

項番	項目	内容
1	科目名	運動部活動とメンタルヘルス
2	担当教員	土屋裕睦
3	開講時期	春開講（5月～8月）、秋開講（10月～1月）
4	時間数	2時間
5	授業概要	メンタルヘルスについて精神疾患の有無だけでなく、ウェルネスを加えた2軸から4象限で捉える考え方を理解する。その上で、運動部活動を通じて心身の健康を維持増進するための工夫、とりわけメンタルヘルス悪化を予防するための指導法について学ぶ。
6	到達目標	運動部指導で直面するかもしれないメンタルヘルスについて基礎的な知識を得て、適切なサポート方法について理解している。
7	授業形態	オンライン（オンデマンド方式で配信）
8	テキスト	PDF資料
9	履修上の注意	特記事項なし
10	連絡先、連絡方法など	Google Classroom 等による
11	実務家教員に該当する実務家経験	
12	その他	特記事項なし