

愛知東邦大学 シラバス

開講年度(Year)	2020年度	開講期(Semester)	後期
授業科目名(Course name)	【併用】スポーツ医学		
担当者(Instructors)	谷村 祐子	配当年次(Dividend year)	2
単位数(Credits)	2	必修・選択(Required / selection)	選択

■授業の目的と概要(Course purpose/outline)
アスリートの競技力向上のため自己管理能力を高めることは重要であり、自己管理するためには自分自身の健康や傷害、またそのケアに対して学ぶ必要がある。本講義では自己管理能力向上についてと、スポーツ傷害に対して発生要因から問題点を捉え、それらに対するの予防（リコンディショニングとコンディショニング）とアスレチックリハビリテーションを中心とした競技復帰までを学ぶ。また、高齢者や子どものスポーツ活動に伴う傷害も取り上げる。

■ 授業形態・授業の方法(Class form)	
授業形態(Class form)	講義
授業の方法(Class method)	講義形式で授業を行う。

■各回のテーマとその内容(Each theme and its contents)			
回数(Num)	テーマ(Theme)	内容(Contents)	メディア区分(Media)
第1回	オリエンテーション（この講義の目標）、スポーツと健康 1（喫煙とスポーツ）	喫煙がスポーツに与える弊害について理解する	☐
第2回	スポーツと健康 2（スポーツ医学概論）	スポーツ医学に関する用語や測定法について理解する	☐
第3回	スポーツ活動中に多い怪我や病気（内科的、外科的、種目による違い等）	健康スポーツにおける障害・疾患についての知識を得る	☐
第4回	アスリートの健康管理（メディカルチェック、コンディショニングチェック等）	アスリートの健康管理の方法についての手順や評価法について理解する	☐
第5回	アスリートの内科的障害と対策 1	アスリートの内科的疾患（貧血、喘息など）とその対策法について知識を得る	☐
第6回	アスリートの内科的障害と対策 2	アスリートの内科的疾患（肥満、糖尿病）とその対策法について知識を得る	☐
第7回	アスリートの外傷・障害の対策 1	アスリートの外科的障害（捻挫、肉ばなれなど）とその対策法について知識を得る	☐
第8回	アスリートの外傷・障害の対策 2	アスリートの外科的障害（オスグット病、野球肘、シンスプリント）とその対策法について知識を得る	☐
第9回	アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画	アスリートの障害発生からリハビリテーション、トレーニング、競技復帰までの例を挙げて理解する	☐
第10回	スポーツによる精神障害と対策（気分障害、食行動異常等）	スポーツが精神に及ぼす役割についての知識を得る	☐
第11回	特殊環境下での対応（暑熱対策、寒冷対策、高地対策等）	特殊環境における生理・生化学的な変化を理解しその対策を考える	☐
第12回	ドーピング	ドーピングについての問題点とドーピング検査の実際について知る	☐
第13回	コンディショニングの理論と手法 1（ストレッチ、テーピング）	ストレッチとテーピングについての役割を理解する	☐
第14回	コンディショニングの理論と手法 2（アイシング、スポーツマッサージ）	アイシング、スポーツマッサージについての役割を理解する	☐
第15回	まとめ	全体のまとめ	☐

■授業時間外学習（予習・復習）の内容(Preparation/review details)

事前学習：シラバスやハンドアウトでわからない用語等、また関連した解剖学・生理学に関する知識は、関連書籍やインターネットで調べる
こと（2時間程度） 事後学習：授業でわからないことに関しては、調べてまとめておくこと。また、クラウド上で提示されている「確認問
題」を解いておくこと（2時間程度）

■課題とフィードバックの方法(Assignments/feedback)

授業中に行った課題の解答は、間違いやすい点などの解説を交えて提示、クラウド上で閲覧することができる

■授業の到達目標と評価基準(Course goals)

区分(Division)	DP区分(DP division)	内容(DP contents)
知識・技能	◆ 2019人間健康DP1	スポーツ障害・疾患を理解し、競技力向上、健康管理、救急措置、リハビリ等に役立つ医学的知識を身につけることができる

■成績評価(Evaluation method)

筆記試験(Written exam)	実技試験(Practical exam)	レポート試験(Report exam)	授業内試験 (in-class exam)	その他(Other)
0%	0%	0%	60%	40%

授業内試験等(具体的内容)(Specific contents)

平常評価は毎回の確認テスト及びノートの提出とする。
その他は小テストを2回実施する。

■テキスト(Textbooks)

No. (No.)	テキスト名など(Text name)	ISBN(ISBN)
1	一般社団法人日本スポーツ医学検定機構. スポーツ医学検定 公式テキスト1 級. 東洋館出版社.	978-4491036144
2	一般社団法人日本スポーツ医学検定機構. スポーツ医学検定 公式テキスト. 東洋館出版社.	978-4491032979
3		
4		
5		

■参考図書(references books)

No. (No.)	テキスト名など(Text name)	ISBN(ISBN)
1	小出誠一、福林徹、河野一郎 編集. スポーツ指導者のためのスポーツ医学. 南江堂.	978-4524240340
2	目崎登. スポーツ医学入門. 文光堂.	978-4830651533
3	赤間高雄 編. スポーツ医学（内科）. 化学同人.	978-4759817058
4	日本体育協会指導者育成専門委員会スポーツドクター部会（監修）. スポーツ医学研修ハンドブック基礎科目、スポーツ医学研修ハンドブック応用科目. 文光堂	978-4830651588
5	日本体育協会指導者育成専門委員会スポーツドクター部会（監修）. スポーツ医学研修ハンドブック応用科目. 文光堂	978-4830651595