

| 授業科目名 (ナンバリングコード) | トレーニング科学特講演習【TSC】 | 授業形態 | 演習 | 授業科目区分 | 応用科目 (スポーツ総合科学) |
|----------------------|--|----------------------|----|--------|---------------------------------|
| 担当教員名 | 高井 洋平・山本 正嘉 | | | 補助担当者名 | |
| 単位数 | 2 単位 | 履修年次 | — | 受け入れ人数 | — |
| 授業の概要 及び達成目標 | トレーニング科学領域の学術論文に基づき、先行研究において採用されている実験デザイン、データの取得と分析の方法およびその解釈について、プレゼンテーションおよびディスカッションを繰り返しながら、研究成果を公表する能力の向上をめざす。 | | | | |
| 成績評価の方法 | <input type="checkbox"/> 学期末試験の成績（％） <input type="checkbox"/> 出席状況（％） <input checked="" type="checkbox"/> 授業への取り組み状況（50％） <input checked="" type="checkbox"/> レポート等の提出状況（50％）を総合的に評価する。 | | | | |
| 成績評価の基準 | 授業への取り組み、発表要旨・プレゼンテーションの内容とその「できばえ」、ディスカッションへの参加および質疑応答の的確さを総合的に評価する。 | | | | |
| テキスト、教材 参 考 書 | 国内外の学会誌等に掲載されているトレーニング科学領域の関連論文 山本：山本正嘉 著「アスリート・コーチ・トレーナーのためのトレーニング科学」（市村出版）をテキストとして用いる。 | | | | |
| 履修条件・ 関連科目 | 特になし | 備考(教員メッ セージ含む) | | | |
| オフィス・アワー | 随時可能ですが、事前にアポイントを取るほうが確実です。 (山本：スポーツトレーニング教育研究センター2階・センター長室、yamamoto@nifs-k.ac.jp) (高井：スポーツトレーニング教育研究センター2階・教員室2、y-takai@nifs-k.ac.jp) | | | | |
| 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 | 高井 洋平 山本 正嘉 | オリエンテーション | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 2 | 〃 | トレーニングプログラム立案の原理・原則① | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 3 | 〃 | トレーニングプログラム立案の原理・原則② | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 4 | 〃 | 実験デザイン①身体組成のトレーニング | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 5 | 〃 | 実験デザイン②呼吸循環機能のトレーニング | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 6 | 〃 | 実験デザイン③筋機能のトレーニング | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 7 | 〃 | 実験デザイン④運動機能のトレーニング | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 8 | 〃 | 実験デザイン⑤複合的トレーニング | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 9 | 〃 | 実験デザイン⑥ピリオダイゼーションの応用 | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 10 | 〃 | データの取得・分析①身体組成 | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 11 | 〃 | データの取得・分析②呼吸循環機能・柔軟性 | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 12 | 〃 | データの取得・分析③筋機能・運動機能 | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 13 | 〃 | データのまとめと論文の構成① | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 14 | 〃 | データのまとめと論文の構成② | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 15 | 〃 | データのまとめと論文の構成③ | | | 資料等の復習および予習（1時間） |
| 16 | 〃 | 試験は実施しない | | | |