

生理学・運動生理学

人間健康学部 スポーツ健康学科 教授 **高瀬 幸一**

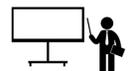


授業概要

運動生理学は、解剖学と生理学を基礎とする応用科目である。本講義では、運動(身体活動)による、神経、感覚、筋肉、呼吸、循環、血液、内分泌、体温調節、栄養、加齢などへの影響と身体の適応を科学し、身体並びに身体活動への意義について考えていく。

難しいという固定概念をどう剥がしていくか・・・

高校からの学びの基礎をしっかりと理解させることを心掛け、**なるほど“こうなのか”という瞬間**をできるだけ多く生むことが出来る授業を心がけている。どう伝えるか！そこに重点を。



担当教員からのポイント

Point1 : Thinking timeを多く用いる

最初に講義のポイントを伝え、今日の講義内容について大まかな説明を行う。その後、講義中においてそのポイントごとに説明が終わると**必ず短い時間の「thinking time」を用いて振り返りをすぐ実施**する。学生とのやり取りで理解できたのを確認した後、次に進むようにしている。理解しているのが確認できるまで粘り強く進まないのがコツ。

Point1 : AhaSlidesまたはmentimeterを効果的に使用する

プレゼンテーションの途中で視聴者にスマホやタブレット端末で**簡単なアンケート**に回答してもらい、**すぐに結果を反映**させ、集中力が切れることを防止したり**インタラクティブな授業**を心がける。

Point1 : 動画プラットフォームを効果的に用いて理解させる

授業では、DVD・YouTube等の動画プラットフォームを用いて専門的な内容を伝え、視聴後に時間をかけて説明を加える。**動画を課題の一部として視聴させ、復習で実施するセルフテスト**において学びを反映できるような仕組みにしている。

単位 2単位

開講 2023年度前学期

授業形式 講義

対象 スポーツ健康学科2年次

履修者数 60名

問すべての平均点 4.72

履修学生・授業コメントからのポイント



履修学生からのインタビューより

Point1 : 工夫の中にいつも納得がある

この授業を通して、人間の身体の仕組みを詳しく知ることができた。養護教諭になる上で、体の仕組みを理解することは大切だと思うので、難しいことも理解できて良かったです。特に、**講義では徹底して理解ができるようにスライドなどを工夫**されていて、とても分かりやすかったと思います。

Point2 : 考える時間の提供と丁寧な対応

毎時間、**考えさせてくれる時間を設けてもらった**ので、理解を深めることができました。難しい内容ではあったが、復習をかかさずに行えた。パワーポイントも見やすく、**動画の活用で内容が難しい分、理解しやすいような工夫**がみられました。学生からの質問に対しても、**1人1人丁寧に対応**しており良かったと思います。



授業評価コメントより

Point1 : 難しいことをわかりやすく伝えている

Point2 : スライドがとても見やすい

Point3 : 説明がわかりやすい

Point4 : 難しかったが、例などたくさん出してもらったので、理解が深まった など

体育原理

人間健康学部 スポーツ健康学科 教授 **大峰 光博**

授業概要

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、哲学的に考察する。

体育やスポーツの矛盾を浮き彫りにする

高校からの学びを基礎としつつも、体育・スポーツの「当たり前」を論理的・批判的に検討し、これまでのスポーツ観をアップデートする授業を心がけている。

担当教員からのポイント

Point1 : 現在進行形の体育・スポーツの問題に取り組む

運動部活動における体罰、トップスポーツにおけるドーピング、スポーツと差別など、現在進行形で生じている問題に、様々な哲学者が示した観点を手掛かりにアプローチする。

Point2 : 人気漫画・アニメのストーリーを授業内容に組み込む

スポーツの倫理的問題を、「ワンピース」「NARUTO」「スラムダンク」といった漫画のシーンとリンクさせ、理解を深める。

Point3 : 養護教諭志望の学生も対象としている

体育に限定されない学校の問題にアプローチするため、保健体育教員を志望する学生だけでなく、養護教諭を志望する学生も受講してもらいたい内容になっている。

単位 2単位

開講 2024年度前学期

授業形式 講義

対象 スポーツ健康学科全学年

履修者数 93名

問すべての平均点 4.79

履修学生・授業コメントからのポイント



履修学生からのインタビューより

Point1 : 実例を沢山取り入れた考えさせられる工夫

授業では、実例を取り入れたり、わたしたちと比較してみたりとただ聞くだけというよりかは、勝手に考えさせられてるかのよう想像が膨らむような授業でした。やはり、好奇心が常に掻き立てられる内容は、受講していて時間もあっというまに過ぎ、学びはもちろんの事、受講していてとっても楽しかったです。

Point2 : これまでの考えが180度変わる深い視点

「体育原理」は学生が持つ体育やスポーツに関するイメージを一転させる授業であった。例えば、スポーツは残酷ではないか？ドーピングや体罰は本当に悪いと言えるのか？生徒・学生がルールの盲点について相手に勝つことは批判されることなのか？などを学生に問うた。そして、哲学者やスポーツ関係者の著作・発言や実例をとりあげ、視野を広げ、視点を変えること、批判的に思考する重要性を気づかせる非常に有意義な授業であった。



授業評価コメントより

Point1 : 体育・スポーツの今まで気づかなかったことを、知れたので良かった。

Point2 : 難しい言葉や理解するのに時間がかかる内容を、伝わるように説明してくれて助かった。

Point3 : 毎回の授業が面白く、新たな視点を知ることができた。

データベース演習 (旧 データベース実践)

人間健康学部 健康情報学科 教授

天願 健



授業概要

データベース演習では、データの管理・活用を目的としたデータベース設計と実践的な運用方法を学ぶ。特に、SQLを活用したデータベース構築や、現場でのデータ活用を想定した応用的なスキルの習得を目指す。

データベースを「使える知識」として定着させるには

データベースの理論は一見難しく感じるが、実際に手を動かして設計・構築することで、仕組みを理解しやすくなる。単なる知識の暗記ではなく、「データベースを活用できる力」を養うことが目的である。



担当教員からのポイント

Point1 : 実践的な学習を通じて理解を深める

データベースの概念やSQLの構文は、実際に作成・操作することで理解が深まる。授業では講義だけでなく、演習の時間を十分に確保し、学生が手を動かして学べる環境を整えている。基本的なSQL操作から始め、段階的に応用へと進めることで、「理解できた!」という実感を得やすくしている。

Point2 : データベース設計の考え方を重視

SQLの構文を覚えるだけでなく、データの整理・管理の視点を重視している。授業では、学生が実際にデータベースを設計し、試行錯誤できる機会を設け、論理的なデータ整理のスキルを身につけられるようにしている。これにより、実務で応用できる力が養われる。

Point3 : 対話を重視し、学生の疑問を解決する

データベースは初学者にとって難しい分野だが、学生がつまずかないよう、質問しやすい雰囲気大切にしている。個別の質問にも丁寧に対応し、一人ひとりの理解をサポートすることで、「分かった!」という実感を得やすくしている。

単位 2単位

開講 2024年度後学期

授業形式 演習

対象 3年次

履修者数 18名

問すべての平均点 4.60

履修学生・授業コメントからのポイント



履修学生からのインタビューより

Point1 : 実際に手を動かしながら学べるので、納得感がある

データベースを実際に構築しながら学ぶことで、単に理論を理解するだけでなく、実際の運用方法や応用の仕方まで身につけることができた。SQLの構文を学ぶだけでなく、どのようにデータベースを設計すればよいのかという考え方で深く理解できるようになり、実際の活用に向けた応用力が養われたと感じる。

Point2 : 理解を深めるための工夫が多く、学びやすい

授業内で演習の時間がしっかりと確保されていたため、学んだ内容をすぐに実践でき、知識が定着しやすかった。さらに、授業中の質問に対しても教員が丁寧に対応してくれたため、疑問をその場で解消しながら学習を進めることができた。



授業評価コメントより

Point1 : データベースを実際に作ることで、学んだ内容を活用できた

Point2 : 今後も役立てられると感じた

Point3 : 他の学生の発表を聞くことで多様なアイデアに触れられた

Point4 : SQLを使ったデータベース設計を経験し、理解が深まったなど