

授業科目区分	授業科目名	授業方法	単位	時間	関連の深い授業科目
専門	健康管理概論とスポーツ相談	講義	1	15	スポーツ医学 I スポーツ心理学 I
学科・学年	担当教員名	科目関連実務経歴	実務経歴・分野・授業科目との関連等		
AT学科 1年	石井 馨 / 戸田 次郎	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無			
授業目標 *詳細な目標は、授業の冒頭で提示					
<p>①スポーツ指導者に必要な医学的な知識を学ぶ ②日本版POMSを用いて、選手一人一人の内面的な思いを測定し、そのデータに基づいて、現状の対応策を考えられるようになる。</p>					
この授業の概要、助言、学習支援の方法 など					
<p>①健康の概念および運動が健康に及ぼす利点と危険性の理解 ②生活習慣病の発生機序、および生活習慣病総論、各論 ③POMSは、精神薬理学、薬物療法および心理療法の研究に、非常に多く用いられてきている。しかし、勝利至上主義や練習内容がより高度になり、また選手同士、指導者と選手をより客観的に把握することができれば、その対応策が立てやすくなる。このPOMSは、感情、自己評価と相互意識の側面を測定し、評価基準がしっかりしているので、信頼性があると言われている。授業では、このPOMSの測定用紙を用いて自己評価し、さらに相互に、このデータを用いて、選手と指導者の役割を分担し、ロールプレイを行って、実践的な応用方法を習得できるようにする。</p>					
教科書・参考書					
健康運動実践指導者テキスト					
受講時留意点、その他					
<p>【 全科目受講時共通事項 】※詳細は学生便覧受講における遵守事項参照</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 病気その他止むを得ない事由以外での欠席はしないこと。 ● 授業開始5分前には所定教室で待機し、指定された席で授業を受講すること。 ● 授業中は私語、および授業内容に関係のない行為は自粛すること。 ● 授業中の電子機器の使用は禁止する。但し、担当教員から許可を得た場合はこの限りではない。 ● 当番は授業前後の準備、整理を行うこと。教室、実習室の整理整頓、採光、換気、節電に努めること。 <p>※注意 授業開始時間後の入室は職員室にて「授業開始後入室における聴講申請書」を記入し、記入した用紙を担当講師に手渡して下さい。授業の聴講は許可しますが、出席簿は「欠席」扱いとなります。(公共交通機関遅延により遅延証明書がある場合のみ出席とみなします)。</p>					
成績評価方法					
評価方法	評価割合 (%)	具体的な評価の方法、観点 など			
定期試験	100				
その他		出席状況、姿勢、提出物等で総合的に評価			
(合計)	100				

回数	開講 予定日	テーマ、内容、キーワード 教科書、配布資料	授業日誌	開講日	担当教員 (備考)
1		オリエンテーション		/	石井 戸田
2		健康と体力 健康づくりの必要性 生活習慣病総論		/	石井 戸田
3		生活習慣病各論 生活習慣病の予防 メタボリックシンドローム		/	石井 戸田
4		メディカルチェック		/	石井 戸田
5		スポーツ相談 (POMS) その1。日本版POMS を用いて、選手一人一人の内面的な思い を測定し、そのデータに基づいて、現状の 対応策を考えるようにする。		/	石井 戸田
6		スポーツ相談 (POMS) その2。日本版POMS を用いて、選手一人一人の内面的な思い を測定し、そのデータに基づいて、現状の 対応策を考えるようにする。		/	石井 戸田
7		スポーツ相談 (POMS) その3。日本版POMS を用いて、選手一人一人の内面的な思い を測定し、そのデータに基づいて、現状の 対応策を考えるようにする。		/	石井 戸田
8		まとめ		/	石井 戸田