

2024 年度 授業計画(シラバス)

学 科		医療福祉総合学科(健康リハビリ専攻)		科 目 区 分		専門分野		授業の方法		講義	
学 目 名		スポーツ医学		必修/選択の別		選択		授業時数(単位数)		30 (2) 時間(単位)	
対 象 学 年		2年		学期及び曜時限		前期		教室名		観察室	
担 当 教 員		坂内 徳明		実務経験とその関連資格		病院やスポーツ現場、フィットネスの現場で様々なクライアントを担当した実務経験有り。 関連資格:理学療法士/PHI Pilates Comprehensive Instructor/NESTA-PFT					
《授業科目における学習内容》											
運動やスポーツにおける救急疾患や外科的損傷の病態を理解し、スポーツ選手をサポートしていくために必要な基礎知識を習得して、発生時の対応や予防を理解することができる。											
《成績評価の方法と基準》											
期末試験、定期試験合わせて(100%)											
《使用教材(教科書)及び参考図書》											
藤本 繁夫/大久保 衛『新スポーツ医学 やさしいスチューデントトレーナーシリーズ 4』嵯峨野書院 健康運動実践指導者養成用テキスト/配布資料											
《授業外における学習方法》											
教科書、配布資料を中心とした授業の予習・復習を行い、対象別の運動の実際について自主的に調査して問題例を把握し、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》											
スポーツ医学を理解するには学問的側面のみならず、様々な視点での考え方/知識が必要になってくるので、解剖学・運動学・生理学の知識を確認しながら授業に取り組みましょう。											
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	スポーツ医学の概要を理解することができる。					教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)		
		各コマにおける授業予定	第1章 スポーツ医学とは								
第2回	講義形式	授業を通じての到達目標	健康の概念や体力について理解することができる。					教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)		
		各コマにおける授業予定	第2章 スポーツと健康								
第3回	講義形式	授業を通じての到達目標	メディカルチェックと健康管理について理解することができる。					教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)		
		各コマにおける授業予定	第3章 スポーツ選手の健康管理								
第4回	講義形式	授業を通じての到達目標	熱中症、高所でのスポーツ、水中でのスポーツについて理解する。					教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)		
		各コマにおける授業予定	第4章 特殊環境下でのスポーツ障害とその予防								
第5回	講義形式	授業を通じての到達目標	スポーツ選手に多い病気について理解することができる。					教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)		
		各コマにおける授業予定	第5章 スポーツ選手に起こりやすい病気と内科的障害								
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	スポーツ選手に多い、上肢の運動器疾患について理解を深める。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第6章 スポーツ選手に起こりやすい運動器の外傷・障害①		
第7回	講義形式	各コマにおける授業予定	スポーツ選手に多い、下肢の運動器疾患について理解を深める。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第6章 スポーツ選手に起こりやすい運動器の外傷・障害②		
第8回	講義形式	授業を通じての到達目標	スポーツ選手のリハビリとパラスポーツについて理解を深める。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第7章 スポーツ外傷・障害後のリハビリテーション/パラスポーツ		
第9回	講義形式	授業を通じての到達目標	生活習慣病とスポーツの関連性について理解することができる。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第8章 生活習慣とスポーツ①		
第10回	講義形式	授業を通じての到達目標	生活習慣病とスポーツの関連性について理解することができる。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第8章 生活習慣とスポーツ②		
第11回	講義形式	授業を通じての到達目標	スポーツ選手のコンディショニングについて理解を深める。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第9章 コンディショニング		
第12回	講義形式	授業を通じての到達目標	国内・国外遠征の際に知っておくべきポイント/知識を理解する。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第10章 遠征でのスポーツ医学		
第13回	講義形式	授業を通じての到達目標	嗜好品やアンチドーピングについて理解を深める。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第11章 スポーツと嗜好品、サプリメント、薬物		
第14回	講義形式	授業を通じての到達目標	救急処置の基礎知識を理解することができる。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第12章 救急処置		
第15回	講義形式	授業を通じての到達目標	これまでの授業内容を振り返り、各章におけるポイントや重要な箇所を整理することができる。	教科書 配布資料	【事前学習】 教科書を読んで予習しておく(30分) 【事後学習】 授業で学んだことを教科書や配布資料で復習する(30分)
		各コマにおける授業予定	第1回～第14回の授業内容を復習し、要点を再確認する。		