

2020年度 日本工学院八王子専門学校

スポーツ健康学科 テニスコース

健康教育学

対象	2年次	開講期	前期	区分	選	種別	講義	時間数	15	単位	1
担当教員	藤井 加代子			実務 経験	無	職種					

授業概要

発育発達期の身体的特徴、心理的特徴、発育発達期に多いケガや病気、発育発達期のプログラムなどについて学びます。

到達目標

児童期から老年期までのスポーツにおける様々な特徴や対象者に合わせたスポーツ指導を理解することが目標です。

授業方法

児童期から老年期までのスポーツにおける様々な特徴や対象者に合わせた運動を実践しながら学びます。

成績評価方法

試験と課題を総合的に評価します。

履修上の注意

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。

教科書教材

必要に応じて配布

回数	授業計画
第1回	ヘルスプロモーション①
第2回	ヘルスプロモーション②
第3回	健康を害する要因①

第 4 回	健康を害する要因②
第 5 回	メタボリックシンドローム①
第 6 回	メタボリックシンドローム②
第 7 回	運動と健康①
第 8 回	運動と健康②
第 9 回	メタボとロコモ①
第 10 回	メタボとロコモ②
第 11 回	子どものスポーツ①
第 12 回	子どものスポーツ②
第 13 回	ネグレスト①
第 14 回	ネグレスト②
第 15 回	まとめ