

授業科目名	トレーニング科学特殊研究【TSC】		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	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	国内外の学術誌に掲載されたトレーニング科学領域の文献を精読し形態・身体組成、身体機能や運動機能に及ぼす効果についてトレーニング内容との関連で論究する。また、授業ではトレーニング内容と効果の実態の関係に関する発表および議論を通して、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	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	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に関連する論文					
履修条件・ 関連科目			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と効果の実態 形態・身体組成			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と効果の実態 呼吸循環機能			資料等の復習および予習(1時間)	
4	"	トレーニングプログラムと効果の実態 筋機能			資料等の復習および予習(1時間)	
5	"	トレーニングプログラムと効果の実態 運動機能			資料等の復習および予習(1時間)	
6	"	トレーニング計画立案の原理・原則			資料等の復習および予習(1時間)	
7	"	トレーニング計画立案の原理・原則			資料等の復習および予習(1時間)	
8	"	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)	
9	"	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	"	トレーニング効果の測定と分析			資料等の復習および予習(1時間)	
11	"	トレーニング効果の測定と分析			資料等の復習および予習(1時間)	
12	"	トレーニング効果の測定と分析			資料等の復習および予習(1時間)	
13	"	プレゼンテーション&ディスカッション			資料等の復習および予習(1時間)	
14	"	プレゼンテーション&ディスカッション			資料等の復習および予習(1時間)	
15	"	プレゼンテーション&ディスカッション			資料等の復習および予習(1時間)	
16	"	試験は実施しない				