

2017年度 体育学研究科(体育学専攻) 博士前期(修士)課程シラバス

科目名(副題)	開講年次(セメ)	授業形態	単位	担当者名
スポーツ健康学研究	1・2年次秋学期 (2・4セメスター)	講義 ※演習含む	2	清水 卓也
<b>授業概要</b>				
<p>一般的な健康の問題と体幹・上肢のスポーツ傷害を扱う。比較的 up-to-date な内容で、成書に記載されていない内容も盛り込む。運動器障害については、その病態生理を解説し、病態生理と結びつけた具体的な傷害の評価を演習としておこなう。また理解を助けるために、演習形式でも解説をおこなう。</p>				
<b>授業目標(到達目標)</b>				
<p>健康やスポーツに対する情報が、科学的に妥当であるか否かを根拠を持って説明できるようになる。運動器傷害について、具体的に評価し、ある程度説明できる。</p>				
<b>成績評価方法・基準</b>				
<p>授業内のテーマに関する討議の発言内容とセメスター内の授業で作成したレポート内容の講義理解度を採点対象とする。</p>				
<b>教科書・教材・参考文献 等</b>				
<p>特になし。</p>				
<b>授業計画</b>				
	<b>項目・内容</b>			
1	総論:スポーツ健康科学に関する基本的知識、背景			
2	熱中症:環境温度に対する生理的な反応から熱中症を概観する			
3	老化と幹細胞:老化とは細胞生物学的にはどのような病態かを解説。			
4	食物と健康:食物はエネルギーや体の構成体となるが、それ以外の健康に対する影響を解説。			
5	頭部外傷:柔道などで生じている脳震盪などの病態から、その対応を解説。			
6	外傷急性期への対応:外傷による炎症の病態から、外傷の初期処置はいかにすべきかを解説。			
7	腱障害:従来「腱炎」と言われていた傷害の病態から、適切な治療法を考える。			
8	筋損傷:肉ばなれの病態と筋の形態的特徴や神経コントロールの問題を関連付けて解説。			
9	上肢の神経障害:頸椎障害、胸郭出口症候群、肘部管症候群などの病態と治療。			
10	肩関節の傷害:基本的な肩関節の構築と、運動から傷害の病因を解説。			
11	肩関節における投球傷害:オーバーヘッド動作等による地面反力の伝え方の問題から病態を解説。			
12	体幹のスポーツ傷害:体幹の分節的安定化機構の概念からの病態と治療の解説。			
13	体幹の安定化と鼠径部痛症候群:実際に演習形式で体幹の安定化機構を体験し、その問題点を解説。			
14	Functional Movement System:評価法を解説し、一部のcorrective exerciseを提示。			
15	Dynamic NeuroMuscular Stabilization:その概念を説明し、演習もおこなう。			
<b>履修者へのコメント・学習課題(事前事後学習)</b>				
<p>「スポーツ医学研究」合わせて履修することが望ましい。ある程度の体幹、肩関節に関する解剖学的知識を整理しておくこと。</p>				