

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	スポーツ
	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：G I O＞】 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：S B O＞】				
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＞
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】		