

# 体育科学院

本学院作为体育、健康运动科学的教育研究机关，旨在深化以运动、体育、休闲、娱乐、健康、福利等为对象的广范围的学问，并培养出掌握高深的专业知识，具备实践能力，能够为实现健康的社会作出贡献的人才。

为此在教学计划中，为了根据将来的就业和发展方向，按学年有意图、有计划地进行专业教育，还列举了专业推荐科目群的选修范例，其中包括部分选择项目。

## 体育科学系

对竞技运动来说，技术和战术的提高、基于高科学性的指导和训练是必不可缺的。而且有些特定项目的专业化，使运动员越来越趋于年轻化。因此有必要研究如何早期发现运动潜能以及如何实施与身体发育相适应的合理的指导和训练。

为了满足社会的这种需求，体育科学系旨在提高学生各自专业运动项目的技能并培养出掌握高级科学知识的教练和体育领导人才。

就课程安排来说，为了提高专业性，第一学年就安排了专业基础课程。为了让学生能够按照各自的兴趣爱好和专业方向选择科目，尽量减少

必修课目，而大量开设了选修科目。第二、三学年还设有“教练法演习”等应用科目，以便让学生能够更高层次地掌握体育项目的专业知识。从第三学年开始，全部学生将分配至各个教师的研究班，第四学年撰写毕业论文，并将其成果在以全学院学生为对象的毕业研究论文汇报会上发表。



## 健康运动科学系

步入超老龄化社会的我国，如何确保人们的健康和有意义的生活已成了一项重要课题。而且为了预防与日俱增的因工作紧张而导致的精神疾病及因运动不足而引起的心脏病、中风、高血压症等生活方式疾病，有必要养成从幼年到老年的终生运动习惯。

健康运动科学系以这些领域的最新的研究和实践成果为基础，目标是培养出能够针对不同年龄层开发并提供促进健康、提高生存意义的运动程序的人才。

本系教学计划的基本原则，是在修完体育医学、科学的基础课程后，学习促进健康的体育、运动、休闲运动的指导理论和方法。在第一、二学年学习“体育心理学”、“体力学”、“体育

生理学”、“体育内科学”、“健康运动肌体外科学”等课程。第三、四学年在“健康体育研究班”的课程中掌握实践方法，并在校外开展“健身实习”、“运动疗法实习”、“终生体育实习”，以加强实践能力。与体育科学系一样，从第三学年开始全部学生将分配至各个教师的研究班，第四学年撰写毕业论文，并将其成果在以全学院学生为对象的毕业研究论文汇报会上发表。

