

科目名	スポーツ医学概論							年度	2026	
英語科目名	Introduction to Sport Medicine							学期	後期	
学科・学年	スポーツトレーナー科三年制	1年次	必/選	必	時間数	15	単位数	1	種別※	講義
担当教員	後藤		教員の実務経験		無	実務経験の職種				

【科目の目的】

スポーツを指導するに際して、スポーツ活動に伴う病気やけがについての医学的な基礎知識を学びます。スポーツと健康の関係性をはじめ、スポーツ活動中に多いケガや病気とその発生メカニズム、発生リスクおよび予防法を中心に学習します。また、障害発生時の救急処置などスポーツ指導者に必要なスポーツ医学基礎についての概要を学びます。日本スポーツ協会公認スポーツ指導者の資格取得に必要な共通科目。アスレティックトレーナー、ジュニアスポーツ指導員、水泳指導員、テニス指導員、テニス教師などの資格取得には必須の科目です。

【科目の概要】

スポーツと健康、スポーツ活動中に多いケガや病気、アスリートの健康管理と内科的障害と対策、呼吸循環器系の働きとエネルギー供給、アンチドーピング、スポーツによる精神障害などについて学びます。

【到達目標】

- A. スポーツと健康の関わりについて十分理解している。
- B. スポーツ活動に多い病気（内科的疾患）およびケガ（外科的疾患）の概要とその発症機構やリスク、予防法について十分理解している。
- C. スポーツ活動中に発生した病気（内科的疾患）やケガ（外科的疾患）に対する応急処置とリハビリテーションの概要について十分理解している。

【授業の注意点】

授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができません。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック評価	レベル3 優れている		レベル2 ふつう		レベル1 もう少し
到達目標 A	スポーツと健康の関わりについて十分理解している。		スポーツと健康の関わりについてある程度理解している。		スポーツと健康の関わりについて理解していない。
到達目標 B	スポーツ活動に多い病気（内科的疾患）およびケガ（外科的疾患）の概要とその発症機構やリスク、予防法について十分理解している。		スポーツ活動に多い病気（内科的疾患）およびケガ（外科的疾患）の概要とその発症機構やリスク、予防法についてある程度理解している。		スポーツ活動に多い病気（内科的疾患）およびケガ（外科的疾患）の概要とその発症機構やリスク、予防法について理解していない。
到達目標 C	スポーツ活動中に発生した病気（内科的疾患）やケガ（外科的疾患）に対する応急処置とリハビリテーションの概要について十分理解している。		スポーツ活動中に発生した病気（内科的疾患）やケガ（外科的疾患）に対する応急処置とリハビリテーションの概要についてある程度理解している。		スポーツ活動中に発生した病気（内科的疾患）やケガ（外科的疾患）に対する応急処置とリハビリテーションの概要について理解していない。
到達目標 D					
到達目標 E					

【教科書】

JSPOリファレンスブック

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】

筆記・平常点

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		スポーツ医学概論			年度	2026
英語表記		Introduction to Sport Medicine			学期	後期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	スポーツ医学概論	スポーツと健康	1 スポーツと健康について	スポーツと健康の関係について理解する	1	
2	加齢	スポーツと健康	1 スポーツと加齢について	スポーツと加齢について理解する	1	
3	健康	健康とは	1 健康の定義	健康の定義について理解する	1	
4	運動	身体活動の必要性	1 身体活動の必要性	身体活動の必要性についての理解する	1	
5	内科的疾患	スポーツと内科的疾患	1 スポーツと内科的疾患について	スポーツと内科的疾患（慢性疾患・急性期疾患）について理解する	1	
6	外科的疾患	スポーツと外科的疾患	1 スポーツと外科的疾患について	スポーツと外科的疾患（急性期）およびスポーツ障害について理解する	1	
7	救急対応	各種救急対応	1 救急蘇生法 心停止 ファーストエイド	救急蘇生法について理解する 心停止の対応とその予防について理解する ファーストエイドについて理解する	1	
8			1 救急体制 RICE処置 応急処置	緊急体制マニュアルについて理解する RICE処置について理解する 手当と応急処置について理解する	1	
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考等