

健康・スポーツ科学科目履修要領

履修方法

学生番号の末尾が偶数の学生は、前期に健康科学を、後期にスポーツ演習を、
奇数の学生は、前期にスポーツ演習を、後期に健康科学を履修します。

授業の形態

健康科学

健康づくりに関する基礎知識として、生活習慣病、性感染症、歯と歯ぐきの健康、心の健康、運動と食事などについて、それぞれ専門の教員が講義を行う。講義は8回で終了する。講義を受けた者は、1週間以内にレポートを提出する。

スポーツ演習

1回目の授業はオリエンテーションを行いますので、総合体育館2階フロアーへ集合してください。開講されている三つのコースの中から一つを選択して受講します。

健康・スポーツ科学科目受講に関する諸注意

1、欠席の取り扱い

- A. 健康科学では、授業中配付されたレポート用紙を期限内に提出しなかった者は、欠席扱いとなるほか、レポートの点数評価も受けられないので注意してください。
- B. スポーツ演習では、全期間で3回以上欠席した場合は失格となります。失格となった場合は、再履修しなければなりません。

2、演習・実習の服装

特に指定するものではありませんが、運動のできる服装が必要です。(Gパン、ワイシャツ、スカート等での受講は認めません。)靴は運動靴とし、体育館で実施する種目については、上履きを準備してください。

3、評価の基準

評価は、授業に対する積極的な参加態度、課題レポート、筆記試験等で行いますが、配点は原則として次のとおりです。

- ・健康科学・・・レポート・小テスト100点
- ・スポーツ演習・・・演習100点

4、授業に関する連絡

健康・スポーツ科学科目全般に関する連絡は、全学教育事務室前と総合体育館玄関内の健康・スポーツ科学科目専用ホワイトボードにより行います。

5、総合体育館更衣室での盗難に注意！

貴重品用の鍵付きロッカーが総合体育館入り口のところに置かれています(無料)。授業中はこのロッカーを使用し、更衣室内の棚には貴重品を置かないようにしてください。なお、授業終了時には鍵を必ず戻しておくこと。