

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〕									
〔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） 】

履修規定に準じ、試験の結果を100点満点として60点以上の場合に合格とする
