保健体育系科目の概要

スポーツ運動学実技 A Sports & Exercise Practice

I. 「保健体育系」の目的・目標

1. 身体や身体運動 (Muscular work) についての科学的思考能力の育成
2. 健康 (度) や体力 (フィットネス) の保持・増進
3. 運動、スポーツ技能の修得
4. 社会性やコミュニケーション能力の育成
5. 運動、スポーツ文化の継承と発展
6. 生涯スポーツへの橋渡し

II. 保健体育系における授業の方向性

保健体育のスポーツや筋運動を通じた教授学習過程におけるシークエンスの観点からすると、以下の事が基本原則である。

体育実技における教授・学習計画の基本法則

1. 運動 (スポーツ種目) 強度
「軽度から中等度をへて高強度へ」
2. 時間 (継続、実施)
「短」から「長」へ
3. 頻度
「少」から「多」へ
4. 量 (強度 x 時間)
「少」から「多」へ
5. タイプ
「易」から「難」へ
「簡単」から「複雑」へ

III. 保健体育系科目の種類

1. 人間科学基礎科目: スポーツ運動学実技 A およびスポーツ運動学実技 B
2. 人間科学副専門科目: 健康スポーツ科学論、応用スポーツコース
「保健体育系」の目的・目標の理論的立場の教授と学習、さらなる応用的側面をここでは取り扱う。
3. リレー講義科目: 「環境適応論」
上記の実験・実習科目としても少人数による教育をおこなっている。大学院教育 (生命体工学研究科 生体機能 生体適応システム講座) との関連で言及する内容を一部、講義・演習形式でできるよう検討している。また、副専門科目の「応用スポーツコース」において、「体力」あるいは「ヒトの適応能」の定量化実験の実施をできるよう構想している。

対象学科 (コース): 全学科 学年: 1 年次 学期: 前期

単位区分: 必修 単位数: 1 単位

担当教員名 鳥井 正史ならびに非常勤講師

1. 概要

●背景

運動・スポーツ活動は社会的・心理的にその固有の特性や実施効果に関する認識が高まって、多くの人々に広く受容されて来ている。同時にスポーツ・運動は体力の向上のみならず、健康増進 (health promotion) の手段として、その必要性が高まってきた。

●目的

今日一般に共通に普及しているスポーツ種目の学習をとおして、スポーツ技能習得や身体運動に対する科学的思考能力の育成することによって、学生の健康を維持増進し、軽スポーツおよび身体運動の欲求を満足させるとともに、上級学年さらには卒業後、社会人として体育 (スポーツ) 活動に参加し、積極的にこれを指導できるようにする。また、健康や体力 (Physical Fitness) 増進の方法を学習するとともに、スポーツ障害を未然に防ぐ安全性の確保を図る。

●位置付け

毎回、身体運動をとおして (あるいは身体運動に関する) 学習を行なう。

通常の教室における講義と異なる。

2. キーワード

スポーツ活動、身体のトレーニング

体力 = 健康度の向上、運動技能・技術学習、協調性

3. 到達目標

- 1) 授業に対する「積極性」の継続
- 2) スポーツ・運動技能の向上
- 3) スポーツ活動への参加や観戦のマナー習得

4. 授業計画

前期

1. オリエンテーション
2. 当該スポーツの基本原則・知識
3. 基本技術・諸ルールの説明
4. 当該スポーツゲームの練習
5. //
- 6~14. リーグ戦形式のゲーム
15. 当該ゲームの成績集計とレポート作成

5. 評価の方法・基準

前期・後期ともスポーツ活動への参加・成績の集計結果を基にしたレポート作成・提出と授業に対する「積極的継続性」の有無や授業態度等も含めて総合的に評価する。

6. 履修上の注意事項、授業時間外における学習等

- ・前期は、比較的運動強度の軽い個人スポーツ種目を男女混合で開設する。
- ・受講生は年度始めの健康診断を受けておくこと。

7. 教科書・参考書

適宜指示する。

8. オフィスアワー

毎週月曜日の 6 時限目 (16:30 ~ 18:00)

スポーツ運動学実技B Sports & Exercise Practice

対象学科（コース）：全学科 学年：1年次
 学期：後期 単位区分：必修 単位数：1単位
 担当教員名 鳥井 正史ならびに非常勤講師

1. 概要

●背景

運動・スポーツ活動は社会的・心理的にその固有の特性や実施効果に関する認識が高まって、多くの人々に広くの受容されて来ている。同時にスポーツ・運動は体力の向上のみならず、健康増進（health promotion）の手段として、その必要性が高まってきた。

●目的

今日一般に共通に普及しているスポーツ種目の学習をとおして、スポーツ技能習得や身体運動に対する科学的思考能力の育成することによって、学生の健康を維持増進し、軽スポーツおよび身体運動の欲求を満足させるとともに、上級学年さらには卒業後、社会人として体育（スポーツ）活動に参加し、積極的にこれを指導できるようにする。また、健康や体力（Physical Fitness）増進の方法を学習するとともに、スポーツ障害を未然に防ぐ安全性の確保を図る。

●位置付け

毎回、身体運動をとおして（あるいは身体運動に関する）学習を行なう。

通常の教室における講義と異なる。

2. キーワード

スポーツ活動、身体のトレーニング

体力＝健康度の向上、運動技能・技術学習、協調性

3. 到達目標

- 1) 授業に対する「積極性」の継続
- 2) スポーツ・運動技能の向上
- 3) スポーツ活動への参加や観戦のマナー習得

4. 授業計画

後期

1. オリエンテーション
2. 当該スポーツの基本原則・知識
3. 基本技術・諸ルールの説明
4. 当該スポーツゲームの練習
5. //
- 6～14. リーグ戦形式のゲーム
15. 当該ゲームの成績集計とレポート作成

5. 評価の方法・基準

前期・後期ともスポーツ活動への参加・成績の集計結果を基にしたレポート作成・提出と授業に対する「積極的継続性」の有無や授業態度等も含めて総合的に評価する。

6. 履修上の注意事項、授業時間外における学習等

- ・比較的運動強度の高い心肺機能の向上を計るために効果的な集団スポーツ種目を男女別々に開設する。
- ・受講生は年度始めの健康診断を受けておくこと。

《女子学生へ》

保健体育・B（後期）に関しては、木曜5時限目の「女子体育」を受講すること。

7. 教科書・参考書

適宜指示する。

8. オフィスアワー

毎週月曜日の6時限目（16：30～18：00）

健康スポーツ科学論 Exercise Prescription

対象学科（コース）：全学科 学年：2・3・4年次
 学期：後期 単位区分：選択 単位数：2単位
 担当教員名 鳥井 正史

1. 概要

●背景

「生活習慣病」（これまでの「いわゆる「成人病」」）の危険因子として、肥満、高血糖、高血圧、精神的ストレスなどが指摘されている。これらの危険因子は運動実践によって十分に軽減される事が、広く認識されている。そこで健康増進のため体力水準に応じた運動実践が必要である。

●目的

「生活習慣病」のこれらの危険因子は、運動実践によって十分に軽減される。そこで健康増進のため体力水準に応じた運動実践が必要であり、それらに関する生理学的基本的事項について理解を深める。さらに、ヒトの生理的機能や身体運動に対する科学的思考能力の育成を目指すと共に「運動処方」の基本計画の策定基礎の確立を目指す。

●位置付け

毎回、ヒトの生理機能や身体運動に関する教授学習を行なう。通常、教室における講義形式をとる。

2. キーワード

ヒトの生理機能、身体のトレーニング、体力＝健康度の向上、生活習慣病

3. 到達目標

- 1) 今日的な健康概念の理解
- 2) ヒトの生理機能の基礎および運動の仕組みに関する基本的知識の習得
- 3) 運動処方や身体のトレーニング計画の立案・実施

4. 授業計画

- 1) 現代生活と健康—その1 寿命と疾病構造の変遷
- 2) その2 生活習慣病の出現
- 3) その3 食事と運動と休息・休養（睡眠）の関連
- 4) 「体力」概念—行動体力と防衛体力
- 5) 運動の効果—運動・スポーツに関する生理学的基本（総論）
- 6) a. 筋、神経系
- 7) b. 肥満、脂質、動脈硬化に関する効果
- 8) c. 有酸素系能力（心・血管系）に対する効果
- 9) d. 体温調節に対する効果
- 10) e. 免疫・内分泌機能に対する効果
- 11) 運動処方の実際（総論）運動処方野や療法、身体トレーニングの概念
- 12) メディカルチェック（運動実施のための健康診断）、性、年齢、活動水準に応じた運動処方 その1、その2
- 13) スポーツ障害の予防に関する諸問題

5. 評価の方法・基準

末試験の成績で評価する。

6. 履修上の注意事項、授業時間外における学習等

受講生は年度始めの健康診断を受けて、その結果の大略を把握しておくこと。

7. 教科書・参考書

教科書は使用しない。講義2～3回に1回の割合で資料を配付する。

1. 体育科学センター（編）スポーツによる健康づくり運動カルテ、講談社 780.1/T-14
2. 石河利寛 スポーツと健康（新書版）岩波書店 081/I-2-3/39
3. 池上晴夫 運動処方 朝倉書店 780-1/I-18/2
4. 池上晴夫：適度な運動とは何か 講談社 780-1/I-21, 480/B-2/739
5. 時実利彦：脳の話（新書版）岩波書店 081/I-2/461

8. オフィスアワー

毎週月曜日の6時限目（16：30～18：00）

テーマ別リレー講義 社会保障の現代的課題

A View of Social Security

対象学科（コース）：全学科（人間科学科目） 学年：全学年

学期：後期 単位区分：選択 単位数：2 単位

担当教員名 人間科学担当教員

1. 概要

人口構成の急激な少子・高齢化を受けて、社会保障あるいはそれに関連して財政や税制の「改革」が訴えられて久しい。現に、1990年代より、介護保険の導入、措置制から契約制への移行、年金構造改革と、大規模な制度改革が次々と実行されてきた。その一方で、こうした「改革」を凌駕する勢いで人口の少子・高齢化は急速に進行し、国の財政状況は日増しに悪化している。さらに、こうした実態的な問題ばかりではなく、社会保障の「あるべき姿」をめぐる思想的対立も顕著に見られるようになってきた。新自由主義や新保守主義、福祉国家論など様々な思想的背景に裏打ちされる形で、様々な社会保障像が提起されている。個別領域を見ても、年金・医療・介護・健康政策、保育・子育て支援、生活保護・貧困対策、さらには労働や雇用、教育の領域も巻き込む形で、問題が山積している。現代日本の社会保障の実態や課題等について知ることは、我々全員にとって必要な素養のひとつである。本講義では、こうした社会保障を取り巻く現代的課題について、歴史研究等も織り込みながら、それぞれの立場・専門分野の教員がリレー形式での講義を行なう。

2. キーワード

社会保障 社会福祉 新自由主義 新保守主義 福祉国家 社会的排除 分配

3. 到達目標

- ① 社会保障の実態や課題、思想的背景について知見を得る。
- ② 現行の社会保障制度を批判的に検証しつつ、今後の社会保障制度のあり方について考察を深める。
- ③ 自らの意見を文章で論理的に表現できる。

4. 授業計画

- 第1回 ガイダンス（東野）
- 第2回 福祉国家のレジームと日本の社会保障制度の概要（東野）
- 第3回 近代イギリスの経験－「救貧」から社会福祉への展開－（水井）
- 第4回 19世紀イギリス文学における社会福祉へのまなざし（虹林）
- 第5回 グローバル化の中の社会保障（アブドゥハン・東野）
- 第6回 配分の公正という正義をめぐる異なる価値意識と制度と現実の配分構造（九州工業大学名誉教授 井上）
- 第7回 日本の財政を考える
－財政破綻は現実のものとなるのか－（辻）
- 第8回 生活習慣病と身体運動の関連について（鳥井）
- 第9回 先端医療をめぐる諸課題（九州大学医学部教授 大池）
- 第10回 少子高齢化と社会保障－年金・介護制度のゆくえ－（辻）
- 第11回 家族と社会保障（四国大学短期大学部講師 山瀬）
- 第12回 発達障害と障害児者福祉
（発達障害者支援施設たまや代表 高橋）
- 第13回 貧困and/or社会的排除（本田）
- 第14回 教育・労働・社会保障のアーティキュレーション（東野）
- 第15回 試験
- 第16回 まとめ（東野）

5. 評価の方法・基準

- ・各回に提出するリアクション・ペーパー 50%
- ・最終レポート 50%

6. 履修上の注意事項、授業時間外における学習等

- ・毎回必ず出席し、リアクション・ペーパーを提出すること。
- ・新聞等に必ず目を通すこと。

7. 教科書・参考書

- ・教科書は指定しない。
 - ・参考文献は以下のとおり。
- 『厚生労働白書』等各種公刊物
 遠藤公嗣『労働、社会保障政策の転換を』岩波書店 366E-3
 宮本太郎『生活保障』岩波書店 081/I-2-4/1216
 鈴木亘『財政危機と社会保障』講談社 081/K-3/2068
 ロールズ『公正としての正義 再説』岩波書店 151/R-6
 サンドル『これからの正義の話をしよう』早川書房 311.1/S-8
 海野道郎『日本の階層システム 2－公平感と政治意識－』361.8/M-1/2
 大沢真理『イギリス社会政策史』東京大学出版会 369.2/O-2
 その他、講義中に紹介する。

8. オフィスアワー

相談窓口は、コーディネータの東野まで。総合教育棟 309 号室、電話・FAX 093-884-3433、e-mail : higashi@dhs.kyutech.ac.jp
 オフィスアワーは火曜 13 時～ 16 時

2012年 リレーセミナー

「幸福をめぐる一教養、経済、工学」

Happiness through Culture, Economy and Engineering

対象学科（コース）：全学科（人間科学科目）

学年：2・3・4年次 学期：後期 単位区分：選択

単位数：2単位

担当教員名 虹林 慶・ロバート・ロング・辻 隆司

1. 概要

2011年3月11日の東北大地震と福島原発事故は未曾有の被害をもたらし、日本の生活基盤を根底から覆した。このような事態の中、物質至上主義的な傾向は変化し、価値観は揺らぎ、「幸福」に関する考え方についても変化がみられる。これから日本経済の基盤である産業界にたずさわることになる工学部の学生として、このような変化について、そして工業と技術が便益と福祉に、生活の安定と幸福に、いかに貢献すべきかについて考えることは重要であろう。

世界に目を転ずれば、ブータンはGDPならぬGNH（国民総幸福量）を国家繁栄の基準として打ち出し、新たな社会像を提案している。これは単発的なアピールにとどまらず、フランスなどの国が同様の基準を部分的に取り入れる動きを見せている。「文化的生活環境基準」(QOL)を含めた、文化による幸福の見方の違いを比較対照することは、自国について考える際、示唆に富むものとなる。

歴史を紐解けば、幸福についての議論は、古今東西人々にとって重大な関心事であり続けている。空間における異文化間の比較に対して、時間における比較を行うことも、今現在の幸福について考える際に有用であることは言うまでもない。

本リレーセミナーでは、「幸福」という抽象的で曖昧な、しかし極めて重要なテーマについて、現代日本、国際的なQOL、文学、の3つの具体例について考えてみる。「幸福」というテーマについて、それぞれが主体的に考えるきっかけを作ることができれば幸いである。

2. キーワード

GNH（国民総幸福量）、QOL（文化的生活環境水準）、文学、倫理、原発

3. 到達目標

- 1 資料を正しく理解する。
- 2 根拠をあげて論理的に議論ができる。
- 3 資料と議論をふまえ、筋道の通ったレポートを作成できる。

4. 授業計画

- 01) イントロダクション (4/11)
- 02) 虹林1（オープンディスカッション1：「エネルギー問題」ゲストスピーカー：大塚〔電気電子〕）(4/18)
- 03) 虹林2（オープンディスカッション2：「原発事故とその後」ゲストスピーカー：清水〔機械知能〕）(4/25)
- 04) 虹林3（文学における幸福論）導入 (5/9)
- 05) 虹林4 ディスカッション (5/16)
- 06) 虹林5 ディスカッション (5/23)
- 07) 虹林6 レポート作成 (5/30)
- 08) ロング1（諸外国におけるQOL）導入 (6/6)
- 09) ロング2 ディスカッション (6/13)
- 10) ロング3 ディスカッション (6/20)
- 11) ロング4 レポート作成 (6/27)
- 12) 辻1（「幸福の経済学」とは）導入 (7/4)
- 13) 辻2 ディスカッション (7/11)
- 14) 辻3 ディスカッション (7/18)
- 15) 辻4 レポート作成 (7/25)
- 16) まとめ・総評 (8/8)

5. 評価の方法・基準

授業内のディスカッション（プレゼンテーションなども含む）、資料調査、3回のレポートを総合して行う。60点以上を合格とする。最終的成績評価はコーディネーターが行う。

6. 履修上の注意事項、授業時間外における学習等

セミナー形式のため、配布する資料について予習することが必須である。また、講義の形式上、人数制限をかけることもある。
* 授業に有益な映像資料を授業時間外にビデオ・オン・デマンドで観ることをお勧めする。リストについては、人間科学系ホームページ（学内のみのアクセス）の「リレーセミナー」のページを見ること。（<http://licht.dhs.kyutech.ac.jp/>）

7. 教科書・参考書

随時周知する。

8. オフィスアワー

コーディネーター：虹林（総合教育棟 S313、火曜日 16:20～17:50）