

| | | | | | | | | |
|------|-----|-------|------|-------|---------|----------|-------|----|
| 科目名 | | 運動生理学 | | | 授業の種類 | 講義 | 講師名 | |
| 授業回数 | 15回 | 時間数 | 30時間 | (2単位) | 配当学年・時期 | 作業療法士科2年 | 必修・選択 | 必須 |

【授業の目的・ねらい】

運動を行うと人の生理機能は、その状態に適応するよう変化する。この変化を生理学的に理解しようとする学問が「運動生理学」である。作業療法において用いる作業活動は、運動であり治療手段であることから、その生理学的背景を十分に理解しなければならない。ここでは作業療法の基礎知識として運動生理学を学ぶ。

【授業全体の内容の概要】

人が運動するときは、神経系、筋系、呼吸循環器系、栄養とエネルギー代謝などが関与している。ここではそれらの関与について学ぶとともに、運動が身体に及ぼす影響について学習する。

【講師の実務経験】

緑ヶ丘病院、大阪市社会福祉協議会、中央訪問看護ステーションで作業療法士として勤務

【授業終了時の達成課題(到達目標)】

作業活動による生理学的変化が説明できる。

| 回数 | 講義内容 |
|----|----------------------|
| 1 | 運動生理学総論、筋収縮とエネルギー供給系 |
| 2 | 筋線維の種類とその特徴 |
| 3 | 神経系の役割 |
| 4 | 筋の収縮様式と筋力 |
| 5 | 運動と循環 |
| 6 | 運動と呼吸 |
| 7 | 運動とホルモン |
| 8 | 身体組成と肥満 |
| 9 | 運動処方 |
| 10 | 運動と生活習慣病 |
| 11 | 運動と体温調節 |
| 12 | 筋疲労の要因 |
| 13 | 老化に伴う身体機能の変化 |
| 14 | 運動と栄養 |
| 15 | まとめ、知識の整理 |
| | 定期筆記試験 |

【準備学習・時間外学習】

【使用テキスト】

| 書籍名 | 著者名 | 出版社 |
|---------|------|-----------|
| 入門運動生理学 | 勝田 茂 | 株式会社 杏林書院 |
| | | |

【単位認定の方法及び基準(試験やレポート評価基準など)】

小テスト、筆記試験より総合的に評価する。