

スポーツ総合演習

スポーツ健康科学科の授業は一般教科に加えて3年間で計25単位の専門科目の授業があります。

専門科目では講義・演習系の授業は「スポーツ概論」と「スポーツ総合演習」、実技系の授業は部活動と連動した「スポーツⅠ（陸上・水泳）、スポーツⅡ（野球・バドミントン）、スポーツⅢ（柔道・フェンシング）、スポーツⅣ（野外活動）、スポーツⅤ（体づくり運動）」を履修しています。

1年生のスポーツ概論では「体の構造と動作の仕組み」、「エネルギー供給機構」、2年生では「バイオメカニクス」、「スポーツ栄養学」、「統計解析」等の授業を実施していきます。

2年生では探究学習として自分達の興味を持ったテーマについて実験・調査などを行い、年度末に研究発表会を実施します。

スポーツ科学や健康科学といっても、動きの分析を行うバイオメカニクス、メンタル、スポーツマーケティング、地域スポーツ政策と健康など様々な分野にわたります。

今回の2年生の授業では研究発表に向けてテーマ設定、実験・調査計画を詰めていきます。

「何を知りたいのか?」、「どんなことをするか?」、「どうやってするか?」などの**ロジック（論理の筋道）を整えることが重要**になります。

ロジックの組み方によって、処理の速さや変更のし易さが変わったりするので、一番頭を悩ませる課題です。



