

授業科目 健康管理論

健康スポーツ学科
専門

【担当教員名】 和唐正勝	対象学年	1	対象学科	スポ
	開講時期	後期	必修・選択	必修
	単位数	2	時間数	30

【<概要>又は<一般目標：G I O>】
健康や安全の構成要素を人(主体)と環境との関わりからとらえ、健康や安全を管理する方策を人的管理である主体管理及び環境管理より学ぶ

- 【<学習目標>又は<行動目標：S B O>】
1. 健康の概念とその構成要素を説明できる
 2. 乳幼児期、学童期、及び思春期での発育・発達課題について説明できる
 3. スポーツと健康及びスポーツ活動中に多い怪我や病気について説明できる
 4. 健康に食事、運動、休養などの生活習慣が深くかかわっていることを説明できる
 5. 喫煙、飲酒、薬物乱用と健康とのかかわりが説明できる
 6. 心身相関を踏まえてストレス対処とその方法が説明できる
 7. 健康にかかわる自然環境と社会環境について説明できる
 8. 安全管理を主体と環境との関わりから説明できる

回数	授業計画又は学習の主題	SBO	
		番号	学習方法・学習課題又は備考・担当教員
1	健康の概念とその構成要素、成立要因	1	
2	乳幼児期と健康	2	
3	学童期と健康	2	
4	思春期と健康	2	
5	スポーツと健康	3	
6	スポーツ活動中に多い怪我や病気	3	
7	生活習慣と健康	4	
8	喫煙、飲酒、薬物乱用と健康	5	
9	心身相関とストレス対処	6	講義及び実習
10	心の健康	6	
11	環境と健康	7	
12	環境衛生管理	7	課題学習によるレポート
13	安全とリスク	8	
14	安全管理	8	

【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格・その他>
教科書 (必ず購入する書籍)				
参考書				
その他の資料				

【評価方法】 出席：10%、レポート30%、期末試験60%	【履修上の留意点】
----------------------------------	-----------