

授業科目

運動生理学

【担当教員名】 山地啓司	対象学年	1	対象学科	スポ
	開講時期	後期	必修・選択	必修
	単位数	2	時間数	30

【<概要>又は<一般目標：GIO>】

運動に伴う生理学的反応とそのメカニズムについて学習する。

【<学習目標>又は<行動目標：SBO>】

回数	授業計画又は学習の主題	SBO 番号	学習方法・学習課題又は備考・担当教員
1	運動を成立させる背景		
2	運動を支配する機能 (I)		
3	運動を支配する機能 (II)		
4	運動を発現する機能 (I)		
5	運動を発現する機能 (II)		
6	運動を持続させる機能 (I)		
7	運動を持続させる機能 (II)		
8	運動と栄養・エネルギー		
9	年齢と運動能力		
10	トレーニングの効果		
11	スポーツの特性とトレーニング方法		
12	環境と運動		
13	身体運動と女性		
14	人体の内部環境		
15	期末試験		

【使用図書】	<書名>	<著者名>	<発行所>	<発行年・価格・その他>
教科書 (必ず購入する書籍)	運動生理学概論 (大修館書店)			
参考書				
その他の資料				

【評価方法】	【履修上の留意点】

健康スポーツ学科  
専門