

2022 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
科目名	スポーツ医学総論		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30 (1) 時間(単位)
対象学年	1年		学期及び曜時限	後期	教室名	406
担当教員	阿守 勇介	実務経験と その関連資格	健康運動指導士			
《授業科目における学習内容》						
外傷・傷害、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スポーツ医学の基礎知識を学ぶ。 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、中高年期、女性、障害者など対象別の伊賀kyの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 2. 期末テスト 3. 出席・平常点						
《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						
《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も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察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	運動器のしくみと働き 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	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習	
		各コマにおける授業予定	運動器のしくみと働き 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	前回範囲の復習と、当該範囲の事前学習	
		各コマにおける授業予定	運動器のしくみと働き 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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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・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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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	前回範囲の復習と、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	スポーツ医学のポイントを再確認し、理解を深める	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	まとめ		