| 科目ナンバリング | U-LAS40 10002 LJ26 | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目名<英訳> | 運動科学II<br>Sports Science II | | | 担当者所属職名・氏名 | 医学研究科　教授　緑川　光春<br>医学研究科　教授　梁　楠<br>医学研究科　講師　谷口　匡史<br>医学研究科　講師　伊藤　明良<br>医学研究科　講師　林　和寛 | | |
| 群 | 健康・スポーツ科目群 | 分野(分類) | 健康・スポーツ科学(基礎) | 使用言語 | 日本語 | | |
| 旧群 | | 単位数 | 2単位 | 週コマ数 | 1コマ | 授業形態 | 講義（対面授業科目） |
| 開講年度・開講期 | 2026・前期 | 曜時限 | 月5 | 配当学年 | 全回生 | 対象学生 | 全学向 |

**[授業の概要・目的]**

「運動科学」をテーマに、運動を司る骨格・筋肉・神経の構造および機能を解剖学的・生理学的な局面から概説する。さらに、「運動科学の基礎」で得られた知識を応用して、上肢・下肢の複雑な動作や筋力トレーニング・ストレッチングなど、運動科学が応用される局面について学習する。

**[到達目標]**

・運動器に関する基本的な解剖について理解する。
・運動に関する基本的な生理について理解する。
・解剖生理学的な基礎知識に基づき、筋力トレーニングやストレッチングについて理解する。
・解剖生理学的な基礎知識に基づき、上肢・下肢の応用的な機能について理解する。

**[授業計画と内容]**

＊初回（および２回目）に授業の進行形式や単位取得に関する情報を伝達します。
第１回　運動科学の基礎１　筋収縮の分子メカニズム（緑川）
第２回　運動科学の基礎２　筋の神経支配（緑川）
第３回　運動科学の基礎３　全身の骨格と体幹（林）
第４回　運動科学の基礎４　上肢（林）
第５回　運動科学の基礎５　下肢（林）
第６回　運動科学の実際１　筋機能の加齢変化（谷口）
第７回　運動科学の実際２　筋機能と関節機能（谷口）
第８回　運動科学の実際３　筋力トレーニング（谷口）
第９回　運動科学の実際４　ストレッチング（伊藤）
第１０回　運動科学の実際５　運動と身体形成（伊藤）
第１１回　運動科学の実際６　物理刺激による運動代替（伊藤）
第１２回　運動科学の実際７　上肢・手の発達（梁）
第１３回　運動科学の実際８　応用動作における上肢・手の機能と働き（梁）
第１４回　運動科学の実際９　運動学習とパフォーマンス（梁）
＜試験＞
第１５回　フィードバック（方法は別途連絡します。）

**[履修要件]**

特になし

運動科学II(2)へ続く↓↓↓

**運動科学II(2)**

**[成績評価の方法・観点]**

定期試験（筆記）80点、平常点（出席と授業への積極的な参加）20点として評価する。
出席の無い者の単位取得は認めない。
出席は学生証をカードリーダーでスキャンして確認するので、学生証を必ず持参のこと。
詳細は初回および２回目授業にて説明するので出席すること。

**[教科書]**

・初回（および２回目）に授業の進行形式や単位取得に関する情報を伝達します。
・プリント資料を利用します。講義PPTファイルについては、印刷配布はせず、LMSで閲覧できる形式としますので、各自で復習に利用してください。

**[参考書等]**

（参考書）
授業中に紹介する

**[授業外学修（予習・復習）等]**

講義前に講義テーマに対して疑問点を明確にして講義に臨むことが望ましい。

**[その他（オフィスアワー等）]**

講義中および講義後の質問は歓迎する。その他、メール等でも質問を受け付けている。

**[主要授業科目（学部・学科名）]**