

愛知東邦大学 シラバス

開講年度(Year)	2025年度	開講期(Semester)	前期
授業科目名(Course name)	総合演習Ⅰ		
担当者(Instructors)	松永 昌宏	配当年次(Dividend year)	2
単位数(Credits)	2	必修・選択(Required / selection)	必修

■授業の目的と概要(Course purpose/outline)
「健康を増進させる介入研究の基礎を学ぶⅠ」健康を増進するためには、食事・睡眠・運動の3つの要素が重要であり、この3つはお互いに関係しあっている。本授業では、最近開発された、クイックステップトレーナーというゲーム感覚でトレーニングができるシステムを体験しながら、健康増進のための運動介入研究の実施方法の基礎を学ぶ。

■授業形態・授業の方法(Class form)	
授業形態(Class form)	演習
授業の方法(Class method)	対面授業、グループワークとプレゼンテーションを実施する。

■各回のテーマとその内容(Each theme and its contents)			
回数(Num)	テーマ(Theme)	内容(Contents)	メディア区分(Media)
第1回	ガイダンス	ガイダンス。メンバーの自己紹介。演習の運営方法の説明。事前学習の連絡など。	☐
第2回	運動介入研究の進め方について	運動介入研究の準備をする。	☐
第3回	運動介入前の心身の状態測定	運動介入前に、自分の心身の状態を評価する。	☐
第4回	データ分析	こころとからだの関連について統計学的な評価を行う。	☐
第5回	合同ゼミに参加	スポーツ大会（ソフトバレーなど）	☐
第6回	運動介入研究の実施 1	ゼミのメンバーで役割分担し、運動介入研究を実施する。	☐
第7回	運動介入研究の実施 2	ゼミのメンバーで役割分担し、運動介入研究を実施する。	☐
第8回	運動介入研究の実施 3	ゼミのメンバーで役割分担し、運動介入研究を実施する。	☐
第9回	運動介入研究の実施 4	ゼミのメンバーで役割分担し、運動介入研究を実施する。	☐
第10回	運動介入後の心身の状態測定	運動介入後の自分の心身の状態を評価する。	☐
第11回	データ分析 1	運動介入前後での心身の健康状態の変化について統計学的な評価を行う。	☐
第12回	データ分析 2	運動介入前後での心身の健康状態の変化について統計学的な評価を行う。	☐
第13回	プレゼンテーションの準備	ゼミ内で運動介入研究の効果についてプレゼンするための準備を行う。	☐
第14回	プレゼンテーション	ゼミ内で運動介入研究の効果についてプレゼンする。	☐
第15回	前期活動のまとめ・後期演習活動内容の予習	前期活動全体のまとめ・後期演習活動内容の予習。	☐

■授業時間外学習（予習・復習）の内容(Preparation/review details)
授業前に配布資料やインターネットで授業テーマと内容を予習し（2時間程度）、授業後に課題レポートを作成する（2時間程度）

■課題とフィードバックの方法(Assignments/feedback)
課題レポート・練習問題は翌週フィードバックし、解説とともに解答例を提示し、全体で共有する。

■授業の到達目標と評価基準(Course goals)		
区分(Division)	DP区分(DP division)	内容(DP contents)

知識・技能	◇ 2019全学共通DP1	運動面からの健康づくりの基礎に関連する幅広い知識を習得し、それを活用することができる。
思考力・判断力・表現力	◇ 2019全学共通DP2	運動面からの健康づくりについて、自ら考えることができ、発信することができる。
主体性	◆ 2019全学共通DP3	運動面からの健康づくりについて自己を理解し、主体的に他者と協働して問題を解決することができる。

■成績評価(Evaluation method)				
筆記試験(Written exam)	実技試験(Practical exam)	レポート試験(Report exam)	授業内試験 (in-class exam)	その他(Other)
			100%	
授業内試験等(具体的内容)(Specific contents) 授業内課題とレポートを平常点として採点する。授業時間内に出欠を取る（合計15回分）。				

■テキスト(Textbooks)		
No. (No.)	テキスト名など(Text name)	ISBN(ISBN)
1	なし	
2		
3		
4		
5		

■参考図書(references books)		
No. (No.)	テキスト名など(Text name)	ISBN(ISBN)
1		
2		
3		
4		
5		