

2023 年度 授業計画(シラバス)

学 科			理学療法士学科	科 目 区 分	基礎分野	授業の方法	講義演習
科 目 名			健康スポーツ科学Ⅰ	必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	15 (1) 時間(単位)
対 象 学 年			1年	学期及び曜時限	前期	教室名	301 他
担 当 教 員			神田一路	実務経験と その関連資格	回復期病院、地域にて理学療法士として勤務。中枢神経疾患など多岐にわたる疾患を経験。 実習指導者としても経験あり。認定理学療法士(脳卒中)を所持。		
《授業科目における学習内容》							
運動生理学的観点から、身体運動のメカニズム、テーピングや栄養指導などの知識・技術を学ぶ。							
《成績評価の方法と基準》							
出席、小テスト、課題の提出、筆記試験で総合的に評価する。							
《使用教材(教科書)及び参考図書》							
講義は配付資料をもとに進める。 【教科書】「ステップアップ心理学シリーズ 心理学入門 こころを科学する10のアプローチ」 講談社 【参考図書】「言語聴覚士のための心理学」 医歯薬出版							
《授業外における学習方法》							
事前に指定テキストを読んでおく。授業後確認作業をしておく。							
《履修に当たっての留意点》							
授業中に口頭試問等を行う。テキストを持ってくること。							
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	スポーツにおける健康管理やスポーツ文化について説明できる			テキスト	健康とは、健康維持に必要な活動量についてのテキストの箇所を読んでおく。
		各コマに おける 授業予定	スポーツ医学・スポーツ社会学				
第 2 回	演 習 形 式	授業を 通じての 到達目標	セルフストレッチングやストレッチング指導ができる			テキスト	身体組織と体脂肪についてのテキストの箇所を読んでおく。
		各コマに おける 授業予定	コンディショニング				
第 3 回	講 義 形 式	授業を 通じての 到達目標	身体機能とトレーニングについて説明できる			テキスト	肥満の種類と測定実習についてのテキストの箇所を読んでおく。
		各コマに おける 授業予定	スポーツ指導論、スポーツ生理学				
第 4 回	演 習 形 式	授業を 通じての 到達目標	足関節障害に応じたテーピングを施すことができる 膝関節障害に応じたテーピングを施すことができる			テキスト	ダイエットにおける食事と運動の意義・エネルギー消費量の評価についてのテキストの箇所を読んでおく。
		各コマに おける 授業予定	テーピング(足関節)・テーピング(膝関節)				
第 5 回	講 義 形 式	授業を 通じての 到達目標	運動学習・動機付け、集団やこころの健康について説明できる 栄養と運動・エネルギー・水分補給の必要性について説明できる			テキスト	体力測定についてのテキストの箇所を読んでおく。
		各コマに おける 授業予定	スポーツ心理学・スポーツ栄養学				

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	演 習 形 式	授業を 通じての 到達目標	今まで学んだ内容をもとに、運動の実践ができるようになる。	テキスト	今まで学んだ内容のテキストの箇所を読んでおく。
		各コマに おける 授業予定	運動の実践		
第 7 回	演 習 形 式	授業を 通じての 到達目標	今まで学んだ内容をもとに、運動の実践ができるようになる。	テキスト	今まで学んだ内容のテキストの箇所を読んでおく。
		各コマに おける 授業予定	運動の実践		
第 8 回	演 習 形 式	授業を 通じての 到達目標	今まで学んだ内容をもとに、運動の実践ができるようになる。	テキスト	今まで学んだ内容のテキストの箇所を読んでおく。
		各コマに おける 授業予定	運動の実践		