スポーツ解剖学Ⅰ

科目ナンバリング　GEA-301
選択　　2単位

鶴　健一朗

1. 授業の概要（ねらい）

アスリートや指導者にとって、スポーツを効果的・効率的に、かつ安全に行うためには、スポーツを科学的に解析し理解する必要がある。そのためには、スポーツ医学、トレーニング理論、スポーツ生理学、スポーツ栄養学等スポーツに関連する多くの学問について習熟する必要があるが、その全てにおいて、解剖学を知らなければ本質を理解することはできない。すなわち、解剖学はスポーツを科学的に考える上で必須の知識といえる。

本講座では、生体のどの位置にどのような構造物があるかを知る“静的な解剖”と、その構造物が実際の運動においてどのように働くかを知る“機能解剖”を学び、実際に触察すること技術を身につけることを目指していく。

2. 授業の到達目標

主要な関節の機能について理解する
人体の主要な筋の起始と停止および作用を理解する
主要な骨・筋を触察できるようにする

3. 成績評価の方法および基準

成績は授業後にLMS上で行う小テスト100点および定期試験（筆記）100点により評価する。

4. 教科書・参考文献

教科書
公認『アスレチックトレーナー専門科目テキスト　2　運動器の解剖と機能』　財団法人日本体育協会

5. 準備学修の内容

予習プリントを配付するので、事前課題を実施した上で授業に臨むこと。
身体の構造や機能に関する本や番組を、興味を持ってできるだけ多くみるのが望ましい。

6. その他履修上の注意事項

人体の構造のおもしろさ、深さに感心し、興味をもって取り組んで欲しい。
疑問点・納得できない点はその場で質問し、学友と共有して欲しい。

7. 授業内容

【第1回】　スポーツ解剖学概論復習テスト
【第2回】　下肢の筋と下肢の筋を支配する神経
【第3回】　足部・足関節の筋
【第4回】　足関節の構造と足部・足関節の傷害
【第5回】　膝関節・大腿・股関節の筋
【第6回】　膝関節の構造と膝関節の傷害
【第7回】　股関節の構造と股関節の傷害
【第8回】　上肢の筋と上肢の筋を支配する神経
【第9回】　肩関節の筋
【第10回】　肘関節・前腕・手関節の筋
【第11回】　肩関節の構造と肩関節の傷害
【第12回】　肘関節・手関節の構造と肘関節・手関節の傷害
【第13回】　体幹の筋と体幹の筋を支配する神経
【第14回】　体幹部の構造と体幹部の傷害
【第15回】　まとめとテスト