

# スポーツドクター招聘授業

乙訓高等学校ではスポーツ健康科学科を中心として高校と大学が連携した高大連携授業、企業の研究者の方をお招きして講演会を行う産学連携授業、医師をお招きしてスポーツドクター招聘授業を展開しています。

平成31年1月10日（木）対象：スポーツ健康科学科1年生

「スポーツ障害の基礎知識～発育・発達段階に応じた傷害の予防について～」

国立病院機構 京都医療センター 中川 泰彰 先生

こどもから青少年にいたる発育・発達期の特徴、成長速度にあわせた練習方法が大切なこと、また、発育発達期を考慮しない運動が将来に体に対して悪影響があるということを丁寧に説明いただきました。

また、生涯スポーツを進めていくうえで、中高年においてスポーツ障害の予防の大切さ、自分の体をよく知るためのチェック方法について詳しく説明いただきました。



