

スポーツ解剖学Ⅰ

科目ナンバリング GEA-301
選択 2単位

加藤 基

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】 足関節の基本的構造と足部・足関節の筋
- 【第3回】 足関節の機能／足部・足関節・下腿の傷害
- 【第4回】 膝関節・股関節の基本的構造と膝関節・股関節の筋
- 【第5回】 膝関節・股関節の機能
- 【第6回】 膝関節・大腿・股関節の傷害
- 【第7回】 下肢の筋と下肢の筋を支配する神経
- 【第8回】 肩関節の基本的構造と肩関節の筋
- 【第9回】 肩関節の機能／肩関節の傷害
- 【第10回】 肘関節・前腕・手関節の基本的構造と前腕の筋
- 【第11回】 肘関節・前腕・手関節の機能／肘関節・手関節の傷害
- 【第12回】 上肢の筋と上肢の筋を支配する神経
- 【第13回】 体幹の基本的構造と体幹の筋
- 【第14回】 体幹の機能と体幹の傷害
- 【第15回】 まとめとテスト