

54. スポーツ・健康科

【月曜日 授業予定表】 講師：大阪体育大学講師陣 ほか

		午 前			午 後				
回	月	日	曜日	講義数	テーマ	内容	講師名	テーマ	内容
1	8	月			●入学式&オリエンテーション(合同、大阪国際会議場)				
2	4	15	月	1	体が動けば心も動く～シニア世代の健康づくり	講義	永吉宏英 名誉教授	自己紹介、年間学習・行事予定等の説明	
3		22	月	2	生活習慣病・虚血性疾患と運動	講義	前島悦子 教授	合同オリエンテーション・特別教材勉強会(午前・午後グループ別)	
4	5	13	月	3	中高年の筋力維持のためのエクササイズ	講義・実技	下河内洋平 教授	クラスミーティング	(グループ分け)
5		20	月	4	柔軟性と健康ストレッチング	実技	土岐一成 事務部長	”	
6		27	月	5	心と身体のウォーキングアップ+健康・体力チェック	実技	池島明子 教授	(6) 自分を知らう～体力測定(1)	池島明子 教授
8		3	月		●遠 足 (1)				
9	6	10	月	7	全身の健康ストレッチング		土岐一成 事務部長	クラスミーティング	
10		17	月	8	中高年の体力・健康づくり～体力測定結果の活用方法	講義・実技	池島明子 教授	クラスミーティング	
11		24	月	9	健康ストレッチング指導演習		土岐一成 事務部長	”	
12		1	月		●社会への参加活動(準備活動)(過去の活動事例研究)				
13	7	8	月	10	健康ストレッチング指導テスト		土岐一成 事務部長	クラスミーティング	
14		22	月	11	カラダ・ココロ・アタマ、ゲンキ(1)	実技	香川玲子 学外講師	”	
15		29	月	12	高大白熱教室			”	
8					夏 休 み				
16	9	2	月	13	高齢者のためのスポーツ生理学	講座	滝瀬定文 名誉教授	クラスミーティング	
17		9	月	14	体カトレーニングの科学(I)	講座・実技	梅林薫 教授	(15) 体カトレーニングの科学(II)	梅林薫 教授
19		30	月		●社会への参加活動(日程変更可)				
20	10	7	月		クラスミーティング			(16) ゲーム感覚でできる体カづくり	池島栄治郎 学外講師
21		8	水		●スポーツ交流大会(名称要検討) 10/8(火)～10/11(金)調整中				
22		21	月	17	加齢に彩る運動の心理的効果	講座	手塚洋介 准教授	クラスミーティング	(修了後の活動の場①前半)
23		28	月	18	高齢者のための栄養・食事	講座	岡村浩嗣 教授	”	
24		11	月		●遠 足 (2)				
25	11	18	月	19	高齢者のストレングストレーニング、セラチューブを用いた運動	講義・実技	川島康弘 准教授	クラスミーティング	
26		25	月	20	中高年における水泳・水中運動の実施方法とその効果	講義・実技	川島康弘 准教授	”	
27		28	木		●高大祭(名称要検討) 11/26(火)～11/29(金)調整中				
28	12	2	月	21	コーディネーション運動		土岐一成 事務部長	クラスミーティング	
29		9	月	22	カラダ・ココロ・アタマ、ゲンキ(1)	実技	香川玲子 学外講師	”	
30		16	月		クラスミーティング			(23) ウォーキングの基本と応用～ノルディックウォーキング	池島栄治郎 学外講師
31	1	6	月	24	運動で体脂肪を燃やすテクニック	講義	豊岡示朗 教授	クラスミーティング	(修了後の活動の場①後半)
32		20	月	25	高大白熱教室		土岐一成 事務部長	”	
33		27	月	26	スポーツ外傷と運動	講義・実技	三島隆章 教授	”	
34		3	月		●社会への参加活動(日程変更可)				
35	2	10	月	27	健康運動と健効デザイン		土岐一成 事務部長	クラスミーティング	
36		17	月	28	スロージョギングで健康づくり	実技	友金明香 講師	”	
37		2	月		クラスミーティング			(29) ウォーキングの基本と応用～ノルディックウォーキング	池島栄治郎 学外講師
38		9	月	30	自分を知らう～体力測定(II)	実技	池島明子 教授	クラスミーティング	
39	3	16	月		●修学旅行(1泊2日)				
40		17	火						
41		23	月	31	学 習 成 果 発 表 会 / 修 了 式				
					授 業 (白熱教室、成果発表会含む)		31	クラスミーティング	24
					学 習 事 業		10		
					合 計		41		

作成日:2018/7/6

注1) 日程、カリキュラム内容等は、都合により変更になる場合があります。

注2) 修了後の活動の場は前半・後半のどちらか1回のみです。

●印は校外(教室不要)

2018/10/27

■日は振替授業日