

授業科目名	障害と共に生きる II		
科目番号	1C08021	単位数	1.0 単位
標準履修年次	1・2 年次	時間割	秋 AB 月 2
担当教員	森地 徹, 小林 秀之, 宮本 昌子, 佐島 毅, 安藤 隆男, 原島 恒夫, 熊谷 恵子, 左藤 敦子, 大村 美保		
授業概要	障害科学が蓄積してきた知見と最新の研究を主に発達・行動・生活支援の観点から紹介する。人間の生活行為は、認知機能や言語機能、運動機能などの諸機能がさまざまに関連しあって実現している。障害のある人の支援方法を学ぶことで、障害のある人もない人も共に「自立」と「自己実現」の可能な社会とはどのような社会なのかについて、受講生が自ら考える機会を提供したい。		
備考	(障害科学開設) 人間学群学生の受講は認めない。 【受入上限数 200 名】		
授業形態	講義		
科目群	C		
水準・区分	100 番台・異分野入門的科目		
教育目的	本講義では、障害科学が蓄積してきた知見と最新の研究を、主に発達・行動・生活支援の観点から紹介する。人間の生活行為は、認知機能や言語機能、運動機能などの諸機能がさまざまに関連しあって実現している。障害のある人の支援方法を学ぶことで、障害のある人もない人も共に「自立」と「自己実現」の可能な社会とはどのような社会なのかについて、受講生が自ら考える機会を提供したい。		
到達目標	1 障害のある人たちの抱えている困難とそれに対する支援の在り方について具体的に答えることができる。 2 障害のある人たちやその支援の在り方に関心を示す。		
キーワード	障害のある人たち・発達・生活支援・自立		
各回授業計画	<p>第 1 回【10 月 7 日 宮本 昌子 人間系】 [言語障害の理解と支援] 言語障害のある者の障害特性や支援の実際について解説し、その在り方についての考察を促す。</p> <p>第 2 回【10 月 18 日 (振替授業日) 佐島 毅 人間系】 [視覚に障害のある乳幼児の学びを支える] 指先を目とする盲児。彼らの育ちをどのように支えたらよいか、実際の映像をみながら解説し、乳幼児の学びの本質を捉えたい。</p> <p>第 3 回【10 月 21 日 安藤 隆男 人間系】 [肢体不自由児の指導と教育] 地域の小学校等の通常学級に学ぶ肢体不自由児、とりわけ脳性まひ児の教科学習上の課題を整理し、指導上の配慮・手立てなどを紹介する。</p> <p>第 4 回【10 月 28 日 原島 恒夫 人間系】 [聴覚障害者とのコミュニケーション] 聴覚障害者とのコミュニケーションについて、聴覚障害の疑似体験とトップダウン処理の観点から理解を深める。</p> <p>第 5 回【11 月 6 日 熊谷 恵子 人間系】 [通常学級にいる発達障害児について考える] 通常の学級の中にいる発達障害に関する基本的な知識を講義し、障害と健常の連続性についても議論する。</p> <p>第 6 回【11 月 18 日 森地 徹 人間系】 [知的障害の理解とセルフアドボカシー] 知的障害のある人自身による権利擁護活動であるセルフアドボカシーの現状と課題について紹介する。</p> <p>第 7 回【11 月 25 日 小林 秀之 人間系】 [弱視の理解] 一般的に視覚障害は「目が見えない」障害として捉えられていることが多く、弱視という状態についての理解や関心は低い。このような状況の中で、弱視についての理解を促す。</p> <p>第 8 回【12 月 2 日 左藤 敦子 人間系】 [聴覚障害児のこぼの習得と指導] 聴覚に障害がある子どもがこぼを習得していく過程について、特別支援学校 (聴覚障害) における教育との関わりから紹介する。</p>		

	<p>第9回【12月9日 大村 美保 人間系】 [障害者の雇用・就労] 障害者の雇用・就労に関する基本的な枠組みを解説するとともに、その支援の実際の紹介を通して、労働市場における障害者との共生について考える。</p> <hr/> <p>第10回【12月16日 森地 徹 人間系】 まとめ:講義全体のまとめを行うとともに、受講生自らの学びを振り返り障害と共に生きる社会とは何かについて考察する</p>
履修条件	人間学群学生の履修は認めない。障害と共に生きる I、III を合わせて履修することが望ましい。
成績評価方法	レポートと授業態度により評価する。
授業外における学習方法	授業配布資料と紹介文献の精読、受講者同士との討論で問題意識を深めること。
教材・参考文献	授業時に適宜紹介する。
オフィスアワー・連絡先	連絡先等は授業時に周知します。
履修者へのメッセージ	遅刻した学生は、授業態度を減点しますので、遅れないよう出席してください。

授業科目名	日本の自然		
科目番号	1C11511	単位数	1.0 単位
標準履修年次	1・2 年次	時間割	春 AB 水 5
担当教員	角替 敏昭		
授業概要	ユーラシア大陸の東端に位置する日本列島およびその周辺地域でみられる地質学的現象の特徴とその成因について講義する。特に 46 億年の地球史の中で、日本がどのように位置づけられるか学習する。また、筑波山周辺など身近な地域の変遷についても紹介する。		
備考	(地球開設) 外国人留学生及び帰国生徒に限る。平成 27 年度以前の 7200131 の単位取得者は、授業内容が異なるため履修を可とする。 【受入上限数 40 名】		
授業形態	講義		
科目群	C		
水準・区分	100 番台 学際的科目		
教育目的	日本列島の自然に関して、主に地質学的見地からの講義の実施		
到達目標	日本列島とその周辺地域のさまざまな地質現象から、日本の自然のなりたちを総合的に理解する。		
キーワード	プレートテクトニクス, 岩石, 鉱物, 地震, 火山, 化石, 自然遺産, 地質遺産, 関東地域の地質, つくばの地質		
各回授業計画	<p>授業の前半は主に岩石、火山、地震などの日本列島に地下深部における現象、後半は地層、化石等の浅部における事象について解説する。</p> <p>第 1 回【4 月 17 日】 [イントロダクション] 授業の概要についての説明を行う。</p> <hr/> <p>第 2 回【4 月 24 日】 [プレートテクトニクスの概要] 本授業の理解に必要なプレートの運動メカニズムについて概説する。</p> <hr/> <p>第 3 回【5 月 8 日】 [日本列島周辺の地震活動] 太平洋プレートおよびフィリピン海プレートの沈み込みにもなって発生する地震のメカニズムについて解説する。</p> <hr/> <p>第 4 回【5 月 15 日】 [日本列島周辺の火山活動] 日本は火山国といえる。日本列島に特徴的な火山の活動様式について解説する。</p> <hr/> <p>第 5 回【5 月 22 日】 [筑波山周辺の岩石と鉱物] 筑波山の骨格をなす火成岩、変成岩の産状およびそれらの成因を説明する。</p> <hr/> <p>第 6 回【5 月 29 日】 [日本列島の自然史と風景] 日本列島の自然のなりたちについて、主に地球史の立場から解説する。</p> <hr/> <p>第 7 回【6 月 5 日】 [日本の化石と地層] 日本には、古生代、中生代、新生代の様々な地層が分布している。その特徴について、化石を中心に説明する。</p> <hr/> <p>第 8 回【6 月 12 日】 [日本の自然遺産と地質遺産] 日本には、様々な貴重な自然遺産、地質遺産がみられる。その概略と意義について説明する。</p> <hr/> <p>第 9 回【6 月 19 日】 [関東地域の地質と自然] 関東地域は、中生代～現代の様々な地質イベントによって形成された。その概略を説明する。</p> <hr/> <p>第 10 回【6 月 26 日】 [つくば周辺の地層と化石] 筑波周辺には、新生代の貝化石やナウマンゾウの産地がある。それらの特徴および地質学的意義について解説する。以上のような多岐にわたる授業により、日本列島における自然の成り立ちについての考察を深める。</p>		

履修条件	外国人留学生及び帰国生徒に限る。
成績評価方法	レポート、試験等により総合的に評価する。
授業外における学習方法	図書館等にある文献の利用。
教材・参考文献	講義時に配布する。[参考図書] 地球進化学 地球の歴史を調べ、考え、そして将来を予測するために (指田勝男ほか編) 古今書院
オフィスアワー・連絡先	質問は随時受け付ける tsunogae at geol.tsukuba.ac.jp http://www.geol.tsukuba.ac.jp/~gansekihp/index.html
履修者へのメッセージ	特になし

授業科目名	都市・地域・環境を探る I		
科目番号	1C17101	単位数	1.0 単位
標準履修年次	1 年次	時間割	春 AB 月 2
担当教員	藤井 さやか, 大澤 義明		
授業概要	近年の世界的な社会経済状況の激変により、私たちの住宅や、生活する都市、地域の環境は様々な変化の圧力を受けている。この変化を受動的に受け止めるのではなく、変化のメカニズムを理解し、望ましい環境を形成する主体的な知力を身につけることが求められている。I では、筑波研究学園都市を出発点として、都市の成立や仕組み、構成要素とその適正配置などの観点を通じて、身近な環境から都市・地域・環境の問題を考える。		
備考	(社工開設) 【受入上限数 120 名】		
授業形態	講義		
科目群	C		
水準・区分	100 番台・異分野入門的科目		
教育目的	近年の世界的な社会経済状況の激変により、私たちの住宅や、生活する都市、地域の環境は様々な変化の圧力を受けている。この変化を受動的に受け止めるのではなく、変化のメカニズムを理解し、望ましい環境を形成する主体的な知力を身につけることが求められている。I では、筑波研究学園都市を出発点として、都市の成立や仕組み、構成要素とその適正配置などの観点を通じて、身近な環境から都市・地域・環境の問題を考える。		
到達目標	A) 身近な都市・地域・環境の問題を発見できる B) 発見した問題について、その原因や影響を分析し、説明できる C) 問題を解決するための方法を考え、提案 (プレゼンテーション) できる		
キーワード	都市, 地域, 環境, まちづくり, つくば		
各回授業計画	<p>第 1 回【4 月 15 日 藤井さやか システム情報系】 [総論:つくばの特性と都市計画の仕組み] 筑波研究学園都市の特質、歴史的に造られてきた都市との相違について概説するとともに、今学期の課題について解説する。</p> <hr/> <p>第 2 回【4 月 22 日 藤川昌樹 システム情報系】 [学園都市の計画とつくば市周辺の地域と街・村 1] 学園都市建設地一帯は長い時間の中で形成されてきた地域であった。この地域は如何なる秩序をもっていたのか、学園都市の建設は先行する地域秩序にいかん規定され、また影響を与えたのかについて考える。</p> <hr/> <p>第 3 回【5 月 9 日 藤川昌樹 システム情報系】 [学園都市の計画とつくば市周辺の地域と街・村 2] 学園都市建設地一帯は長い時間の中で形成されてきた地域であった。この地域は如何なる秩序をもっていたのか、学園都市の建設は先行する地域秩序にいかん規定され、また影響を与えたのかについて考える。</p> <hr/> <p>第 4 回【5 月 13 日 不破正仁 東北工業大学】 [屋敷林保全による景観・環境形成] 農村集落における屋敷林の樹林構成や変容過程から、地域固有の景観・環境形成について考える。</p> <hr/> <p>第 5 回【5 月 20 日 寺田徹 東京大学】 [里山とまちづくり] 都市近郊にある里山の果たしている役割や利用について考える。</p> <hr/> <p>第 6 回【5 月 27 日 谷口守 システム情報系】 [つくばの交通まちづくり] 都市における経済・生活活動に大きな影響を与える交通に着目し、筑波研究学園都市の交通処理の考え方について講義を行う。</p> <hr/> <p>第 7 回【6 月 3 日 雨宮護 システム情報系】 [住宅地の安心・安全を考える] 安心して生活を送るのに欠かせない防犯、防災の観点から、つくばの住宅地の環境を考える。</p> <hr/> <p>第 8 回【6 月 10 日 大澤昭彦 高崎経済大学】 [都市景観とまちづくり] 都市景観を構成する要素とそれを誘導するまちづくりについて考える。</p>		

	<p>第9回【6月17日 温井達也 プレイスメイキング研究所】 [つくばのまちのブランディング] つくばの住宅地の景観・住環境管理に取り組んできた経験から、つくばのまちのブランディングについて考える。</p> <hr/> <p>第10回【6月24日 担当教員全員】 [講評会] 今学期の課題について講評するとともに、数名の講師による討議を行う。</p>
履修条件	「都市・地域・環境を探る III」とあわせて履修すると、より総合的な理解が得られる。
成績評価方法	<ul style="list-style-type: none"> ・60%以上の出席が必須(遅刻は減点対象となる) ・授業内課題及び授業態度(60%)・・・講義内容の理解度及び積極的な参加姿勢 ・課題(レポート)(40%)・・・問題発見と解決策の独創性、説明力、表現力、プレゼンテーション力(課題不提出は不可となる)
授業外における学習方法	講義中で紹介する文献・資料を読み、いろいろなまちを実際に歩いて観察する。
教材・参考文献	講義の中で、適宜指定する。 期末試験は実施しない
オフィスアワー・連絡先	藤井 さやか メールでアポイントをとってください fujii at sk.tsukuba.ac.jp 各回講師の連絡先は、講義中に案内する。
履修者へのメッセージ	身近な都市・地域・環境に興味関心を持ち、普段の生活を振り返りながら講義に取り組んでほしい。

授業科目名	スポーツ医学とは?フロントランナーに聞いてみよう!!		
科目番号	1C21201	単位数	1.0 単位
標準履修年次	1・2 年次	時間割	秋 C 月 1,2
担当教員	竹越 一博		
授業概要	スポーツ医学のフロントラインで教育・研究をおこなっている教員より、その最新の医学事情を学び、今後のスポーツ分野あるいは医療分野においてスポーツ医学の果たす役割について理解する。		
備考	(医学開設) 【受入上限数 120 名】		
授業形態	講義		
科目群	C		
水準・区分	100 番台・学際的科目		
教育目的	スポーツ医学は実に多様な広がりを持つ分野です。本講座では、そんなスポーツ医学の「多様性」に焦点を当てて授業を講師の先生方をお願いしました。講師の先生方は、スポーツ医学のフロントラインで教育・研究をおこなっている研究者でもあり、全員が本学スポーツ医学の教官でもあります。 本講座を通じて最新の研究成果を学び、今後のスポーツ分野あるいは医療分野においてスポーツ医学の果たす役割について理解していただけたらと思います。		
到達目標	1 スポーツ医学の多様性を理解する。 2 学際系学問の楽しさを理解する。		
キーワード	スポーツ医学の多様性、学際系学問の楽しさ		
各回授業計画	<p>第 1 回【1 月 6 日 金森活章 医学医療系】 [どうして捻挫はくせになるのか] スポーツの現場でよくみられる“捻挫”は癖になるといわれます。なぜでしょうか?この講義ではスポーツでのケガについてわかりやすく解説します。</p> <hr/> <p>第 2 回【1 月 6 日 高橋義雄 体育系】 [スポーツ医学の歴史社会学] スポーツ医学の歴史と時代におけるその役割について医療技術や医科学の知見の発達を概観しながら解説する。そしてドクターとメディカルスタッフを社会学やマネジメントの視点から考察する。</p> <hr/> <p>第 3 回【1 月 22 日 (振替授業日) 徳山薫平 体育系】 [チャンピオンの遺伝子] 「天性の素質」が運動能力を左右する大きな因子であることは、競走能力に基づいて選択交配を繰り返してサラブレッドが完成された例によって端的示されている。1990 年代に始った遺伝子レベルでの研究は新たな展開を見せ、また同時に新たな問題を提起している。</p> <hr/> <p>第 4 回【1 月 22 日 (振替授業日) 田中喜代次 体育系名誉教授, THF 社長】 [減量の功罪、肥満研究の必要性、肥満ビジネスを考える] 中年肥満者の減量支援 (3 か月で男性-12kg、女性-9kg)、それに伴う各種健康指標の変化、体力年齢や活力年齢の若返り効果について解説する。起業 (株式会社 THF) も紹介する。</p> <hr/> <p>第 5 回【1 月 27 日 渡部厚一 体育系】 [スポーツと呼吸] スポーツにとって呼吸器は筋に十分な酸素を送り、二酸化炭素を排出するための重要な臓器である一方、スポーツによって影響を受ける臓器でもある。呼吸器疾患として、気管支喘息、呼吸器感染症、過換気症候群、睡眠時無呼吸症候群等を挙げ、これらの疾患とスポーツとの関係を解説することにより、スポーツにおける呼吸の重要性について理解を深める。</p> <hr/> <p>第 6 回【1 月 27 日 和田恒彦 人間系】 [今、何故、パラリンピック!] 1 パラリンピックを巡る背景と課題、2 ブラインドパラスポーツの紹介、3 筑波大学のパラリンピックに向けた競技支援の取り組みについて講義しています。</p> <hr/> <p>第 7 回【2 月 3 日 白木仁 体育系】 [トップアスリートに対するアスレティックトレーナー活動] オリンピック、世界選手権、トッププロの選手は、競技力の向上を目指し日々トレーニングに励んでいます。そのためのフィジカル面からのサポートを行うのが、アスレティックトレーナーです。本講義では、オリンピック選手などのトップアスリートへのトレーナー活動について解説する。</p>		

	<p>第8回【2月3日 小林裕幸 医学医療系】 [自転車競技オリンピックチーム医科学サポート] 日本自転車競技連盟のチームドクターならびに医科学委員としての経験をふりかえり、自転車トップアスリートに対する世界大会、オリンピックなどの医科学サポートの現状を紹介する。</p> <hr/> <p>第9回【2月10日 前田清司 体育系】 [睡眠と競技パフォーマンス] 疲労回復や記憶の定着に重要な役割を果たしている睡眠は、スポーツの競技パフォーマンスに影響を与える。本講義では、睡眠と競技パフォーマンスの関係について概説する。</p> <hr/> <p>第10回【2月10日 竹越一博 医学医療系】 [ホルモンから考えるアンチドーピング] アンチドーピングにおける最近の禁止物質はホルモンが多いです。内分泌医(ホルモン屋)の立場から、禁止物質を考えます。</p> <hr/> <p>第11回 [期末試験なし] レポート提出</p>
履修条件	特になし。
成績評価方法	レポート(100%) 特に興味を持った講義を1つ選びレポートを出す。
授業外における学習方法	特になし。
教材・参考文献	特になし。
オフィスアワー・連絡先	竹越一博 木曜日 15-16時 研究室 医学医療系学系棟 104
履修者へのメッセージ	スポーツ医学のフロントラインで教育・研究をおこなっている本学教官より、その最新の医学事情を学び、今後のスポーツ分野あるいは医療分野においてスポーツ医学の果たす役割について理解する。講師の先生方は皆さん本学の教員ですから、授業で興味を持った方は、話を聞きに行くといいでしょう!

授業科目名	プレコンセプション・ケア		
科目番号	1C22031	単位数	1.0 単位
標準履修年次	1・2 年次	時間割	春 AB 月 2
担当教員	岡山 久代, 涌水 理恵, 川野 亜津子, 福澤 利江子, Togoobaatar Ganchimeg, 金澤 悠喜		
授業概要	国内外の性に関する健康問題、妊娠・出産・育児事情、親子・家族関係、子どもをとりまく問題、生殖に関する倫理的問題について学び、将来親になるとしたら、今必要なことは何か?について考察する。		
備考	(看護開設) 看護学類生の受講は認めない。 【受入上限数 150 名】		
授業形態	講義		
科目群	C		
水準・区分	100 番台・学際的科目		
教育目的	核家族化、少子化、晩婚化、晩産化を背景に、妊娠・出産・育児はたやすいものではなく、乗り越えなければならない様々な課題がある。妊娠・出産・育児の現状を身体的・心理的・社会的側面からプレコンセプション・ケアの視点で学習する。そこから、将来親になるとしたら、今必要なことは何か?何を準備しなければならないのか?について、自身のプレコンセプション・ケアを考える。		
到達目標	1. 妊娠・出産・育児の現状を身体的・心理的・社会的側面から述べることができる。 2. 上記の現状とプレコンセプション・ケアを関連づけることができる。 3. 自身のプレコンセプション・ケアについて考えることができる。		
キーワード	プレコンセプション・ケア, 性に関する健康問題, 妊娠, 出産, 育児, 親子関係		
各回授業計画	<p>国内外の性に関する健康問題、妊娠・出産・育児事情、親子・家族関係、子どもをとりまく問題、生殖に関する倫理的問題について学び、将来親になるとしたら、今必要なことは何か?について考察する。</p> <hr/> <p>第 1 回【4 月 15 日 岡山久代 医学医療系】 [ガイダンス プレコンセプション・ケアとは] ライフステージとライフプラン、女性をとりまく社会の現状、リプロダクティブヘルス/ライツ、プレコンセプション・ケアについて学ぶ。</p> <hr/> <p>第 2 回【4 月 22 日 岡山久代 医学医療系】 [性と生殖に関する健康問題 1] 月経に関する基礎知識、女性の痩せが次世代に及ぼす影響、日本人の性意識について学ぶ。</p> <hr/> <p>第 3 回【5 月 9 日(振替授業日) 金澤悠喜 医学医療系】 [性と生殖に関する健康問題 2] 喫煙・飲酒・薬物が次世代に及ぼす影響、デート DV について学ぶ。</p> <hr/> <p>第 4 回【5 月 13 日 川野亜津子 医学医療系】 [妊娠・出産の生理] 妊娠・出産の生理について学ぶ。</p> <hr/> <p>第 5 回【5 月 20 日 川野亜津子 医学医療系】 [妊娠・出産の心理・社会的側面] 妊娠・出産の心理・社会的側面と日本の現状について学ぶ。</p> <hr/> <p>第 6 回【5 月 27 日 福澤利江子 医学医療系】 [出産と細菌学 ドキュメンタリー映画『マイクロバース』]</p> <hr/> <p>第 7 回【6 月 3 日 トゴバタラ ガンチメゲ 医学医療系】 [世界の妊娠・出産・育児]</p> <hr/> <p>第 8 回【6 月 10 日 涌水理恵 医学医療系】 [子どもとは・家族とは]</p> <hr/> <p>第 9 回【6 月 17 日 涌水理恵 医学医療系】 [前向き子育て (Positive Parenting)]</p> <hr/> <p>第 10 回【6 月 24 日 金澤悠喜 医学医療系】 [高度生殖補助医療と倫理的問題・まとめ] 事例から高度生殖補助医療における倫理的問題を考える。また、これまで学んだことから、自身のプレコンセプション・ケアについて考える。</p>		

	<p>第 11 回【7 月 1 日】 筆記試験は行いません。 レポート作成のための資料収集・整理の時間とします。</p>
履修条件	看護学類生の履修は認めない。
成績評価方法	<p>評価方法 A:講義毎のミニテスト(出席点を含む):40%・・・理解力、考察力 B:期末レポート 60%・・・応用力、課題への興味と関心、考察力 到達目標 1、2、3 を総合的に評価する。</p>
授業外における学習方法	授業を受けて興味や関心を持った内容については、自学・自習により深めてください。また、これらから自身のプレコンセプション・ケアについて考えてください。
教材・参考文献	各講義で必要な資料を配付します。また参考文献等も講義の中で紹介します。
オフィスアワー・連絡先	<p>メールで連絡をとってください。 岡山 久代 okayama at md.tsukuba.ac.jp 涌水 理恵 riwaki at md.tsukuba.ac.jp 川野 亜津子 AKAWANO at md.tsukuba.ac.jp 福澤 利江子 rkishi1 at md.tsukuba.ac.jp Togoobaatar Ganchimeg ganchimeg-t at md.tsukuba.ac.jp 金澤 悠喜 ykanazawa at md.tsukuba.ac.jp</p>
履修者へのメッセージ	この科目は、単に性と生殖に関する知識を深めるだけの科目ではありません。妊娠・出産・育児について、身体面、心理面、社会面、行動面から学習します。また、これにプレコンセプション・ケアの視点を含め、将来親になることや、そのために今必要なことを、学生自身の現実的な問題として考えていきます。

授業科目名	ヒューマンハイパフォーマンスを引き出す最新スポーツ科学 (1)		
科目番号	1C24201	単位数	1.0 単位
標準履修年次	1・2 年次	時間割	春 AB 月 1
担当教員	武政 徹		
授業概要	スポーツ科学の進歩はオリンピックを目指すアスリートのみならず、日常生活を営む我々においても有益である。特に近年、続々と明らかにされるスポーツ科学の知見は、現代社会が直面する青少年の体力や意欲の低下、アスリートやビジネスマンのオーバーワークによる生産性と意欲の低下、高齢者の健康や生きがいの低下など、「人と社会の活力低下問題」解決につながる可能性を秘める。本講義では、認知機能を高める運動プログラムや意欲を高める運動用具など、心身の活力を最大限に引き出す(ヒューマンハイパフォーマンス)最先端の生命・認知脳科学を導入した次世代健康スポーツ科学について紹介する。		
備考	(体育開設) 【受入上限数 120 名】		
授業形態	講義		
科目群	C		
水準・区分	100 番台・学際的科目		
教育目的	人の能力には体力や技術だけでなく、ストレス対処能、コミュニケーション能、認知パフォーマンス、代謝能力など様々な能力があるが、それらを最大化するためには、これまでの運動、栄養、休養(睡眠)の質と量を最適化し、適用することで実現できる。その概念や基盤技術について考える。		
到達目標	ヒューマン・ハイ・パフォーマンスを引き出す基盤技術や方略について理解する		
キーワード	心身の活力の最大化, ヒューマン・ハイ・パフォーマンス, 最先端健康スポーツ科学, 最先端生命科学, 認知脳科学, ストレス, オーバートレーニング, 中枢疲労, 高意欲		
各回授業計画	<p>第 1 回第 1 回【4 月 15 日 武政徹 体育系】 [オリエンテーション, アスリートのパフォーマンスを高める遺伝子(分子運動生理学)]</p> <hr/> <p>第 2 回第 2 回【4 月 22 日 大森 肇 体育系】 [スポーツパフォーマンスを高めるアミノ酸サプリメント(運動生化学)]</p> <hr/> <p>第 3 回第 3 回【5 月 9 日(木曜日) 西嶋尚彦 体育系】 [アスリートの才能を引き出すテクニック(スポーツデータサイエンス)]</p> <hr/> <p>第 4 回第 4 回【5 月 13 日 坂入洋右 体育系】 [身心のセルフコントロール](ストレス)]</p> <hr/> <p>第 5 回第 5 回【5 月 20 日 武田 文 体育系】 [高齢者の精神健康・ストレス対処力を高める身体活動](ストレス)]</p> <hr/> <p>第 6 回第 6 回【5 月 27 日 麻見直美 体育系】 [アスリートの水分補給](スポーツ栄養学)]</p> <hr/> <p>第 7 回第 7 回【6 月 3 日 前田清司 体育系】 [トレーニングと血管](スポーツ医科学)]</p> <hr/> <p>第 8 回第 8 回【6 月 10 日 征矢英昭 体育系】 [人の能力を最大化するヒューマン・ハイ・パフォーマンス(脳科学)]</p> <hr/> <p>第 9 回第 9 回【6 月 17 日 榎本靖士 体育系】 [マラソンの科学~身体の限界への挑戦~(コーチング)]</p> <hr/> <p>第 10 回第 10 回【6 月 24 日 小池関也 体育系】 [運動のしくみ(バイオメカニクス)]</p>		
履修条件	秋期も履修することで全体像を理解してもらいたい		
成績評価方法	受講カードより:講義内容の理解、興味、関心、出題された課題に対する考察力 受講カードに記載された内容、出席などを総合的に評価する		
授業外における学習方法	体芸図書館の蔵書を読む、担当教官への質問と議論(オフィスアワーやメールの利用)		
教材・参考文献	征矢ら編著、使えるスポーツサイエンス、講談社サイエンティフィック 征矢、尾懸 監訳、中長距離の科学的トレーニング、大修館書店 勝田、征矢編著、運動生理学 20 講、朝倉書店 「体育の科学」(月間)、杏林書院など		
オフィスアワー・連絡先	武政徹 オフィスアワーは特に定めませんが、事前にメールで連絡してアポイントメントを取った上で訪問すること takemasa.tohru.gm@u.tsukuba.ac.jp 体育科学系棟 A 棟 A301		

履修者へのメッセージ	なし
------------	----

授業科目名	キャリアデザイン-働く自分-		
科目番号	1C26110	単位数	1.0 単位
標準履修年次	1・2 年次	時間割	春 BC 秋 A 集中; 夏季休業中 集中
担当教員	五十嵐 浩也, 末富 真弓		
授業概要	地元企業における 1 週間程度の就業体験 (インターンシップ) と事前・事後教育を通じて、働くこと及び社会で求められる基礎的な態度や能力についてリアルに体感するとともに、自身の学群以降のキャリア形成について考えを深めることを目的とする。同時に大学時代という時間の有限性を再認識し、学修と学生生活両面における能力開発目標や行動目標の設定、意欲の向上を支援する。		
備考	(ダイバーシティ・アクセシビリティ・キャリアセンター企画) CDP 夏季休業中に 5 日間のインターンシップを行う。【受入上限数 30 名】		
授業形態	その他		
科目群	C		
水準・区分	100 番台・学際的科目		
教育目的	(授業概要に記載)		
到達目標	1. 「働く自分」のイメージを現実化し、社会で求められる基本的な態度や能力について考察できる。 2. 大学時代に学修・学生生活を通して高めるべき自身の能力開発目標が設定できる。 3. 人生における「今」の貴重さに気づき、有意義な学生生活を過ごすことに対する意欲を向上させる。		
キーワード	キャリア, インターンシップ, CARIO		
各回授業計画	<p>第 1 回【6 月 10 日 (月) 特設 (18:15-19:30)】 [オリエンテーション] 本授業の目的と進め方、就業体験の内容等について確認する。インターンシップ期間の希望調査を行うので、必ず出席すること。出席不可能で履修を希望する場合は、事前に必ず連絡すること。</p> <hr/> <p>第 2 回【7 月 20 日 (土) 3 限~5 限】 [事前講座] 就業体験を有意義なものとするために、 1. どのような目的を持って臨むべきかについてグループワーク、クラス討議を通して考えを広げ、深める。 2. 社会で必要とされる基本的なマナーやコミュニケーションのルールを学ぶ。 3. 就業体験に臨む姿勢、行動についての目標を定める。</p> <hr/> <p>第 3 回【就業体験 5 日間】 地元企業における連続 5 日間の就業体験。実習先はオリエンテーション時に説明する。 *8 月下旬~9 月中旬を予定。</p> <hr/> <p>第 4 回【10 月 7 日 (月) 特設 (18:15-19:30)】 [まとめ] 就業体験を振り返り、各人の気づきを共有し、今後の大学生活の目標設定につなげる。</p> <hr/> <p>第 5 回 (期末レポート提出)</p>		
履修条件	<p>第 1 回目授業 (オリエンテーション) に必ず出席すること。 第 1 回目授業に出席できず、本科目の履修を希望する場合は必ず事前に担当教員に連絡し、相談すること。 第 3 回の就業体験 (全日程) に必ず参加すること。</p>		
成績評価方法	<p>就業体験出勤 (50%)、授業への参加姿勢・振り返りシート・日報の内容 (25%)、期末レポート (25%) *ただし、就業体験の全日程に参加することを単位取得の原則とする。</p>		
授業外における学習方法	<p>・就業体験期間中、日報 (毎日の体験内容と感じたこと・気づいたことの振り返り) を基に内省し、翌日の就業体験にどのような姿勢・行動の修正をして臨むかを考えること。</p>		
教材・参考文献	<p>つくばキャリアポートフォリオ (CARIO) および CARIO の各種ワークシート。その他必要な教材は授業時に配布する。</p>		
オフィスアワー・連絡先	<p>メール (career@un.tsukuba.ac.jp) またはダイバーシティ・アクセシビリティ・キャリアセンター (スチューデントプラザ 2F:就職課窓口と共通) で予約の上、随時。</p>		
履修者へのメッセージ	<p>実際の仕事と職場を体験してみると、多くの気づきを得られると思います。積極的な参加を期待します。</p>		