

## 基礎分野

基礎分野は、看護の専門職を育成する上で基盤となり、「専門基礎分野」及び「専門分野」の基礎でもある。教育理念に掲げる生命の尊厳を基盤に、人間に対する深い理解と洞察力、幅広い豊かな人間性の醸成を中核として、科学的思考力及びコミュニケーション能力を高め、感性を磨き、自由で主体的な判断と行動を促す教育内容とした。

### 科学的思考の基盤

#### ■構築の考え方

科学的思考の基盤として、「論理学」「生活科学」「情報科学の基礎」「情報科学の実際Ⅰ」「情報科学の実際Ⅱ」を科目立てた。「論理学」「生活科学」では、日常生活および医療現場における種々の現象を科学的に認識し、判断力や思考力を養う内容とした。1年次の「情報科学の基礎」は誰もがソーシャルメディアを利用する時代において、情報通信技術（ICT）を活用するための基礎的能力を含む概論的な位置づけとし、医療における情報システムと個人情報保護も含めた情報の扱い方、2年次に「情報科学の実際Ⅰ」として、プレゼンテーション資料の作成、海外も含む情報検索などとした。3年次は「情報科学の実際Ⅱ」として、統計処理の基礎的な方法を学び、得られた結果を読み解く知識を修得する内容とした。

### 人間と生活・社会の理解

#### ■構築の考え方

人間と生活・社会の理解では、人間と社会の仕組みを幅広く理解し、家族論、人間関係論、カウンセリング理論と技法を学ぶ内容とした。また、看護職者として人権の重要性について十分理解し、人権意識の普及・高揚をはかる内容を含め科目立てた。看護は援助を必要とする人たちとの間の密接な人間関係の上に成立している。しかしながら、近年、技術の進歩に伴い対面で直接行われるコミュニケーションの機会の減少や地域における交流の機会が減少している。これらをふまえ、看護の対象である人間の心理と行動を学び、対象理解や人間関係を築く基礎的能力を養う「心理学」、他者の思いを汲み取り人間関係の形成基盤となるコミュニケーションに加え、カウンセリングマインドにより良好な関係を創る能力を育成するため「コミュニケーション論」を科目立てた。そして、人の生き方やものの考え方、人の権利と意思決定をめぐるさまざまな問題について考える力を養う「哲学」、社会構造と社会的存在としての人間を理解し、多様な社会の中で幅広いものの見方を学ぶ「社会学」、人間形成における教育の機能および看護場面に必要な教育活動の基礎的能力を養う「教育学」、国際化へ対応しうる能力を育成する「英会話」、「保健英語」、「英書講読」、さらに健全な心身の発達を図るとともに健康教育を学ぶ「保健体育」を科目立てた。

科目区分	基礎分野	授業科目	論理学
講師名	弘中 満雄	実務経験の有無	有
単位数 (時間)	1 単位 (30 時間)	開講年次	1 年次 第 1 学期
授業概要 * 講師からのメッセージ			
<p>目的：論理的思考の基礎を理解し、判断力・思考力・文章表現力などの基礎的能力を養う。</p> <p>目標：1. 論証の論理的な構造を理解し、批判的に検討する。</p> <p>2. 論証の妥当性を判断できるようになる。</p> <p>3. 論理的な思考の道筋を他者に伝達・共有するための文章表現が習得できる。</p>			
回	授 業 内 容		
1	論理学の原理と概念	論理学とは 論理学で学ぶこと	
2	論理学の原理と概念	概念とは-言葉の機能-	
3	論理的思考の基礎	言語的思考と数学的思考 (記号論理学)	
4	演繹的思考	三段論法 ド・モルガンの法則	
5	演繹的思考	ド・モルガンの法則	
6	帰納的思考	MECE	
7	自然言語の論理的置き換え	否定、連言、選言	
8	自然言語の論理的置き換え	条件法	
9	自然言語の論理的置き換え	量子子	
10	論証の妥当性の判断	タブローの方法	
11	論証の妥当性の判断	バイアス ヒューリスティック	
12	議論の特定	非形式的論証の構造の特定	
13	誤謬推論	論証を批判的に検討	
14	小論文を書く		
15	終了試験 まとめ (既習事項の確認と応用)		
授業方法	講義		
評価方法	筆記試験 評価基準参照		
テキスト	講師の提示する資料		
備考	特記なし		

科目区分	基礎分野	授業科目	生活科学
講師名	徳富 隆	実務経験の有無	有
単位数(時間)	1 単位 (30 時間)	開講年次	1 年次 第 1 学期
授業概要 *講師からの メッセージ	自然科学の法則に逆らう行為は成功しない。看護の現場に於いてもしかり。講義を通して自然科学の法則の意味をできるだけ理解し、更に広め深めて看護はじめ日々の生活に生かしていく姿勢を身につけていただきたい。		
<p>目的：日常生活および医療現場における種々の現象を科学的に理解し、法則にかなった看護ができる基礎的知識を養う。</p> <p>目標：1. 人間の環境における自然現象の法則を理解する。 2. 人間生活および看護技術を科学的に理解する。 3. 治療・検査に使用される医療機器の原理を理解する。</p>			
回	授業内容		
1	ガイダンス： 看護と物理 物理学の基礎（計算の基礎、単位、スカラー量とベクトル量）		
2	力と物体の運動： 力と加速度、重力の加速度、質量と重量(重力)、力の単位、等速運動と等加速度運動		
3	力の性質： 力の表現(ベクトル)、合成と分解、力のつり合い、三角関数		
4	力とつり合い： 物を支えるとは、トルクと力のモーメント、 てこの原理		
5	身体に作用する力： 身体に作用する力、腰にかかる力、腰の病		
6	ボディメカニクス： ボディメカニクスの基本		
7	ボディメカニクス、運動の法則： ボディメカニクスの追加、ニュートンの法則、運動量と力積		
8	力学的エネルギー、点滴静脈内注射： 仕事量、力学的エネルギー、仕事率、点滴静脈内注射		
9	圧力、人体への影響： 圧力とは、酸素ボンベの取扱い、圧力の単位、アルキメデスの原理、圧力の人体への影響		
10	循環器の物理： 心臓の構造と役割、循環系、血圧測定		
11	熱エネルギー： 温度、熱とエネルギー、熱の伝わり方（伝導・対流・放射）、伝熱と健康との関わり、 環境とエネルギー、		
12	溶液の性質： 溶液とは、濃度の表し方、(溶解度、原子量・分子量・電解質)、酸とアルカリ(PH)、浸透・透析		
13	振動と波動： 波の性質（振幅・周波数・周期・速度）、音波、ドップラー効果、 光（赤外線、紫外線、反射・ 屈折・干渉、レンズと眼鏡）、光学機器		

14	電気・磁気： 電気に関する単位、電流・電圧・抵抗、オームの法則、直流と交流、(モーターと発電機、発電システム、) 電力とエネルギー
15 (45 分)	放射線： 原子の構造、放射線の種類、放射線に関する単位、放射線と生活、医療診断機器
16 (45 分)	終了試験
授業方法	講義
評価方法	筆記試験 評価基準参照
テキスト	毎回の講義に合わせて資料を配布する。
参考図書	医学書院：系統看護学講座 物理学 Gakken：完全版 ベットサイドを科学する
備考	

科目区分	基礎分野	授業科目	情報科学の基礎
講師名	中尾 走	実務経験の有無	有
単位数(時間)	1単位(15時間)	開講年次	1年次 第1学期
授業概要 *講師からのメッセージ	医療の情報化に対応するために、情報の基本原則を理解した上で、情報に対する責任及び倫理について学びを深め正しい情報の扱い方を学んでほしい。		
<p>科目目的：医療における情報システムを理解し、情報を活用するために必要な基礎知識が習得する。</p> <p>科目目標：1. 情報システムの基本原則を理解する。 2. 個人情報を含めた情報の扱い方を理解する。</p>			
回	授 業 内 容		
第1回	1. ガイダンス 情報の定義と特徴、情報とは何か		
第2回	2. 社会と情報 情報社会の成立と発展ほか		
第3・4回	3. 保健医療と情報 エビデンス情報に基づいた保健医療、医療における情報システム 医療における情報の記録		
第5回	4. 情報倫理と医療		
第6回	5. 個人情報の保護 医療・看護における個人情報ほか		
第7回	6. コンピュータリテラシーとセキュリティ コンピュータに関する基礎知識ほか		
第8回 (45分)	7. 既存の情報の収集方法 学習を進めていく上での調べ方		
	修了試験		
授業方法	講義 (3校合同)		
評価方法	毎回の講義終了後の課題と終了試験で評価予定(配分は講義中に決めます)		評価基準参照
教科書	医学書院：系統看護学講座 別巻 看護情報学 講師の提示する資料		
参考書			
備考			

科目区分	基礎分野	授業科目	情報科学の実際 I
講師名	寺田 哲志	実務経験の有無	有
単位数 (時間)	1 単位 (15 時間)	開講年次	2 学年 第 2 学期
授業概要 * 講師からのメッセージ	1 年次に修得した基礎的な情報システムや情報の取り扱いを理解した上で、情報処理の基本的な方法を理解し、基本的操作ができることで、情報通信技術を活用するための基礎的な能力を学んでほしい。		
<p>目的：情報処理の基本的な方法を理解し基本操作ができる</p> <p>目標：1. ワード・エクセル・パワーポイントの基本的操作ができる</p> <p>2. パワーポイント資料の作成ができる</p> <p>3. 海外を含む情報検索方法を理解できる</p>			
回	授 業 内 容		
1 【講義 演習】	情報検索について (データ収集方法)		
2, 3, 4 【講義 演習】	エクセルによるデータ処理		
5, 6 【講義 演習】	ワードの使い方 ・ データ貼り付け等 ・ 論文作成に向けて (アウトライン、引用ルールなど)		
7 8 (45分) 【講義 演習】	パワーポイントによるプレゼンテーション		
授業方法	講義・演習		
評価方法	レポート (100点) 提出 評価基準参照		
テキスト	医学書院：系統看護学講座 別巻 看護情報学 講師の提示した資料		

科目区分	基礎分野	授業科目	情報科学の実際Ⅱ
講師名	豊田 知世	実務経験の有無	有
単位数（時間）	1 単位（15 時間）	開講年次	3 学年 第 1 学期
授業概要 * 講師からのメッセージ	2 年次に修得した情報処理の基本的な方法を理解し、基本的操作ができることを基盤とした上で、統計処理の基本的な方法を学び、得られた結果を正しく解釈する知識を得て、就職後に活かせるように学んでほしい。		
目的：統計処理に必要な知識を理解し得られた結果を正しく解釈する基本的知識を習得できる			
目標：1. 統計処理に必要な知識を理解し基本的操作ができる			
2. 統計処理後のデータを解釈することができる			
回	授 業 内 容		
1 【講義 演習】	1. エクセルについて 平均値、分散（標準偏差）とその応用		
2～3 【講義 演習】	2. 母平均の信頼区間 3. 検定の意味：危険率、帰無仮説、有意差		
4～6 【講義 演習】	4. 母平均の検定 5. 平均値の差の検定 6. 比率の検定 7. カイ二乗の検定 8. 相関と回帰		
7 【講義 演習】	9. 統計処理からデータの読み取り		
8（45 分）	終了試験・・・パソコン使用		
授業方法	講義・演習		
評価方法	筆記試験 評価基準参照		
テキスト	医学書院：系統看護学講座 別巻 看護情報学 講師の提示した資料		
備考			

科目区分	基礎分野	授業科目	心理学
講師名	東 孝子	実務経験の有無	有
単位数（時間）	1単位（30時間）	開講年次	1年次 第1学期
授業概要 *講師からのメッセージ	この講義では、幅広い心理学の基礎を学び、科学的な人間理解を深めていきます。自身のメンタルヘルスを保ちながら、患者や職場の人とどう関わっていけばよいのか、自己理解、他者理解を深めつつ考えていきましょう。看護の現場で役立つ心理学の知識を学んでください。		
目的：人間の心理と行動を学び、自分自身の理解、他者の理解及び人間関係を築く基礎的能力を養う。			
目標：1. 人間の行動の基盤をなしている心の働きを理解する 2. 自己理解と他者理解を深める			
回	授 業 内 容		
1	講義の進め方や学習の仕方などの授業のガイダンス 心理学の歴史と現状について		
2	感覚・知覚の心理		
3	学習・記憶の心理		
4	感情・動悸の心理		
5	性格・知能の心理		
6	発達の心理（1）		
7	発達の心理（2）		
8	社会・集団の心理		
9	健康の心理と人間理解		
10	臨床心理学の基礎とアセスメント（1）		
11	臨床心理学の基礎とアセスメント（2）		
12	カウンセリングと心理療法（1）		
13	カウンセリングと心理療法（2）		
14	行動する人間の理解		
15	まとめ		
16（45分）	終了試験		
授業方法	講義		
評価方法	筆記試験（100%） 評価基準参照		
テキスト	医学書院：系統看護学講座 基礎分野 心理学		
備考			



科目区分	基礎分野	授業科目	コミュニケーション論
講師名	岩永 誠	実務経験の有無	有
単位数(時間)	1単位(30時間)	開講年次	1年次 第1学期
授業概要 *講師からのメッセージ	患者とその家族の心理状態を理解し、どのように関わるのが大切であるのかを考えてもらいたいです。		
目的：人間理解・対人関係の持ち方、人間関係を創り上げる能力を養う。 目標：1. 人と人のつながりについて理解できる。 2. 自己・他者を理解し良好な人間関係を創る力を身に付ける。			
回	授 業 内 容		
1	対人関係の基礎：人間関係の発達の意味		
2	対人関係の基礎：人間関係形成を妨げるもの		
3	対人関係の基礎：対人魅力		
4	対人関係の基礎：愛情と依存		
5	コミュニケーション		
6	コミュニケーション：コミュニケーションが取れない人たち		
7	コミュニケーション：交流分析		
8	コミュニケーション：患者とどうコミュニケーションをとるのか（GW+課題提出） 自分を理解し、相手を理解して、どうコミュニケーションするか		
9	医療場面での人間関係：患者の心理状態		
10	医療場面での人間関係：患者の陥りやすい問題		
11	医療場面での人間関係：患者・家族のストレスを読み解く		
12	医療場面での人間関係：医療におけるカウンセリング・マインド		
13	患者への関わり方：「カッコーの巣の上で」の視聴、解説		
14	患者への関わり方：患者と医療従事者との関わりをどう考えるか（GW）		
15	患者への関わり方：医療における人間関係をもう一度考える		
16(45分)	終了試験		
授業方法	講義、演習		
評価方法	記述試験（100点満点 45分）、レポート 評価基準参照		
テキスト	なし。資料配布。		
備考			

科目区分	基礎分野	授業科目	哲 学
講師名	田中 健	実務経験の有無	無
単位数（時間）	1 単位（30 時間）	開講年次	3 年次 第 2 学期
授業概要 * 講師からのメッセージ	授業では様々な考え方を紹介します。それらを鵜呑みにして丸暗記するのではなく、自分の実感に基づいて吟味していくつもりでいて下さい。		
目的：人間の存在価値について客観的に理解し、人間の行為の持つ意味について学びを深める			
目標：1. 価値観やものの見方について理解する 2. 人間をめぐる現代の様々な問題について考える			
回	授 業 内 容		
1	哲学とは		
2～3	哲学について 脳と心 西洋哲学 東洋哲学		
4	生きる上で必要なこと		
5～6	死をどう理解するか 脳死と臓器移植		
7	他人の心 －他人に心があるとどうやって知るのか		
8～9	人工妊娠中絶—胎児は「人」か 生まれる命		
10～11	パーソン論と動物の生存権 死について考える		
12	善と悪—功利主義と義務論 自己決定とその限界		
13～14	安楽死と尊厳死 看取り 生の意味とニヒリズム		
15（45 分）	終了試験		
授業方法	講義 グループワーク		
評価方法	筆記試験 評価基準参照		
テキスト	各講師の提示した資料		
備考			

科目区分	基礎分野	授業科目	社会学
講師名	高旗 浩志	実務経験の有無	有
単位数 (時間)	1 単位 (30 時間)	開講年次	3 年次 第 1 学期
授業概要 * 講師からのメッセージ	皆さんにとって馴染みのある学校教育や医療・福祉を題材に社会学の視点から分析し、講話します。日々のニュースに関心を持ち、社会の出来事を知るとともに、自分なりの考えを持つようにしましょう。		
<p>目的：社会的存在としての人間を理解するとともに、多様な社会のなかで幅広いものの見方ができる能力を養う。また、健康や生活に関する援助者としての基本的な姿勢を養う。</p> <p>目標：1. 日々の生活や社会の出来事に関心を持ち、日本や世界が抱えている健康問題、社会問題や教育問題を理解できる 2. 社会における看護という仕事の位置づけが理解できる</p>			
回	授 業 内 容		
1	「社会的事実」をとらえる		
2	教育の制度と社会を読み解く		
3	学校教育制度の歴史社会学		
4	近代社会と学校教育制度の成立		
5	近代学校教育制度の構造と機能		
6	教育と社会の学校化		
7	教育の機会均等の理念とその逆説		
8	学歴と「日本的進路指導」の社会学		
9	少子高齢化と福祉国家		
10	現代社会の貧困と格差		
11	社会のなかのジェンダー規範		
12	近代社会と「医療」の社会学		
13	ケアと感情労働の社会学		
14	地域のなかの医療と福祉		
15	試験レポート		
授業方法	講義・グループワーク		
評価方法	①第 15 講で行う試験レポート (70%) と、②出席状況とグループワークの取組状況 (30%) を総合的に判断して評価します。試験レポート (持ち込み可) では、本講義で取り上げたトピックをもとに各自で自由にテーマを設定し、あなた自身の考えを執筆して頂きます。講義で話した内容を転記するのではなく、この講義を通してあなた自身が考えたことを書き紡いでください。A4×両面 1 枚のレポート用紙です。 評価基準参照		
テキスト	特に指定しない。 参考図書：阪井俊文／濱野健／須藤廣編著 (2022) 『看護を学ぶ人のための社会学』明石書店		
備考			

科目区分	基礎分野	授業科目	教育学
講師名	塩津 英樹	実務経験の有無	無
単位数 (時間)	1単位 (30時間)	開講年次	1年次 第2学期
授業概要 *講師からのメッセージ	教育学と聞いて、皆さんはどのような印象を抱くでしょうか。看護師を目指している皆さんの中には、もしかすると、なぜ教育学を学ぶ必要があるのか疑問を感じている人もいるかもしれません。看護師は、患者さんに対して指導を行う対人関係職です。そのため人間の成長や発達、そして学習に関する知識が求められます。この講義を通して、看護師に求められる教育学の基本的知識を身に付けましょう。		
<p>目的：本講義では、教育の意義と目的、人間の成長と発達、福祉と人権、共生社会の理念等についての学習を通じて人間理解を深め、自分なりの教育観を磨くとともに、高い倫理観を持って人と接し、看護現場で活用することのできる基礎的能力を養うことを目的とする。</p> <p>目標：1. 教育と看護の関係性、教育の意義と目的、人間の成長と発達について説明できる。 2. 福祉と人権、共生社会の理念等について学び、患者理解へと繋げることができる。 3. 教育学の理論と技法を学び、看護現場で活用することができる。</p>			
回	授 業 内 容		
1	教育学とは① -教育学を学ぶ意味-		
2	教育学とは② -教育の目的とは-		
3	教育の意義と本質① -人間の成長と発達-		
4	教育の意義と本質② -人間の道徳性の発達-		
5	倫理と道徳① -人間の行為と道徳-		
6	倫理と道徳② -人間理解について-		
7	福祉と人権① -子供観の歴史的変化と教育-		
8	福祉と人権② -子供の権利を中心に- (演習：グループワークを含む)		
9	教育を支える基盤① -家庭教育と学校教育- (演習：グループワークを含む)		
10	教育を支える基盤② -公教育の成立と展開-		
11	共生社会の実現に向けて① -合理的配慮とは-		
12	共生社会の実現に向けて② -発達障がい者の特性とその理解-		
13	現代社会と教育① -グローバル化と異文化理解-		
14	現代社会と教育② -社会参画と教育- (演習：グループワークを含む)		
15	教育学のまとめ -自己実現と職業生活- (演習：グループワークを含む)		
16	1時間 (45分)：終了試験		
授業方法	講義・グループワーク		
評価方法	筆記試験 70%、平常点 30%、 評価基準参照		
テキスト	特に指定なし。講義で資料を配布する。		
備考	既習関連科目：成人看護学概論、小児看護学概論		

科目区分	基礎分野	授業科目	英会話
講師名	Stephen Henneberry	実務経験の有無	有
単位数 (時間)	1 単位 (15 時間)	開講年次	1 学年 第 1 学期
授業概要 * 講師からのメッセージ	日常的に使われる英会話の表現を身につけ、国際感覚を養ってほしい		
目的：日常で使用する英会話の基礎的能力を身につける 目標：1. 日常生活のさまざまな場面で、英語で簡単なコミュニケーションができる 2. 患者さんの話を理解し、適切に対応できるように、日常的に使われる表現を身につける	Objective: To acquire basic English conversation skills for daily use Goals: 1. To be able to communicate simply in English in a variety of everyday situations 2. To learn basic conversations patterns to understand what patients say and respond appropriately		
回	授 業 内 容		
1~2	基本的コミュニケーション あいさつ 自己紹介し、簡単な質疑応答をする	Basic Communication Greetings Self-introductions, Simple conversation	
3~4	物について話す・尋ねる 時間や日課について話す・尋ねる レストランでの会話 街中での会話	Talking about and asking about things Talking and asking about time and routines Conversation in a restaurant Conversation in the city	
5~7	病院の外来での患者との会話 診療科・各診察室への案内と説明 電話・受付での会話 体調を気遣う会話 休憩を促す会話	Conversations with patients in outpatient areas Guidance and explanation of departments and examination rooms Conversations on the phone and at the reception desk Conversations about general health Conversations to encourage rest	
8 (45 分)	終了試験		
授業方法	講義		
評価方法	出席状況 宿題 終了試験 評価計画参照		
テキスト	講師が提示した資料		
備考	授業には英和辞典、和英辞典を持参		

科目区分	基礎分野	授業科目	保健英語
講師名	Stephen Henneberry	実務経験の有無	有
単位数(時間)	1単位(30時間)	開講年次	2学年 第1学期
授業概要 *講師からのメッセージ	医療現場において必要とされる専門用語を学び、カルテの診療情報を読み取る力をつけて、医療現場で活用できるようになってほしい		
<p>目的：国際化に対応した基礎的能力と医療現場における会話能力を養う</p> <p>目標：1. 看護の現場で役立つ英語表現・医療専門用語を理解する</p> <p>2. 看護場面で必要な英会話ができる</p>			
回	授業内容		
1	初診の外来患者の対応		
2	基本問診・病歴		
3	症状をたずねる		
4	症状をもっと詳しく聞く		
5	院内整備の案内		
6	救急患者の対応		
7	診察日の予約		
8	基礎情報 カルテ 医療専門用語		
9	基礎的な検査 カルテ 医療専門用語		
10	精密検査での対応		
11	リハビリテーションでの対応		
12	手術前後の対応		
13	毎日の観察		
14	入院患者の安らぎ 薬の利用について		
15(45分)	患者教育 医療相談		
16(45分)	終了試験		
授業方法	講義・演習		
評価方法	出席状況 宿題 小テスト 終了テスト(筆記試験) 評価基準参照		
テキスト	朝日出版社：看護・医療スタッフの英語		
備考	英和辞典を必ず持参してください		

科目区分	基礎分野	授業科目	英書講読
講師名	青木 淑恵	実務経験の有無	非常勤講師
単位数(時間)	1単位(15時間)	開講年次	3学年 第2学期
授業概要 *講師からのメッセージ	医療および看護に関するテーマの英文を正確に読みとる英語力を身につけてほしい。さらに看護文献のサマリーを読んで要点を理解できることを期待する		
<p>目的：医療および看護に関するテーマの英文の文献を学習の目的に沿って効果的に選ぶ。また、看護に役立つ要点を取り入れるための講読方法を学び、国際的視野を養う</p> <p>目標：1. 医療に関する基本語彙が理解する 2. 医療および看護テーマの英文の文献の要点を理解する 3. 英文の文献講読ができる 4. 英文の文献講読のプロセスを通して英語力を高めることができる</p>			
回	授 業 内 容		
1	1. オリエンテーション 授業の進め方 プレゼンテーション発表について		
2~4 【演習】	2. 英文の文献の検索、文献講読		
5~6	3. 学習のテーマごとにプレゼンテーション		
7	まとめ 振り返り		
8(45分)	終了試験		
授業方法	講義 演習		
評価方法	レポート 終了試験 評価基準参照		
テキスト	医療および看護テーマの英文の文献は各グループで検索		
備考	英和辞典を持参		

科目区分	基礎分野	授業科目	保健体育
講師名	中藤 沙奈子	事務経験の有無	有
単位数(時間)	1単位(15時間)	開講年次	1年次 第1学期
授業概要 *講師からのメッセージ			
<p>目的：：体育科学と健康科学、トレーニング科学を総合的に究明する必要性を理解する。</p> <p>目標：1. 体力を増強し健全な身体の発達と心身の健康の増進を図ることができる</p> <p>2. 身体的健康、心の健康、社会的健康の3つが密接に影響しあい健康が保たれることを理解できる。</p>			
回	授業内容		
1	健康科学・体育科学とは ・健康の概念 ・体力 ・栄養とからだ(肥満について)		
2	トレーニング ・効果的なトレーニング		
3	ウォーミングアップとクールダウンについて ・健康づくりのための運動プログラム作成について		
4 【演習】	有酸素運動、無酸素運動の講義と実践		
5～7 【実技演習】	ラジオ体操、ウォーキング、長縄跳び、 バレーボール、ドッジボール、バスケットボール などの球技		
8(45分)	終了試験		
授業方法	講義 演習 実技演習 評価基準参照		
評価方法	筆記試験(80% 45分間) 実技 20% 評価基準参照		
テキスト	特に指定なし。		
備考			