

授業科目 運動生理学実習

【担当教員名】		対象学年	3	対象学科	スポ
丸山 敦夫、瀧澤 一騎、佐藤 大輔、高橋 和将		開講時期	前期・後期	必修・選択	選択
		単位数	2	時間数	60
【概要・一般目標：G10】 運動生理学実験は、身体が運動するときに生じる生理的現象を測定することによって、身体運動の生理的メカニズムを具体的に理解する授業である。					
【学習目標・行動目標：SB0】 実験を通じて、身体運動による生体変化が理解でき、身体運動を客観的に測定したり実験する方法を学ぶ。					
回数	授業計画・学習の主題			SB0 番号	学習方法・学習課題 備考・担当教員
1	運動生理学の実習意義				担当：丸山 敦夫
2	血圧の測定				担当：丸山 敦夫 他
3	運動と心電図測定				担当：丸山 敦夫 他
4	運動と心電図測定				担当：丸山 敦夫 他
5	運動強度と心拍数（PWC 170）				担当：佐藤 大輔 他
6	運動強度と心拍数（PWC 170）				担当：佐藤 大輔 他
7	運動強度と心拍数（PWC 170）				担当：佐藤 大輔 他
8	運動強度と心拍数（歩行と走行）				担当：瀧澤 一騎 他
9	運動強度と心拍数（歩行と走行）				担当：瀧澤 一騎 他
10	運動強度と心拍数（歩行と走行）				担当：瀧澤 一騎 他
11	運動強度と心拍数まとめ				担当：丸山 敦夫
12	筋パワーと運動エネルギー				担当：高橋 和将 他
13	筋パワーと運動エネルギー				担当：高橋 和将 他
14	筋パワーと運動エネルギー				担当：高橋 和将 他
15	まとめ				
16	運動と酸素摂取量（負荷漸増運動；自転車エルゴメータ）および乳酸測定				担当：丸山 敦夫 他
17	運動と酸素摂取量（負荷漸増運動；自転車エルゴメータ）および乳酸測定				担当：佐藤 大輔 他
18	運動と酸素摂取量（負荷漸増運動；自転車エルゴメータ）および乳酸測定				担当：佐藤 大輔 他
19	運動と酸素摂取量（負荷漸増運動；自転車エルゴメータ）および乳酸測定				担当：佐藤 大輔 他
20	運動と酸素摂取量（一定運動；トレッドミル走）および乳酸測定				担当：丸山 敦夫 他
21	運動と酸素摂取量（一定運動；トレッドミル走）および乳酸測定				担当：瀧澤 一騎 他
22	運動と酸素摂取量（一定運動；トレッドミル走）および乳酸測定				担当：瀧澤 一騎 他
23	運動と酸素摂取量（一定運動；トレッドミル走）および乳酸測定				担当：瀧澤 一騎 他
24	筋電図の測定				担当：丸山 敦夫 他
25	筋力と筋電図				担当：丸山 敦夫 他
26	筋力と筋電図				担当：丸山 敦夫 他
27	筋力と筋電図				担当：丸山 敦夫 他
28	筋パワーと乳酸測定				担当：丸山 敦夫 他
29	筋パワーと乳酸測定				担当：丸山 敦夫 他
30	まとめ				担当：丸山 敦夫 他
【使用図書】		<書名>		<著者名>	<発行所>
教科書 (必ず購入する書籍)		<発行年・価格 他>			
参考書					
その他の資料					
【評価方法】		【履修上の留意点】			
出席 レポート提出		運動生理学実習は受講者全員が実習に参加し、自分の生理学的データを測定する。実習項目ごとにグループを組んで自分およびグループ全員のデータを比較検討し、レポートを作成する。エクセルの使い方を学習しておくこと。			