

体験授業時間割

Open Campus 2026.8.10

1 限目 11:20 - 12:00

筋肉の種類について調べてみよう！

服部 辰広 教授

人間の体の中には約400個の骨格筋が存在します。骨格筋は大きく分けると瞬発的な力を発揮する「白筋」、持久的な力を発揮する「赤筋」、両方の性質を持ち合わせた「中間筋」に分類されます。今回の体験授業ではこれらの筋肉の理解を深めるとともに、皆さんの筋組成について調べてみたいと思います。

教育研究棟 2 階 2201 教室

未来のスタジアム・アリーナについて考えよう！

横田 匡俊 教授

北海道ボールパーク F レジツ、エディオンピーススタジアム広島、長崎スタジアムシティ、TOYOTA ARENA TOKYO など、この数年、これまでになかったような魅力的なスタジアムやアリーナが続々と開業しています。これまでの「競技場」「体育館」と何が違うのでしょうか？そして、これからのスタジアム、アリーナが目指す姿とは？一緒に考えてみましょう！

教育研究棟 2 階 3201 教室

ゼロからわかる救急救命士の世界 ～国家資格・教育・活躍の舞台裏～

中澤 真弓 教授

救急救命士ってどんな資格？

どこで活躍しているの？

現場でのリアルなエピソードとともに、日体大の救急医療学科の強みや特色、実績を徹底解説します！

教育研究棟 2 階 2202 教室

2 限目 12:30 - 13:10

孤立した生活を救う

「新しい支えあい」を考えてみよう

北島 洋美 教授

現在の日本では、社会や地域から孤立した日々を過ごしている人が少なくありません。はたして、いま私たちが孤立した生活から救う「新しい支えあい」を作ることではできませんか？家族や地域、社会に対する人々の意識変化等を踏まえながら考えてみましょう。

教育研究棟 2 階 2201 教室

血液・組織液・リンパ液など体液のはたらきと 小児の体液バランスの特徴を学ぼう

長谷 美智子 教授

児童スポーツ教育学部の体験授業として、「児童の身体の仕組み」から「体液のはたらき」の授業回をイメージできる講義を行います。血液・組織液・リンパ液などの体液のはたらきや、小児の体液バランスの特徴とスポーツ活動中の水分調節、ケガをしたときの止血のしくみについて、身近な事例を交えながら楽しく学びます。

教育研究棟 2 階 2202 教室

アスリートセンタードコーチングとは？

岩原 文彦 准教授

日本体育大学では「アスリートセンタードコーチング」を推奨し、アスリートの学びに対する主体的な取り組みを支援し、より高いパフォーマンスの獲得と同時に、ポジティブな心理・社会的発達と包括的な人間的成長を実現することを目指しています。模擬授業では「コーチング学」の授業のほんの一部を体験してもらいます。

教育研究棟 2 階 3201 教室

3 限目 13:40 - 14:20

健康スポーツのマネジメント

運動実施・継続のサポート方法を考える

齋藤 義信 教授

私たちの行動は、様々なレベル（個人・個人間・組織・地域・政策）の影響を受けており、個人から政策に至る多様なアプローチを行うことが重要です。これは、日本だけでなく世界的な課題である運動不足への対策も同様です。そこで本体験授業では、個人レベルを例に、運動の実施・継続に対するサポート方法を考えます。

教育研究棟 2 階 2201 教室

オリンピックと日体大

松浪 登久馬 准教授

オリンピックのメダル数のおよそ25%は日体大関係者によって獲得されています。高い国際競技力を本学は有しています。ところでオリンピックとは国対抗の運動会なのでしょうか？またオリンピックを多く輩出している日体大はトレーニングや栄養のことはばかりを勉強する大学なのでしょうか？当たり前のように観ているオリンピックや、これに関わる日体大について少し紐解いてみます。

教育研究棟 2 階 2202 教室

子どもが笑顔になる、 表現運動（ダンス）を体験しよう！

河譜 真世 助教

ダンスには、音楽に合わせて踊る楽しさだけでなく、身体を使って自由に表現する魅力があります。小学校体育で学ぶ「表現リズム遊び」や「表現運動」を体験しながら、自分らしく動きを創る楽しさや表現する面白さに触れてみませんか？ **運動のできる服装でご参加ください。**

スポーツ棟 1 階 ダンス場