

科目名 Course Name		開講年次	開講学期	曜日・時限
スポーツのための解剖生理学 Anatomy & Physiology for Sports Leaders		1年	前期	別途、時間割参照
単位数	授業の形態	授業の性格		履修上の制限
2単位	講義	選択	(健康スポーツフィールド学生は必ず履修のこと)	特に制限は設けない
当該科目の理解を促すために受講しておくことが望まれる科目				
トレーニング演習				
同時に履修しておくことが望まれる科目				
健康運動実践指導者・スポーツプログラマー資格関連科目				
担当者に関する情報				
氏名	研究室の場所	オフィスアワー		電話番号・メールアドレス
穂積 元	福祉棟 2階	月曜から木曜日午前 (授業時間は除く)		授業中に指示します
授業の概要				
解剖学では、スポーツ指導者として知っておかなければならない、身体運動に関する骨や筋肉、関節の名称などの身体構造とバイオメカニクスについて学習する。生理学では運動と呼吸循環器系・神経系の関係についての知識習得を目的とする。				
授業の目標				
①身体運動に関する骨と筋肉の名称を述べるようにする。 ②バイオメカニクスの基礎的知識が説明できるようにする。 ③有酸素運動と無酸素運動では、どのようにエネルギー供給方法が違うのか説明できるようにする ④呼吸循環器系の名称と働きが説明できるようにする。				
授業の方法				
配布資料による講義中心 DVDによる視聴教育				
学習の成果 (学習成果)				
①身体各部の骨と筋の名称とその役割を述べるようにする。 ②走る・投げる・跳ぶ動作をバイオメカニクスの見地から説明ができる。 ③ATP-CP系・解糖系・有酸素系 (ガス交換の方法、血液の循環法、酸素摂取量、酸素負債量などを含む) のATP生産ルートの違いを述べるようにする。				
授業のスケジュールと内容				
第1回目	ガイダンス (授業の進め方、成績評価方法、講義受講にあたっての注意点) 資格取得に係るこの科目の位置づけ			
第2回目	骨学① (脊柱・胸郭・頭蓋)			
第3回目	骨学② (上肢・下肢) と関節			
第4回目	筋学 (頭部・頸部・胸部・腹部・背部・上肢・下肢) と靭帯学			
第5回目	神経系 (末梢神経系・中枢神経系)			
第6回目	バイオメカニクスと物理学の基礎			

第7回目	歩行・走動作のバイオメカニクス	
第8回目	跳動作・投動作のバイオメカニクス 前半小テスト	
第9回目	運動と筋肉①（筋の収縮・筋収縮のためのエネルギー供給過程）	
第10回目	運動と筋肉②（筋線維の種類・筋肉の変化）	
第11回目	運動と呼吸①（ガス交換・酸素運搬）	
第12回目	運動と呼吸②（エネルギー代謝）	
第13回目	運動と循環（心臓の働き・心拍出量）	
第14回目	運動と体温調節 後半小テスト	
第15回目	運動と栄養	
成績評価の方法と基準		
評価の領域	割合	評価の基準
授業参加態度	50%	S評価は私語なく講義に集中し配布資料に必要事項を書き込んでいること、また対して簡潔・的確な内容で回答していること。
レポート		
調査報告書		
小テスト	50%	語句選択・○×式・語句記入・計算問題などを混ぜて出題する（2回）
試験		
発表内容（態度含む）		
その他		
教科書と参考図書		
教科書： 「健康運動実践指導者 養成用テキスト」（健康体力づくり事業財団） 参考図書： 「解剖学」（文光堂） 「目で見える動きの解剖学」（大修館書店） 「運動生理学」（東京教学社） 「入門運動生理学」（杏林書院）		
履修上の留意点・ルール		
・教室への飲食物不可と携帯電話の厳禁		