

番号	キーワード	テーマ	講義者	学科及び職階	内容
Q-1	スポーツ学	ヒトや動物が俊敏で正確な動きができる理由	藤川 智彦	健康情報学部/医療工学専攻 教授	スポーツをするときの基本姿勢は重要と言われます。例えば、スポーツにおいて俊敏に前後左右に安定して移動するには膝を曲げて中腰になるなど、自然とその姿勢に近づきます。これはヒトが必ず持っている筋の駆動メカニズムの効果が大きく関与しています。この筋の駆動メカニズムについて紹介します。
Q-2	スポーツ学	スポーツ選手の健康管理	小柳 磨毅	健康情報学部/理学療法学専攻 教授	スポーツで起こりやすい外傷(ケガ)や熱中症などを知り、その対応や予防に必要な知識を学びます。救急処置の行い方、ウォーミングアップやクーリングダウンの意義や内容、予防に効果のあるトレーニングやテーピングなどを紹介します。
Q-3	スポーツ学	スポーツ傷害予防に対する装具の効果	成 俊弼	健康情報学部/理学療法学専攻 講師	スポーツ傷害予防に対する装具は膝や足を中心に数多く販売されています。しかし、その効果や有効性、適切な装着方法を理解せず、使用していることがあります。そこで、代表的なスポーツ傷害に用いる装具の効果や適切な装着方法などを紹介します。
Q-4	スポーツ学	クラブ活動の健康支援	森下 聖	健康情報学部/理学療法学専攻 特任講師	健全な成長期を支援する目的でクラブ活動支援を実施しています。一人一人に対応した個別相談と指導、クラブ単位での傷害予防講義と評価および実技指導を行っており、その取り組みについて、解説します。
Q-5	スポーツ学	レクリエーションの学び～楽しさをおしたころの元気づくり～	中井 聖	健康情報学部/スポーツ科学専攻 教授	レクリエーションやスポーツ・レクリエーションを体験し、楽しい活動を通してコミュニケーションを促進し、信頼関係を作って良好な集団づくりを図る方法や理論の基礎について学びます。
Q-6	スポーツ学	健康分野におけるICT技術	中村 英夫	健康情報学部/スポーツ科学専攻 准教授	近年、ICT技術をスポーツに応用する事例が増えています。アメリカでは野球の分析にセイバーメトリクスが利用され、単なるスポーツ分析にとどまらず、チーム運営に利用することで成績を向上させる活用がされています。講義では、セイバーメトリクスの話題を中心に健康スポーツ分野におけるICT活用方法についてさまざまな事例を紹介していきます。
Q-7	スポーツ学	健康なからだをつくるための体力とトレーニング方法	太田 暁美	健康情報学部/スポーツ科学専攻 教授	近年、メタボリックシンドロームをはじめとする生活習慣病対策として、あらためて運動の重要性が説かれています。何か運動を始めてみようとしたときに、どのような体力を向上させればよいのか、どのような方法で行えば効果的なのでしょうか。最近のトピックを紹介しながら解説します。
Q-8	スポーツ学	スポーツにおける生体情報の活用 ー身体特性と運動能力の評価ー	市谷 浩一郎	健康情報学部/スポーツ科学専攻 准教授	近年、ウェアラブルセンサの普及によって、心拍数などの生体情報が容易に収集できるようになり、健康づくりやレジャーなどでも活用されています。スポーツの場でも様々な情報を活用することが求められており、身体に関する評価も多くのデータが計測され、その情報が安全性の確保や競技力向上に役立っています。本講義では、身体の特性を紹介しつつ、スポーツ場面で重要となる能力を取り上げ、自身の能力を測定し、得られた情報の評価を行います。
Q-9	スポーツ学	神経科学:アスリートの脳科学	松長 大祐	健康情報学部/スポーツ科学専攻 特任講師	トップレベルで活躍するアスリートが優れているのは身体機能だけではありません。近年、報告されているアスリートの脳機能を紹介しつつ、運動が脳に与える影響について学びます。
Q-10	スポーツ学	身体やスポーツの文化的理解	神野 周太郎	健康情報学部/スポーツ科学専攻 特任准教授	私たちが普段何気なく行う身体の振る舞いやスポーツ活動は文化的な特徴をもっていますが、当たり前すぎて気づくことがありません。そこで、諸外国の文化とも比較しながら私たちの身体的所作やスポーツ活動に現れる「文化性」を浮き彫りにしていきます。それを通して運動やスポーツが私たちに与える意味や価値があるのかを考えます。

番号	キーワード	テーマ	講義者	学科及び職階	内容
Q-11	スポーツ学	スポーツ心理学 運動学習・制御	廣光 佑哉	健康情報学部／スポーツ科学専攻 特任講師	私達ヒトはどのように情報を取得し、その情報を覚えていくのでしょうか。運動を学習する過程で記憶がどのように定着し、忘却されていくのか、スポーツ心理学の観点からお話します。