

授業科目区分	授業科目名	授業方法	単位	時間	関連の深い授業科目
専門	体力測定法	講義	1	15	トレーニング科学 I
学科・学年	担当教員名	科目関連実務経歴	実務経歴・分野・授業科目との関連等		
AT学科 1年	松家 弘卓/戸田 次郎	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無			
授業目標 *詳細な目標は、授業の冒頭で提示					
<p>①形態および身体組成の測定と評価について ②筋力・筋パワーの測定と評価について ③無酸素性能力の測定と評価について ④有酸素性能力の測定と評価について ⑤バッテリーテストについて ⑥測定結果の活用の際の留意点</p>					
この授業の概要、助言、学習支援の方法 など					
<p>文部科学省が提唱している、新体力テスト項目、握力、反復横跳び、上体起こし、ボール投げ、20mシャトルラン、50m走、長座体前屈、立ち幅跳びなどの8項目を実際に測定し、その結果をもとに、選手としての体力の現状を把握し、選手の運動処方について、実践的な対策が立てられるようにする。 また、上記の授業目標で掲げられた体力についてもテキストを用いて理解し、それぞれのスポーツ種目の体力的な特性を理解する。最後に測定から得られたデータをPCのエクセルを用いて統計的な分析をも得する。</p>					
教科書・参考書					
<p>日本スポーツ協会公認スポーツ指導者養成テキスト 日本スポーツ協会公認スポーツプログラマー専門テキスト 文部科学省の新体力づくりHPを参照してください</p>					
受講時留意点、その他					
<p>【 全科目受講時共通事項 】※詳細は学生便覧受講における遵守事項参照</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 病気その他止むを得ない事由以外での欠席はしないこと。</li> <li>● 授業開始5分前には所定教室で待機し、指定された席で授業を受講すること。</li> <li>● 授業中は私語、および授業内容に関係のない行為は自粛すること。</li> <li>● 授業中の電子機器の使用は禁止する。但し、担当教員から許可を得た場合はこの限りではない。</li> <li>● 当番は授業前後の準備、整理を行うこと。教室、実習室の整理整頓、採光、換気、節電に努めること。</li> </ul> <p>※注意 授業開始時間後の入室は職員室にて「授業開始後入室における聴講申請書」を記入し、記入した用紙を担当講師に手渡しして下さい。授業の聴講は許可しますが、出席簿は「欠席」扱いとなります。(公共交通機関遅延により遅延証明書がある場合のみ出席とみなします)</p>					
成績評価方法					
評価方法	評価割合 (%)	具体的な評価の方法、観点 など			
定期試験					
その他	100	出席日数とレポート、ポートフォリオなど提出物の出来栄で評価する。積極的な授業態度を期待する			
(合計)	100				

回数	開講 予定日	テーマ、内容、キーワード 教科書、配布資料	授業日誌	開講日	担当教員 (備考)
1		オリエンテーション		/	松家 戸田
2		体力測定法①		/	松家 戸田
3		体力測定法②		/	松家 戸田
4		測定結果の処理①		/	松家 戸田
5		測定結果の処理②		/	松家 戸田
6		体力評価とスポーツプログラム①		/	松家 戸田
7		体力評価とスポーツプログラム②		/	松家 戸田
8		体力テストとその活用①		/	松家 戸田
9		体力テストとその活用②		/	松家 戸田
10		まとめ		/	松家 戸田