

授業科目名	スポーツ老年学			授業形態	講義		授業科目区分	専門科目 (応用科目)		
担当教員名	吉武 裕						補助担当者名			
単位数	2 単位			履修年次	2年次		受け入れ人数	60名程度		
授業の概要	身体機能や体力の加齢変化、老年症候群等についての基礎的なことを理解した上で、高齢者の健康寿命の延伸に果たす身体活動（運動）・スポーツの役割について学習し、高齢者の健康づくりのための運動指導法の基本を理解することにより、地域での高齢者の運動指導が身につくことが期待される。									
授業の到達目標 及び成績評価の 方 法	授業の到達目標			成績評価の方法						
				授業期間				定期 試験	その他	割合 %
				授業	テスト	レポート	発表			
	■認知的領域	生理的老化と病的老化を理解した上で高齢者の活動的余命（健康寿命）の延伸に果たすスポーツおよび身体活動（運動）の役割について学習する。						○		70
	■情意的領域	授業毎に行う小レポート等で理解度を評価する。		○		○				30
□技能的領域										
成績評価の基準	出席が2／3以上の者についてのみ評価の対象とし、60点以上の者を合格とする。									
テキスト、教材 参 考 書	適宜プリントを用意する。									
履修条件・ 関連科目	・1年次生の履修は認めない。 ・運動生理学、解剖生理学を履修しておくことが望ましい。			備考(教員メッセージ含む)						
オフィス・アワー	随時（吉武裕：605研究室）									
授業計画										
回	担当教員名	授業内容					授業時間外の指導等 (予習、復習、レポート等課題の指示)			
1	吉武 裕	わが国の高齢化の現状（1）高齢者の人口状況、高齢化の要因					予習・復習			
2	〃	（2）高齢者の健康と疾病の状況					予習・復習			
3	〃	（3）わが国の高齢者対策の現状					予習・復習			
4	〃	老化の基本（1）老化の調査法（横断的調査と縦断的調査）					予習・復習			
5	〃	（2）生理的老化と病的老化					予習・復習			
6	〃	（3）廃用症候群					予習・復習			
7	〃	（4）寿命と環境因子					予習・復習			
8	〃	体力の加齢変化					予習・復習			
9	〃	フレイルの予防					予習・復習			
10	〃	高齢者の日常生活動作（ADL）の評価法					予習・復習			
11	〃	高齢者の体力とADL との関係					予習・復習			
12	〃	高齢者の生活機能増進法					予習・復習			
13	〃	高齢者の体力測定法およびその評価法					予習・復習			
14	〃	高齢者の活動的余命の保持・増進のためのスポーツ（身体活動、運動）					予習・復習			
15	〃	高齢社会における高齢者の役割 プロダクティビティー					予習・復習			
16	〃	学期末試験								