

2025 年度 授業計画(シラバス)

学 科		医療総合学科		科 目 区 分		専門分野		授業の方法		講義演習	
科 目 名		測定と評価		必修/選択の別		必修		授業時数(単位数)		60 (2) 時間(単位)	
対 象 学 年		1年、2年		学期及び曜時限		後期 前期		教室名		405	
担 当 教 員		吉田 朱花		実務経験と その関連資格		ATとしてスポーツクラブ所属					
《授業科目における学習内容》											
トレーナーに必要とされる評価についてその意義と考え方を学び、具体的な評価による問題点の抽出までのプロセスを理解し、実践出来るようになる。また、スポーツ動作の観察・分析について、その目的と意義を理解し、6 つのスポーツ基本動作についてそのバイオメカニクス、動作に影響を与える機能的と体力的要因を説明できる能力を習得し、理解出来るようになる。											
《成績評価の方法と基準》											
1、定期試験または実技試験;70% 2、出席評価点:20% 3、平常点(授業態度・レポート):10%											
《使用教材(教科書)及び参考図書》											
測定と評価 山本 利春 著 ブックハウスHD											
《授業外における学習方法》											
解剖学、運動学、運動生理学などの基礎知識が不可欠な為、これらの基礎知識について繰り返し復習しておくこと											
《履修に当たっての留意点》											
具体的に検査測定ができるまでが到達目標となっている為、講義・実技ともに重要となります。											
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	オリエンテーション、検査・測定と評価とは				教科書	当該範囲の事前学習			
		各コマにおける授業予定	評価についてその意義と考え方を理解出来るようになる。								
第2回	講義形式	授業を通じての到達目標	アライメント				教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習			
		各コマにおける授業予定	姿勢、身体アライメントの観察と計測の目的と意義を理解出来るようになる。								
第3回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	身体組成、バイタル				教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習			
		各コマにおける授業予定	BMI、体脂肪量、血圧、心拍数などの測定の目的と意義を理解ができ、実際に測定・評価ができる								
第4回	講義形式	授業を通じての到達目標	間接弛緩性				教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習			
		各コマにおける授業予定	関節弛緩性検査の目的と意義を理解できるようになる。								
第5回	講義形式	授業を通じての到達目標	関節可動域測定①				教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習			
		各コマにおける授業予定	関節可動域測定の目的と意義を理解できるようになる								

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	関節可動域測定②	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	節可動域測定の目的と意義を理解できるようになる。		
第7回	講義形式	授業を通じての到達目標	柔軟性	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	筋タイトネス検査測定の目的と意義を理解できるようになる。		
第8回	講義形式	授業を通じての到達目標	筋力①(上肢)	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	徒手筋力検査(上肢)の目的と意義を理解できるようになる。		
第9回	講義形式	授業を通じての到達目標	筋力②(下肢)	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	徒手筋力検査(下肢)の目的と意義を理解できるようになる。		
第10回	講義形式	授業を通じての到達目標	筋力③(体幹)	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	徒手筋力検査(体幹)の目的と意義を理解できるようになる。		
第11回	講義形式	授業を通じての到達目標	機器を用いた筋力、筋パワー、筋持久力	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	機器を用いた筋力、筋パワー、筋持久力の測定検査の目的と意義を理解できるようになる		
第12回	講義形式	授業を通じての到達目標	全身持久力	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	無酸素性閾値(AT)・有酸素性能力・最大酸素摂取量の測定の目的と意義を理解できるようになる。		
第13回	講義形式	授業を通じての到達目標	敏捷性、協調性	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	敏捷性、協調性の検査測定の目的と意義を理解できるようになる。		
第14回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	体力測定と評価概論、新体力テスト①	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	体力の概念を理解し、体力測定の目的と意義を理解できるようになる。		
第15回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	体力測定と評価概論、新体力テスト②	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	新体力テストの測定と評価及び分析ができるようになる		

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16回	講義形式	授業を通じての到達目標	オリエンテーション、評価におけるスポーツ動作の観察・分析の目的と意義	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	評価におけるスポーツ動作の観察・分析についてその目的と意義を理解し、説明出来るようになる。		
第17回	講義形式	授業を通じての到達目標	歩行動作のバイオメカニクス	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	歩行動作のバイオメカニクスを理解し、説明できるようになる。		
第18回	講義形式	授業を通じての到達目標	歩行動作に影響を与える機能的・体力的要因	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	歩行動作に影響を与える機能的・体力的要因を理解し、説明 できるようになる。		
第19回	講義形式	授業を通じての到達目標	外傷・障害の発生機転となる歩行メカニズム、歩行観察の実践	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	外傷・障害の発生機転となる歩行メカニズムを理解し、説明 できるようになる。		
第20回	講義形式	授業を通じての到達目標	走動作のバイオメカニクス	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	走動作のバイオメカニクスを理解し、説明できるようになる。		
第21回	講義形式	授業を通じての到達目標	走動作に影響を与える機能的・体力的要因	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	走動作に影響を与える機能的・体力的要因を理解し、説明 できるようになる。		
第22回	講義形式	授業を通じての到達目標	外傷・障害の発生機転となる走動作のメカニズム、走動作の観察	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	外傷・障害の発生機転となる走動作のメカニズムを理解し、説明 できるようになる。		
第23回	講義形式	授業を通じての到達目標	ストップ・方向転換動作のバイオメカニクス	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	ストップ・方向転換動作のバイオメカニクスを理解し、説明 できるようになる。		
第24回	講義形式	授業を通じての到達目標	ストップ・方向転換動作に影響を与える機能的、体力的要因	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	ストップ・方向転換動作に影響を与える機能的、体力的要因を理解し、説明 できるようになる。また、外傷・障害の発生機転を理解出来るようになる		
第25回	講義形式	授業を通じての到達目標	跳動作のバイオメカニクス	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	跳動作のバイオメカニクスを理解し、説明できるようになる。		

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26回	講義形式	授業を通じての到達目標	跳動作に影響を与える機能的・体力的要因、外跳動作の観察	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	跳動作に影響を与える機能的・体力的要因を理解し、説明できるようになる。また、外傷・障害の発生机転を理解出来るようになる。		
第27回	講義形式	授業を通じての到達目標	投動作のバイオメカニクス	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	投動作のバイオメカニクスを理解し、説明できるようになる。		
第28回	講義形式	授業を通じての到達目標	投動作に影響を与える機能的・体力的要因、投球動作の観察	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	投動作に影響を与える機能的・体力的要因を理解し、説明できるようになる。また、外傷・障害の発生机転を理解できるようになる		
第29回	講義形式	授業を通じての到達目標	あたり動作のバイオメカニクス、あたり動作に影響を与える機能的・体力的要因	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	あたり動作のバイオメカニクスを理解し、説明できるようになる。あたり動作に影響を与える機能的・体力的要因を理解し説明できるようになる。		
第30回	講義形式	授業を通じての到達目標	後期まとめ	教科書	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	各動作における観察・分析が理解でき、トレーナーとして評価ができるようになる。		