

2023年度 授業要項

区分		基礎分野		履修学年/学部/コース	第1学年/健康部/1コース
科目名		からだの仕組み I		履修単位/時間	2単位/30時間
教員資格		高校教諭		使用教室	第1柔整普通教室
教員名		山本 章人		講義形式	講義
学習目標と講義概要		医療人になるための基礎知識として、人体組織の基礎解剖を理解することを目的とする。 運動器(上下肢、体幹部)の代表的な骨の名称と形状、筋の名称と形状、起始停止を覚える。			
回数	コマ数	時間数	学習内容		
1	1	2	人体の区分		
2	1	2	身体の位置(上下左右、内側外側、近位遠位、深部浅部、橈側尺側、掌側腹側背側)		
3	1	2	身体の断面(前額面、矢状面、水平面)		
4	1	2	全身の骨格 1		
5	1	2	全身の骨格 2		
6	1	2	全身の骨格 3		
7	1	2	上肢の代表的な筋の名称、形状、起始停止 1		
8	1	2	上肢の代表的な筋の名称、形状、起始停止 2		
9	1	2	上肢の代表的な筋の名称、形状、起始停止 3		
10	1	2	上肢の代表的な筋の名称、形状、起始停止 4		
11	1	2	下肢の代表的な筋の名称、形状、起始停止 1		
12	1	2	下肢の代表的な筋の名称、形状、起始停止 2		
13	1	2	下肢の代表的な筋の名称、形状、起始停止 3		
14	1	2	単位認定試験		
15	1	2	解答・解説		
合計					
15	15	30			
学習方法 1)板書及び説明、解説 2)資料配布					
評価方法 1)単位認定試験 2)出席状況(3分の2以上の出席) 「学則」及び「学則施行細則」並びに「単位認定試験実施要領」「単位の授与・進級判定要領」「成績評価規程」に準ずる。					
教科書 資料配布					
教員について【実務経験有】 高等学校保健体育科教員資格の他、柔道整復師資格、スポーツトレーナーとしての資格を有し、整形外科ではリハビリテーションを担当、他整骨院での実務経験やスポーツトレーナーとしての勤務経験を通して現場で得たものを活かし授業を進める。					

2023年度 授業要項

区分		基礎分野		履修学年/学部/コース	第1学年/基礎部/1コース
科目名		からだの仕組みⅡ		履修単位/時間	2単位/30時間
教員資格		高校教諭		使用教室	第1系整普通教室
教員名		山本 章人		講義形式	講義
学習目標と講義概要		医療人になるための基礎知識として、人体組織の基礎生理学を理解することを目的とする。 人体の基本的な生理学的仕組みの知識を身につけ、医学を学ぶ者としての土台作りをする。			
回数	コマ数	時間数	学習内容		
1	1	2	生理学とは introduction (系統・器官・組織・細胞)		
2	1	2	筋の生理 骨格筋・心筋・平滑筋の構造		
3	1	2	筋の生理 骨格筋の収縮と弛緩		
4	1	2	運動の生理 運動の調節～運動神経と運動単位		
5	1	2	運動の生理 脊髄による反射とその調節～脳幹による運動調節		
6	1	2	神経の生理 神経信号の伝達		
7	1	2	神経の生理 神経系の構成～脳の高次機能		
8	1	2	運動の生理 高次運動機能		
9	1	2	神経の生理 内臓機能の調節		
10	1	2	感覚の生理 特殊感覚		
11	1	2	感覚の生理 体性感覚		
12	1	2	感覚の生理 痛覚		
13	1	2	からだの仕組みⅡ のまとめ		
14	1	2	単位認定試験		
15	1	2	解答・解説		
合計					
15	15	30			
学習方法					
1) 板書及び説明、解説 2) 資料配布					
評価方法					
1) 単位認定試験 2) 出席状況(3分の2以上の出席)					
「学則」及び「学則施行細則」並びに「単位認定試験実施要領」「単位の授与・進級判定要領」「成績評価規程」に準ずる。					
教科書					
資料配布					
教員について【実務経験有】					
高等学校保健体育科教員資格の他、柔道整復師資格、スポーツトレーナーとしての資格を有し、整形外科ではリハビリテーションを担当、他整骨院での実務経験やスポーツトレーナーとしての勤務経験を通して現場で得たものを活かし授業を進める。					

2023年度 授業要項

区分			基礎分野	履修学年/学部/コース	第1学年/経理部/1コース
科目名			からだの仕組みⅢ	履修単位/時間	2単位/30時間
教員資格			高校教諭	使用教室	第1柔整普通教室
教員名			今井 公一	講義形式	講義
学習目標と講義概要			医療人になるための基礎知識として、身体の運動の仕方を理解することを目的とする。 四肢と体幹の運動、姿勢、歩行の基礎的な仕組みを身につけ、医学を学ぶ者としての土台作りをする。		
回数	コマ数	時間数	学習内容		
1	1	2	上肢帯、肩関節の運動		
2	1	2	肘関節と前腕の運動		
3	1	2	手関節と手の運動		
4	1	2	股関節、膝関節の運動		
5	1	2	足関節と足部の運動		
6	1	2	体幹と脊柱、頸椎の運動		
7	1	2	胸椎と胸郭、腰椎と仙椎および骨盤の運動		
8	1	2	顔面および頭部の運動		
9	1	2	姿勢の概説、分類、重心		
10	1	2	立位姿勢、機能肢位		
11	1	2	歩行の概説、歩行周期		
12	1	2	歩行の運動学的分析、歩行の運動力学的分析		
13	1	2	歩行時の筋活動		
14	1	2	単位認定試験		
15	1	2	解答・解説		
合計					
15	15	30			
学習方法 1)板書及び説明、解説 2)資料配布					
評価方法 1)単位認定試験 2)出席状況(3分の2以上の出席) 「学則」及び「学則施行細則」並びに「単位認定試験実施要領」「単位の授与・進級判定要領」「成績評価規程」に準ずる。					
教科書 資料配布					
教員について【実務経験有】 中高保健体育教諭資格を有し、パーソナルトレーナーとしての勤務経験を通して現場で得たものを活かし授業を進める。					

2023年度 授業要項

区分			基礎分野	履修学年/学部/コース	第1学年/健康部/1コース
科目名			スポーツ科学 I	履修単位/時間	2単位/30時間
教員資格			高校教諭	使用教室	第1柔整普通教室
教員名			山本 章人	講義形式	講義
学習目標と講義概要			柔道整復師およびスポーツトレーナーになるための土台として一般的な基礎知識を身につけることを目的とする。体力の概念、運動器(骨・筋)、運動力学、運動生理学など、主に理論の部分での理解を深める。		
回数	コマ数	時間数	学習内容		
1	1	2	・体力の概念 ・体力の要素と体力モデル ・体力の個人特性		
2	1	2	・一般的体力と専門的体力 ・体力トレーニング ・上肢の機能解剖(骨、関節)		
3	1	2	・上肢の機能解剖(筋肉、神経、血管)		
4	1	2	・脊柱および胸郭の機能解剖(基本構造、骨、関節、筋肉)		
5	1	2	・関節運動の用語 ・下肢機能解剖(骨、関節)		
6	1	2	・下肢の機能解剖(筋肉、神経、血管)		
7	1	2	・バイオメカニクスの基礎(運動の記述と分析)		
8	1	2	・スポーツおよびトレーニング動作のバイオメカニクス(スポーツ動作とトレーニング動作)		
9	1	2	・呼吸循環系の基礎的情報 ・運動と呼吸循環系 ・トレーニングと呼吸循環系		
10	1	2	・エネルギー代謝の基礎的情報 ・運動とエネルギー代謝 ・トレーニングとエネルギー代謝		
11	1	2	・骨格筋の形態と機能 ・筋力発揮のメカニズム		
12	1	2	・筋、神経系に対するトレーニング効果 ・主な内分泌器官とホルモン		
13	1	2	・ホルモンの作用 ・筋肥大とホルモン ・レジスタンストレーニングとホルモン分泌		
14	1	2	単位認定試験		
15	1	2	解答・解説		
合計					
15	15	30			
学習方法					
1) 板書及び説明、解説 2) 資料配布					
評価方法					
1) 単位認定試験 2) 出席状況(3分の2以上の出席)					
「学則」及び「学則施行細則」並びに「単位認定試験実施要領」「単位の授与・進級判定要領」「成績評価規程」に準ずる。					
教科書					
・トレーニング指導者テキスト[理論編]: 大修館書店					
・トレーニング指導者テキスト[実践編]: 大修館書店					
教員について【実務経験有】					
高等学校保健体育科教員資格の他、柔道整復師資格、スポーツトレーナーとしての資格を有し、整形外科ではリハビリテーションを担当、他整骨院での実務経験やスポーツトレーナーとしての勤務経験を通して現場で得たものを活かし授業を進める。					

2023年度 授業要項

区分	基礎分野		履修学年/学部/コース	第1学年/昼間部/1コース
科目名	スポーツ科学Ⅱ		履修単位/時間	2単位/30時間
教員資格	高校教諭		使用教室	第1柔整普通教室
教員名	山本 章人		講義形式	講義
学習目標と講義概要	柔道整復師およびスポーツトレーナーになるための土台として一般的な基礎知識を身につけることを目的とする。運動における栄養、心理、基礎医学と運動指導の科学を身につけ理論の部分での理解をさらに深める。			
回数	コマ数	時間数	学習内容	
1	1	2	・五大栄養素の役割 ・身体組成とエネルギー代謝 ・スポーツ栄養マネジメント ・種目特性の分類と食事 ・トレーニングスケジュールと食事	
2	1	2	・グリコーゲン補給と回復のための食事 ・水分補給 ・食事計画の立案 ・目的別の食事管理	
3	1	2	・栄養サポートと栄養教育の実践 ・健康日本21における具体的な目標 ・日本人の食事摂取基準 ・食事バランスガイドと食事指導	
4	1	2	・食育について ・運動やスポーツと心理面の関わり ・発育発達に関する心理的側面 ・心理面を考慮した指導法 ・選手のメンタル面の強化 ・動機付け	
5	1	2	・選手のやる気を高める方法 ・スポーツ技能を向上させるための心理面 ・チームワークや人間関係に関する心理的側面 ・スポーツ傷害と心理的側面 ・心の健康 ・指導者の考え方	
6	1	2	・心理的サポートとメンタルトレーニング ・メンタルトレーニングの専門家 ・練習前の心理的準備 ・目標設定 ・心理的準備と練習日誌	
7	1	2	・試合に向けた心理的準備 ・イメージトレーニング ・集中力 ・プラス思考 ・セルフトーク ・試合中の気持ちの切り替え ・選手を取り巻く人たちに対して	
8	1	2	・各種スポーツとメンタルヘルス ・メンタルヘルスと運動 ・メンタルヘルスとスポーツ傷害 ・青少年スポーツと女性のダイエット ・社会生活とメンタルヘルス	
9	1	2	・カウンセリング ・体育、スポーツの指導者 ・外相の応急処置 ・創傷の応急処置 ・緊急時の一時救命処置 ・頭頸部外傷時の救急処置	
10	1	2	・スポーツ傷害とは ・足部、足関節の傷害 ・下腿部の傷害 ・大腿部の傷害	
11	1	2	・腰部の傷害 ・肩関節の傷害 ・肘関節の傷害 ・手関節の傷害	
12	1	2	・生活習慣病と身体活動 ・肥満 ・糖尿病 ・脂質異常症 ・高血圧症	
13	1	2	・動作の成り立ち ・神経系の発達 ・指導の対象 ・動作の習得 ・練習の方法と内容	
14	1	2	単位認定試験	
15	1	2	解答・解説	
合計				
15	15	30		
学習方法				
1) 板書及び説明、解説 2) 資料配布				
評価方法				
1) 単位認定試験 2) 出席状況(3分の2以上の出席)				
「学則」及び「学則施行細則」並びに「単位認定試験実施要領」「単位の授与・進級判定要領」「成績評価規程」に準ずる。				
教科書				
・トレーニング指導者テキスト[理論編]:大修館書店 ・トレーニング指導者テキスト[実践編]:大修館書店				
教員について【実務経験有】				
高等学校保健体育科教員資格の他、柔道整復師資格、スポーツトレーナーとしての資格を有し、整形外科ではリハビリテーションを担当、他整骨院での実務経験やスポーツトレーナーとしての勤務経験を通して現場で得たものを活かし授業を進める。				