

Course No.	講義科目 (テーマ)	講義内容	教員名
1	動作の発達について	ヒトの動作の発達について学習をします。特に、昨今の子どもたちにおける能力の低下が著しい「投げる」動作に関して、自らの研究結果を示しながら能力向上の方法を考えていきます。	教授 浅野 幹也 (あさのみきや)
2	現場に生かす スポーツ心理学実践テクニック	チャンピオンシップを目指すスポーツを行っている場合、パフォーマンスを上げるにはどうしたらいいか、試合で実力を発揮するにはどうしたらよいか、を具体的に解説します。	教授 氏原 隆 (うじはら たかし)
3	「あがり」とは？ ー緊張を味方にしようー	「あがり」とは何か、そのメカニズムを解説し、克服法を学びます。	教授 氏原 隆 (うじはら たかし)
4	スポーツ傷害について	“スポーツにケガはつきもの”という言葉があります。しかし、スポーツ傷害を知ることによりケガは予防でき、もしケガをした場合でも早期に復帰することができます。スポーツ傷害の種類、予防、治療について説明します。	教授 近藤 精司 (こんどう せいじ)
5	プロサッカーチームでの メディカルサポート	プロサッカーチームでは、裏方とよばれる様々な人達が選手を支えています。その中で選手の体のケアとサポートにあたっているアスレティックトレーナーの仕事を紹介します。	教授 近藤 精司 (こんどう せいじ)
6	テーピング実習 (基礎)	基礎知識、注意点、テープの扱い方、テープの種類及びツール、基礎テクニックを学びます。	教授 佐藤 丈能 (さとう たけよし)
7	テーピング実習 (応用)	種目特性に応じた外傷・障害 (シンスプリント、ジャンパーズニー、ランナーズニー、アキレス腱炎等) に対してのテーピングテクニックを学びます。	教授 佐藤 丈能 (さとう たけよし)
8	誰でもできる 「科学的トレーニング」	トレーニングの内容は、対象 (アスリート? 高齢者?) や目的 (パフォーマンス向上? ダイエット?)、競技 (サッカー? マラソン?) によって大きく異なります。日々のトレーニングを決める科学的な根拠について解説します。	教授 宮澤 太機 (みやざわ たいき)
9	自分の価値観を知り、自己開示する ～コミュニケーション～	自分の価値を可視化し、改めて自分を知ってみましょう。自分の価値観をみんなにシェアすることによって、よく知っている仲間の新たな面を発見することができるかもしれません。この出前授業に関しては教員の方にも参加していただき、生徒さんたちと一緒に自己開示してみましょう。自己開示はコミュニケーションの初めの一歩です。	准教授 今井 美希 (いまい みき)
10	科学的認識を育てる保健学習	身近な健康問題について、簡単な実験などを通して俯瞰し、認識レベルの「わかる」から行動レベルの「できる」への変容をねらいます。	准教授 上島 久明 (うえじま ひさあき)
11	姿勢は筋肉によって作られる ～筋肉の動きをおぼえて、 簡単エクササイズしてみよう～	猫背、反り腰、X脚、O脚どれか当てはまるものはありませんか? これらの姿勢は、骨よりも筋肉の付き方や緊張の強弱によって作られています。筋肉の付き方や動きを理解し、簡単な運動で調整することを学びます。	准教授 西沢 富江 (にしざわ とみえ)
12	武道と国際交流	日本の伝統文化である武道が国際交流に果たす役割について自らの経験や体験を交えて講義を行います。	准教授 松本 秀彦 (まつもと ひでひこ)
13	パフォーマンス向上 のためのきっかけ作り	競技者にとってパフォーマンスを向上させたいという気持ちは、どんな競技でも共通である。パフォーマンス向上のきっかけを得るために、様々な最先端の測定機器を使った事例を紹介します。	准教授 水谷 未来 (みずたに みらい)
14	トップアスリートの経験を得て	オリンピック直前大きな怪我に見舞われ、一度は競技を辞めようと思ったところからの人生の立ち直り。今、競技を頑張っている人はもちろん、競技を支える人たちのためのアドバイスを紹介します。	助教 寺本 明日香 (てらもと あすか)