

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	スポーツ健康学科三年制 スポーツインストラクターコース 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		有	実務経験の職種		大学講師		
【科目の目的】									
<p>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の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です。</p>									
【科目の概要】									
<p>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。</p>									
【到達目標】									
<p>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。</p>									
【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5 優れている	レベル4 よい	レベル3 ふつう	レベル2 あと少し	レベル1 要努力				
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】									
必要に応じて適宜資料を配布します									
【参考資料】									
【成績の評価方法・評価基準】									
試験と課題を総合的に評価します。積極的な授業参加度、授業態度によって評価します。									
※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	3	
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	3	
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	3	
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	3	
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	3	
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	3	
7	救急対応	各種救急対応	1 救急蘇生法	救急蘇生法について理解する	3	
2 心停止			心停止の対応とその予防について理解する			
3 ファーストエイド			ファーストエイドについて理解する			
8			1 救急体制	緊急体制マニュアルについて理解する	3	
2 RICE処置			RICE処置について理解する			
3 応急処置			手当と応急処置について理解する			
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