

令和二年度前学期 社会人公開授業

科目名	スポーツ健康学
大学名	岐阜聖徳学園大学短期大学部
講師	幼児教育学科 教授 内藤 譲 (ないとう ゆずる)
初回予定日	2020年4月16日(木)
授業時間	毎週木曜日 2時限目 10:40-12:10(全15回)
主会場	岐阜聖徳学園大学短期大学部 岐阜キャンパス 231 教室
聴講方法	対面授業
科目内容	健康的なライフスタイルの在り方と、より安全で効果的なスポーツや運動、トレーニング方法について、運動生理学、トレーニング科学の観点から解説する。また、自身の体力やライフスタイルの振り返りとして、実際に各種身体活動やトレーニングを体験する。
注意事項	必要に応じて資料を配布する。 動く場合がありますので、動きやすい服装(ジャージ等)や体育館シューズを準備しておいてください。

対面授業のスケジュールをご記入ください。

予定と異なる曜日に授業がある場合は、パンフレットの注意事項やWEB上で受講希望者に周知します。

2020/4/16	2020/4/23	2020/4/30	2020/5/7	2020/5/14	2020/5/21	2020/5/28	2020/6/4
2020/6/11	2020/6/18	2020/6/25	2020/7/2	2020/7/9	2020/7/16	2020/7/23	