



# 保健体育分野（選択科目）の受講について

保健体育センター市ヶ谷体育課

## 保健体育分野の選択科目とは？

選択科目は卒業するために必須ではありませんが、卒業に必要な単位数としてILAC科目にカウントされます。必修科目の体育とは別に、体育でILAC科目の単位を取りたいという学生は受講して下さい。

保健体育分野の選択科目には以下の4種類の授業があります。それぞれ授業内容や受講できる学年が異なるため、必ず確認してください。

科目名	単位認定先	内容	履修可能学年	備考
スポーツ総合演習S	基盤科目5群(選択)	広く様々競技について実技を通じて学ぶ科目	1～4年	応募者多数の場合抽選有
スポーツ科学	(法・文・営・国)総合科目 (人環・キャリア)公開科目	保健体育の特定分野に特化し、実技を交えて学ぶ科目	1～4年	応募者多数の場合抽選有
健康の科学	リベラルアーツ科目5群(選択)	特に健康に関する内容に特化しており、講義形式で学ぶ科目	1～4年	
教養ゼミ	(法・文・営・国)総合科目 (人環・キャリア)公開科目	保健体育の特定分野に特化し、ゼミ形式で学ぶ科目	2～4年	応募者多数の場合抽選有

# 1、スポーツ総合演習S（選択科目）について

## スポーツ総合演習S(選択科目)について

選択科目は卒業するために必須ではありませんが、卒業に必要な単位数としてILAC科目にカウントされます。必修科目の体育とは別に、体育科目でILAC科目の単位を取りたい学生は受講して下さい。

スポーツ総合演習S(選択)は以下のクラスを選択して受講できます。春学期については必修クラスと同様に学習支援システムを用いたオンライン授業を予定しています。秋学期は通常開催予定です。ただし、履修にあたってはWEB登録の前に事前申込が必要になるので次頁の手続きを確認してください。

曜日	時限	学期	教員
月	3	春	國井 和彦
月	3	秋	國井 和彦

## スポーツ総合演習S（選択科目）の履修手続きについて

スポーツ総合演習Sは  
**事前の受講希望の届出が必要です。**  
手続きについては以下の期間に  
下記URLにアクセスし、申請をしてください。

事前に受講申請されていないと、  
受講希望者多数の場合に実施する  
抽選の対象にならず、**履修する  
権利を失います。**

<事前申請フォーム> <https://forms.gle/iuSvqf1nroUL1Pwh9>

なお、受講希望者が多数の場合は抽選を実施いたします。抽選実施の有無にかかわらず、受講許可者の発表はILAC臨時WEB掲示板にて行いますので確認してください。

<ILAC 臨時WEB掲示板> <https://hosei-rinji.com/ilac/>



**申込期間:4月10日(金)~17日(金)**  
**受講許可発表:4月20日(月)**

## 2、スポーツ科学について

## スポーツ科学について

スポーツ科学は以下の『12クラス×春・秋それぞれの学期』の24クラスを選択して受講できます。春学期については新型コロナウイルス感染症予防の観点から**学習支援システムを用いたオンライン授業を予定**しており、その為授業テーマが変わる可能性があります。なお秋学期については講義テーマに基づき通常開催予定です。学期についてはいずれを選ぶことも可能です。

曜日	時限	学期	主な講義テーマ・目的	教員名
月	2	春・秋	ウォーキングとヨガに焦点をあて、身体への影響を学ぶ	朝比奈
月	2	春・秋	パラスポーツについて、理論と実践を通して、その社会的意義並びに役割を学ぶ	秋本
月	2	春・秋	ネット競技等を中心とした講義及び実技の実施	西村
月	3	春・秋	身体活動の意義や役割についての理解を深め、知識の習得や態度を育成する。	西村
月	3	春・秋	筋力トレーニングに関する理論の習得及び実習	伊藤
火	3	春・秋	競技を通じたチームワーク・リーダーシップの習得	笠井
水	3	春・秋	自律的にスポーツをライフワーク取り入れることを目指す	磯部
木	1	春・秋	(春)バドミントンを通じスポーツの楽しさを学ぶ (秋)身体活動への理解を深め、健康増進や自己管理に資する基礎知識を育成する	落合
木	2	春・秋	(春)バドミントンを通じスポーツの楽しさを学ぶ (秋)身体活動への理解を深め、健康増進や自己管理に資する基礎知識を育成する	落合
木	3	春・秋	バレーボール全般について理解をする	吉田
木	3	春・秋	ストレッチング・ジョギング・ストレングスでシェイプアップを目指す	伊藤
金	2	春・秋	トレーニング理論の習得と実習	笠井

## スポーツ科学の履修手続きについて

スポーツ科学 は授業の安全な実施の観点から、受講希望者が多数の場合は抽選を実施します。抽選は初回授業において各担当教員が実施いたしますので、授業開始前までに学習支援システムに仮登録をして、初回授業での担当教員からの指示に従ってください。

なおWEB履修登録については、科目名が全て(春学期)「スポーツ科学A」または(秋学期)「スポーツ科学B」となっていますので、必ず、曜日・時限・学期・教員名を確認して登録してください。



### 3、健康の科学について

## 健康の科学について

健康の科学は以下の4クラスを選択して受講できます。

科目名	曜日	時限	学期	主な講義テーマ・目的	教員名
健康の科学LA	月	5	春	「青年期、壮年期、中年期の健康づくり」を主要テーマとして学習	清野
健康の科学LB	月	5	秋	「高齢期の健康づくり」を主要テーマとして学習	阿部
健康の科学LA	金	5	春	バイオ・サイコ・ソーシャル・ヘルスに関わる様々なトピックスから個人の健康や社会の健康について考える	谷本
健康の科学LB	金	5	秋	ヘルスプロモーションの視点から、栄養・運動・休養に関わる基礎的知識、健康的な生活習慣や環境づくりについて学ぶ	谷本

本授業については抽選等はありませんが、WEB履修登録の際、科目名が「健康の科学LA」、「健康の科学LB」と似通っているため、必ず、曜日・時限・学期・教員名を確認して登録してください。

### 3、教養ゼミについて

教養ゼミは以下のクラスを選択して受講できます。

科目名	曜日	時限	学期	主な講義テーマ・目的	教員名
教養ゼミⅠ	月	3	春	各自の目的に応じたトレーニング方法に着目した研究を計画し、その効果を検証していくゼミナール	伊藤
教養ゼミⅡ	月	3	秋	各自のトレーニング方法に着目したトレーニング・プログラムを積極的に実践して検証するゼミナール	伊藤
教養ゼミⅠ	火	4	春	身体活動の心理的・心理的効果や健康関連情報の取捨選択法を学び、自らの身体活動や食習慣などの改善について検討するゼミナール	林
教養ゼミⅡ	火	4	秋	目的に合わせた身体活動や生活習慣が実践できるようになることを目的としたゼミナール	林
教養ゼミⅠ	木	2	春	運動不足で衰えた身体機能を健康づくりの3本柱(ストレッチング・ジョギング・ストレンクス)で改善していくためのゼミナール	伊藤
教養ゼミⅡ	木	2	秋	運動不足で衰えた身体機能を健康づくりの3本柱(ストレッチング・ジョギング・ストレンクス)で改善していくためのゼミナール	伊藤

**教養ゼミ** は授業の安全な実施の観点から、受講希望者が多数の場合は**抽選または課題レポート等による受講者の選抜を実施します**。初回授業において担当教員が実施いたしますので、**授業開始前日までに必ず仮登録を行い、学習支援システム等で周知される担当教員からの指示に従ってください**。

なお「教養ゼミⅡ」についてはそれぞれ同曜日・時限の「教養ゼミⅠ」の受講を前提としておりますので、Ⅱのみの受講をしないようにしてください。

## 4、履修登録総括

## 履修登録総括

「スポーツ総合演習S」	受講許可の発表に自身の学籍番号が掲載されていることを確認したのち、各自でWeb履修の申請画面で登録して下さい。
「スポーツ科学」	初回の授業に参加し、受講が決定した後各学部のWeb履修登録期間に自身で登録してください。その際先述の24クラス全てスポーツ科学A・Bという科目名のため、 <b>学期、曜日、時限、教員名を必ず確認してください。</b>
「健康と科学」	各学部のWeb履修登録期間に自身で登録してください。その際 <b>学期、曜日、時限、教員名を必ず確認してください。</b>
「教養ゼミ」	初回の授業に参加し、受講が決定した後各学部のWeb履修登録期間に自身で登録してください。教養ゼミⅡについてはⅠを受講することが前提です。

※授業開始前であっても、受講クラスについて学習支援システム上で授業に関するお知らせを行う場合があるので、必ず仮登録をしてください。

※「スポーツ総合演習S」(選択科目)は、5ページに記した事前申し込みの上、受講許可を受けていない学生は受講できません。仮に上記の手続きを踏まえず受講した場合でも単位の認定はされません。

## 5、その他



## 休講等の連絡について

担当教員から直接、もしくは学習支援システムにて連絡致します。  
電話による休講の確認、遅刻・欠席連絡など担当教員への伝言の  
受付はしていません。

法政ポータルサイト(Hoppii) <https://hoppii.hosei.ac.jp>  
※ 学習支援システムへは法政ポータルサイト(Hoppii)へ  
アクセスし、ログインしてください。

# 問合せ先

- ◇ 保健体育センター窓口(市ヶ谷総合体育館1階)◇  
「スポーツ総合演習」および体育館利用に関する相談は、  
体育館1階の事務室にて受け付けます。

## 開館時間

月～土:8:00～21:50

日・祝:8:00～17:20

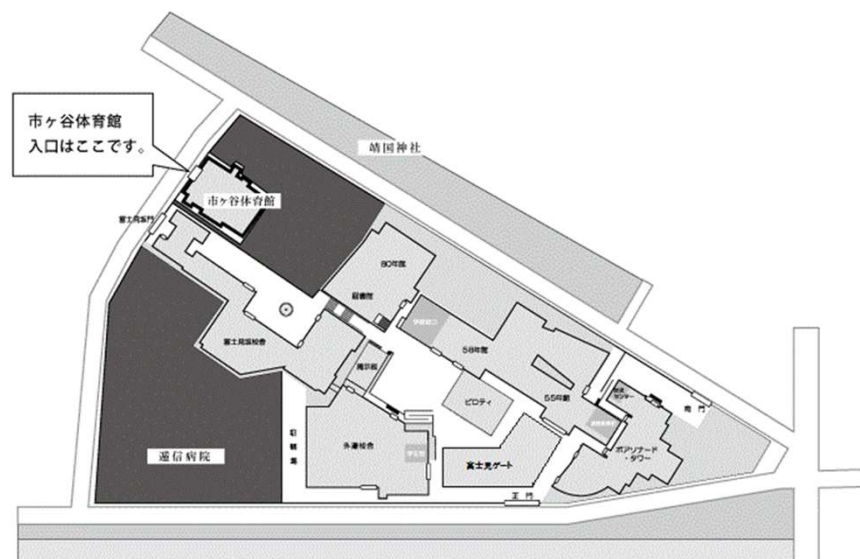
## 事務窓口取扱時間

月～金:9:00～17:00

土:9:00～12:00

日・祝:休業

市ヶ谷総合体育館 案内図



※市ヶ谷総合体育館の開館時間及び事務窓口取扱時間については、政府の緊急事態宣言により変更となっている場合がございますので、必ず大学WEBサイトもしくは保健体育センターTwitterを確認してください。