

教員免許状更新講習シラバス 【選択領域】

講習名	【選択】スポーツ医科学とその応用
開催日	平成30年8月7日(火)
担当講師	平井 敦夫（人間健康学部教授）
講習概要	スポーツ選手の健康管理、スポーツに関係した病気、トレーニングによる生理的適応、メディカルチェック、スポーツ中に生じる障害の予防とリハビリテーションの進め方などのスポーツ医科学的問題について解説を行う。
到達目標	スポーツと健康の概念の理解から始まり、体力と加齢の関係、発育期、成人期、老化期の特徴、上肢、下肢、体幹のスポーツ障害、心臓異常と突然死、熱中症、高山病など特殊環境下での障害に対して、救急蘇生法、救急処置法の実際やリハビリテーションの進め方などの諸問題が理解できることを到達目標とする。
受講者への連絡事項	保健体育科教諭、養護教諭以外に、運動部指導者も受講可能です。

時 限	時 間		内 容
—	8：30～9：00	30	受付
—	9：00～9：10	10	オリエンテーション
1	9：10～10：10	60	スポーツと健康の概念
2	10：20～11：20	60	体力と加齢
3	11：30～12：30	60	発育期、成人期、老化期の特徴
—	12：30～13：15	45	昼食・休憩
4	13：15～14：15	60	上肢、下肢、体幹のスポーツ障害
5	14：25～15：25	60	特殊環境下での障害
6	15：35～16：35	60	筆記試験
—	16：35～16：45	10	評価書記入、事務連絡