

《履修上の留意事項》面接授業と遠隔授業の併用

《担当者名》○山口明彦 井上恒志郎 福家健宗

【概要】

運動科学演習IIでは、運動科学演習Iで学んだ健康・体力づくりの理論を発展させ、自己の生活習慣を評価し改善策を立案するとともに、身体のケアとしてRICE処置、テーピング、心肺蘇生法、AED、止血法、気道異物除去法の技術を学ぶ。また、各種スポーツ活動の歴史、技術、体力的特性を理解し、安全に、楽しく、効果的に実践することで、健康および体力の維持増進を図り、生涯にわたってスポーツを実践するための基礎能力を養うとともに、スポーツを通してルールやマナー、社会性やコミュニケーション能力を身につける。

【学習目標】

日常生活活動を適切に評価し改善策を立案するとともに、身体のケアとしてRICE処置、テーピング、心肺蘇生法、止血法の技術を活用することができる。また、各種スポーツ活動の特性、技術、ルールやマナーを理解し、言語的・非言語的コミュニケーションを活用しながら、実践することができる。

1. 健康、体力、運動の関わりを説明できる。
2. 自己の生活習慣を評価し、今後の生活改善策を立案、説明できる。
3. テーピングの目的を理解し、活用できる。
4. RICE処置について説明できる。
5. 心肺蘇生法、AED、止血法、気道異物除去法の目的を理解し、活用できる。
6. 各種スポーツの特性および技術について説明できる。
7. 自己の技能を把握し、スポーツの技術的向上を図ることができる。
8. 各種スポーツのルールおよびマナーを理解し、実践できる。
9. 安全に、楽しく、効果的に運動を実践できる。
10. 思いやりや節度をもってチームプレイを実践できる。

【学習内容】

回	テーマ	授業内容および学習課題	担当者
1 { 2	ガイダンス 講義・演習 [運動と筋肉] / 実技 [球技]	運動科学演習IIの内容、日程を概説する。 ・授業はクラスを2グループに分け、講義・演習と実技の授業を交互に受講する。 講義・演習 [運動と筋肉] ・筋肉の構造を理解し、説明できる。 ・筋線維タイプとその特性を理解し、説明できる。 ・筋力と筋断面積、筋線維組成、筋線維の動員の関係を理解し、説明できる。 実技 [球技] ・テニスのスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・バドミントンのスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・卓球のスポーツ種目特性を理解し、実践できる。	山口明彦 井上恒志郎 福家健宗
3 { 4	講義・演習 [WEB救命講習] / 実技 [球技]	講義・演習 [WEB救命講習] ・救命の連鎖を理解し、説明できる。 ・応急手当の理論と技術を理解し、説明できる。 ・心肺蘇生法とAEDの使用法について理解し、説明できる。 実技 [球技] ・テニスのスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・バドミントンのスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・卓球のスポーツ種目特性を理解し、実践できる。	山口明彦 井上恒志郎 福家健宗
5 { 8	講義・演習 [普通救命講習] / 実技 [バドミントン・卓球]	講義・演習 [普通救命講習] ・応急手当の理論と技術を理解し、実践できる。 ・心肺蘇生法とAEDの使用法について理解し、実践できる。 ・止血法について理解し、実践できる。 ・気道異物除去法について理解し、実践できる。	A：山口明彦 B：井上恒志郎 C：福家健宗

回	テーマ	授業内容および学習課題	担当者
		実技 [バドミントン・卓球] バドミントン ・バドミントンのスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・ラケットの握り方を理解し、実践できる。 ・バドミントンの技術を理解し、実践できる。 ・バドミントンのゲームのルールやマナーを理解し、実践できる。 卓球 ・卓球のスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・ラケットの握り方を理解し、実践できる。 ・卓球の技術を理解し、実践できる。 ・卓球のゲームのルールやマナーを理解し、実践できる。	
9) 10	講義・演習 [テーピングの基礎] / 実技 [バドミントン・卓球]	テーピング ・テーピングの目的や効果を説明できる。 ・RICE処置について説明できる。 ・テーピングの技術を理解し、活用できる。 実技 [バドミントン・卓球] バドミントン ・バドミントンのスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・ラケットの握り方を理解し、実践できる。 ・バドミントンの技術を理解し、実践できる。 ・バドミントンのゲームのルールやマナーを理解し、実践できる。 卓球 ・卓球のスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・ラケットの握り方を理解し、実践できる。 ・卓球の技術を理解し、実践できる。 ・卓球のゲームのルールやマナーを理解し、実践できる。	山口明彦 井上恒志郎 福家健宗
11) 12	講義・演習 [生活・活動量] / 実技 [テーピングの応用]	講義・演習 [生活・活動量] ●生活活動、生活パターン、栄養について調査し、評価できる。 ●今後の生活改善策を理解し、説明できる。 実技 [テーピングの応用] ●テーピングの技術を理解し、実践できる ●テーピング目的、効果、技術を理解し、応用できる。	山口明彦 井上恒志郎 福家健宗
13) 14	講義・演習 [生活・活動量] / 実技 [バドミントン・卓球]	●身体活動、生活活動、運動に関する情報を理解し、説明できる。 ●栄養に関する情報を理解し、説明できる。 ●自己の生活習慣を評価し、今後の生活改善の具体策を立案できる。 実技 [バドミントン・卓球] バドミントン ・バドミントンのスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・ラケットの握り方を理解し、実践できる。 ・バドミントンの技術を理解し、実践できる。 ・バドミントンのゲームのルールやマナーを理解し、実践できる。 卓球 ・卓球のスポーツ種目特性を理解し、実践できる。 ・ラケットの握り方を理解し、実践できる。 ・卓球の技術を理解し、実践できる。 ・卓球のゲームのルールやマナーを理解し、実践できる。	山口明彦 井上恒志郎 福家健宗
15	まとめ	・今までの授業の概要を理解し、重要なポイントを説明できる。	山口明彦 井上恒志郎

回	テーマ	授業内容および学習課題	担当者
			福家健宗

【評価方法】

定期試験（70％）

試験結果は個別に知らせるので、各担当教員まで聞きに来ること。

レポート（10％）

レポート評価は個別に知らせるので、各担当教員まで聞きに来ること。

受講態度（20％）

態度評価は、ガイダンス時に配付する受講要領に基づいて行う。演習に取り組む際は、受講要領を確認すること。

【学習の準備】

授業中に出された課題、レポートを実施してくること（40分）。

実施するスポーツ種目の特性やルールを調べ、練習してくること（40分）。

テーピングの授業では、配付されたプリントを熟読し、練習してくること（40分）。

救命講習で学んだ理論と技術をノートに整理しておくこと（40分）。

【ディプロマ・ポリシー（学位授与方針）との関連】

（DP3）理学療法士・作業療法士・言語聴覚療法士として必要な科学的知識や技術を備え、心身に障害を有する人、障害の発生が予測される人、さらにはそれらの人々が営む生活に対して、地域包括ケアの視点から適切に対処できる実践的能力を身につけている。