

授業科目区分	授業科目名	授業方法	単位	時間	関連の深い授業科目
専門	スポーツ科学	講義	2	30	トレーニング科学 コンディショニング
学科・学年	担当教員名	科目関連 実務経歴	実務経歴・分野・授業科目との関連等		
AT学科 1年生	松家 弘卓	☐ 有 ☒ 無			
授 業 目 標 *詳細な目標は、授業の冒頭で提示					
体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要なスポーツ科学の 応用的知識(トレーニング科学、運動学習、発育発達、性差、時間生物学、環境による生理学的変化など)について 説明することができ、スポーツ外傷・障害予防を目的とした動きづくりのためのコンディショニング計画と実践に活用できる。 また、スポーツ科学の基礎的・応用的知識を、スポーツ現場における健康管理の計画と実践に活用できる。					
この授業の概要、助言、学習支援の方法 など					
体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要な、スポーツ科学の応用的知識を理解すること、 および応用的知識を、競技特性や目的に応じた体力・運動能力向上、スポーツ外傷・障害予防、健康管理の計画と 実践に活用できるようになることをねらいとする。					
教科書・参考書					
リファレンスブック スポーツ科学概論					
受講時留意点、その他					
【 全科目受講時共通事項 】※詳細は学生便覧受講における遵守事項参照 ● 病気その他止むを得ない事由以外での欠席はしないこと。 ● 授業開始5分前には所定教室で待機し、指定された席で授業を受講すること。 ● 授業中は私語、および授業内容に関係のない行為は自粛すること。 ● 授業中の電子機器の使用は禁止する。但し、担当教員から許可を得た場合はこの限りではない。 ● 当番は授業前後の準備、整理を行うこと。教室、実習室の整理整頓、採光、換気、節電に努めること。 ※注意 授業開始時間後の入室は職員室にて「授業開始後入室における聴講申請書」を記入し、記入した用紙を担当講師に 手渡して下さい。授業の聴講は許可しますが、出席簿は「欠席」扱いとなります。(公共交通機関遅延により遅延証明書が ある場合のみ出席とみなします)。					
成績評価方法					
評価 方法	評価 割合 (%)	具体的な評価の方法、観点 など			
定期 試験	100	定期試験			
その他					
(合計)	100				

回数	開講 予定日	テーマ、内容、キーワード 教科書、配布資料	授業日誌	開講日	担当教員 (備考)
1		オリエンテーション コンディショニングの基礎		/	
2		トレーニング各論①		/	
3		トレーニング各論②		/	
4		運動抑制・運動学習		/	
5		発育発達 加齢学 性差		/	
6		時間生物学		/	
7		環境による生理学的変化①		/	
8		環境による生理学的変化②		/	
9		健康管理への具体的実践例①		/	
10		健康管理への具体的実践例②		/	

回数	開講 予定日	テーマ、内容、キーワード 教科書、配布資料	授業日誌	開講日	担当教員 (備考)
11		健康管理への具体的実践例③		/	
12		競技種目別の具体的実践例①		/	
13		競技種目別の具体的実践例②		/	
14		競技種目別の具体的実践例③		/	
15		定期試験		/	