

2007 年度

科目名 スポーツ学概論	対象学科・学年 文学部全学科 2 回生 教育教福 2 回生	担当者 宮内 一三
授業テーマ スポーツ文化、生涯スポーツ、スポーツ教育、競技力向上、健康づくり		
授業の概要と目標 体育言論、スポーツ教育学、体育科教育学、コーチ学、スポーツ生理学、バイオメカニクス、スポーツ心理学、スポーツ健康科学、スポーツ経営学、スポーツ社会学からなる体育・スポーツを総合的に学ぶ。健康的なライフスタイルの構築及び QOL(Quality of Life)の向上を目指す。		
評価方法 出席・受講態度・レポート・テストの結果より総合評価する。		
テキスト	著者	出版社
参考書	著者	出版社
授業スケジュール・内容 1. スポーツ文化とは 2. 生涯スポーツ振興の意義 3. 生涯スポーツ振興の現状と課題 4. スポーツの教育的可能性を探る 5. 学校における教育 6. 社会におけるスポーツ教育の可能性 7. 競技力向上をめざす ①体力科学的取り組み 8. ②スポーツ生理学的取り組み 9. ③バイオメカニクスの取り組み 10. ④コーチングの立場から 11. ⑤ゲーム分析 12. 競技力向上を支える ①栄養の管理 13. ②スポーツ心理学的取り組み 14. ③スポーツ障害とリハビリテーション 15. ④アスレティックトレーナーの役割 16. ⑤アンチドーピング 17. ⑥スポーツ組織の現状と課題 18. 競技力向上について考える ①発育・発達・加齢の観点から 19. ②アマチュアリズムとプロフェッショナルリズム 20. スポーツによる健康づくりの意義 ①健康と体力 21. ②生きがいづくりとレクリエーション 22. ③フィットネス産業 23. 年齢に応じた体力づくり 24. 運動療法 25. スポーツと疾病予防 26. スポーツとメンタルヘルス 27. ウォーキング・ジョギングと健康づくり 28. 水泳運動と健康づくり 29. 筋力トレーニングと健康づくり 30. テスト		