

## 授業科目

## トレーニング学特論

担当教員名 柵木 聖也、池田 祐介	対象学年	1	対象学科	保健学・健康科学・社会福祉学・医療情報
	開講時期	前期	必修・選択	選択
	単位数	2	時間数	30

## 授業の概要

競技スポーツにおける競技力向上のための様々なアプローチ方法のうち、特にコンディショニングとアスレティックトレーニングの分野に着目し、最新のトピックス等を交えながら現場での実践に寄与することに重きを置いた内容について学習する。また、学生自身の研究内容等のプレゼンテーションも行う。

## 授業の目的

現場での実践能力の涵養、およびスポーツ医科学の研究成果の実践的な展開能力の開発の両者を目的とする。

## 学習目標

特に、選手個々の状況に応じたコンディショニングおよびアスレティックトレーニングのプラン立案と指導能力を高めることを学習目標とする。

## 授業計画

回数	授業計画・学習の主題	学習方法・学習課題・備考	担当教員
1	オリエンテーション	講義	柵木 聖也
2-5	選手個人の状態・状況の把握	講義・ディスカッション	柵木 聖也
6-10	具体的なコンディショニングおよびアスレティックトレーニングの方法について	講義・ディスカッション	柵木 聖也
11-15	上記の定量的・定性的把握方法	講義・ディスカッション	柵木 聖也

## 使用図書

使用図書	書名	著者名	発行所	発行年	価格	その他
教科書						
参考書						
その他の資料						

## 評価方法

基本的に全出席を前提とし、ディスカッションやプレゼンテーションの内容や質について評価する。

## 履修上の留意点

学生自身の思考、また他者に対する傾聴を通じて、スポーツ科学に対する思考力や洞察力を自ら深化させようとする態度を持って臨んで欲しい。

## オフィスアワー・連絡先

オフィスアワー：毎週木曜日の18:00-19:00（柵木）

連絡先：masegi@nuhw.ac.jp（柵木）