

2	①授業テーマ 競技復帰に向けた競技力向上のためのエクササイズやトレーニング（運動療法）の応用知識① ②授業概要 ケガ・故障の発生機序を限りなく精緻な手段を利用した方法論から捉え、動作の再習得を競技復帰のための競技力向上の目的と位置づけ、競技力向上におけるエクササイズの目的や筋力の回復の過程、筋力増強エクササイズの応用知識の整理を行います（DP-3）。また、ケガや傷害からの回復動機や神経筋協調性に対する基礎知識と具体的なエクササイズについて、競技スポーツでの競技復帰までのプログラムを計画できるよう学修します（DP-3）。 ③予習（１２０分）その基礎資料の収集と知識の整理を目的に、学部で学修した予備的知識として特に重要とされる筋や関節、さらに機能解剖学について１つに置き換え、必要な知識を整理しておくこと。常に研究課題を意識し、授業内では最新の論文を確認し、議論を意識した授業参加を心がけるようにする。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
3	①授業テーマ 競技復帰に向けた競技力向上のためのエクササイズやトレーニング（運動療法）の応用知識② ②授業概要 ケガ・故障の発生機序を限りなく精緻な手段を利用した方法論から捉え、動作の再習得を競技復帰のための競技力向上の目的と位置づけ、全身体質の向上の応用知識の整理を行います（DP-3）。特に、気分や抑うつなど自律神経系の機能を意識し、心拍変動の変化を例えて、身体組成（体脂肪や筋）と、競技復帰のための競技力向上によるデコンデショニングからその管理について学修します。再発予防には、ケガ・故障の概念や外傷予防のためのためのエクササイズのプログラムを計画することができるようになることを目指します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーション（DP-2）。 ③予習（１２０分）その基礎資料の収集と知識の整理を目的に、学部で学修した予備的知識として特に重要とされる呼吸・循環器系筋のスポーツ生理学に競技スポーツに置き換え、必要な知識を整理しておくこと。常に研究課題を意識し、授業内では最新の論文を確認し、議論を意識した授業参加を心がけるようにする。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
4	①授業テーマ 物理療法と補装具の使用に関する応用知識と最新情報① ②授業概要 ケガ・故障の発生機序を限りなく精緻な手段を利用した方法論から捉え、動作の再習得を競技復帰のための競技力向上の目的と位置づけ、物理療法について学修し、特に温熱や寒冷療法の生理学的な機序を理解します。特に寒冷療法の概念は温度受容器（TRAP）の発見により注目を浴びていることも理解を深めておきます。また、他の電気療法（電気刺激療法や超音波療法）についても生体への影響について理解を深めること（DP-3）。ケガや傷害に使用することで生体にどのような影響があるのか、その有効性も含め自身で考えリスク管理の醸成について意識する（DP-3）。自身の研究課題につながるプレゼンテーションを実施します（DP-2）。 ③予習（１２０分）その基礎資料の収集と知識の整理を目的に、学部で学修した予備的知識として特に重要とされるアスレチックリハビリテーション演習や電気療法について、実技を含め、理解しておくこと。常に研究課題を意識し、授業内では最新の論文を確認し、議論を意識した授業参加を心がけるようにする。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
5	①授業テーマ 物理療法と補装具の使用に関する応用知識と最新情報② ②授業概要 ケガ・故障の発生機序を限りなく精緻な手段を利用した方法論から捉え、動作の再習得を競技復帰のための競技力向上の目的と位置づけ、物理療法について学修し、ケガ・故障によってはその修復過程において、補助手段が用いられることから、特に鍼・灸・マッサージなどは伝統的な治療手段の応用解します。また、補装具や装具は障害者スポーツの普及から注目を浴びていることもあり、最新の義足事情の理解とその機序について、使用者がその適応の適切な身体機能について理解する。テーピングの効能なども含めその理解度を高めます（DP-3）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることからして自身の競技特性を含め、より高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を意識します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施します（DP-2）。 ③予習（１２０分）その基礎資料の収集と知識の整理を目的に、学部で学修した予備的知識として特に重要とされるアスレチックリハビリテーション演習や代替療法を実技を含め、理解しておくこと。常に研究課題を意識し、授業内では最新の論文を確認し、議論を意識した授業参加を心がけるようにすること、特徴を知り、性・年代によって、物理的刺激が生体に及ぼす影響について医学的知識も整理しておくこと。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
6	①授業テーマ 競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践と考察（体幹） ②授業概要 担当者の実務経験を踏まえて、ケガや故障の中で頸椎捻挫や腰部疾患に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践の検証をします（DP-3）。体幹のケガや故障に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングからリスク管理に基づき、その動作学的解析や生理学的機序を考察します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施します（DP-2）。 ③予習（１２０分）頸椎捻挫や腰部疾患の病態の理解と競技復帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
7	①授業テーマ 競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践と考察（上肢）-① ②授業概要 担当者の実務経験を踏まえて、ケガや故障の中で肩関節前方脱臼や投球障害肩に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの検証をします（DP-3）。上肢のケガや故障に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングからリスク管理に基づき、その動作学的解析や生理学的効果を考察します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施します（DP-2）。 ③予習（１２０分）肩関節前方脱臼や投球障害肩の病態の理解と競技復帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
8	①授業テーマ 競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践とその考え方（上肢）-② ②授業概要 担当者の実務経験を踏まえて、ケガや故障の中で外傷性肘MCL（内側側副靱帯）損傷や手関節捻挫などに対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践の検証をします（DP-3）。上肢のケガや故障に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングからリスク管理に基づき、その動作学的機序からその効果を考察します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施するします（DP-2）。 ③予習（１２０分）外傷性肘MCL（内側側副靱帯）損傷や手関節捻挫などの病態の理解と競技復帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
9	①授業テーマ 競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践とその考え方（下肢）-① ②授業概要 担当者の実務経験を踏まえて、ケガや故障の中で足関節捻挫や膝内側側副靱帯損傷などに対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの検証をします（DP-3）。下肢のケガや故障に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングからリスク管理に基づき、その動作学的解析やその効果を考察します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施します（DP-2）。 ③予習（１２０分）足関節捻挫や膝内側側副靱帯損傷などの病態の理解と競技復帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
10	①授業テーマ 競技復帰のための競技力向上によるプログラミングの実践と考察（下肢）-② ②授業概要 担当者の実務経験を踏まえて、ケガや故障の中で膝前十字靱帯損傷や大腿屈筋群肉離れなどに対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践の検証をします（DP-3）。下肢のケガや故障に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングからリスク管理に基づき、その動作学的機序からその効果を考察します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施します（DP-2）。 ③予習（１２０分）膝前十字靱帯損傷や大腿屈筋群肉離れなどの病態の理解と競技復帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思索し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションの学修する。
11	①授業テーマ 競技復帰のための競技力向上によるプログラミングの実践と考察（下肢）-③ ②授業概要 担当者の実務経験を踏まえて、ケガや故障の中で扁平足（へんぺいそく）障害や脛骨疲労骨折などに対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践の検証をします（DP-3）。下肢のケガや故障に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングからリスク管理に基づき、その動作学的機序からその効果を考察します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施します（DP-2）。 ③予習（１２０分）扁平足（へんぺいそく）障害や脛骨疲労骨折などの病態の理解と競技復帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。

	④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思案し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションを学修する。
12	①授業テーマ 競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングの実践と考察（下肢）-④ ②授業概要 担当者の実務経験を踏まえて、ケガや故障の中で腱炎や膝蓋（しつがい）大腿関節障害などに対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラ実践の検証をします（DP-3）。下肢のケガや故障に対する競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングからリスク管理に基づき、その動作学的解序からその効果を考察します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施します（DP-2）。 ③予習（１２０分）腱炎や膝蓋（しつがい）大腿関節障害などの病態の理解と競技復帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思案し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションを学修する。
13	①授業テーマ 競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラムを利用したスポーツリハビリテーションの考察 ②授業概要 メタボリック・シンドローム（内臓脂肪型症候群）による糖代謝と骨格筋の関係や高齢者の介護予防を目的としたスポーツ活動、ウィメンズ（含む）とスポーツ活動によるBone Health（骨健康）、学童期（児童・生徒）やそれぞれに対するスポーツが成長期に与える影響について種々の実践活動、解します（DP-3）。特に性・年代別の身体的な特徴とされる動作の学習を考察し、スポーツサポートに必要な機能評価としての動作学的解析や生理学的評から普段のトレーニングや疾病予防のためのスポーツ・身体活動について考察します（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを（DP-2）。 ③予習（１２０分）メタボリック・シンドローム（内臓脂肪型症候群）による糖代謝と骨格筋の関係や高齢者の介護予防を目的としたスポーツ活動、ウィ（妊婦も含む）とスポーツ活動によるBone Health（骨健康）、学童期（児童・生徒）やそれぞれに対するスポーツが成長期に与える影響について、病態の帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。また、競技復帰に向けた競技力向上のためのプログラミングについて、を理解しまとめてくること。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思案し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションを学修する。
14	①授業テーマ 競技種目特性に基づいた競技復帰に向けた競技力向上のプログラミングとスポーツリハビリテーションの考察 ②授業概要 競技復帰に向けた競技力向上のために競技や種目特性の概要を理解し、競技種目における動作学的特徴と計測や評価技術から、研究課題を導けるようにします（DP-3）。また、自身が専門とする競技スポーツに置き換え、特徴的な動作種目（動作学的特徴）に焦点を当て、必要な体力特性や要素や評価技術を検討できることが求められます。特にケガや故障を想定し、必要な競技復帰に向けた競技力向上のプログラミングとして、トレーニング要素や評価のための研究実施計画を立てることができるが求められます（DP-3）。自身の研究課題につながるショートプレゼンテーションを実施します（DP-3）。 ③予習（１２０分）多くの競技種目の中で特に特徴的な動作特性（動作学的特徴）や体力特性を計測や評価ができ、種々の競技スポーツに対応した競技力向上のための実践的な競技スポーツ活動をまとめること。また、そのための競技復帰に向けた競技力向上のために実践するプログラミングについてまとめること。 ④復習（１２０分）スポーツ科学総論１及びスポーツ科学研究法の進行に則り、自身の研究課題を思案し、特別研究Ⅰ・Ⅱなどで実施される予備実験や予資料にできるように授業回ごとにその観点をまとめること。常に、研究ノートを意識し、必要事項のメモや振り返りを行い、ショートプレゼンテーションを学修する。
15	①授業テーマ 講義全体（ケガ・故障後の動作の再習得と競技復帰にむけた競技力向上の考え方）を通じて、まとめと研究課題の設定に向けた研究計画書のプレゼンテーション ②授業概要 運動器の機能解剖、スポーツ活動によるケガや故障、それに伴う動作学的な計測や評価技術、さらに解析方法とスポーツリハビリテーションを通じて、競技復帰のための競技力向上のプログラミングの構築に対する知識が備わっていることを前提に、競技復帰に向けた競技力向上のために種々の計測技術やリスク管理に基づきプログラミングの実践から、競技スポーツの特性に基づいたプログラミングの解析から実践についての考察学びます（DP-3）。研究課題のプレゼンテーション実施し、研究計画の実施を実現可能性の高いものにします（DP-2）。 ③予習（１２０分）運動器の機能解剖、スポーツ活動によるケガや故障、それに伴う動作学的な計測や評価技術、さらに解析方法とスポーツリハビリテーションについて、競技復帰のための競技力向上のプログラミングの構築に関するプレゼンテーション資料としてまとめ、発表準備をしてくること。 ④復習（１２０分）プレゼンテーションによる発表内容を踏まえ、自身を取り上げた具体的なプログラミング（ケガや故障に対するケアなどその実施計画）に向けた競技力向上のためのプレゼンテーションの修正を行うこと。
関連科目	スポーツ科学総論１、スポーツ医学特論、運動生理学特論、スポーツバイオメカニクス特論
教科書	
参考書・参考URL	運動科学の基礎 アスリートのパフォーマンス向上のために G. カーメン（著）、Gary Kamen（原名）、足立 和隆（翻訳）西村書店 『骨格筋ハンドブック（原書第3版）機能解剖からエクササイズまで一目でわかる』野村 峰（監修）南江堂
連絡先・オフィスアワー	
研究比率	

