

学 科	鍼灸マッサージ科	学 年	3年生	期 別	前期	科目の実務経歴	有	
授業科目名	健康増進学			担当教員	小泉 隆裕			
授業の方法	講義、演習			単位数	2単位	時間数	30時間	
概 要	健康づくりの基本と生活習慣について学ぶ。							
授業の到達目標	I. プロフェッショナリズム      5. 自身の健康管理について理解する。 II. 医学的知識                      8. リスク管理について理解する。 V. 社会貢献                          4. 疾病予防と健康増進に関するアドバイスについて理解する。							
授業計画	前 期				後 期			
	回	テーマ			回	テーマ		
	1	オリエンテーション			1			
	2	健康概論1			2			
	3	健康概論2			3			
	4	健康概論3			4			
	5	生活習慣病			5			
	6	運動指導の心理学			6			
	7	健康づくりと運動プログラム			7			
	8	健康づくり運動の実際			8			
	9	健康づくり運動の実際			9			
	10	運動障害と予防・応急処置			10			
	11	運動障害と予防・応急処置			11			
	12	温泉文化			12			
	13	温泉医学			13			
	14	熱海温泉			14			
15	レポート			15				
評価基準	評価:90-100点(A評価)、80-89点(B評価)、70-79点(C評価)、60-69点(D評価)、59点以下(F・不可)							
評価方法	平常点(40%)、毎回の授業で実施する小テストレポート(60%)			実務経歴	体育学修士 所属学会…日本体育学会、日本スポーツ心理学会、国際応用スポーツ心理学会、日本フットボール学会 等			
履修上の注意	実技が中心の授業なので、周囲とコミュニケーションをとりながら、受け身ではなく積極的に参加してください。			授業時間外の学習	授業内容を実習や日常生活で応用することが重要な授業です。			
使用教材	適宜プリントを配布します。 「今すぐ使えるメンタルトレーニング-コーチ用」(高妻容一著、ベースボールマガジン社)			連絡先	質問や相談があるときは直接訪ねるか、担任の先生を通して連絡してください。			