

2023 年度

授業概要

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	理学療法士科2年		必修・選択 必修
〔授業の目的・ねらい〕							
<p>身体運動による生体内での変化・反応を、その仕組みとともに理解すること。 運動前の安静時の生理学的基準値も覚えること。</p>							
〔授業全体の内容の概要〕							
<p>使用テキストの内容に沿って、各項目を分かりやすく説明を加えながら学習していく。 また実習演習を交えて、体験的に運動生理を学ぶ。</p>							
〔講師の実務経験〕							
〔授業終了時の達成課題（到達目標）〕							
<p>運動による生理学的変化を述べることができる。</p>							
回数	講義内容						
1	総論 筋収縮とエネルギー						
2	筋線維、実習、トレーニング						
3	神経系と筋の収縮様式						
4	神経系と筋の収縮様式						
5	運動と循環						
6	運動と呼吸（その1）						
7	運動と呼吸（その2）						
8	運動処方						
9	筋疲労の原因						
10	運動と体温調節						
11	運動と栄養						
12	身体組成						
13	運動と生活習慣病						
14	加齢に伴う身体変化						
15	まとめ						
	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 第4版	勝田 茂	杏林書院
(参考図書) リハビリテーション運動生理学	玉木 彰	MEDICAL VIEW

【 単位認定の方法及び基準（試験やレポート評価基準など） 】

筆記試験にて判定する
