職位/Position：准教授 教員氏名/ Name： 高橋光平/ Takahashi Kohei	オフィスアワー/Office hours 水曜日 4 時限目、金曜日 3 時限目	研究室/Office number F304

教員の所属学会並びに社会活動・課外活動顧問など/Affiliated Academic Society & Social Activity

日本体育学会、日本運動生理学会、日本スキー学会

ゼミ名/Seminar

生涯スポーツマネジメント

２年次までに修得していることが望ましい科目/
Preferable courses should be taken before the end of second-year studies

スポーツ科学 A/B・C/D、スポーツ社会学、生涯スポーツ概論、運動生理学

研究指導内容とその進め方/Teaching system and content

Ⅰ．初年度（３年次）/First year(third-year students）

本ゼミナールでは、スポーツ科学について知識を深め、運動と身体のはたらきを正しく理解する。運動やスポーツが、健康・体力づくりのみならず楽しみや生きがいとして、生涯を通したライフマネジメントにおいて不可欠である。レクリエーショナルな活動を含めた様々なスポーツ活動が健康やフィットネスを獲得するために必要であり、どのようなスポーツ活動が健康・体力づくりに適しているか考える。健康や体力に関連した諸問題を取り上げ解決策について検討する。また、様々な場面においてスポーツ活動の指導や提案ができる人材を目指す。

・ スポーツ科学や健康・体力づくりに関連する書籍および論文等を輪読し、基礎知識を習得する。
・ スポーツ科学や健康・体力づくりの分野で用いられるいくつかの基本的測定法を学ぶ。
・ 自然科学における実験やその方法論、またデータの扱い方について学ぶ。
・ トレーニング論およびその方法について学ぶ。
・ 自分自身および一般人や競技者の体力測定または実習を行う。
・ スポーツイベントまたは野外活動などにおける運営や安全管理または指導法について学ぶ。

スポーツにおける様々なビッグデータ、メガデータ、スタッツなどについて学ぶ。

Ⅱ．次年度（４年次）/ Second year（fourth-year students）

初年度の内容を引き続き行うとともに、スポーツ・健康科学に関連した各自の興味あるテーマを設定して卒業研究を行い、卒業論文としてまとめる。

Ⅲ．卒業論文の指導、その他指導について/Graduation thesis guidance and others

研究成果を卒業論文にまとめる。

スポーツ関連資格取得（JSPO）に対する受験指導。

教科書、参考書などについて/Textbooks, reference books

スコット K パワーズ　エドワード T ハウリー「パワーズ運動生理学」メディカル・サイエンス・インターナショナル
石河利寛著「スポーツと健康」岩波新書
青木純一郎著「健康な身体」ポプラ社
（公財）日本体育協会編「公認スポーツ指導者養成テキスト　共通科目１・２・３」（公財）日本体育協会
（公財）日本スポーツ協会編「リファレンスブック」（公財）日本スポーツ協会

ゼミライフ：(合宿、ゼミ会等)/Seminar activities(meetings, training camps）

・ スポーツイベント、野外活動、スポーツに関連した実習を行う。
・ 学生の自主的な企画による合宿、コンパなどが行われることを期待する。

ゼミ生に対する要望・注意等/Requests, comments

健康やスポーツを題材とするので、それに相応しい学生を歓迎します。また、スポーツや健康を学問として学びたい意欲を持った学生に期待しています。さらに、自分自身の経験したことのない様々なスポーツにも興味を持って欲しいと思います。様々なゼミナール活動にも積極的に参加する意志を持った学生であることを望みます。