

科目	スポーツ医学論	担当	鈴木 健司	履修学年	1年
時間数	90分×時限×16回(週1回)	履修区分	選択	単位数	2単位

**【授業目標・到達目標】**

最近、健康の保持増進への意識の高まりから、スポーツ人口が増加傾向にある。しかし、スポーツ活動によるさまざまな事故や傷害が急増している。その多くが人体の機能・構造、疾病に関する基本的な知識の欠如が原因になっている。本講義では、人体の機能・構造とスポーツの関連、スポーツと各種の疾患、スポーツ中によく見られる事故、およびその処置などについて、スポーツクラブの指導者、医療関連事務職員またはスポーツクラブ経営・管理者として理解することを目標とする。

**【履修注意】**

本講義は、スポーツ指導者養成の講義である。また、教職「保健体育コース」必修科目である。全出席のこと。運動スポーツ生理学を履修し、内容を復習しておくこと。

**【評価方法】**

試験を実施し、60点以上を合格とする。また、レポート課題を実施し評価の対象とする(試験で60点以上の者)。

**【試験について】**

レポート課題をすべて提出した者に対して、学期末に筆記試験を行う。  
再試験対象者の条件:再試験は実施しない。

**【予習・復習】**

毎回、復習のテーマを示す。テーマに関して復習を中心に学習すること。また、身体の仕組みに関する内容として、運動スポーツ生理学の内容も復習すること。

**【教科書】**

書籍名:スポーツ指導者のためのスポーツ医学 著者:小出清一、福林 徹、河野一郎 編集 出版社:南江堂

**【参考書】**

**【その他の注意事項】**

**【授業計画・内容】**

回数	項目	内容
1	メディカルチェック	内科学的・整形外科的メディカルチェックとその対応
2	健康維持・疾患と運動処方	健康維持・増進と運動、疾患予防の運動処方について
3	内科的障害と対策	アスリートの内科的障害と対策
4	外科系疾患・スポーツ外傷	出血性ショック、肉離れ、骨折、スポーツによる外傷とその予防
5	スポーツ障害	スポーツ種目・年齢と特性、スポーツによる障害とその予防
6	スポーツ外傷・障害各論1	上肢の機能解剖と上肢のスポーツ外傷
7	スポーツ外傷・障害各論2	下肢の機能解剖と下肢のスポーツ外傷
8	スポーツ外傷・障害各論3	脊椎の機能解剖と脊椎のスポーツ外傷
9	リハビリテーションとトレーニング計画	スポーツ外傷のリハビリテーションと外傷性病後のトレーニング計画
10	スポーツアクシデントの対応	救急処置・応急処置・RICEの理論と方法
11	テーピング・マッサージ概論	テーピングとマッサージの理論と方法
12	発育発達とスポーツ	発育発達に関するスポーツの特性
13	中高年者のスポーツ医学	中高年者のスポーツにおける特性
14	女性のスポーツ	女性のスポーツにおける特性
15	スポーツと精神障害	スポーツにおける精神障害と対策
16	期末試験	15コマの復習・確認・総まとめ