

2022
講義要綱
SYLLABUS

北翔大学大学院

GRADUATE SCHOOL, HOKUSHO UNIVERSITY

令和4年度 北翔大学・北翔大学短期大学部 学事日程

月	火	水	木	金	土	日	備考
				4/1	4/2	4/3	
4/4	4/5 在学生 オリエンテーション	4/6 入学式	4/7 オリエンテーション	4/8 オリエンテーション	4/9	4/10	教科書Web販売(～4月下旬)
4/11 ①	4/12 ①	4/13 ①	4/14 ①	4/15 ①	4/16	4/17	教育学科養護教諭コース3年次 養護実習: 4/8～4/28
4/18 ②	4/19 ②	4/20 ②	4/21 ②	4/22 ②	4/23	4/24	
4/25 ③	4/26 ③	4/27 ③	4/28 ③	4/29 昭和の日	4/30	5/1	
5/2 ④	5/3 憲法記念日	5/4 みどりの日	5/5 こどもの日	5/6 ③	5/7	5/8	スポーツ教育学科・教育学科音楽コース・芸術学科4年次 教育実習Ⅰ・Ⅱ(中・高) 5月～10月
5/9 ⑤	5/10 ④	5/11 ④	5/12 ④	5/13 ④	5/14	5/15	
5/16 ⑥	5/17 ⑤	5/18 ⑤	5/19 ⑤	5/20 ⑤	5/21	5/22	こども学科2年次 教育実習: 5/16～6/3
5/23 ⑦	5/24 ⑥	5/25 ⑥	5/26 ⑥	5/27 ⑥	5/28	5/29	
5/30 ⑧	5/31 ⑦	6/1 ⑦	6/2 ⑦	6/3 ⑦	6/4	6/5	
6/6 ⑨	6/7 ⑧	6/8 ⑧	6/9 ⑧	6/10 ⑧	6/11	6/12	
6/13 ⑩	6/14 ⑨	6/15 ⑨	6/16 ⑨	6/17 ⑨	6/18	6/19	健康福祉学科(介護)4年次 訪問介護実習: 6/20～7/1
6/20 ⑪	6/21 ⑩	6/22 ⑩	6/23 ⑩	6/24 ⑩	6/25	6/26	健康福祉学科(介護)2年次 介護基礎実習: 6月下旬～7月上旬
6/27 ⑫	6/28 ⑪	6/29 ⑪	6/30 ⑪	7/1 ⑪	7/2	7/3	教育学科養護教諭コース2年次 看護学臨床実習: 7月～9月
7/4 ⑬	7/5 ⑫	7/6 ⑫	7/7 ⑫	7/8 ⑫	7/9	7/10	
7/11 ⑭	7/12 ⑬	7/13 ⑬	7/14 ⑬	7/15 ⑬	7/16	7/17	
7/18 海の日	7/19 ⑭	7/20 ⑭	7/21 ⑭	7/22 ⑭	7/23	7/24	
7/25 ⑮	7/26 ⑮	7/27 ⑮	7/28 ⑮	7/29 ⑮	7/30	7/31	
8/1 補講・試験日	8/2 補講・試験日	8/3 補講・試験日	8/4 補講・試験日	8/5 補講・試験日	8/6	8/7	こども学科2年次 保育実習Ⅰ・Ⅱ(保育所): 8月～9月
8/8	8/9	8/10	8/11 山の日	8/12	8/13	8/14	心理カウンセリング学科4年次 精神保健福祉援助実習: 8月～9月
8/15	8/16	8/17	8/18	8/19	8/20	8/21	心理カウンセリング学科3年次 心理実習: 8月～9月
8/22	8/23	8/24	8/25	8/26	8/27	8/28	教育学科4年次 保育実習Ⅱ又は保育実習Ⅲ: 8/18～8/31
8/29	8/30	8/31	9/1	9/2	9/3	9/4	教育学科3年次 教育実習(幼・小): 幼稚園8/22～9/9 小学校8月中旬～9月中旬
9/5 創立記念日	9/6	9/7	9/8	9/9	9/10	9/11	健康福祉学科(介護)3年次 介護実習Ⅱ: 8/15～9/23
9/12	9/13	9/14	9/15	9/16	9/17	9/18	健康福祉学科(社)3年次・健康福祉学科(介)4年次 相談援助実習: 8/17～9/20 教科書Web販売(～10月中旬)
9/19 敬老の日	9/20	9/21	9/22 オリエンテーション	9/23 秋分の日 大学祭準備	9/24 大学祭	9/25	こども学科2年次 保育実習Ⅰ(施設): 9月～12月
9/26 ①	9/27 ①	9/28 ①	9/29 ①	9/30 ① 前学期学位記授与式	10/1	10/2	
10/3 ②	10/4 ②	10/5 ②	10/6 ②	10/7 ②	10/8	10/9	
10/10 スポーツの日	10/11 ③	10/12 ③	10/13 ③	10/14 ③	10/15	10/16	
10/17 ③	10/18 ④	10/19 ④	10/20 ④	10/21 ④	10/22	10/23	
10/24 ④	10/25 ⑤	10/26 ⑤	10/27 ⑤	10/28 ⑤	10/29	10/30	
10/31 ⑤	11/1 ⑥	11/2 ⑥	11/3 文化の日	11/4 ⑥	11/5	11/6	
11/7 ⑥	11/8 ⑦	11/9 ⑦	11/10 ⑥	11/11 ⑦	11/12	11/13	
11/14 ⑦	11/15 ⑧	11/16 ⑧	11/17 ⑦	11/18 ⑧	11/19	11/20	
11/21 ⑧	11/22 ⑨	11/23 勤労感謝の日	11/24 ⑧	11/25 ⑨	11/26	11/27	
11/28 ⑨	11/29 ⑩	11/30 ⑨	12/1 ⑨	12/2 ⑩	12/3	12/4	
12/5 ⑩	12/6 ⑪	12/7 ⑩	12/8 ⑩	12/9 ⑩	12/10	12/11	
12/12 ⑪	12/13 ⑫	12/14 ⑪	12/15 ⑪	12/16 ⑫	12/17	12/18	
12/19 ⑫	12/20 ⑬	12/21 ⑫	12/22 ⑫	12/23 ⑬	12/24	12/25	
12/26 ⑬	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	1/1 元日	
1/2 振替休日(元日)	1/3	1/4	1/5	1/6	1/7	1/8	
1/9 成人の日	1/10	1/11 ⑬	1/12 ⑬	1/13 ⑭	1/14	1/15	
1/16 ⑭	1/17 ⑭	1/18 ⑭	1/19 ⑭	1/20 ⑮	1/21	1/22	
1/23 ⑮	1/24 ⑮	1/25 ⑮	1/26 ⑮	1/27 補講・試験日	1/28	1/29	
1/30 補講・試験日	1/31 補講・試験日	2/1 補講・試験日	2/2 補講・試験日	2/3	2/4	2/5	心理カウンセリング学科3年次 精神保健福祉援助実習: 2月～3月
2/6	2/7	2/8	2/9	2/10	2/11 建国記念の日	2/12	心理カウンセリング学科2年次 心理実習: 2月～3月
2/13	2/14	2/15	2/16	2/17	2/18	2/19	教育学科3年次 保育実習Ⅰ(保育所): 2/6～2/18
2/20	2/21	2/22	2/23 天皇誕生日	2/24	2/25	2/26	健康福祉学科(介護)2年次 介護実習Ⅰ: 2/13～3/10 (事前実習: 2/6～2/7)
2/27	2/28	3/1	3/2	3/3	3/4	3/5	教育学科3年次 保育実習Ⅰ(施設): 2/27～3/11
3/6	3/7	3/8	3/9	3/10	3/11	3/12	
3/13	3/14	3/15	3/16	3/17 学位記授与式	3/18	3/19	
3/20	3/21 春分の日	3/22	3/23	3/24	3/25	3/26	
3/27	3/28	3/29	3/30	3/31			

※新型コロナウイルス感染症の影響により、変更となる場合があります。

講義要綱 SYLLABUS の利用にあたって

この冊子は、2022（令和4）年度に開講される授業科目の概要が記載されています。

授業の概要や到達目標をよく確認して授業を選択する参考にしてください。シラバスには、授業の担当教員名や、単位数等の他、次のような事項が記載されています。シラバスに記載された内容をよく理解し、授業に臨んでください。

- ・ 授業のねらい
- ・ 到達目標
- ・ 授業計画
- ・ 準備学習の内容（事前・事後の学習）
- ・ 使用するテキスト（教科書）や、参考書
- ・ 成績評価の方法（どのような基準で評価が決まるのか）
- ・ 質問への対応（連絡先など）
- ・ その他（履修に当たっての特に注意すべき事項が記載されています）

《学習形態》

「授業の計画」各回の右欄に書かれている記号は学習形態を表し、授業の進め方、指導方法を表しています。

学習形態の用語説明

記号	学習形態	概要説明
A	講義	
B	演習	
C	実験	
D	実習	
E	実技	
F	プレゼンテーション	学生が、指示されたテーマや課題について、グループもしくは単独で調査・学習・実習等を行い、そのことについて他の受講生や教員等聴衆の前で発表する学習方法である。発表形式は、パワーポイントなどの情報機器を活用したものやポスターセッションなど様々である。発表後は、聴衆からの質疑に応答する。〇〇発表会、〇〇報告会等を含む。
G	レポートライティング	与えられたテーマや課題について調査や実験等を行い、調べた事実やデータを分析して、その過程と結果・考察などを文書にまとめる。あるいは、授業で学習したことを自分の言葉でまとめたり、自分の経験したことや体験したことなどについて、感じたことを理由とともにまとめるなど、知識や経験を自分の力で文書で表現する学習方法である。
H	グループワーク	教員から与えられた課題に対して、小グループ（3人から6人程度が一般的）内で共同作業やコミュニケーションをとりながら学修を進めていく協同学習である。コミュニケーション能力、メンバーが役割を分担した上で相互に協力・協働して課題に取り組む姿勢、自分の意見を主張する力と他人の意見を受け入れる力、決められた時間内に課題を解決して答えを出す力などを養成し、学生が社会に出てから活動するために必要な力を身につける。

I	ディベート	ある公的な主題について異なる立場（肯定側と否定側）に分かれ議論することを通して、第三者を客観的な証拠に基づいて説得するコミュニケーション形態（討論をする形式）である。 ディベートを通して学生の思考が活性化され、自分の意見や問題意識を持ったり、より論理的な考え方ができるようになるといった効果が期待される。
J	事例研究	ある事例について調査・研究し、問題の所在・原因を究明し、どのように対処するか解決策を見出す学習活動である。指導者は、学生の個別または集団研究に対して、研究の場を設定し、具体的な助言をしたり、事例を紹介したり、研究をコーディネートしたりして、学生の研究を導く立場で関わる。
K	ワークシート	授業前あるいは授業中に、学習の課題や問題等を提示した用紙を用い、調べたことや理解したことを確認し、理解の深化を促す学習方法である。また、講義の内容を書き込めるように準備された用紙等で理解の確認を行ったり、ワークシートに記入された個々の考えをもとに、ペアやグループワークで話し合い、学習内容を共有することもある。
L	ふり返し	授業の途中や終了時に、理解したことや分からなかったこと等について確認を行い、理解の促進を図る学習方法である。確認の方法としては、振り返りシート等の記入、ペア・グループワークによる意見の共有などがある。
M	フィールドワーク	社会調査における情報収集技法の一つである。研究者が直接現場へ出かけ一定期間滞在し、人々の生活に密着しながら出来事を観察・記述し、その空間の社会的構造をリアルに分析しようとするものである。 アクティブ・ラーニングの視点から、本学での「フィールドワーク」とは教員が提示したテーマや課題等について、学生が直接現場へ出かけ実地調査や研究等を通して、より深く分析し課題解決に向かうことをねらいとした学習形態である。
N	ロールプレイ	現実にかかる場面を想定して、参加者がそれぞれに与えられた役割を演じ（ロールプレイ）、疑似体験（シミュレート）をする学習方法である。技術・技能の修得や、現実的なケースにおける多面的な見方、態度・姿勢の涵養、他人の立場への理解などを促進する際に効果的である。

教育課程表

生涯スポーツ学専攻 博士後期課程 専門科目

○単位は必修

科目名	授業形態	年次・単位数		教員名	展開他	免許・資格	ページ
		1年次					
		前	後				
共通科目							
Sports Academic English	演習	②		C.B.サイモンズ	集中講義		167
専門科目 スポーツ科学研究分野							
スポーツ医科学特殊研究	講義	2		沖田孝一	集中講義		168
スポーツ生理学特殊研究	講義	2		井出幸二郎	専門科目2分野12科		169
スポーツバイオメカニクス特殊研究	講義	2		山本敬三	目から1科目以上を		170
アスレティックリハビリテーション特殊研究	講義	2		吉田昌弘	選択		171
スポーツ栄養学特殊研究	講義	2		黒田裕太			172
スポーツ心理学特殊研究	講義	2		畝中智志			173
専門科目 生涯スポーツ学研究分野							
生涯スポーツ学特殊研究	講義	2		川西正志	集中講義		174
スポーツ老年学特殊研究	講義	2		小坂井留美	専門科目2分野12科		175
休養・睡眠学特殊研究	講義	2		小田史郎	目から1科目以上を		176
健康運動科学特殊研究	講義	2		高田真吾	選択		177
アクアフィットネス特殊研究	講義	2		花井篤子			178
冬季スポーツ指導特殊研究	講義	2		竹田唯史			179
研究指導							
特別研究指導 I	演習	←④→		担当教員	集中講義		180

生涯スポーツ学専攻 博士後期課程 専門科目

○単位は必修

科目名	授業 形態	年次・単位数		教員名	展開他	免許・資格	ページ
		2年次					
		前	後				
研究指導							
特別研究指導Ⅱ	演習	←④→	担当教員	集中講義			181

生涯スポーツ学研究科
生涯スポーツ学専攻
博士後期課程

科目名	Sports Academic English			授業形態	演習	単位数	2
教員名	C.B. サイモンズ						
授業の目的	ねらい	英文読解と作文能力およびプレゼンテーション能力を養う。院生の研究テーマに関連する国際的な研究動向を調査できる能力を養う。また、国際学会等で自身の研究を英語で発表し、幅広い観点から意見交換できる能力を養う。研究論文執筆時には、英語で作文できる能力を身に付けさせる。					
	到達目標	(1)研究テーマに関連する英文文献を調査し、読解できる。 (2)調査した文献の内容を説明できる。 (3)自身の研究テーマについて、英文で作文でき、プレゼンテーションできる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】英文文献の調査1 【計画内容】研究テーマに関連したキーワードを絞り込み、関連する文献を検索する。 【授業時間外の学修内容】シラバスの内容を熟読しておくこと。	B	第9回	【テーマ】英文作成4 【計画内容】自身の研究計画について、先行研究の調査結果を踏まえ、ディスカッションする。 【授業時間外の学修内容】作成したプレゼンテーションの準備を行い、口頭プレゼンテーションの予行演習を行うこと。	B・F	
	第2回	【テーマ】英文文献の調査2 【計画内容】取得した文献について、熟読し、その内容をまとめる。 【授業時間外の学修内容】取得した文献を精度しておくこと。専門用語等については、事前に調べておくこと。	B・G	第10回	【テーマ】英文作成5 【計画内容】英文作成技術のまとめ。 【授業時間外の学修内容】作成したプレゼンテーション資料について、整理しておくこと。	L	
	第3回	【テーマ】英文文献の調査3 【計画内容】調査した文献をまとめた内容についてプレゼンテーション資料を作成する。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーション資料作成にあたり、必要な情報をまとめておくこと。	B・F	第11回	【テーマ】プレゼンテーション演習1 【計画内容】自身の卒業研究について、英語のプレゼンテーション資料を作成する。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーション資料作成にあたり、必要な情報をまとめておくこと。	B・F	
	第4回	【テーマ】英文文献の調査4 【計画内容】調査した文献について、口頭でプレゼンテーションし、内容についてディスカッションする。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの準備を行い、口頭プレゼンテーションの予行演習を行うこと。	B・F	第12回	【テーマ】プレゼンテーション演習2 【計画内容】口頭プレゼンテーションし、内容についてディスカッションする。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの準備を行い、口頭プレゼンテーションの予行演習を行うこと。	B・F	
	第5回	【テーマ】英文文献の調査5 【計画内容】英文文献の調査のまとめ。 【授業時間外の学修内容】作成したプレゼンテーション資料について、整理しておくこと。	L	第13回	【テーマ】プレゼンテーション演習3 【計画内容】自身の修士研究について、英語のプレゼンテーション資料を作成する。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーション資料作成にあたり、必要な情報をまとめておくこと。	B・F	
	第6回	【テーマ】英文作成1 【計画内容】自身の研究計画を英文で作成する。 【授業時間外の学修内容】専門用語の訳語について、事前に調べておくこと。	B・G	第14回	【テーマ】プレゼンテーション演習4 【計画内容】口頭プレゼンテーションし、内容についてディスカッションする。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの準備を行い、口頭プレゼンテーションの予行演習を行うこと。	B・F	
	第7回	【テーマ】英文作成2 【計画内容】自身の研究計画を英語のプレゼンテーション資料を作成する。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーション資料作成にあたり、必要な情報をまとめておくこと。	B・F	第15回	【テーマ】プレゼンテーション演習5 【計画内容】プレゼンテーションの技術のまとめ。 【授業時間外の学修内容】作成したプレゼンテーション資料について、整理しておくこと。	L	
	第8回	【テーマ】英文作成3 【計画内容】自身の研究計画について、口頭でプレゼンテーションし、内容についてディスカッションする。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの準備を行い、口頭プレゼンテーションの予行演習を行うこと。	B・F				
テキスト	第1回の授業で指示します。						
参考書	第1回の授業で指示します。						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分			80%		20%	
補足							
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連		経験内容					
		科目との関連					
質問への対応	初回講義時に具体的に説明します。						
資格							
その他							

科目名	スポーツ医科学特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	沖田 孝一						
授業の目的	ねらい	寒冷地域における健康・スポーツ医科学関連の諸問題とこれらに対するアプローチ法について、生涯スポーツと関連づけながら講ずる。近年、健康・スポーツ医科学研究が発展し、その考え方は大きく変化してきている。常に最新の知見に触れながら健康医科学の基礎知識を身につけるとともに、氷雪寒冷域に特有の問題についても健康・スポーツ医科学の見地からアプローチする。					
	到達目標	(1)本講義では、健康・スポーツ医科学に関する新しい学術情報・科学論文を検索・収集し、その研究資料および情報を正しく解釈し、まとめ、考察できる能力(基礎知識および応用力)を身につける。 (2)各自が興味を持つ健康・スポーツ医科学のテーマについて背景から最新の知見まで学究し、reviewする。 (3)研究活動および社会で成功するために必要な英語力を身につける。					
授業の計画	第1回	【テーマ】スポーツ医科学の基礎(1)-健康とは 【計画内容】健康の定義および成り立ちを深く理解する。 【授業時間外の学修内容】シラバスを熟読し、授業で習得したことを整理しておくこと。	A	第9回	【テーマ】Exercise is medicine(疾病治療法としての運動・スポーツ) 【計画内容】運動・スポーツに関する疫学的エビデンスを知る。また疾病治療法としての運動・スポーツについて考える。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・G・I・L	
	第2回	【テーマ】健康・スポーツ医科学の基礎(2)-疾病の発生要因について 【計画内容】健康の阻害因子となる障害や疾病の成因、発生要因について深く理解する。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・B・J・L	第10回	【テーマ】The disease of physical inactivity(運動不足がもたらす病態連関) 【計画内容】運動不足がどのような機序で健康を阻害するのか、身体不活動により起こりやすくなる疾患(がん、うつ、心血管病、代謝性疾患など)を知り、相互の病態連関について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I・L	
	第3回	【テーマ】健康・スポーツ医科学の基礎(3)-生活習慣と疾病 【計画内容】近年、増加の一途をたどる代表的な生活習慣病(旧成人病)について深く理解する。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・B・F・I・L	第11回	【テーマ】慢性疾患における運動療法(1)-心大血管リハビリテーション 【計画内容】今や心血管疾患の主要な治療法となっている運動療法の歴史と根拠について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・I・L	
	第4回	【テーマ】健康・スポーツ医科学の基礎(4)-感染症の予防 【計画内容】健康を阻害する外部要因である感染症を学び、学校伝染病などの代表的な感染症を深く理解する。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・L	第12回	【テーマ】慢性疾患における運動療法(2)-各種慢性疾患のリハビリテーション 【計画内容】慢性呼吸不全(特にCOPD)、慢性腎疾患、がん患者にも広く適応されている運動療法の意義について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・G・I・L	
	第5回	【テーマ】健康・スポーツ医科学の基礎(5)-現代医療 【計画内容】種々の疾病、生活習慣病に対応する現代の医療機関と医薬品の基礎知識を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・G・I・L	第13回	【テーマ】寒さに対する生理学的適応 【計画内容】人は暑さや寒さなど様々な外的環境に身体を適応させ、生命活動の維持そして日々の生活を営んでいる。人は知恵を活用することでさまざまな手段で寒さへの対処を行っているが、寒さへの生理学的な反応そして適応も人が進化そして生命を繋いでいく中で重要であったことはいままでの「寒冷」という刺激に対して具体的にどのような生理学的反応が生じているのか？寒冷刺激への急性応答と慢性応答、そしてそれらを巧妙に制御する生理学的メカニズムについて学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・B・F・G・L	
	第6回	【テーマ】健康と運動・スポーツの生理学(1) 【計画内容】大酸素摂取量、嫌気性代謝閾値など、健康医科学研究に必要な運動生理学の基礎を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・D・E・L	第14回	【テーマ】寒冷地における運動と健康 【計画内容】冬期の北方圏で健康増進のための運動スポーツを行うには、寒冷という特有の環境を考慮する必要がある。寒冷環境における生理学的応答、注意すべき疾患・病態、そして積雪地帯における代表的健康スポーツについて学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・G・I・L	
	第7回	【テーマ】健康と運動・スポーツの生理学(2) 【計画内容】運動による糖代謝、脂質代謝の変化および血管系への影響を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・B・F・I・L	第15回	【テーマ】まとめと応用 【計画内容】これまでの知識をもとに明らかにされていない新知見を得るための研究計画を立てる。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・B・F・I・L	
	第8回	【テーマ】健康と運動・スポーツの生理学(3) 【計画内容】運動トレーニング(持久およびレジスタンス)による適応とその機序を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・D・I・J・L				
テキスト	講義時に説明します。						
参考書	安部孝・琉子友男、2005年、『これからの健康とスポーツの科学』、講談社サイエンティフィク 浅野勝己・田中喜代次、2004年、『健康スポーツ科学』、文光堂						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分	30%	30%	30%			10%
補足							適切な発言力、知識の応用力など
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連	該当	経 験 内 容	循環器内科専門医、総合内科専門医、日本スポーツ協会公認スポーツドクターなど				
		科目との関連	資格と実務経験に基づいたリアルワールドの教育を行う。				
質問への対応	随時対応あるいはメールにて対応します。 E-Mail: okitak@hokusho-u.ac.jp						
資 格							
そ の 他	授業に際し、たくさんの成書や文献を積極的に読み、必ず一つ以上の質問をすることを望みます。						

科目名	スポーツ生理学特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	井出 幸二郎						
授業の目的	ねらい	酸素は細胞の活動に必要なエネルギーの生成にはならない。低酸素や高酸素のように環境の酸素濃度に対する生体の生理的反応から、運動中の酸素摂取量や最大酸素摂取量に至るまで、酸素に着目し、スポーツ生理学を論じる。筋収縮に伴う酸素需要の増加に対して、呼吸器、循環器、内分泌器官が、どのように筋肉に酸素を供給するか、それが全身持久力にどのように影響するのかを理解する。					
	到達目標	(1)筋収縮とエネルギーについて理解する。 (2)筋収縮に必要なエネルギーの生成と呼吸器、循環器、内分泌器官の役割について理解する。 (3)全身持久力と呼吸器、循環器、内分泌器官の機能との関連性について理解する。 (4)これらに関連する最新の研究について調べ、研究計画を立てる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】筋収縮とエネルギー代謝 【計画内容】筋収縮とエネルギー代謝と全身持久力との関連性について理解する。 【授業時間外の学修内容】シラバスの内容を熟読しておくこと。	A	第9回	【テーマ】運動と環境① 【計画内容】低酸素環境下における運動中の呼吸・循環・内分泌器官の反応と酸素運搬について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	
	第2回	【テーマ】呼吸と運動① 【計画内容】運動に関わる呼吸制御について理解する。特に、神経性及び体液性調節について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	第10回	【テーマ】運動と環境② 【計画内容】高温環境下における運動中の呼吸・循環・内分泌器官の反応と酸素運搬と体温調節について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	
	第3回	【テーマ】運動と呼吸② 【計画内容】運動強度と呼吸とその調節因子について理解し、換気閾値とその生理学的背景に関わる研究の歴史について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	第11回	【テーマ】運動と疲労① 【計画内容】運動中の末梢性疲労と酸素運搬との関連性について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	
	第4回	【テーマ】運動と循環器① 【計画内容】運動に関わる循環器について理解し、自律神経による循環調節機序について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	第12回	【テーマ】運動と疲労② 【計画内容】運動における中枢性疲労と酸素運搬との関連性について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	
	第5回	【テーマ】運動と循環器② 【計画内容】運動に関わる循環器について理解し、運動中の筋肉、内臓、皮膚、脳への血流制御について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	第13回	【テーマ】トレーニングと適応① 【計画内容】トレーニングによる呼吸循環内分泌器官の適応と酸素運搬について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	
	第6回	【テーマ】運動と循環器③ 【計画内容】運動に関わる循環器について理解し、運動中の酸素運搬と全身持久力との関連性について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	第14回	【テーマ】トレーニングと適応② 【計画内容】トレーニングによる呼吸循環内分泌器官の適応と酸素運搬と全身持久力との関連性について理解する。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・I	
	第7回	【テーマ】運動と内分泌① 【計画内容】運動に関わる内分泌について理解し、運動中の酸素運搬及び代謝に関わる内分泌について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I	第15回	【テーマ】まとめ 【計画内容】運動に関わる呼吸循環内分泌器官と酸素運搬に関連する研究について、研究計画を立て、発表する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	B	
	第8回	【テーマ】運動と内分泌② 【計画内容】運動に関わる内分泌について理解し、運動中の酸素運搬と体液調節に関わる内分泌について理解する。 【授業時間外の学修内容】自分自身の講義ノートの整理。	A・I				
テキスト	プリントを配付します。						
参考書	プリントを配付します。						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分補足		50%	50%			
課題に関するフィードバックの方法	課題等に対するフィードバックは授業時間を通して行います。						
実務経験と授業の関連	経験内容						
	科目との関連						
質問への対応	初回講義時に具体的に説明します。						
資格							
その他	「実技試験」とは、講義や学会発表の形式をとり、プレゼンテーションの能力を評価する。						

科目名	スポーツバイオメカニクス特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	山本 敬三						
授業の目的	ねらい	本講義のねらいは、バイオメカニクスの手法を用いて、スポーツ動作を力学的に分析し、得られたデータを解釈できる能力を養うことである。バイオメカニクスの知見を通して運動・スポーツ能力を理解し、その計測や評価の方法および効率的な向上策の考え方を学ぶ。個別のスポーツ動作をテーマとして、動作固有の分析法や力学的メカニズムの解釈方法について学習する。					
	到達目標	(1)力と身体運動の関係を理解し、力学モデルを構築できる。 (2)身体運動の力学的メカニズムを構築し、説明できる。 (3)身体動作についてバイオメカニクスの分析・評価法を理解し、説明ができる。					
授業の計画	第1回	[テーマ] バイオメカニクスの学問的概要 【計画内容】 スポーツバイオメカニクスの果たす役割や学問的な位置づけを理解する。 【授業時間外の学修内容】 シラバスの内容を熟読しておくこと。	A	第9回	[テーマ] 歩行動作のバイオメカニクスⅠ：重心と床反力の関係 【計画内容】 歩行動作をテーマに、重心と床反力および床反力作用点の関係を学ぶ。また、運動を局面分けする方法について理解する。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「歩行のバイオメカニクス」を予習しておくこと。	A・B	
	第2回	[テーマ] 身体に作用する力 【計画内容】 重力、床反力、浮力、揚力など身体に作用する力について理解する。3次元動作分析装置を使って、重心と床反力について理解する。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「力学」を予習しておくこと。	A	第10回	[テーマ] 歩行動作のバイオメカニクスⅡ：衝撃吸収と筋活動 【計画内容】 歩行動作をテーマに、衝撃吸収戦略と筋収縮様式との関連について理解する。スポーツ動作への応用について考察する。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「歩行のバイオメカニクス」を予習しておくこと。	A・B	
	第3回	[テーマ] 筋が発揮する力と力のモーメント 【計画内容】 筋の発揮するメカニズムについて理解する。また、関節モーメントについて復習し、筋が発揮する力の定量評価について理解する。3次元動作分析装置を使って、関節モーメントについて理解する。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「関節モーメント」を予習しておくこと。解剖学を復習しておくこと。	A・B	第11回	[テーマ] 運動計測実践Ⅰ 【計画内容】 モーションキャプチャと床反力計を用いて、身体動作の計測を行う。計測原理や装置の操作方法を修得する。 【授業時間外の学修内容】 事前に配付する「計測・分析マニュアル」を予習しておくこと。	B	
	第4回	[テーマ] 人体の測定方法と重心の算出方法 【計画内容】 人体の測定方法を学び、慣性質量、慣性モーメントについて理解する。身体重心の算出方法を理解する。動作分析ソフトウェアを使って、身体重心を算出する。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「人体測定学」を予習しておくこと。解剖学を復習しておくこと。	A・B	第12回	[テーマ] 運動計測実践Ⅱ 【計画内容】 モーションキャプチャと床反力計を用いて、身体動作の計測を行う。計測データの処理方法を修得する。 【授業時間外の学修内容】 事前に配付する「計測・分析マニュアル」を予習しておくこと。	B	
	第5回	[テーマ] 運動学Ⅰ：座標系と運動学的データの分析 【計画内容】 グローバル座標系、ローカル座標系について理解する。物体運動の速度、加速度の算出方法を理解する。位置、速度、加速度の算出方法から微分、積分について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「運動学」を予習しておくこと。	A・B	第13回	[テーマ] 運動分析実践Ⅰ 【計画内容】 第11回、第12回で計測されたデータを分析する。信号処理方法や時系列グラフの読み方を修得する。 【授業時間外の学修内容】 事前に配付する「計測・分析マニュアル」を予習しておくこと。	B	
	第6回	[テーマ] 運動学Ⅱ：座標系と運動学的データの分析 【計画内容】 関節角度、角速度および角加速度の算出方法を理解する。三次元物体の回転(オイラー角、クォータニオン等)について理解する。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「運動学」を予習しておくこと。	A・B	第14回	[テーマ] 運動分析実践Ⅱ 【計画内容】 第11回、第12回で計測されたデータを分析する。複数のデータを包括的に解釈する能力を養う。主成分分析、統計処理について理解する。 【授業時間外の学修内容】 事前に配付する「計測・分析マニュアル」を予習しておくこと。	B	
	第7回	[テーマ] 関節モーメントと筋収縮様式・筋電図の評価方法 【計画内容】 関節モーメントを復習し、筋収縮様式や筋電図について理解する。関節モーメントと筋電波形の関連性について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「関節モーメントとパワー」「筋の力学的特性」を予習しておくこと。	A・B	第15回	[テーマ] 分析結果プレゼンテーション 【計画内容】 各種スポーツ動作の分析結果をプレゼンテーションする。 【授業時間外の学修内容】 事前に配付する「計測・分析マニュアル」を予習しておくこと。	B・F	
	第8回	[テーマ] 力学的エネルギー 【計画内容】 実際の動作分析を行い、ジャンプ動作をテーマにバイオメカニクスのデータの評価方法を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 テキストおよび参考書で「ジャンプ動作のバイオメカニクス」を予習しておくこと。	A・B				
テキスト	阿江通良ほか、2007年、『スポーツバイオメカニクス20講』、朝倉書店、4254690401 ゴードン・ロバートソンほか、2008年、『身体運動のバイオメカニクス研究法』、大修館書店、4469266531						
参考書	David A. Winter、2011年、『バイオメカニクス人体運動の力学と制御』、有限会社ラウンドフラット 勝平純司、山本敬三、江原義弘、2020年、『姿勢と運動の力学がやさしく分かる本』、ナツメ社						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分			50%	50%		
	補足			レポート	プレゼンテーション		
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連		経 験 内 容					
		科目との関連					
質問への対応	研究室にて対応。オフィスアワーの時間を講義時に示します。						
資 格							
そ の 他	「作品評価」とは、バイオメカニクス研究を行う上で必要な専門的知識や技能について、レポートやプレゼンテーションにまとめ、他者に伝達することができる能力を評価する。						

科目名	アスレティックリハビリテーション特殊研究				授業形態	講義	単位数	2
教員名	吉田 昌弘							
授業の目的	ねらい	スポーツ外傷・障害からの安全かつ効率的な競技復帰を科学的に検証・実践する。スポーツ外傷・障害の機能評価及びプログラムに関する最新の学術的知見をレビューし、国際的研究動向を探求する。また、先行研究の問題点・課題を明確にする過程で高度な課題設定能力を養い、スポーツ医科学の視点から解決する最新の研究手法・科学的分析能力を獲得する。						
	到達目標	(1)アスレティックリハビリテーションに必要な医学的情報に関する学術的知見をレビューできる。 (2)先行研究から得られた課題・問題点について論理的に説明できる。 (3)現状の課題をスポーツ医科学の研究的視点から解決する手法を論理的に説明し、その研究手法を実践できる。						
授業の計画	第1回	【テーマ】オリエンテーション アスレティックリハビリテーション特殊研究 総論 【計画内容】アスレティックリハビリテーションの概要について理解します。 【授業時間外の学修内容】参考書、シラバスを読んでおくこと。	A	第9回	【テーマ】「機能評価」の課題を解決するスポーツ医科学的研究 【計画内容】「機能評価」の課題を解決するスポーツ医科学的研究について、手法を検討し実践します。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの資料を準備すること。	A・C・I		
	第2回	【テーマ】医科学的情報(病態)の収集と理解 【計画内容】医科学的情報(病態)の学術的知見について整理します。 【授業時間外の学修内容】参考書の医学的情報(病態)の収集に関する項を読んでおくこと。	A・F・I	第10回	【テーマ】「フィールドテスト」の課題を解決するスポーツ医科学的研究 【計画内容】「フィールドテスト」の課題を解決するスポーツ医科学的研究について、手法を検討し実践します。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの資料を準備すること。	A・C・I		
	第3回	【テーマ】機能評価の方法論 【計画内容】スポーツ外傷・障害の機能評価に関する学術的知見について整理します。 【授業時間外の学修内容】参考書の病態に関する項を読んでおくこと。	A・F・I	第11回	【テーマ】「画像評価」の課題を解決するスポーツ医科学的研究 【計画内容】「画像評価」の課題を解決するスポーツ医科学的研究について、手法を検討し実践します。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの資料を準備すること。	A・C・I		
	第4回	【テーマ】フィールドテストの方法論 【計画内容】スポーツ外傷・障害のフィールドテストに関する学術的知見について整理します。 【授業時間外の学修内容】参考書のフィールドテストのする項を読んでおくこと。	A・F・I	第12回	【テーマ】「アスレティックリハビリテーション」の課題を解決するスポーツ医科学的研究 【計画内容】「アスレティックリハビリテーション」の課題を解決するスポーツ医科学的研究について、手法を検討し実践します。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの資料を準備すること。	F・I		
	第5回	【テーマ】画像評価の方法論 【計画内容】画像を用いた評価に関する学術的知見について整理します。 【授業時間外の学修内容】参考書の画像評価に関する項を読んでおくこと。	A・F・I	第13回	【テーマ】データ検証① 【計画内容】第7～12回で実践した研究データについてディスカッションします。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの資料を準備すること。	F・I		
	第6回	【テーマ】アスレティックリハビリテーションの方法論 【計画内容】アスレティックリハビリテーション(プログラム)に関する学術的知見について整理します。 【授業時間外の学修内容】参考書のアスレティックリハビリテーションに関する項を読んでおくこと。	A・F・I	第14回	【テーマ】データ検証② 【計画内容】第7～12回で実践した研究データについてディスカッションします。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの資料を準備すること。	F・I		
	第7回	【テーマ】問題提起を論理的に導く 【計画内容】第6回までの内容を基に、現状の問題点をグループワークにより議論します。 【授業時間外の学修内容】第6回までの内容を振り返り、復習およびプレゼンテーションの資料を準備すること。	A・F・H・I	第15回	【テーマ】まとめ 【計画内容】アスレティックリハビリテーションの問題点を論理的にまとめ、スポーツ医科学の研究から解決する手法をプレゼンします。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの資料を準備すること。	F・G・I・L		
	第8回	【テーマ】「病態」の課題を解決するスポーツ医科学的研究 【計画内容】「病態」の課題を解決するスポーツ医科学的研究について、手法を検討し実践します。 【授業時間外の学修内容】プレゼンテーションの資料を準備すること。	A・C・I					
テキスト	適宜論文を配付します。							
参考書	Sandra J. Shultz et al. 2015年、『Examination of Musculoskeletal Injuries』、Human Kinetics、978-1450472920 Michael P. Reiman et al. 2009年、『Functional Testing in Human Performance』、Human Kinetics、978-0736068796 Rebecca Tanner、2012年、『Physiological Tests for Elite Athletes』、Human Kinetics、978-0736097116							
成績評価の方法	配分補足	筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他	
				80%		20%		
課題に関するフィードバックの方法	各回の課題は口頭およびデータにてフィードバックします。							
実務経験と授業の関連	経験内容							
	科目との関連							
質問への対応	適宜対応します。							
資格								
その他								

科目名	スポーツ栄養学特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	黒田 裕太						
授業の目的	ねらい	近年、スポーツ栄養学分野の研究は、現象論にとどまらず、細胞レベルでのメカニズムの解明が求められている。本講義は、身体活動の増加に伴い生じる生化学的・生理的応答に対して栄養学の観点から最新のエビデンスに基づき、スポーツ栄養学の知見を深めると同時に、国内外におけるスポーツ栄養学分野の研究動向を理解する。スポーツ栄養学分野における新規性及び独自性が高い研究活動を探求し、人々の健康増進及びパフォーマンス向上の貢献に寄与する活動を遂行できる能力を修得する。また、パフォーマンス向上に欠かせない栄養サポート技術を実践的に考究する。					
	到達目標	(1)スポーツ栄養学に関する国際的研究動向を理解し、運動およびスポーツと栄養素との関連を理解する。 (2)スポーツ栄養学に関連した実験方法を理解し、課題の目的に見合う研究を遂行することができる。 (3)実験で得られた結果を的確に分析し、国内外で発表する能力を修得する。 (4)アスリートおよび運動愛好家に対して理論的かつ実践的なサポートが遂行することができる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】講義のガイダンス 【計画内容】講義の内容を紹介し、15回の講義展開を説明する。 【授業時間外の学修内容】対象となる論文を提示し印刷する。	A	第9回	【テーマ】最新の研究テーマの理解② - 認知機能、競技パフォーマンスおよび栄養素摂取の関連 - 【計画内容】栄養素摂取による認知機能および競技パフォーマンスとの関連を理解する。 【授業時間外の学修内容】対象となる論文を精読する。	A・G・I	
	第2回	【テーマ】競技スポーツにおけるヒトの生理的応答① - 身体活動との関連 - 【計画内容】身体活動による身体の生理的応答について理解する。 【授業時間外の学修内容】対象となる論文を精読する。	A・G・I	第10回	【テーマ】スポーツ栄養学分野の研究手法の習得① - 生理的指標の測定方法 - 【計画内容】実験に必要な機器操作および手技の習得やプロトコルの作成について理解する。 【授業時間外の学修内容】実施される(する)研究について事前にまとめておく。	A・G・I	
	第3回	【テーマ】競技スポーツにおけるヒトの生理的応答② - 競技パフォーマンスとの関連 - 【計画内容】競技パフォーマンス低下が生じている際の中枢性(脳)と末梢性(筋肉)の生理的応答について理解する。 【授業時間外の学修内容】対象となる論文を精読する。	A・G・I	第11回	【テーマ】スポーツ栄養学分野の研究手法の習得② - 栄養素摂取量の測定方法 - 【計画内容】実験に必要な機器操作および手技の習得やプロトコルの作成について理解する。 【授業時間外の学修内容】実施される(する)研究について事前にまとめる。	A・G・I	
	第4回	【テーマ】各栄養素と競技スポーツとの関連① - 3大栄養素 - 【計画内容】炭水化物、脂質、タンパク質の摂取の過不足により、スポーツ選手の身体および競技パフォーマンスにどのような影響を与えるか理解する。 【授業時間外の学修内容】対象となる論文を精読する。	A・G・I	第12回	【テーマ】スポーツ栄養学分野の実験① - 実験室での実験 - 【計画内容】実際の実験に立ち合い、前回のテーマで実施した機器操作や手技を実施する。 【授業時間外の学修内容】前回テーマで実施した授業内容を十分に復習する。	A・B・G	
	第5回	【テーマ】各栄養素と競技スポーツとの関連② - 微量栄養素および水分 - 【計画内容】微量栄養素の摂取の過不足により、スポーツ選手の身体および競技パフォーマンスにどのような影響を与えるか理解する。 【授業時間外の学修内容】対象となる論文を提示し印刷する。	A・G・I	第13回	【テーマ】スポーツ栄養学分野の実験② - スポーツ現場での実験 - 【計画内容】実際の実験に立ち合い、前回のテーマで実施した機器操作や手技を実施する。 【授業時間外の学修内容】前回テーマで実施した授業内容を十分に復習する。	A・B・G	
	第6回	【テーマ】スポーツ栄養の実地調査① - アスリートのコンディショニング - 【計画内容】アスリートへの栄養サポート現場において、科学的知見に基づく栄養サポートがコンディショニングにどのように還元されているか理解する。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組みこと。	A・G・I・M	第14回	【テーマ】研究におけるデータ分析の方法およびプレゼンテーション① - 統計処理方法 - 【計画内容】実験で得られたデータを分析し、プレゼンテーションを実施する。 【授業時間外の学修内容】実験のデータを分析し、得られた結果および考察をまとめる。	A・G・I	
	第7回	【テーマ】スポーツ栄養の実地調査② - アスリートの身体づくり - 【計画内容】アスリートへの栄養サポート現場において、科学的知見に基づく栄養サポートが身体づくりにどのように還元されているか理解する。 【授業時間外の学修内容】配付するプリントに示す予習課題に取り組みこと。	A・G・I・M	第15回	【テーマ】研究におけるデータ分析の方法およびプレゼンテーション② - プレゼンテーション - 【計画内容】実験で得られたデータを分析し、プレゼンテーションを実施する。 【授業時間外の学修内容】実験のデータを分析し、得られた結果および考察をまとめる。	A・G・I	
	第8回	【テーマ】最新の研究テーマの理解① - 腸内細菌叢と競技スポーツとの関連 - 【計画内容】腸内細菌叢の役割について理解し、アスリートとの関連を理解する。 【授業時間外の学修内容】対象となる論文を精読する。	A・G・I				
テキスト	プリントを使用します。						
参考書	講義内で提示します。						
成績評価の方法	配補	筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
		分		50%		50%	
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連	経験内容						
	科目との関連						
質問への対応	初回講義時に具体的に説明します。						
資格							
その他							

科目名	スポーツ心理学特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	畝中 智志						
授業の目的	ねらい	ヒトの運動に関連する認知的機能、情緒的側面の理解を深めることを目的とする。動機づけ・運動制御・運動学習・熟達化・メンタルサポートなどの各分野について、実際の日常および競技場面と関連づけて考察できる能力を養う。また、関連する国内外の研究から知識や技術の習得を目指し、スポーツ心理学の立場からの運動・スポーツに対する貢献について議論を行う。					
	到達目標	(1)運動およびスポーツに関する動機づけ・運動制御・運動学習・熟達化などの理論について理解し、説明できる。 (2)スポーツメンタルトレーニングの意義を理解し、スポーツ現場で基本的なメンタルトレーニングの技法を紹介できる。 (3)国内外のスポーツ心理学に関する研究から、実践場面への応用について検討することができる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】 スポーツ心理学の概要の理解 / 授業ガイダンス 【計画内容】 授業のオリエンテーション、スポーツ心理学の内容、歴史を説明する。 【授業時間外の学修内容】 シラバスを熟読しておくこと。	A	第9回	【テーマ】 スポーツメンタルトレーニングの概要 【計画内容】 スポーツメンタルトレーニングの全体像・種類について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	A	
	第2回	【テーマ】 運動およびスポーツに関する動機づけ:理論的理解 【計画内容】 運動およびスポーツへの参加、継続に関する動機づけについて学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	A	第10回	【テーマ】 スポーツメンタルトレーニングの理論と体験 【計画内容】 スポーツメンタルトレーニングの技法に関わる理論を理解し、体験を通じて方法を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	B	
	第3回	【テーマ】 運動制御:理論的理解 【計画内容】 ヒトの認知機能を基に運動およびスポーツ場面でどのように運動が制御されているかについて学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	A	第11回	【テーマ】 チームビルディング:理論的理解 【計画内容】 チームビルディングの理論を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	A	
	第4回	【テーマ】 運動制御:体験的理解 【計画内容】 ヒトの運動制御について簡易な実験を行い、体験的に学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	B・C・G	第12回	【テーマ】 心理テストの活用:心理テストの目的的理解 【計画内容】 目的に応じた心理テストを理解し、その実施方法を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	B	
	第5回	【テーマ】 運動学習:理論的理解 【計画内容】 人がどのように運動を学習していくかについて理論を基に学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	A	第13回	【テーマ】 心理テストの活用:体験的理解 【計画内容】 団体、チームなどを対象に心理テストを用いて調査を行い、体験を通じて学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 測定したデータを整理・分析し、レポートにすること。	B・G・M	
	第6回	【テーマ】 運動学習:体験的理解 【計画内容】 人がどのように運動を学習していくかについて簡易な実験を行い、体験的に学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 測定したデータを整理・分析し、レポートにすること。	B・C・G	第14回	【テーマ】 スポーツ心理学の現場での活用(1):理論的理解 【計画内容】 スポーツ競技場面での心的課題を解決するための理論や技法について先行研究を整理する。 【授業時間外の学修内容】 関連する先行研究を読んでおくこと。	A	
	第7回	【テーマ】 熟達化:理論的理解 【計画内容】 競技者の運動技能熟達について、知覚・認知機能を基に学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 事前の配付資料を読んでおくこと。	A	第15回	【テーマ】 スポーツ心理学の現場での活用(2):理論的理解 【計画内容】 スポーツ心理学の理論や技法を現場に活用する方法について議論を行う。 【授業時間外の学修内容】 発表の準備を行うこと。	F	
	第8回	【テーマ】 熟達化:体験的理解 【計画内容】 運動技能熟達について、簡易な実験を行い、体験的に学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 測定したデータを整理・分析し、レポートにすること。	B・C・G				
テキスト	日本スポーツ心理学会編、2016年、『スポーツメンタルトレーニング教本』、大修館書店、4469268062 杉原隆、2016年、『生涯スポーツの心理学』、福村出版、9784571250392 杉原隆・船越正康・工藤孝幾・中込四郎、2007年、『スポーツ心理学の世界』、福村出版、9784571250330						
参考書	藪内豊・竹田唯史・吉田聡美、2016年、『基礎から学ぶスポーツ心理学』、中西出版、9784891153182						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配補	分足		80% レポート		20%	
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連		経験内容					
		科目との関連					
質問への対応	初回講義時に指示します。						
資格							
その他	各レポートは添削後、15回目までに返却します。						

科目名	生涯スポーツ学特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	川西 正志						
授業の目的	ねらい	本講義では、生涯スポーツの諸現象に関して学際的研究の見地から考究するとともに、諸外国の政策、実践プログラム、研究動向を国際的比較研究から論じる。特に、地域的特性である冰雪寒冷圏域における生涯スポーツの基礎的理論と、その現状や課題について理解を深める。					
	到達目標	(1)学際の見地から生涯スポーツの諸現象に理解を深める。 (2)国際比較研究から生涯スポーツに関する研究手法を理解する。 (3)冰雪寒冷地における生涯スポーツの現状と特徴について理解する。					
授業の計画	第1回	【テーマ】講義のガイダンス 【計画内容】講義の概要と展開、評価について確認します。 【授業時間外の学修内容】シラバスを読んでおくこと。	A	第9回	【テーマ】冰雪寒冷地における生涯スポーツ研究の動向と課題 【計画内容】冰雪寒冷地における各年代の身体特性、健康課題について考えます。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	
	第2回	【テーマ】生涯スポーツの概念と文化 【計画内容】生涯スポーツの背景や意義について考えます。 【授業時間外の学修内容】生涯スポーツに関する自己の考えをまとめておくこと。	A・K	第10回	【テーマ】生涯スポーツ研究の国際的動向Ⅰ 【計画内容】生涯スポーツ学研究の国際的動向について調査し、発表する。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・B・F	
	第3回	【テーマ】高齢社会と生涯スポーツ研究の動向と課題 【計画内容】高齢者の運動・スポーツ実践の現状と課題について考えます。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	第11回	【テーマ】生涯スポーツ研究の国際的動向Ⅱ 【計画内容】生涯スポーツ学研究の国際的動向について調査し、発表する。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	
	第4回	【テーマ】青少年スポーツ政策と研究の動向と課題 【計画内容】青少年スポーツの多様性と政策課題について理解します。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	第12回	【テーマ】生涯スポーツ指導者研究 【計画内容】生涯スポーツ指導者研究と資格取得制度について考えます。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	
	第5回	【テーマ】文化としての生涯スポーツの意義 【計画内容】文化論的立場からのスポーツの意義について理解します。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	第13回	【テーマ】スポーツ施設の運営管理 【計画内容】スポーツ施設の運営管理で指定管理制度やPFIについて考えます。 【授業時間外の学修内容】前講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	
	第6回	【テーマ】スポーツ振興とスポーツクラブマネジメント 【計画内容】現代のスポーツ振興へのスポーツクラブの経営課題について理解します。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	第14回	【テーマ】日本の生涯スポーツの推進に向けた政策評価 【計画内容】生涯スポーツの推進に向けた施策評価について調べます。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・K	
	第7回	【テーマ】運動実践による健康づくり事業の計画Ⅰ(研究成果検証) 【計画内容】身体活動量や運動習慣の測定評価方法を理解します。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・H	第15回	【テーマ】最終まとめ 【計画内容】生涯スポーツ研究の意義と課題について、各自の考えを発表し総合討論します。 【授業時間外の学修内容】講義全体の内容を復習する。発表資料を作成しておくこと。	A・F	
	第8回	【テーマ】運動実践による健康づくり事業の計画Ⅱ(実践プログラム) 【計画内容】運動・スポーツ実践の具体的なプログラムについて考えます。 【授業時間外の学修内容】講義内容について概要を予習し、発表資料を作成しておくこと。	A・F・H				
テキスト	必要な資料は講義時に説明します。						
参考書	川西正志・野川春夫、2018年、『改訂4版生涯スポーツ実践論』、市村出版、9784902109474						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分			60%		40%	
補足							
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連		経験内容					
		科目との関連					
質問への対応	初回講義時に具体的に説明します。						
資格							
その他							

科目名	スポーツ老年学特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	小坂井 留美						
授業の目的	ねらい	生涯の最終段階となる高齢期における、スポーツの果たす役割や実践の方向性を探求する。授業では、文献抄読を中心に高齢社会の諸課題や心身機能の加齢変化について議論する。学際的な視点の育成や研究手法の理解を進め、スポーツを軸とした自らの研究課題を掘り下げる。					
	到達目標	(1)高齢社会の諸課題とスポーツとの関連について、国内外の研究動向を捉え、先行研究の成果を考察し、総括できる。 (2)心身機能の加齢変化とスポーツとの関連について、国内外の研究動向を捉え、先行研究の成果を考察し、総括できる。 (3)超高齢社会におけるスポーツの意義や課題について、独自の視点を形成し、博士論文テーマとして発表できる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】講義のガイダンス 【計画内容】講義の概要と展開、評価について確認します。 【授業時間外の学修内容】シラバスを熟読し、授業で習得したいことを整理しておくこと。	A	第9回	【テーマ】心身機能の加齢変化とスポーツに関する研究手法理解1 【計画内容】文献を検討し、研究手法を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	
	第2回	【テーマ】高齢社会の諸課題とスポーツに関する研究動向1 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	第10回	【テーマ】心身機能の加齢変化とスポーツに関する研究手法理解2 【計画内容】文献を検討し、研究手法を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	
	第3回	【テーマ】高齢社会の諸課題とスポーツに関する研究動向2 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	第11回	【テーマ】心身機能の加齢変化とスポーツに関する研究のまとめ 【計画内容】心身機能の加齢変化とスポーツに関する先行研究を総括し、議論する。 【授業時間外の学修内容】発表資料を作成しておく。	A・F	
	第4回	【テーマ】高齢社会の諸課題とスポーツに関する研究手法理解1 【計画内容】文献を検討し、研究手法を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	第12回	【テーマ】スポーツ老年学に関わる個別テーマに関する研究動向1 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	
	第5回	【テーマ】高齢社会の諸課題とスポーツに関する研究手法理解2 【計画内容】文献を検討し、研究手法を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	第13回	【テーマ】スポーツ老年学に関わる個別テーマに関する研究動向2 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	
	第6回	【テーマ】高齢社会の諸課題とスポーツに関する研究のまとめ 【計画内容】高齢社会の諸課題とスポーツに関する先行研究を総括し、議論する。 【授業時間外の学修内容】発表資料を作成しておく。	A・F	第14回	【テーマ】スポーツ老年学に関わる個別テーマに関する研究手法理解 【計画内容】文献を検討し、研究手法を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	
	第7回	【テーマ】心身機能の加齢変化とスポーツに関する研究動向1 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B	第15回	【テーマ】スポーツ老年学に関わる個別テーマの展望 【計画内容】スポーツ老年学に関わる個別テーマについて、博士論文作成に向け社会的意義や学術的貢献を議論する。 【授業時間外の学修内容】発表資料を作成しておく。	A・F	
	第8回	【テーマ】心身機能の加齢変化とスポーツに関する研究動向2 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B				
テキスト	講義時に説明します。						
参考書	講義時に説明します。						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分			100%			
補足							
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連		経験内容					
		科目との関連					
質問への対応	初回講義時に具体的に説明します。						
資格							
その他							

科目名	休養・睡眠学特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	小田 史郎						
授業の目的	ねらい	近年において睡眠研究は著しい発展や広がりを見せている。本授業ではスポーツ・運動との関係性をみた睡眠研究の成果に着目し、古典的な研究成果から最新の知見まで先行研究を丁寧に検討しながら、多角的に睡眠を捉える視点を養う。さらに睡眠データの収集方法や解析方法など、この分野で研究を進めるための手法を身につける。					
	到達目標	(1)スポーツ・運動と休養・睡眠との関連について、国内外の研究動向を捉え、先行研究の成果を考察し、総括できる。 (2)休養・睡眠データの収集方法や解析方法など、この分野で研究を進めるための手法を身につける。 (3)休養・睡眠に関連する課題について、独自の視点を形成し、博士論文テーマとして発表できる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】講義のガイダンス 【計画内容】講義の概要と展開、評価について確認する。 【授業時間外の学修内容】シラバスを熟読し、授業で習得したいことを整理しておくこと。	A	第9回	【テーマ】運動・スポーツと休養・睡眠に関連する研究動向6 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B・F	
	第2回	【テーマ】休養・睡眠に関連する研究動向1 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B・F	第10回	【テーマ】休養・睡眠データの収集・解析方法について1 【計画内容】睡眠ポリグラフ法に関する文献検討を行う。 【授業時間外の学修内容】テーマについての文献を読み、まとめる。	A・B・F	
	第3回	【テーマ】休養・睡眠に関連する研究動向2 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B・F	第11回	【テーマ】休養・睡眠データの収集・解析方法について2 【計画内容】睡眠ポリグラフ法について、実際の測定・解析を行う。 【授業時間外の学修内容】テーマについての文献を読み、まとめる。	A・B・F	
	第4回	【テーマ】運動・スポーツと休養・睡眠に関連する研究動向1 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B・F	第12回	【テーマ】休養・睡眠データの収集・解析方法について3 【計画内容】アクティグラフ法に関する文献検討、実際の測定・解析を行う。 【授業時間外の学修内容】テーマについての文献を読み、まとめる。	A・B・F	
	第5回	【テーマ】運動・スポーツと休養・睡眠に関連する研究動向2 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B・F	第13回	【テーマ】休養・睡眠データの収集・解析方法について4 【計画内容】休養・睡眠研究に関連するその他のデータについて文献検討、実際の測定・解析を行う。 【授業時間外の学修内容】テーマについての文献を読み、まとめる。	A・B・F	
	第6回	【テーマ】運動・スポーツと休養・睡眠に関連する研究動向3 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B・F	第14回	【テーマ】休養・睡眠データの収集・解析方法について5 【計画内容】休養・睡眠に関する質問紙調査について文献検討、実際の測定・解析を行う。 【授業時間外の学修内容】テーマについての文献を読み、まとめる。	A・B・F	
	第7回	【テーマ】運動・スポーツと休養・睡眠に関連する研究動向4 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B・F	第15回	【テーマ】休養・睡眠に関連する個別テーマの展望 【計画内容】休養・睡眠に関わる個別テーマについて、博士論文作成に向け社会的意義や学術的貢献を議論する。 【授業時間外の学修内容】発表資料を作成しておく。	A・F・L	
	第8回	【テーマ】運動・スポーツと休養・睡眠に関連する研究動向5 【計画内容】文献を検討し、研究動向を議論する。 【授業時間外の学修内容】文献収集しておく。	A・B・F				
テキスト	講義時に説明します。						
参考書	講義時に説明します。						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分			100%			
課題に関するフィードバックの方法	討論の中でフィードバックする。						
実務経験と授業の関連		経験内容					
		科目との関連					
質問への対応	初回講義時に具体的に説明します。						
資格							
その他							

科目名	健康運動科学特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	高田 真吾						
授業の目的	ねらい	本講義のねらいは、健康を科学的に理解して、高い分析能力や実践運動指導能力を養うことである。健康運動関連の諸問題の理解とこれらに対する改善・発展法について講ずる。健康づくりのための運動プログラムに必要な条件とその科学的根拠をふまえた上で、刻々と変化する本邦の健康課題に対して、必要とされる運動・身体活動の理解を深め、指導実践に応用できる知識や技能を身に付けさせる。					
	到達目標	(1)健康・運動関連の諸問題を理解でき、それに対するアプローチ法を考え出すことができる。 (2)科学的根拠に基づいた健康運動プログラムの必要条件について理解できる。 (3)現在の健康運動処方のある方について考察し、説明・実践・改善を考え出すことができる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】講義のガイダンス 【計画内容】講義の内容を紹介し、15回の講義展開を説明する。 【授業時間外の学修内容】シラバスを熟読し、授業で習得したいことを整理しておくこと。	A	第9回	【テーマ】健康づくりのための運動プログラムに必要な条件とその科学的根拠(2) 【計画内容】健康づくりのための運動プログラムに必要な条件とその科学的根拠について2回に分けて解説し、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	
	第2回	【テーマ】健康・運動関連の諸問題(1) 【計画内容】運動の諸問題(外因的要因)について解説し、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	第10回	【テーマ】健康・運動問題に対する研究の取り組み(1) 【計画内容】健康・運動問題に対する研究の取り組みについて3回に分けて学び、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	
	第3回	【テーマ】健康・運動関連の諸問題(2) 【計画内容】運動の諸問題(内因的要因)について解説し、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	第11回	【テーマ】健康・運動問題に対する研究の取り組み(2) 【計画内容】健康・運動問題に対する研究の取り組みについて3回に分けて学び、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	
	第4回	【テーマ】健康・運動のアプローチ法(1) 【計画内容】健康・運動のアプローチ法について解説し、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	第12回	【テーマ】健康・運動問題に対する研究の取り組み(3) 【計画内容】健康・運動問題に対する研究の取り組みについて3回に分けて学び、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	
	第5回	【テーマ】健康・運動のアプローチ法(2) 【計画内容】健康・問題に対する水泳水中運動の取り組みについて解説し、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	第13回	【テーマ】健康・運動処方のあり方(1) 【計画内容】これまでの授業をふまえ、健康・運動処方のあり方について考察する。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・G・I・L	
	第6回	【テーマ】健康・運動のアプローチ法(3) 【計画内容】健康・運動のアプローチ法(Outdoor)について解説し、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	第14回	【テーマ】健康・運動処方のあり方(2) 【計画内容】第13回講義の考察を発展させ、今後の課題等について各自の考えをレポートとしてまとめる。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・G・I・L	
	第7回	【テーマ】健康・運動のアプローチ法(4) 【計画内容】運動関連の諸問題に対する環境・天候の変化における健康・運動について解説し、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I	第15回	【テーマ】健康・運動処方のあり方(3) 【計画内容】講義を通して得られた知見を整理し、健康・運動問題に対する取り組みについて各自がレポートにまとめ、プレゼンテーションを行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・G・I・L	
	第8回	【テーマ】健康づくりのための運動プログラムに必要な条件とその科学的根拠(1) 【計画内容】健康づくりのための運動プログラムに必要な条件とその科学的根拠について2回に分けて解説し、テーマについて議論を行う。 【授業時間外の学修内容】前講義の復習を行い、配付プリントに示す予習課題に取り組むこと。	A・F・I				
テキスト	Henning Wackerhage (編集), 石井 直方 (翻訳), 中里 浩一、2019年、『分子運動生理学入門』、NAP						
参考書	ALBERTS (著), JOHNSON (著), LEWIS (著), MORGAN (著)、2017年、『細胞の分子生物学 第6版』						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分	50%		40%		10%	
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連	経験内容						
	科目との関連						
質問への対応	E-Mail:s-takada@hokusho-u.ac.jp						
資格							
その他	北方圏生涯スポーツ研究所の被験講義です。 「被験講義」とは、自らの実験・測定者の立場だけではなく、被験者として他者の実験の参加経験や被験者に対する説明方法、実施及び評価過程を学ぶ講義を指す。 「作品評価」とは、プレゼンテーションのスライド作成を評価する。						

科目名	アクアフィットネス特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	花井 篤子						
授業の目的	ねらい	本講義では、国際的研究動向を分析・把握した上で、応用健康科学的見地から、水の特性に基づいた冰雪寒冷圏域における健康運動の果たす役割について探求し、運動処方としてのあり方や新たな可能性について模索・考案できる研究能力を修得する。最新のアクアフィットネス指導技術やその効果の測定・評価技術を修得し、高度な研究遂行に必要な課題設定能力と科学的分析能力を養成する。					
	到達目標	(1)アクアフィットネスの概念について理解し、説明ができる。 (2)水の特性について理解し、アクアフィットネス関連の研究の知見を review できる。 (3)中高年者を対象とした冰雪寒冷圏域における水を活用した健康運動や生涯スポーツのあり方について考察し、説明できる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】 講義ガイダンス 【計画内容】 本講義の紹介、15回の展開方法、評価について説明をする。 【授業時間外の学修内容】 シラバスを熟読し、授業で習得したいことを整理しておくこと。	A	第9回	【テーマ】 内科的疾患とアクアフィットネス(1) 【計画内容】 内科的疾患を対象としたアクアフィットネス研究について調べ、アクアフィットネスの効果について考える。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	
	第2回	【テーマ】 アクアフィットネスの概念 【計画内容】 アクアフィットネスの概念について学び、水の特性や物理作用について理解をする。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	第10回	【テーマ】 内科的疾患とアクアフィットネス(2) 【計画内容】 内科的疾患を対象としたアクアフィットネス研究について調べ、アクアフィットネスの効果について考える。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	
	第3回	【テーマ】 健康運動としてのアクアフィットネス(1) 【計画内容】 健康運動や生涯スポーツとしてのアクアフィットネスに関する知見を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	第11回	【テーマ】 介護予防としてのアクアフィットネス 【計画内容】 介護予防としてのアクアフィットネスの知見を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	
	第4回	【テーマ】 健康運動としてのアクアフィットネス(2) 【計画内容】 健康運動や生涯スポーツとしてのアクアフィットネスに関する知見を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	第12回	【テーマ】 保養地療法とアクアフィットネス 【計画内容】 ドイツの保養地療法について学び、アクアフィットネスの活用について考える。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	
	第5回	【テーマ】 アクアフィットネスを活用した運動処方 【計画内容】 アクアフィットネスを活用した運動処方のあり方について考える。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	第13回	【テーマ】 冰雪寒冷圏域における健康問題とアクアフィットネス 【計画内容】 冰雪寒冷圏域における健康問題について学び、アクアフィットネスの活用について考える。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	
	第6回	【テーマ】 アクアフィットネスを活用した運動処方の実際 【計画内容】 アクアフィットネスを活用した運動処方を体験し、理解する。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B・D	第14回	【テーマ】 中高年者を対象とした冰雪寒冷圏域における水を活用した健康運動と生涯スポーツ 【計画内容】 中高年者を対象とした冰雪寒冷圏域における水を活用した健康運動と生涯スポーツについて考察する。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	
	第7回	【テーマ】 整形外科的疾患とアクアフィットネス(1) 【計画内容】 整形外科的疾患を対象としたアクアフィットネス研究について調べ、その効果について考える。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B	第15回	【テーマ】 まとめと確認 【計画内容】 これまでの内容を振り返り、総合討論します。 【授業時間外の学修内容】 講義全体の内容を復習する。発表資料を作成する。	A・F・L	
	第8回	【テーマ】 整形外科的疾患とアクアフィットネス(2) 【計画内容】 整形外科的疾患を対象としたアクアフィットネス研究について調べ、アクアフィットネスの効果について考える。 【授業時間外の学修内容】 前回の講義内容を復習し、自分の考えを整理しておく。	A・B				
テキスト	講義時に説明します。						
参考書	講義時に説明します。						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分			50%		50%	
補足							
課題に関するフィードバックの方法							
実務経験と授業の関連	経験内容						
	科目との関連						
質問への対応	随時受け付けます。Teams チャットまたは E-Mail: atsuko871@hokusho-u.ac.jp						
資格							
その他							

生涯スポーツ学専攻博士後期

科目名	冬季スポーツ指導特殊研究			授業形態	講義	単位数	2
教員名	竹田 唯史						
授業の目的	ねらい	生涯スポーツを指導するための具体的な方法論についての認識を深める。学習者の年齢や技術に応じ、誰もが確実に生涯スポーツを習得し、その面白さを実感できる指導方法を考察する。特に冬季スポーツ種目における指導方法を中心に講義する。					
	到達目標	(1)スポーツの技術指導の一般的な順序と留意点を理解できる。 (2)運動の質的分析の観点を理解できる。 (3)スポーツの指導方法を作成するための理論を理解し、実際に指導計画を立案できる。 (4)冬季スポーツの種類とその技術・指導方法について理解できる。					
授業の計画	第1回	【テーマ】 ガイダンス 【計画内容】 講義内容・進行方法・評価について講義する。 【授業時間外の学修内容】 シラバスを熟読し、授業で習得したいことを整理しておくこと。	A	第9回	【テーマ】 スキー種目と歴史的発展 【計画内容】 スキーの種類・歴史的発展について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 テキストのスキーの歴史について調べてくること。	A・H	
	第2回	【テーマ】 スポーツ指導の一般的方法 【計画内容】 スポーツ指導を行う際の一般的方法と留意点について深める。 【授業時間外の学修内容】 これまで自分が受けたスポーツ指導法について考えてくること。	A・H	第10回	【テーマ】 スキーの技術・戦術構造 【計画内容】 スキーの技術・戦術構造について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 テキストのスキーの技術・戦術構造について調べてくること。	A・H	
	第3回	【テーマ】 運動観察方法(1) 【計画内容】 スポーツ運動学の「質的徴表」に基づく運動観察の方法について学ぶ。特に「局面構造」「運動リズム」について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 参考文献の該当部分を精読してくること。	A・H	第11回	【テーマ】 スキーの指導方法(1) 【計画内容】 スキーの指導方法について学ぶ。特に初心者への指導方法について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 テキストのスキーの指導方法(初心者)について調べてくること。	A・H	
	第4回	【テーマ】 運動観察方法(2) 【計画内容】 スポーツ運動学の「質的徴表」に基づく運動観察の方法について学ぶ。特に「運動の流動」「伝導」「正確性」について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 参考文献の該当部分を精読してくること。	A・H	第12回	【テーマ】 スキーの指導方法(2) 【計画内容】 スキーの指導方法について学ぶ。特に中級者への指導方法について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 テキストのスキーの指導方法(中級者)について調べてくること。	A・H	
	第5回	【テーマ】 運動観察方法(3) 【計画内容】 スポーツ運動学の「質的徴表」に基づく運動観察の方法について学ぶ。特に「運動の先取り」「調和」について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 参考文献の該当部分を精読してくること。	A・G・H	第13回	【テーマ】 スキー実技(1) 【計画内容】 これまで学んだ内容を実際の実技において実践する。初中級技術について確認する。 【授業時間外の学修内容】 スキー用具の準備をする。	E・G	
	第6回	【テーマ】 スポーツ指導計画策定方法 【計画内容】 スポーツ指導を行う際の、指導目標、指導内容、方法について学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 参考文献の該当部分を精読してくること。	A・G・H	第14回	【テーマ】 スキー実技(2) 【計画内容】 これまで学んだ内容を実際の実技において実践する。上級技術について確認する。 【授業時間外の学修内容】 スキー用具の準備をする。	E・G	
	第7回	【テーマ】 スポーツ指導評価論 【計画内容】 スポーツ指導後に評価する方法・観点を学ぶ。 【授業時間外の学修内容】 参考文献の該当部分を精読してくること。	A・G・H	第15回	【テーマ】 全体のまとめ 【計画内容】 これまでの授業全体のまとめを実施する。 【授業時間外の学修内容】 これまでの授業全体の復習をすること。	E・G	
	第8回	【テーマ】 冬季スポーツの種類と内容について 【計画内容】 冬季スポーツの種類・概要について学ぶ。スキー、スケート、ポブスレー、リュージュなどを取り上げる。 【授業時間外の学修内容】 テキストの冬季スポーツについて調べてくること。	A				
テキスト	竹田唯史、2010年、『スキー運動における技術指導に関する研究』、共同文化社、4877391770 文部科学省、2008年、『中学校学習指導要領解説 保健体育編』、東山書房 文部科学省、2009年、『高等学校学習指導要領解説 保健体育編』、東山書房						
参考書	クルト・マイネル著、金子明友訳、1981年、『マイネルスポーツ運動学』、大修館 高村泰雄著、1987年、『物理教授法の研究』、北海道大学図書刊行会						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分	40%	60%				
補足							
課題に関するフィードバックの方法	課題、試験実施後に、説明します。						
実務経験と授業の関連	経験内容						
	科目との関連						
質問への対応	E-Mail:take@hokusho-u.ac.jp						
資格							
その他	「実技試験」とは、高度なスキー技術指導能力を有しているかを評価します。						

科目名	特別研究指導Ⅰ		授業形態	演習	単位数	4	
教員名	担当教員						
授業の目的	ねらい	博士論文作成を目標とし、研究に必要な知識と技術を修得する。ここでは、次の3つのプロセスを重点的に行う。					
	到達目標	(1)先行研究を熟読し、問題意識を明確にする。 (2)研究テーマを設定し、研究計画を立案する。 (3)研究計画を発表し、テーマに対する多角的な視点を取り入れる。					
授業の計画	<p>【計画内容】 当該研究分野に関する国内外の研究論文を効率よく、かつ迅速に検索、精読し、先行研究の知見に関する総合的な理解力を身に付けさせる。また、得られた知見から問題点を見出し議論する能力を養う。</p> <p>【テーマ】 << 前学期 >> 第1回～第5回: ガイダンス、研究テーマの設定と先行研究の調査 第6回～第10回: 研究目的や方法の検討と研究計画の立案 第11回～第15回: 調査・実験方法、分析方法の検討 << 後学期 >> 第16回～第20回: 各自が指導教員の指導を受けながら、研究計画に沿って研究活動を進める。 第21回～第25回: 研究進捗報告会で、研究の進捗状況をプレゼンテーションする。 第26回～第30回: 研究進捗報告会のアドバイスを参考に、研究活動を推進する。</p> <p>【教員個別の指導内容】 川西 正志: 生涯スポーツ研究の国際的動向と課題を踏まえ、博士論文の核となる研究テーマに関した文献レビューをするとともに、そこでの研究課題、フレームワークの独自性について考究し、学会発表、主要研究論文の作成ための研究指導を実施する。 沖田 孝一: 健康・スポーツ医学の視点から、学術的価値が高い研究テーマに関する綿密な遂行計画を立てる指導を行う。 竹田 唯史: 冬季スポーツに関する国内外の研究動向を把握し課題を明確にする。対象とする冬季スポーツ種目、対象者、技能レベルなどの研究対象を定める。対象者が冬季スポーツの楽しさを享受できるよう、発育発達段階に応じた指導方法を確立するための指導理論を仮説的に構成する。指導過程を客観的に示した教授プログラムを作成し、実験授業により、指導理論・教授プログラムの検証を行う。 井出 幸二郎: 博士候補生自身が興味を明確化する。関連した研究論文を熟読し、不明点や問題点の抽出を行う。課題を設定し、研究計画を立てる。研究手法の習得とデータ処理方法を学ぶ。博士候補生自身のデータ取得の再現性を確保し、研究準備を行う。 小坂井 留美: 修士論文の成果を踏まえ、関連の論文を精読し、独自の研究課題を提起する。研究プロセスを理解し、適切なデータ収集・分析方法を探索する。研究計画を発表し、自分の考えを明確に述べ議論する力を養う。 小田 史郎: 睡眠・健康の観点から、先行研究を十分検討し、研究目的の絞り込みと研究仮説の設定を行う。併せて研究仮説を証明するための研究方法(対象者の選定、プロトコルの設定、データの収集及び解析、統計処理)を修得し、研究計画を立案する。立案した研究計画は、学内外の研究者による意見交換や学会参加、予備実験(予備調査)等を通じて修正する。 山本 敬三: 研究にあたっては、先行研究を十分検討・吟味し、テーマを設定する。研究目的を明確化し、実験方法やデータ処理方法等を修得する。スポーツ動作をバイオメカニクスの分析手法を用いて記述し、傷害予防やパフォーマンス向上の方策について力学的な観点からアプローチする。研究を通して、人間の動作をロジカルに捉える視点を養う。 高田 真吾: 研究にあたっては、問題意識に対する先行研究を十分検討・吟味し、テーマを設定する。研究目的を明確化し、実験方法やデータ解析方法を習得する。生化学的分析手法を用いて、疾病予防や効率的な運動療法の開発について生理学的な観点からアプローチする。研究を通して、人間・生命の営み・現象をロジカルに捉える視点を養う。</p> <p>【授業時間外の学修内容】 適宜、指導教員より指示する。</p>					B・C・F	
	テキスト	適宜、指導教員より指示します。					
参考書	適宜、指導教員より指示します。						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分補足			80%		20%	
課題に関するフィードバックの方法	課題実施後に説明します。						
実務経験と授業の関連	経験内容						
	科目との関連						
質問への対応	各指導教員より講義開始時に説明する。						
資格							
その他							

科目名	特別研究指導Ⅱ		授業形態	演習	単位数	4	
教員名	担当教員						
授業の目的	ねらい	自身の研究テーマについて、調査・実験を行い、得られた知見を積極的に発表する。					
	到達目標	(1)研究計画に沿って調査・実験を行う。 (2)得られたデータを整理し、考察を行う。 (3)得られた知見を学術会議や学会誌等で発表する。					
授業の計画	<p>【計画内容】 研究テーマに沿って、実験・調査を進める。実験・調査結果をまとめ、問題解決のための分析能力を養う。また、教員や院生相互のディスカッションを経て、プレゼンテーション能力を身に付けさせる。学術会議で研究成果をプレゼンテーションする。研究成果を査読付き学術雑誌へ投稿する。</p> <p>【テーマ】 ＜前学期＞ 第1回～第5回:研究計画に沿って、実験・調査を進める。 第6回～第10回:取得されたデータの分析(データ処理や統計処理)を進める。 第11回～第15回:得られた結果について考察を行う。 ＜後学期＞ 第16回～第20回:学術会議で研究成果をプレゼンテーションする。 第21回～第25回:研究進捗報告会で、研究の進捗状況をプレゼンテーションする。 第26回～第30回:得られた研究成果を査読付き学術雑誌へ投稿する。</p> <p>【教員個別の指導内容】 川西 正志: 生涯スポーツ研究の国際的動向と課題を踏まえ、博士論文の核となる研究テーマに関する文献レビューをするとともに、そこでの研究方法論の妥当性と独自性について考究し、国際学会等での発表研究及び論文作成のための主要論文を作成するための指導を実施する。 沖田 孝一: 健康・スポーツ医学で用いられる実験・調査方法とデータの適切な統計学的解析を指導する。 竹田 唯史: 1年次で実施した実験授業の結果を分析し、国内外の学会で発表する。それらを主要論文として作成する。必要に応じて追実験を実施する。 井出 幸二郎: 計画に従って研究を進める。研究目的に照らして得られたデータをどのように処理すべきか、用いた方法からどのような解釈ができるかを学ぶ。国内外で学会発表し、プレゼンテーション能力、他の研究者とのコミュニケーション能力を養い、学会誌へ研究成果を発表する。 小坂井 留美: データ収集を進める。経年研究・共同利用に耐える綿密なデータ整理を行い、基礎的な統計解析から多要因を含む解析へ段階的に考察を進める。研究成果を国内外の学会・論文へ発表する。 小田 史郎: 研究計画に基づき、実験あるいは調査を進める。データ収集、分析、先行研究をふまえた考察を進めながら、ロジカルにデータを解釈する能力を養う。得られた研究成果は、積極的に国内・国際学会誌へ投稿する。こうした学術論文、学会発表を通じて研究成果をまとめる能力、他者に伝える能力を養う。 山本 敬三: 研究計画に基づいて、研究を進める。計測されたデータの処理方法や統計処理方法を学び、データを解釈する能力を養う。学術論文としてまとめる能力に加えて他者に対しても分かりやすくプレゼンテーションできる表現力を身につける。得られた研究成果を積極的に国内・国際学会誌へ投稿する。 高田 真吾: 研究計画に基づき、迅速に研究を進める。測定したデータをまとめる能力やデータを解釈する能力を養う。その成果を学術論文文化やプレゼンテーションできる表現力を習得する。得られた研究成果を積極的に国内・国際学会誌へ投稿する。</p> <p>【授業時間外の学修内容】 適宜、指導教員より指示する。</p>					B・C・F	
	テキスト	適宜、指導教員より指示します。					
参考書	適宜、指導教員より指示します。						
成績評価の方法		筆記試験	実技試験	課題評価	作品評価	受講態度	その他
	配分補足			80%		20%	
課題に関するフィードバックの方法	課題実施後に説明します。						
実務経験と授業の関連	経験内容						
	科目との関連						
質問への対応	各指導教員より講義開始時に説明する。						
資格							
その他							

講義要綱
SYLLABUS
北翔大学大学院

2022年 4 月 発行
北翔大学・北翔大学短期大学部
〒069-8511 江別市文京台23番地
TEL (011) 386-8011
FAX (011) 387-1542

