

専門基礎教育科目・専門教育科目の概要

専門基礎教育科目

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	スポーツ健康学総論	本学科における教育・研究の入門的な講義であり、食生活・栄養、運動・スポーツ、社会・福祉、保健・医療の幅広い視点に立った多面的な角度から「スポーツと健康」を科学的に探求する。講義は学科教員全員がオムニバス形式で講義を実施し、学科教員の研究分野を知ることによって、2年次以降の専門科目の履修や卒業研究分野を決定するための基礎資料となる内容で構成する。
	スポーツ健康演習	沖縄ヤンバル地方の豊かな自然や文化環境を利用して実施されるプロジェクトアドベンチャー体験、スノーケリング、登山、エイサーなどの基礎的な野外活動を通して、スポーツの楽しさや危険性、仲間との協力の必要性を体感し、スポーツ健康学科の学生としての基本的な態度や行動を学ぶ。また、スポーツ健康分野の基礎的実習をとおして、次年度以降の学習への興味を喚起する。
	人体機能学	この授業科目では、人間の生命維持や身体活動の基本的仕組みを学習する。受講前に生物学、化学、物理学の予備知識がないことを前提として、人体構造(解剖学)と機能(生理学・生化学)の関係を理解していきながら、人体機能の基本的な仕組みについて理解する。
	発育発達学	この授業科目は、国際化、情報化、高度技術化、高齢化の21世紀に対応する健康、体力づくりとして、からだの仕組み、原理、原則を理解させる。体力は人間活動の基礎となる身体的能力である。すなわち、いかなる環境のもとでも、人間が生活力に満ちた生命能力を発揮することである。形態の発育と柔軟性、敏捷性、平衡性、調整力、筋力、パワー、持久力等の機能の発達との関係、成長後の運動適性能力について解明することを講義する。
	救急処置	この授業科目では、最新のガイドラインに沿った心肺蘇生とAEDを中心とした救急救命措置ならびに救急ケアプログラムを標準とした救急処置により構成されている。日常的によく遭遇する傷病から重篤な救急事態に対して、傷病者の観察、救急蘇生法、外傷と止血、固定法、運搬法、体位と保温、記録などの救急処置の基本から実践までを学習する。
	社会福祉概論	現代社会には、子どもや家庭・障がい者・高齢者の生活や雇用・労働をめぐる課題の他、多様な形態の暴力(虐待、DV、自殺)など、人々の健康で文化的な生活を脅かす問題が山積みされている。このようにさまざまな状況にある人々について理解し、また、社会福祉の価値である人間らしく生きられる支え合う社会づくりの視点から、社会福祉の役割を探る。
	生涯スポーツ論	この授業科目は、健康とスポーツの関わりを通して、身体の健康保持に限らず、生き生きとした人生を送るための生涯スポーツの基本的な考え方、生涯スポーツ行政と指導者の養成確保、ライフステージ別の生涯スポーツの進め方、わが国における現状と諸問題並びに将来展望について講義する。
	ウエルネス概論	ヘルス・フォー・オールの実現するために不可欠な21世紀の健康戦略としてのヘルスプロモーション・ウエルネスとPHC(Primary Health Care)について概説し、21世紀に向けた健康社会実現への健康思想の構築を図る。またそれらの理念をもとに、地域ヘルスプロモーション・ウエルネス構想を検討する。

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	医学一般	医学系以外の分野で学ぶ学生に対して、教養として身につけておくべき医学関連の知識を学習する。一般常識程度の医学史、社会医学、患者学、そして知っておくべき疾病について症候、診断、治療について最新の医学に基づいた知識を理解する。
	解剖学	解剖学とは人体をバラバラにし、人体を構成している組織の位置や名称を理解するだけでなく、解剖学的構造から機能を推察することによって、人体を理解しようとする学問である。本講義では、スポーツや健康科学分野の基礎となる筋肉や骨、関節運動、呼吸循環、神経、内分泌系、消化器系の名称を覚えるとともに、実際のスポーツ種目における各種動作と機能解剖や養護教諭に必要な解剖学的基礎知識を身につけることを目的とする。
	生理学・運動生理学	本講義では、実際の運動を可能にしている身体の生理的メカニズムを知り、運動の強度、継続時間、そしてトレーニングの内容に応じて変化する呼吸、循環、代謝機能をテキストに沿って各テーマ毎に解説していく。様々な運動中に起こる生体现象について科学的に説明しながら、説明を聞くだけでなく、なぜそうなるのか、科学的な視点から積極的に考えられるよう構成する。
	衛生学・公衆衛生学	この授業科目を通じて学生は、社会の組織的および個人的な努力を通じて疾病を予防し、健康を維持しつ、寿命を全うするための具体的な健康増進策を理解する。 内容としては、公衆衛生の歴史、公衆衛生のものさし、諸外国の公衆衛生政策、公衆衛生活動のプロセス、子ども（育児支援、児童虐待）、高齢者（支援システム、制度、地域における活動）、成人保健、歯科保健、社会保障、感染症、環境保健などについて学ぶ。
	栄養学	栄養学とは、栄養とは何かを理解し、身体能力の向上・健康の増進・疾病の予防における栄養の役割を理解する科目である。そのために、5大栄養素を中心にその代謝・作用を理解するとともに、食生活・身体運動に関する現在の国の施策を理解する。また、健康情報リテラシーの考え方についても学ぶ。

専門教育科目

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	体育原理	本授業では、体育・スポーツに顕在・潜在化する問題を、哲学的な観点から考察することによって、体育・スポーツに対して、多様な観点から考えられる力を高めることを目指す。具体的には、体育・スポーツにおける暴力の問題、ドーピングの問題、意図的ルール違反の問題などを取り上げつつ、体育・スポーツの存在意義について、哲学的に検討していく。
	スポーツ健康学特別講義	本科目は、本学科が配置した科目以外に、スポーツ・健康・保健・教育などの各分野において活躍されている人物の講演やセミナー、さらには学会等のプログラムなど、学生に有益と考えられる事柄を単位化する。学生が多角的にスポーツ・健康分野を学ぶ機会を提供する。
	スポーツ健康学特別実技	本科目は、本学が科配置した科目以外に、スポーツ・健康・保健・教育などの各分野において活躍されている人物の実践指導および講習会等のプログラムや、より専門的な現場での実践指導やレクチャー方法など学生に有益と考えられる事柄を単位化する。学生が多角的にスポーツ・健康分野を学ぶ機会を提供する。

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	運動学	<p>体育・スポーツの指導者は、観察を通して運動の問題を分析し、目標とする運動への発達を促す課題を担っている。本授業では、運動の指導場面で重要となるスポーツ運動学の基礎理論、具体的には運動の習熟過程、成長に伴う運動発達プロセス、運動観察の理論的背景、および運動指導の方法について解説する。</p>
	体育心理学	<p>この授業科目は、メンタルトレーニングの指導者としての素養を身につけるため、体育心理学、スポーツ心理学、運動心理学の基礎的事項を概説する。</p>
	体育社会学	<p>この授業科目は、わが国における身体運動文化について学習する。とりわけ、「体育・スポーツ」と「社会」の関係性に焦点をあてて、あらゆる現象を多角的に分析する。</p>
	体育経営管理学	<p>本授業では、人々の豊かなスポーツライフの実現はどのような理論をもとに実施されているかを、経営管理の立場から学ぶ。学校体育、地域スポーツ、商業スポーツ、スポーツ行政などの分野から諸事象を取り上げ、考察を重ねていく。体育・スポーツ独自の価値を理解し、計画的にスポーツ事業を企画・運営していく能力を身につけることもねらいとする。</p>
	コーチ学	<p>この授業科目は、体育・スポーツ指導に役立つ理論的基礎を学び、実際のスポーツ指導現場における問題解決能力を育成することを主眼とする。スポーツ・トレーニング及びコーチングにかかわるトピックを設定し、それに基づいてコーチング概論、コーチング基礎理論、コーチング実践論と展開し、個別スポーツの特殊性について解説する。</p>
	トレーニング論	<p>この授業科目は、現代スポーツにおけるトレーニングの役割について理解を深める。具体的内容として、トレーニングの必要性、トレーニングの原則、トレーニングの種類と効果、トレーニング処方、トレーニング計画等、トレーニングの基礎理論について解説する。</p>
	体力・健康測定と評価	<p>食の西洋化、移動手段の発達により現代人は栄養過多と慢性的運動不足に陥り、体力とともに健康を著しく害している。本講義は、体力測定とその評価法を学習しながら、健康増進と体力増進の重要性について講義する。</p>
	スポーツ指導論	<p>この授業科目は、健康スポーツの指導を中心に、指導の目的及び種目別の指導法、また、指導プログラムの作成方法など、スポーツ指導をどのようにすれば安全かつ効果的に行えるか、実例をあげて講義する。</p>
	スポーツ栄養学	<p>健康のためにスポーツをする人やアスリートの視点に立ち、科学的根拠に基づいた各栄養素の摂取方法や毎日の食事、練習・試合時の栄養補給・食事法や栄養障害について学び、その実践法や予防法について学ぶ。</p>
	スポーツマネジメント	<p>スポーツマネジメントは、きわめて包括的な概念である。リゾートスポーツ施設、公共スポーツ施設、民間スポーツクラブ、商品販売、そして、企業やプロスポーツなど多くの関連領域を含んでいる。本講義は「スポーツ経営」という視点から、コミュニティスポーツクラブ、企業フィットネスクラブなど分野別にその理論と実際を講義する。</p>
スポーツ障害と予防	<p>この授業では、全身ならびに運動器について解剖学的、運動生理学的に理解を深め、運動種目毎の特異的に生じる外傷・障害を部位別、障害別について理解を深める。また年齢や性別におけるスポーツの特徴と特に注意すべきスポーツ外傷・障害についても学ぶ。そして、これらのスポーツ障害の発生機序ならびに治療と予防についての知識を身につけて、スポーツ指導者や養護教諭としてその予防ならびに対応ができる能力を身につけることを目標とする。</p>	

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	運動処方論	運動処方論は、健康づくりのために運動することが必要な人及び運動を始めたい人のために、適切な運動の質と量を提供する運動生理学を基礎とする応用科学である。運動生理学の知識と身体活動に伴う危険性を踏まえながら、運動処方の原理原則を学ぶ。また、さまざまな対象者に対する運動プログラム作成についても学ぶ。
	安全管理論及び方法	この授業科目は、スポーツに関わる者のスポーツ事故やスポーツ団体・スポーツクラブ等との契約、さらにはドーピングなどスポーツの不正行為やスポーツ選手の人権問題などの法的問題に対して適切かつ迅速な対応をとるための法的知識並びにスポーツの安全に関する知識を身につけることを学ぶ。このような状況をふまえ、学生が将来体育指導者や現役のスポーツ選手として必要かつ不可欠な法的知識、あるいは安全に対する考え方を身につけることができるようにする。
	野外教育論	この授業科目は、野外教育の基礎知識と、現在の野外教育の動向と課題を学習し、実際の場面での、企画・立案・指導に際しての諸問題を理解する。自ら課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、よりよく課題を解決する資質を養い、能力を身につける。
	レジャー・レクリエーション論	この授業科目は、生涯学習としてのレジャーおよびレクリエーションの変遷と意義を理解し、現代社会における自由時間（余暇時間）を活用する方法としての、レジャー・レクリエーション活動の実践を支援するための理論と方策について学習する。
	空手・古武道概論	この授業科目は、武道の歴史的変遷は各時代の政治・社会とどのように関連し経過してきたか講義する。また、日本の農耕文化に基礎した、伝統文化としての武道における流派の成立過程と内容、伝承形式と方法を考察することにより、過去の歴史的蓄積及び文化の上に立つ現在の武道を理解させる。
	体育・スポーツ史	本授業では、体育・スポーツを歴史的な観点から検討することによって、人間が体育・スポーツをどのように考え、実践してきたかについて見ていく。また、体育・スポーツがどのように変化してきたのかを、社会の変化とともに学ぶ。
	スポーツバイオメカニクス	この授業科目は、力学、生理学、解剖学などの学問を応用し、身体活動（スポーツ活動）のからくりを解説していく。さらに、それらを応用して、スポーツ競技力の向上や健康の増進に役立つ専門的な知識について学習する。
	球技論	各種球技種目の歴史、ルール、技術、戦術等を概説する。また、競技現場で用いられている最新の戦術やプレースタイル、科学的視点から分析された技術や競技パフォーマンス等を紹介する。様々な球技の相違を学び、専門種目の特徴を理解することで、専門種目のパフォーマンス向上を目指す。
	健康教育	健康教育は、疾病予防から健康増進、治療、リハビリ、長期ケアまで幅広い分野がある。また、あらゆる場所で提供できる。そのためこの授業科目は、健康教育の基礎知識と、現在の健康教育の動向と課題を学習し、実際の場面での、企画・立案・指導に際しての諸問題を理解する。よりよく課題を解決する資質を養い、健康教育の指導者としての幅広い能力を身につける。

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	学校保健	学校保健は、心身ともに健康な国民の育成をめざし「児童生徒一人一人が生涯にわたって健康・安全で活力ある生活ができることを目的に、ヘルスプロモーションの考え方を踏まえて推進する。そこで、本科目では、学校保健の歴史的背景、行政制度、領域構造、根拠となる法律等の知識をベースに、変化する健康課題にどのように対処すべきか、どのように学校保健を推進していくべきか「学校保健経営」について学ぶ。
	精神保健	精神保健とは、こころの健康を保ち、さらにそれを増進させることを目的としている。この科目では、養護教諭や医療福祉領域の仕事に就いた場合に、種々の援助活動を行うために必要となる精神保健の歴史や、基礎的な知識を修得する。
	養護概説	本科目は、教育職員免許法で示された「養護概説」の趣旨に基づき、「養護」の本質や概念、沿革、職務内容の変遷を学ぶ。また、学校現場養護教諭が関わる活動を具体的に提示し、養護教諭の役割（救急処置、健康診断、疾病予防などの保健管理、保健教育、健康相談活動、保健室経営、保健組織活動）や多岐にわたる職務を適切に遂行する方法について学ぶ。
	看護学Ⅰ	この授業科目は、看護の基本要素、食育と健康との関係について学ぶ。講義の前半は、健康と看護、看護の機能と役割、ライフサイクルの特性と健康レベルへの対応と看護活動の場と看護実践、看護の継続性などで構成する。講義の後半は、食と生活を通して健康の保持・増進について考える構成である。
	看護学Ⅱ	この授業科目は、安全・安楽、記録・報告、フィジカルアセスメントの基本技術、日常生活援助技術について、講義と演習で構成する。医療の高度化、多様化に伴う、看護に必要な知識、正確な判断力、状況への対応力、科学的根拠に基づいた看護実践の基本を学ぶ。
	学校救急看護学	この授業科目では、学校現場で必要とされる救急処置・応急処置の技術を習得するために、学校救急処置に必要な緊急度と重症度を見極めるトリアージ実践等で構成する。また、救急処置における養護教諭の役割についても学ぶ。
	健康相談活動の理論 及び方法	養護教諭の行う健康相談活動は、児童生徒の様々な訴えに対して、心的な要因や背景を考えながら、「心と体の両面」に対応するものである。そこで、本科目では、心身の健康観察、ヘルスアセスメント、カウンセリング的な対応、関係者・関係機関との連携等の技術習得をめざし、事例検討や演習を取り入れて養護教諭の職務の特質や保健室の機能を生かした対応の仕方について学ぶ。
	医学一般Ⅱ	健康運動指導士などの健康支援人材を目指す者にとって、生活習慣病の理解は不可欠である。本科目ではメタボリックシンドローム、循環器疾患、脳血管障害、糖尿病や高脂血症などの代表的な生活習慣病と、ADL(日常生活動作)や QOL (生活の質) の低下につながる代表的な運動器疾患について、各々の疫学、病態生理、合併症、治療法について学習する。
	病理学	この授業科目は、主要な疾病の成因、病態、診断、その予防と治療について理解させる。腫瘍、炎症、代謝、循環障害、奇形など古典的病理学の疾病体系を基礎に、生活習慣病、消化器疾患、代謝疾患、感染症、免疫アレルギー疾患などの成因、発症や進行、病態評価や診断、治療の基本的な考え方を講義する。

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目 専門教育科目	免疫学	<p>この授業は、免疫学についての学習を指導する。①免疫の基本的な仕組み、②免疫学的寛容と自己免疫疾患、③自然免疫と獲得免疫、④感染症と免疫、⑤移植と免疫、⑥ステロイドと免疫、⑦エイズやがんと免疫、⑧アレルギー性疾患、⑨個人的、集団的な感染防御における免疫学、⑩ストレスと免疫⑪児童から青年期にかけて多い免疫系疾患（喘息、アトピーなど）についても取り上げ解説する。</p>
	微生物学	<p>この授業科目は、ヒトをとりまく環境に棲息している多種多様な微生物についての理解を深めながら、滅菌と消毒、病原性微生物、感染症ならびに関係する法規についての知識を身につけることを目的とする。とくに養護教諭は学校現場における専門職として感染症に対する判断対応能力が求められており、これらに 대응することの出来る能力の育成を目指す。</p>
	薬理概論	<p>この授業科目は、薬が生体のどこで、どのような仕組みで作用を現すかについて、薬理学的見地から口述するとともに、正しい薬の管理の仕方や使い方を学ぶ。また、「医食同源」にもとづき、身近な食用や薬用植物から、癌をはじめとする生活習慣病の治療薬及び予防薬への開発の可能性について講義する。</p>
	健康心理学	<p>この授業科目は、健康の維持と増進、疾病の予防と治療などについての原因と対処の心理学的な究明、及び健康教育やヘルスケアシステム、健康政策の構築などに対する心理学からの貢献をめざす学問である健康心理学について学ぶ。</p>
	心の健康	<p>心の健康を維持・増進するうえで不可欠である食行動について心理学的な視点から学ぶ。飽食社会、肥満、食行動の健康／病理等の現代社会が直面している問題について理解を深める。</p>
	保健衛生学	<p>この授業科目は、疾病及び健康に関する基礎的知識のほか、近年の「健康・運動科学」に関連する研究成果や生活習慣と健康、疾病の予防、健康管理の進め方、健康管理の実際等について講義する。</p>
	労働衛生学概論	<p>この授業科目は、労働条件による障害の発生や、その予防対策及び健康の保持増進のあり方について学び、職場で果たすべき労働衛生管理の役割について理解することを目標にしている。さらには、職業一般における基本的なリスク・マネジメントと管理運営のスキルを学ぶ。</p>
	労働法規Ⅰ	<p>この授業科目は、労働基準法と労働安全衛生法の一本化した理念をもとに、労働衛生管理を推進しなければ実効を期し得ないことから、労働基準法の基本的な原則と主要な法条文について解説する。</p>
	労働法規Ⅱ	<p>この授業科目は、産業活動の進展や技術革新などにより、多様化する労働環境の変化と労働者の健康に及ぼす影響を学ぶ。職場における衛生管理者の責務は大きく、その育成と任務の遂行のために必須の労働安全衛生法規を理解させるとともに認識を深めさせる。</p>
	介護概論	<p>この授業では、医学的見地から介護予防の状況や問題を見極め、介護予防に求められているサービスを理解し、高齢者の生活行為を高めるための介護予防と、運動及び援助方法について学ぶ。</p>
社会福祉援助技術	<p>社会福祉援助の基本・土台となる社会福祉の価値（人間の尊厳と社会正義の尊重）を理解し、誰もが人間らしく生きられる社会、互いに支え合う社会（福祉社会）を築いていくための視点や方法について学ぶ。体験学習、事例検討、ロールプレイなどを通して、社会福祉援助の基礎を実践的に身につけ、人々の健康的な生活を支えることができるようにする。</p>	

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	児童福祉	子どもや子育てを取り巻く社会環境の変化にともない、子どもや家族が健康で文化的な生活を送る上でどのような課題に直面しているのか、またどのような社会的支援が求められ、実施されているのかを理解する。
	障害者・高齢者福祉	障害者観や高齢者観の社会的・歴史的背景をふまえ、障害者・高齢者が健康で文化的な生活を送る上で直面する諸問題および障害者・高齢者福祉の理念と法制度・サービスなどについて理解する。
	グローバルヘルス	この授業科目では、国境を越えて広がる保健医療に関わる健康格差問題について学ぶ。対象となる分野は、感染症（エイズ、結核、マラリアなど）、母子保健、難民の保健問題から生活習慣病など幅広い。本講義は、将来、世界の保健医療問題に貢献したい人材の育成を目的とし、原則として、大学在学中に実際、途上国にて海外研修を希望する受講生を対象とする。
	生理学・運動生理学演習	当演習は、運動生理学の授業で学んだ身体活動の科学的メカニズムを、実験・実習を通して理解を深めることを目的としている。血圧、心電図、酸素摂取量等運動時の様々な生理的変化について測定しながらその方法並びに解析方法を身につける。測定結果について互いに議論をし、参考文献を用いて深く考察する。
	衛生学・公衆衛生学演習	この演習を通じて、人の集団に対して初歩的な統計学的・疫学的手法を正しく適切に使用できる技能を獲得することを学ぶ。演習を通じて、学生は研究テーマの決定、先行研究の調査、研究仮説の立案、調査票の作成、アンケート集計、有意差検定を行い、公衆衛生に関するデータ分析ができるようになる。
	動作学演習	本演習では、バイオメカニクスの観点から動作を分析する包括的なプロセスを学習する。まず画像計測技術を用いた二次元的あるいは三次元的な運動計測法を中心に学び、その後、グループで実際に実験計画・実施、および実験結果の考察を行うことで、バイオメカニクスの知識を動作分析に結びつける力を身につける。
	スポーツ心理学演習	この演習では、スポーツ心理学分野における主要なテーマである、ライフスキル、メンタルヘルス、運動学習、メンタルトレーニングなどを中心に講義を進める。また、一般的な実験心理学の研究法から応用的・実践的研究法を概説し、ヒトのふるまいと心理状態を理解するための科学的方法論を学ぶ。
	トレーニング論演習	この授業科目は、トレーニング論で修得した科学的基礎理論について、講義室、体育館、トレーニング室を利用して、理論の確認とトレーニングの具体的方法について実践しながら学習する。
	海洋スポーツ演習	海洋スポーツの計画・立案について、水辺野外活動の実践を通して学習し、活動力・指導力・運営力についての資質を高めると共に、専門性の育成を図る。具体的には、①計画性に基づいた組織的運営により集団としての成果を高めること、②海洋スポーツの安全管理についての知識と技術を修得すること、③実習の場となる自然環境およびその背景について見識を深めることを目標とする。
	看護臨床実習Ⅰ	この授業科目は、実習の事前学習を通じて、基礎看護技術の習得を行う。また、救急処置の理論に基づいた基礎的な知識を確認しながら、学校現場に必要な救急の機能を学ぶ。
看護臨床実習Ⅱ	この授業科目は、講義や演習で学んだ知識・技術を統合し、臨床場面で対象に援助実践することで、援助関係構築の重要性、基本的欲求充足の意義、安全・安楽・自立に配慮した援助について学ぶ。実習場所は、病院、健診センターである。	

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	運動負荷試験	本実習では、健康運動指導士が身につけなくてはならない①潜在性心疾患、特に虚血性心疾患の診断、重傷度の判定、②不整脈、特に運動により誘発・憎悪する不整脈の評価、③運動耐容能および換気性作業閾値の推定（推定最大酸素摂取量・VT）、運動中の血圧反応の確認、④治療効果の評価などについて理解し、指導現場で役立つ基本的能力を身につける。
	健康産業施設等現場実習	本実習は、健康運動指導士を目指す者への提供科目である。健康づくりのための運動や身体活動を提供・支援する現場での様々なケース（性・年齢・身体状況・嗜好など）に対応できる実践能力を身につけることを目的とする。また、活動現場での応用力の基礎となる知識と技術を実践を通して身につけると共に、社会性、コミュニケーション力、前向きに対応する力、応用力、課題解決力を養う。
	コーチング演習	本演習では、スポーツ科学に関する基礎理論をもとに指導現場におけるコーチングスキルの獲得を目指す。本学科で開設されているコーチングに関連する講義で得られた知識を、いかにして選手のパフォーマンス向上へとつながるコーチングに生かすのかを実践を通して学ぶ。ピリオダイゼーション、各種トレーニングの有機的連携、各競技の専門的トレーニングの考案方法についても学習する。
	体づくり運動	この授業科目は、リズム体操、トレーニング体操、保健体操等、からだづくり、動きづくりについて実技指導を行い、運動を正しく合理的に行う理論と方法を理解させる。体育指導者として、集団行動の基本的な行動様式を身につけさせ、秩序正しく、安全に行動できる能力を養う。
	器械運動	この授業科目は、教科（学校）体育で扱われている器械運動（マット、跳び箱、鉄棒、平均台）について実技指導を行う。技術の習得とともに指導法を学習し、学校体育の指導者としての資質向上を図る。
	陸上競技	この授業科目は、将来、「中学校や高等学校の体育の授業」や「地域スポーツ」等の指導分野において、陸上競技の指導ができるようになることを狙いとして展開する。また、指導の手順や授業中に理解した「動きのコツ」、「学習上のポイント」をレポートにまとめる。
	水泳	この授業科目は、自由形および平泳ぎを中心に、近代泳法4種目の基礎的な泳ぎ方を学習する。技能レベルに合わせて小グループに分け、個人の目標を設定し、個人の課題がクリアできるようにプログラムを進めていく。水の特性を知ることから水を通じた心身の鍛錬、健康づくりの方法と実践について学ぶ。
	バスケットボール	この授業科目は、①バスケットボールの基本技術とゲームの方法の習得、②バスケットボールのドリルを通して体の扱い方と時間空間の認知能力を高める、③無駄な力を抜き、最大限に身体運動能力を高める技法を学ぶ。
	ハンドボール	ハンドボールは走・跳・投がバランスよく組み合わせられた競技である。学校現場では中学校や高校だけでなく、小学校の学習指導要領にも導入されその教材としての価値が広く認められてきている。本授業ではハンドボールの特性の理解、個人技術や個人戦術の向上を基礎とし、グループ戦術やチーム戦術の習得をねらいとする。集団においては他者とのコミュニケーションを大切に、ゲームを通じての戦術学習もねらいとする。

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	サッカー	この授業科目は、サッカーの歴史と特性を理解し、基本技能の習得、戦術の理解及び実施ができるようにする。指導者として常にサッカーを探究し、学校体育としてどのレベルの生徒にも楽しめるように創意工夫し、競技スポーツとして各年齢層における指導方法を確立し、生涯スポーツとして老若男女を問わず楽しめるサッカーを目指す。特に、高齢社会において「人間の生き方」が問い直されようとしている昨今、「スポーツと健康」の立場からサッカーがいかに関わっていけるか、自ら企画し運営できる能力を養う。
	バレーボール	この授業科目は、①練習の要素と進め方、②連続練習からフォーメーション、③フォーメーションからチームプレー、④作戦の立案、⑤審判実習、ゲーム分析、トレーニング計画等の遂行、⑥学校体育の授業指導、生涯スポーツのコーチング等に幅広く応用することを学ぶ。
	卓球	本授業は大別して(1)基本技術の習得、(2)応用技術の習得、(3)基本戦術の習得の3つの課題で構成される。(1)基本技術の習得では、卓球をプレーする上で必要不可欠の技術に関する理解を深める。(2)応用技術の習得では、基本技術を組み合わせることによって生じる技術的な難しさに関する理解を深める。(3)基本戦術の習得では卓球の戦術が時間・空間・回転の3つに分けられることを実践的に理解する。(1)～(3)を通して卓球に関する技術および戦術的な理解を深めることにより、自身あるいは他者のプレーに関する課題を発見すること、さらにはその課題を解決する具体的方法を考案できるようになることを目指す。
	ソフトボール	本講座では、ソフトボールのルールや戦術、審判法を理解し、ソフトボールにおける投・打・走の基本技術の習得を目指す。また、ミニゲームや学校体育ソフトボールを通じて、ソフトボールの安全な指導法を身につける。
	柔道	この授業科目は、柔道の特性を理解し、基本的動作、投技、固技、形などの技術を習得し、乱取りや試合が安全に行えるようにする。また審判方法も習得し、審判技術も養成する。授業を通して日本的な行動の仕方を身につけ、指導者としての基本的技術、心構えを学習する。
	剣道	この授業科目は、剣道着や剣道具の着装や竹刀について学び、次に礼法及び所作ごとも理解するなかで、足捌き、素振り、打ち＝踏み込み正面打ち＝気剣体一致の打ちと進んでいくなかで、相手(対人動作)との切り返しや稽古へ展開し、基本的技術、心構えを学習する。
	空手	この授業科目は、人格完成とすぐれた社会人、青少年の健全育成、武術とスポーツ等多くの特徴を合わせ持つ沖縄の空手道・古武道について、「型(形)の分解」「型(形)の技法」等の武技を学び、身体と心を鍛え上げる。
	舞踊	この授業科目は、体育科教育法の表現運動・ダンスと学習指導で示されているフォークダンス、創作ダンス、現代的リズムのダンスの実技を通して表現運動の特性を学ぶ。また、舞踊の各活動「踊る」「創る」「鑑賞する」の相互関連について理解を深める。さらに、表現活動として教育における舞踊の意義や舞踊運動の特徴を講義する。

科目区分	授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	琉球舞踊	琉球舞踊は、旧琉球王国の宮廷舞踊として生まれ、現在沖縄の伝統的な舞踊として受け継がれている。この授業科目は、その琉球舞踊の中から古典舞踊作品「かぎやで風」を取り上げ、まず、民族舞踊の踊りそのものを体験させることを第一とする。そして、沖縄の踊りの特徴がより理解できるようにバレエ、日本舞踊等他のジャンルの舞踊の基本動作（姿勢・歩みなど）との比較を行う。
	エアロビクスⅠ	この授業科目では、健康づくりの運動として重要な有酸素運動の効果と特徴を学び、その一つであるエアロビックダンス特有の音楽に合わせて動き、指導する技術を身につける。
	エアロビクスⅡ	この授業科目では、エアロビックダンスを指導する役割を理解し、対象者に合わせたプログラムを作成する方法を学び指導、観察、修正と指導の循環を習得する。
	レクリエーション実技	この授業科目は、人と人との交流を促進する技術を身につけることを目的とする。学習内容は、コミュニケーション・ワーク（ホスピタリティ・トレーニングやアイスブレイキングの技法）とレクリエーション種目の実際（主にコミュニケーション・ゲームやレクダンス、ニュースポーツ、ネイチャーゲーム等）に力点を置く。
	ゴルフⅠ	この授業科目は、ゴルフの初級コースである。体育館及びゴルフ練習場を利用し、ゴルフスイングの基本を習得するため、テーマ別にレッスンを組み立てる。ピッチ&ランハーフスイング、フルスイング、パッティング、アプローチ及びバンカーショットの練習が主な内容である。
	ゴルフⅡ	この授業科目は、ゴルフの中級コースである。ゴルフ練習場でテーマ別にレッスンを組み立てる。ミドルアイアン、アプローチのテクニック、ドライバー、フェアウェイウッドの練習が主な内容である。そして、授業の最後にショートコースをラウンドする。
	ウインドサーフィン	この授業科目は、ウインドサーフィン帆走の基礎的技術の習得を目的とする。ウインドサーフィンの特徴は、マストが全方向に倒れる可動式で、ブームの傾斜角により風圧中心点を変化させ、進行方向を定めることにある。風や波と一体となって帆走する浮遊感や爽快感を体験し、練習法、指導法に加え、安全管理の諸原則を体験的に学ぶ。
	スクーバダイビングⅠ	この授業科目は、スクーバダイビングを初めて体験する人を対象とした初心者入門コースである。学科講義、限定水域実習、海洋実習で構成し、規定の講習を修了することでオープンウォーター・ダイバーの認定証を取得する。海中から沖縄県の豊かな自然環境を観察し、認識することができる。
	スクーバダイビングⅡ	この授業科目は、オープンウォーターライセンス保有者を対象によりスキルアップした活動を行う。具体的にはアドバンスド・オープンウォーター・ダイバー、ピーク・パフォーマンス・ボイアンシー・スペシャルティ及び、魚の見分け方・スペシャルティの3ライセンスを取得する。また、沖縄の海の様子を知り、海中での安全や海洋環境の保全に関する知識と技術を得る。
	スキー・スノーボード	この授業科目は、雪を媒体にしたスポーツの特性をつかむ。実習を通し、スキー・スノーボードの知識・技術を身につけるとともに、雄大な雪山の自然を満喫し、野外学習を体験する。身体の鍛錬、健康増進、仲間との交流など、生涯に渡って雪上スポーツを楽しむために必要な知識と能力を身につける。

科目区分		授業科目名	講義等の内容
専門教育科目	専門教育科目	テーピング・マッサージ	この授業科目は、スポーツ外傷、障害に対するテーピング・マッサージの適切な処置及び使用の必要性を認識させる講義である。テーピングの内容としては、基本的な理論に基づき実施法を修得し、各外傷、症状に応じたテーピング及び処置法の実習を行う。また、スポーツ・マッサージは、コンディショニングに必要な手法の一つで、状況に応じた基本的な技法について実習する。
		インターンシップⅠ	時代が求める職業、社会が求める人材や能力について理解することで、働く世界の現実を学ぶ。スポーツや健康のキャリアを生かせる職業にはどのようなものがあるのかを知る。
		インターンシップⅡ	社会人として働くことの意味、組織のしくみや仕事のプロセス、職場における人間関係やチームワークなどについて学びながら、就業意識を形成する。夏季休暇中に県内外の各行政機関・法人・事業所での活動現場で行う。事後学習を行う。インターンシップ終了後、報告会を実施し、インターンシップ生間の振り返り、分かち合いを行う。
		地域ウェルネスプロジェクト	地の拠点として大学に成果の還元が求められる背景下において、地域における様々な課題を見出し、その解決に向けた活動を行うことは重要な要素になってくる。本科目では、自治会や地域の方々と共同で、その地域に取り巻く諸問題の解決をはかる企画や活動を行い、地域の諸問題に貢献することを目的とする。
		卒業研究演習Ⅰ 卒業研究演習Ⅱ 卒業研究演習Ⅲ 卒業研究演習Ⅳ	この授業では、卒業研究論文執筆に向けて、演習形式でスポーツ・健康分野の研究方法を学ぶ。 ゼミごとに内容が異なるため、詳細はシラバスを確認すること。