2023　年度 授業計画(シラバス)

学　　科	鍼灸スポーツ学科		科 目 区 分	その他	授業の方法	講義
科 目 名	スポーツ医学概論Ⅰ		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30　(2)　時間(単位)
対 象 学 年	1年生		学期及び曜時限	後期	教室名	501教室
担 当 教 員	山根 太治	実務経験とその関連資格	高校ラグビー日本代表，日本A代表トレーナー(2005年) 日本ラグビーフットボール協会トレーナー部門委員(2013年～) 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー，はり師・きゅう師			

《授業科目における学習内容》

外傷・障害、アスレティックリハビリテーション、予防とコンディショニングなどアスレティックトレーナー専門科目を学ぶ上で重要となるスポーツ医学の基礎知識を習得する。
運動器の解剖学基礎、運動生理学、バイオメカニクス、また発達発育期、中高年者、女性、障害者など対象別の医学的特長などがそのコンテンツとなる。

《成績評価の方法と基準》

1. 授業内課題　30%
2. 期末テスト　60%
3. 出席・平常点　10%

《使用教材(教科書)及び参考図書》

公認スポーツ指導者養成テキスト
　共通科目Ⅰ　第7章「ジュニア期のスポーツ」
　共通科目Ⅱ　第5章「対象に会わせたスポーツ指導」
　共通科目Ⅲ　第4章「身体のしくみと働き」

《授業外における学習方法》

特に運動生理学、バイオメカニクスの領域については、テキスト以外の文献を積極的に活用し理解を深める。また対象別の運動の実際について自主的に調査して模範例や問題例を把握し、対策について考察する習慣をつける。

《履修に当たっての留意点》

本科目で履修する内容について、学問的側面のみならず、現場での具体的な活用法を常に考案しながら、理解を深める努力をすること。

授業の方法			内　　容	使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第1回	講義形式	授業を通じての到達目標	筋の解剖生理について理解を深める。	教科書	当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	運動器の仕組みと働き 筋のしくみと働き		
第2回	講義形式	授業を通じての到達目標	骨、関節の解剖生理について理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	運動器の仕組みと働き 骨格のしくみと働き		
第3回	講義形式	授業を通じての到達目標	神経系の解剖生理について理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	運動器の仕組みと働き 神経系のしくみと働き		
第4回	講義形式	授業を通じての到達目標	呼吸循環器系の生理学とエネルギー代謝について理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	呼吸循環器系の働きとエネルギー供給		
第5回	講義形式	授業を通じての到達目標	エネルギー代謝と運動について理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	呼吸循環器系の働きとエネルギー供給		

授業の方法			内　　容	使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第6回	講義形式	授業を通じての到達目標	スポーツバイオメカニクスの基礎について、並進運動を中心に理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	スポーツバイオメカニクスの基礎		
第7回	講義形式	授業を通じての到達目標	スポーツバイオメカニクスの基礎について、回転運動を中心に理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	スポーツバイオメカニクスの基礎		
第8回	講義形式	授業を通じての到達目標	発育発達期におけるスポーツと関係の深い特徴について理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	発育発達期の身体的特徴 発育発達期の心理的特徴		
第9回	講義形式	授業を通じての到達目標	発育発達期における特徴的な傷害や疾病について理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	発育発達期に多いケガや病気		
第10回	講義形式	授業を通じての到達目標	発育発達期各段階の特徴に応じたトレーニングのあり方を理解し、具体的なプログラムを考案する。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	発育発達期のプログラム		
第11回	講義形式	授業を通じての到達目標	中高年者特有の特徴や望ましい運動プログラムについて理解し考察する。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	中高年者とスポーツ		
第12回	講義形式	授業を通じての到達目標	女性特有の身体的特徴や望ましい運動について理解し考察する。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	女性とスポーツ／身体的特徴について		
第13回	講義形式	授業を通じての到達目標	女性特有の心理的特徴や望ましいトレーニングプログラムについて理解し考察する。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	女性とスポーツ／心理的特徴について 女性とスポーツ／トレーナビリティとプログラム		
第14回	講義形式	授業を通じての到達目標	障がい者特有の特徴や望ましい運動について理解し考察する。またパラスポーツについて理解を深める。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	障害者とスポーツ		
第15回	講義形式	授業を通じての到達目標	今学期のポイントを再確認し、疑問などを解消する。	教科書	前回範囲の復習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	まとめ		