

授業科目名	身体教育特殊研究 B【KR】		授業形態	講義	授業科目区分	専門科目 (スポーツ総合科学)
担当教員名	飯干 明・松永 智				補助担当者名	
単位数	2 単位	履修年次	-		受け入れ人数	5名程度
授業の概要 及び達成目標	<p>松永：一過性の運動やトレーニング、及びこれらの中止などが骨格筋機能に及ぼすその対応メカニズムについて検討していく。 飯干：健康づくりのために各種の身体運動を行う場合には、身体の持つ性質である身体性（エンボディメント）について理解しておくことが重要になる。 ここでは、身体のとらえ方や身体性について理解を深めるとともに、身体性と健康づくりとの関係について検討していく。</p>					
成績評価の方法	学期末試験の成績（％） 授業への取り組み状況（50％） 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	<p>松永：運動が生体に及ぼす骨格筋の適応メカニズムについて理解している 飯干：様々な身体のとらえ方があることを理解するとともに身体性について理解できている。 身体性をふまえた健康づくりについて理解できている。</p>					
テキスト、教材 参考書	<p>松永：必要に応じて紹介する。 飯干：1回目のオリエンテーションで、参考書を紹介する。</p>					
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						
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	松永 智	運動と筋機能 イントロダクション			復習0.5時間、予習1時間	
2	"	運動と筋機能 筋のエネルギー代謝			復習0.5時間、予習1時間	
3	"	運動と筋機能 筋機能増強			復習0.5時間、予習1時間	
4	"	運動と筋機能 筋機能委縮			レポート2時間	
5	"	運動と筋機能 筋疲労			復習0.5時間、予習1時間	
6	"	運動と筋機能 抗疲労			復習0.5時間、予習1時間	
7	"	運動が生体機能に及ぼす適応とそのメカニズム			復習0.5時間、予習1時間	
8	"	運動が生体機能に及ぼす適応とそのメカニズム			レポート3時間	
9	飯干 明	身体について			復習0.5時間、予習1時間	
10	"	身体について			復習0.5時間、予習1時間	
11	"	身体性について			復習0.5時間、予習1時間	
12	"	身体性について			復習0.5時間、予習1時間	
13	"	身体性について			復習0.5時間、予習1時間	
14	"	身体性をふまえた健康づくりについて			復習0.5時間、予習1時間	
15	"	身体性をふまえた健康づくりについて			復習0.5時間、予習1時間	
16	"	身体性をふまえた健康づくりについて			レポート3時間	