

登録コード	HM136100	開講年度	2026			
授業題目	スポーツ医科学特論				担当教員	増木 静江 他
英文授業名	Sports Medical Sciences				副担当	森川 真悠子
単位数	3	講義期間	通年	曜日・時限	集中・不定期	対象学生
講義室			授業形態	講義	備考	
信大コンピテンシー	非該当					
(1)授業の達成目標/Course objectives	ディプロマポリシー・授業で得られる「学位授与の方針」要素				⇔	(授業の達成目標)
	2026HM医学分野初, 2025HM医学分野初, 2024HM医学分野初, 2023HM医学分野初					
	【研究科共通_2024年度以前加修者対象】高度専門職業人・研究者として、科学・技術を発展させるための健全な倫理観				⇔	なぜ、体力なのか？体力と生活習慣病指標の関係について理解できるようになる。
	【専攻】医学または保健学の研究に対する世界標準の専門分野における深い知識・卓越した技能				⇔	なぜ個別運動処方か？各個人の体力に合わせた運動トレーニングの重要性について理解できるようになる。
(2)詳細 /Detailed information	高齢社会、生活習慣病など社会問題解決のためにスポーツ医科学が果たす役割について解説する。					
(3)授業の概要 /Overview of course	高齢社会、生活習慣病など社会問題解決のためにスポーツ医科学が健康・社会医学に果たす役割について講義を行う。また、競技スポーツを支えるトレーニング、栄養摂取方法について講義を行う。さらに、ヒト、実験動物で個体レベルの最新の研究を紹介し、現場で役に立つトレーニング方法の開発研究に関する講義を行う。					
(4)授業計画 /Course plan	1. スポーツ医科学が、健康・社会医学に果たす役割について(第1回-第6回) 2. ヒト・実験動物で個体レベルの研究について(第7回-第12回) 3. 現場で役に立つトレーニング方法について(第13回-第18回) 4. 競技スポーツを支えるトレーニング、栄養摂取方法について(第19回-第23回)					
(5)成績評価の方法・基準 /Grading/evaluation method/evaluation criteria	レポートを課す。 高齢社会、生活習慣病など現在の社会問題について説明できれば「可」, そのなかでスポーツ医科学が果たす役割について説明できれば「良」, それらを自らが行う博士論文研究と関連づけて説明できれば「優」, それらを踏まえ社会問題解決のための新しい研究開発提案ができれば「秀」とする。					
(6)履修上の注意・事前事後学習の内容・テキスト・教材・参考書/Notes/Prep and review work/Textbook(s)/Reference work(s)	参考書: American College of Sports Medicine. ACSM's guidelines for exercise testing and prescription. 9th ed. Baltimore, MD: Lippincott Williams & Wilkins, 2014.					
(7)質問,相談への対応/Questions and requests for advice	担当教員が随時、質問を受け付ける。					
(8)授業の形式 /Course format	講義 (スライド・ビデオを併用)					