

# 愛知東邦大学 シラバス

|                    |        |                             |    |
|--------------------|--------|-----------------------------|----|
| 開講年度(Year)         | 2024年度 | 開講期(Semester)               | 後期 |
| 授業科目名(Course name) | スポーツ医学 |                             |    |
| 担当者(Instructors)   | 萩原 麻耶  | 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に自己管理機能を高めることは重要であり、自己管理の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、スポーツ傷害に対して発生要因から問題点を捉え、それらに対する予防とアスレティ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。

## ■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。授業の内容に応じてディスカッションやグループワークを取り入れる。 |

## ■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(授業の概要説明)、スポーツ医学に関する用語について学ぶ  | 授業の進め方と概要について説明する。スポーツ医学に関連する専門用語について学習する。       | <input type="checkbox"/> |
| 第2回     | スポーツ医学総論                               | スポーツ医学に関連する職業や、スポーツ医学の役割、実際のスポーツ現場の現状について学習する。   | <input type="checkbox"/> |
| 第3回     | 特殊環境で起こる障害について(暑熱対策、寒冷対策、高地対策など)       | 特殊環境下における身体の生理・生化学的な変化を理解し、その対策について学習する。         | <input type="checkbox"/> |
| 第4回     | スポーツによる精神障害と対策(1) 気分障害、オーバートレーニング症候群など | スポーツが精神に及ぼす役割や影響や対策について学習する。                     | <input type="checkbox"/> |
| 第5回     | スポーツによる精神障害と対策(2) 食行動異常                | 食行動異常について理解し、スポーツ選手にどのような影響を与えているか、その対策について学習する。 | <input type="checkbox"/> |
| 第6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障害(貧血、喘息など)とその対応策について学習する。              | <input type="checkbox"/> |
| 第7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障害(肥満、糖尿病など)とその対策について学習する。              | <input type="checkbox"/> |
| 第8回     | アスリートの外傷・障害(1) 下肢①                     | アスリートの外傷・障害(足関節・下腿)とその対策について学習する。                | <input type="checkbox"/> |
| 第9回     | アスリートの外傷・障害(2) 下肢②                     | アスリートの外傷・障害(膝関節・大腿部)とその対策について学習する。               | <input type="checkbox"/> |
| 第10回    | アスリートの外傷・障害(3) 上肢①                     | アスリートの外傷・障害(肩関節)とその対策について学習する。                   | <input type="checkbox"/> |
| 第11回    | アスリートの外傷・障害(4) 上肢②                     | アスリートの外傷・障害(上肢)とその対策について学習する。                    | <input type="checkbox"/> |
| 第12回    | アスリートの外傷・障害(5) 体幹                      | アスリートの外傷・障害(体幹)とその対策について学習する。                    | <input type="checkbox"/> |
| 第13回    | コンディショニングの理論と手法                        | スポーツ現場で行われているコンディショニング方法について学習する。                | <input type="checkbox"/> |
| 第14回    | ドーピング                                  | ドーピングの問題点とドーピング検査の実際について学習する。                    | <input type="checkbox"/> |
| 第15回    | まとめ                                    | 学習内容の振り返りを行う。                                    | <input type="checkbox"/> |

## ■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等で分からない用語や関連する解剖学や生理学に関する用語を調べておく(2時間程度)。【事後学習】授業内容のまとめと分からなかった部分について積極的に調べておく(2時間程度)。

**■課題とフィードバックの方法(Assignments/feedback)**

随時、質問・相談を受け付ける。

**■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     | スポーツ外傷・障害、疾患について理解し、救急処置、健康管理、競技力向上、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) |
|--------------------|----------------------|---------------------|-----------------------|------------|
|                    |                      |                     | 50%                   | 50%        |

**授業内試験等(具体的内容)(Specific contents)**授業内試験：筆記テスト (50%)  
その他：授業内レポート課題 (50%)**■テキスト(Textbooks)**

| No. (No.) | テキスト名など(Text name) | ISBN(ISBN) |
|-----------|--------------------|------------|
| 1         | なし                 |            |
| 2         |                    |            |
| 3         |                    |            |
| 4         |                    |            |
| 5         |                    |            |

**■参考図書(references books)**

| No. (No.) | テキスト名など(Text name)                                  | ISBN(ISBN)        |
|-----------|---|-------------------|
| 1         | 赤間高雄 編. スポーツ医学 (内科). 化学同人                           | 978-4-7598-1705-8 |
| 2         | 公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第3巻 スポーツ外傷・障害の基礎知識. 日本スポーツ協会 |                   |
| 3         |   |                   |
| 4         |   |                   |
| 5         |   |                   |