

講義名	対)研究演習		
講義コード	55416	授業形態	演習
担当教員	大島 秀武		
開講期・曜日・時限	通年 金曜日 5時限		
備考			

ゼミ
健康体力学
学部
人間社会学部
学科
人間健康学科
演習名
健康体力学

概要説明
「運動を科学する」をテーマに「運動・スポーツが人々の健康づくりにどのように貢献できるのか」について考えていきます。 「スポーツ」といっても、「競技スポーツ」、「健康スポーツ」、「生涯スポーツ」、「レクリエーションスポーツ」、など、いろんなスポーツがあります。また、「健康」という言葉も単に病気でないというだけでなく、身体的側面や精神的側面などあらゆる捉え方が必要です。 子どもからアスリート、高齢者まで、一人ひとりの目的に応じた運動・スポーツの実践・指導・評価方法について研究していきます。

学位
博士（学術）

教員よりの要望
運動することが好きな人、スポーツを観ることが好きな人、自分の疑問・興味を深く追及してみませんか？「腹筋運動をするとお腹はスリムになるの？」、「運動は朝にすると夜にするのとどちらがいいの？」、一つひとつの素朴な疑問を深く分析し、解決する力を身につける必要があります。ゼミを通じて身体と頭を使い、自分をアピールできる人になってほしいです。

教員英字氏名
Yoshitake Oshima
研究室
5 4 3 2 研究室
最終学歴
大阪市立大学大学院 後期博士課程修了
主な研究活動・社会活動・研究業績

現在の研究テーマ 肥満者の身体組成評価および減量方法に関する研究 日常生活の身体活動量測定に関する研究
< 最近の論文発表 > ● 加速度計で求めた「健康づくりのための運動基準2006」における身体活動の目標値（23メッツ・時/週）に相当する歩数 体力科学 No.61, pp193-199, 2012. ● Effect of weight-loss program using self-weighing twice a day and feedback in overweight and obese subject: A randomized controlled trial, Obesity Reseach & Clinical Practice
< 最近の学会発表 > ● 家庭での体重測定回数の違いが減量を促進するか？ - ランダム化比較試験 - 日本肥満学会 第30回大会 ● 健康づくりのための身体活動量の基準値（23エクササイズ）と歩数の関係 日本体力医学会 第65回大会 ● 加速度計を用いた身体活動量評価の信頼性・妥当性 日本体力医学会 第65回大会

主な卒業論文のタイトル
野球のポジション別に見た体格・体力特徴の違い バットスイングのスピードと部位別筋肉量との関係性 階段歩行による筋力トレーニング効果 自主活動グループ所属高齢者の体力特徴 高齢者のスクエアステップエクササイズにおける各パターン遂行速度の特徴 リュックサックを背負った坂道歩行時の生体負担に関する研究 子どもの基礎体力およびコーディネーション体力の性差 指タッピングによるリズム特性について

趣味・特技

所属
人間社会学部 人間健康学科
所属学会
日本体力医学会， 日本体育学会， 日本運動生理学会， 日本肥満学会， 日本公衆衛生学会， アメリカスポーツ医学会

専門分野
運動生理学， 運動処方

選考方法
演習申込書および面接によって選考します。

担当科目
健康生理学， 健康運動科学理論，健康運動科学実習，トレーニング科学理論，トレーニング科学実習，運動指導技術演習B， 野外活動演習， 研究演習， 研究演習， 卒業研究

備考

評価方法
出席、課題（レポート、プレゼンテーションなど）、ゼミ活動に対する積極性などから評価します。

実務経験の有無及び活用