

授業科目 運動生理学

【担当教員名】 榎 淳裕		対象学年	3・4	対象学科	理学
		開講時期	後期	必修選択	選択
		単位数	1	時間数	15
【ディプロマポリシーとの関連性】					
知識・理解		思考・判断		態度	
◎		◎		◎	
【概要・一般目標：GIO】 ヒトが身体運動を行った時に身体がどのような応答を生じるか、身体運動を継続したときにどのように適応するのか、それらのメカニズムを生理学的に理解する。また、運動療法を展開するための基礎として役立てる。					
【学習目標・行動目標：SBO】 1. 運動と健康との関連や運動の功罪について説明できる。 2. 運動に必要なエネルギーおよびその代謝経路について説明できる。 3. 運動と呼吸調節について説明できる。 4. 運動と循環調節について説明できる。 5. 運動と代謝調節について説明できる。 6. 運動と内分泌について説明できる。 7. 運動と加齢について説明できる。					
回数	授業計画・学習の主題			SBO番号	学習方法・学習課題 備考・担当教員
1	運動と健康、運動の功罪			1	講義、担当：榎 淳裕
2	運動に必要なエネルギーおよびその代謝経路			2	講義、担当：榎 淳裕
3	運動と呼吸調節			3	講義、担当：榎 淳裕
4	運動と循環調節			4	講義、担当：榎 淳裕
5	運動と代謝調節			5	講義、担当：榎 淳裕
6	運動と内分泌			6	講義、担当：榎 淳裕
7	運動と加齢			7	講義、担当：榎 淳裕
8	まとめ			8	講義、担当：榎 淳裕
【使用図書】		<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格 他>
教科書 (必ず購入する書籍)					
参考書		運動生理学概論	浅野勝己(編著)	杏林書院	2002・2,800円+税
		1から学ぶスポーツ生理学	中里浩一、岡本孝信、ナップ 須永美歌子		2012・2,200円+税
		運動生理学のニューエビデンス	宮村実晴(編)	真興貿易(株)医書出版部	2010・8,500円+税
その他の資料					
【評価方法】 レポート課題および定期試験、出席状況、授業態度により評価する。 評価の割合は、レポート課題40%程度、定期試験40%程度、その他20%程度とする。			【履修上の留意点】		