

高大連携授業

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・専門学校と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を展開しています。

日時：令和3年11月18日（火）

対象：スポーツ健康科学科1年生

内容：「バイオメカニクス～動けるからだの作り方～」

講師：びわこ成蹊スポーツ大学高橋佳三先生

運動を起こす際に重力を利用すると床から大きな力を得ることができます。また、その大きな力を前後・左右・垂直方向に効果的に伝えるためには体の使い方が重要になってきます。

体の構造・動きの仕組みを理解することは競技スポーツの場面だけではなく、日常生活動作を含めたあらゆる身体運動につながります。

今回は古武道の要素をヒントに取り入れながら動きの仕組みを体感する授業でした。

※新型コロナ感染対策をして実施しました。



