取り方は人によって異なる。 一つの課題を経験して、その成功体験を人に伝えてみよう。うまく伝えることができるのか、それともなかなか伝わらないのか。その体験から、指導に必要なことを学んでみましょう。
	7/20(日)	泉 健介 講師	スポーツをデータで紐解こう 昨今のICT機器の発展に伴ってスポーツにおいてさまざまなデータが取得可能になり、活用されるようになっていきます。本講義では、ベースボール型の競技を例に挙げて、技術の上達や試合での勝利のために何をすれば良いのか、データを用いて説明します。一見理系分野と思われるかもしれませんが今回は数学の知識は一切必要ありません。是非お気軽に足をお運びください。
	8/8(金)	池田 香代 准教授	スポーツと栄養 一勝つための食事の在り方 運動の効果を高め、強いからだを手に入れるためには、トレーニングだけに力をそそぐのではなく、食事の摂り方が大切です。あなたは普段、食事面で気をつけていることはありますか？ この授業では、スポーツにおける栄養の重要性を解説します。そして、選手として身につけておきたい「食事の基本形」や「補食の摂り方」など、食事を摂るタイミングや摂り方の工夫について紹介します。
	8/9(土)	伊藤 知之 准教授	パフォーマンス向上につなげるトレーニング アスリートがトレーニングする目的は、パフォーマンスを高めたいということがほとんどです。その目的は、これまで行ってきたトレーニングで達成していますか？その目的を達成するためには、トレーニングの目標を決め、計画的にトレーニングをする必要があります。この授業では、そのための目標づくりを中心に構成し、目的達成する道筋について解説します。