

健康運動演習

Health & Human Movements Practices

新

素養科目 1年／前期 1単位 必修科目

科目責任者 山田 俊二（健康運動科学研究室）

■ 教育目的

医療人の教養ともいえる心肺蘇生法を修得するとともに、高齢者模擬体験や障がい者模擬体験を通して、他者を思いやる気持ちを育成することが第一の目的である。そして、身体的のみならず社会的、精神的な側面からみても健康でいられるよう、レクリエーションナルなスポーツ活動の集団的な実践体験を通して、生涯に亘り健康的な日常生活を安全、かつ習慣的に営む態度を形成することが第二の目的である。

【卒業認定・学位授与の方針：YD-②、SD-④】

■ 学習到達目標

- 心肺蘇生法を修得し、心肺蘇生が必要となる場面に遭遇したときに適切に行動できる。
- 高齢者・障がい者模擬体験を通して、他者へのいたわりと具体的な配慮ができる精神を養成する。
- 健康体力づくりに有効な運動の実践を通して、日常生活を身体的・社会的・精神的に健康的なものにする態度や習慣を獲得する。

■ 準備学習（予習・復習）

高齢者模擬体験と心肺蘇生法（CPR）では、本学マイキャスト上に、授業用プリントやフォローアップ・トピック等を掲載するので、授業前にチェックする必要がある。

■ 授業内容

| No. | 項目 | 授業内容 | SBO コード |
|-----|------|---|----------------------------------|
| 1 | (3限) | オリエンテーション | |
| // | (4限) | 講義（心肺蘇生法（CPR）などについて） | |
| 2 | (3限) | クラスを全10班に分け、高齢者模擬体験とテニスは各2班が、卓球とバドミントンは各3班が実施する。 | A(1)-①-1 A(1)-①-5 A(1)-②-1 |
| // | (4限) | 班毎に実施種目をローテーションし、上記と同様に実施する。※ローテーション表はオリエンテーション時に配布、説明する。 | 同上 |
| 3 | (3限) | 同上 | 同上 |
| // | (4限) | 同上 | 同上 |
| 4 | (3限) | 高齢者の最終回 | 同上 |
| // | (4限) | スポーツ種目のみ | 同上 |
| 5 | (3限) | 2・3班がCPR、テニスは希望者、卓球とバドミントンは各3・4班が行う | 同上 |
| // | (4限) | 同上、ローテーションで実施 | 同上 |
| 6 | (3限) | 同上 | 同上 |
| // | (4限) | 同上、CPR最終回 | 同上 |
| 7 | (3限) | スポーツ種目のいずれかを選択して実施する。（兼 CPR 日補追演習枠） | 同上 |
| // | (4限) | 同上、種目毎に「終了式」 | 同上 |

■ 授業分担者

A組（金曜日）山田俊二、木下茂昭（非常勤講師）、高階曜衣（非常勤講師）、遠藤祐輝（非常勤講師）

B組（火曜日）山田俊二、布施沙由理（非常勤講師）、目黒拓也（非常勤講師）、植松雄大（非常勤講師）

C組（木曜日）山田俊二、目黒拓也（非常勤講師）、乳井勇二（非常勤講師）、高尾尚平（非常勤講師）

■ 課題（レポート、試験等）のフィードバック及び成績評価方法

学習態度（70%）および課題レポート2件（30%）で総合評価を行う。ただし、レポートは高齢者模擬体験、心肺蘇生訓練に参加していないければ提出することはできない。また、レポート未提出者は評価の対象外となる。

■ その他

出席が学則の定める条件（実習に準じる）を満たさない学生は失格となる。なお、2年次にこの演習を再履修する時間枠がないことに留意されたい。