

科目名	健康教育学								年度	2026
英語科目名	Health Care Education								学期	後期
学科・学年	スポーツトレーナー科三年制	1年次	必/選	必	時間数	15	単位数	1	種別※	講義
担当教員	田原		教員の実務経験		有	実務経験の職種		パーソナルトレーナー		

【科目の目的】

健康教育とヘルスプロモーションに基づいた必要な学習理論（各年代における身体的特徴、心理的な特徴、各世代における内科的、外科的疾患）について学びます

【科目の概要】

生涯にわたる健康づくりを学ぶ授業です。青少年、高齢者、女性、アスリートなど、様々なライフステージの対象を取り上げ、健康と生活に関わるテーマについて学んでいきます。

【到達目標】

- A. 各年代における身体的特徴や心理的な特徴を理解している
- B. 各年代における内科的、外科的疾患を理解している
- C. 各世代における健康と生活に関わる内容を理解している

【授業の注意点】

授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができません。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック 評価	レベル3 優れている		レベル2 ふつう		レベル1 もう少し
到達目標 A	各年代における身体的特徴や心理的な特徴を理解し暗記している		各年代における身体的特徴や心理的な特徴を理解している		各年代における身体的特徴や心理的な特徴を概ね理解している
到達目標 B	各年代における内科的、外科的疾患を理解し暗記している		各年代における内科的、外科的疾患を理解している		各年代における内科的、外科的疾患を概ね理解している
到達目標 C	各世代における健康と生活に関わる内容を理解し暗記している		各世代における健康と生活に関わる内容を理解している		各世代における健康と生活に関わる内容を概ね理解している
到達目標 D					
到達目標 E					

【教科書】

配布プリント

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】

課題・平常点

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		健康教育学			年度	2026
英語表記		Health Education			学期	後期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	オリエンテーション	授業内容・試験についての理解	1 授業の進め方	授業実施上の注意	1	
			2 授業の内容の理解	日程・内容の理解		
			3 健康とは？	健康の定義を知る		
2		発育・発達期の身体的・心理的特徴	1 身体的特徴	発育発達期の身体的成長の過程の理解	1	
			2 心理的特徴	発育発達期の精神的成長の過程の理解		
3	発育発達期の健康	発育・発達期に好発する内科的疾患、外科的疾患	1 内科的疾患	発育発達期特有の内科的疾患を知る	1	
			2 外科的疾患	発育発達期特有の外科的疾患を知る		
4	発育発達期の健康と運動		1 運動の効果	運動における効果を理解する	1	
			2 運動の役割	発育発達期における運動の役割を知る		
			3 運動と禁忌	運動が禁止されている疾患を知る		
5	女性の健康	月経周期と関係する内科的疾患、外科的疾患	1 内科的疾患	女性に好発する内科的疾患を知る	1	
			2 外科的疾患	女性に好発する外科的疾患を知る		
6	女性の運動と健康		1 運動の効果	運動における効果を理解する	1	
			2 運動の役割	女性における運動の役割を知る		
			3 運動と禁忌	運動が禁止されている疾患を知る		
7	高齢者の健康	高齢者に好発する内科的疾患と外科的疾患	1 内科的疾患	高齢者に好発する内科的疾患を知る	1	
			2 外科的疾患	高齢者に好発する外科的疾患を知る		
8	高齢者の運動と健康		1 運動の効果	運動における効果を理解する	1	
			2 運動の役割	発育発達期における運動の役割を知る		
			3 運動と禁忌	運動が禁止されている疾患を知る		
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等