

スポーツ科学部

春までに読んでおきたい！

大学生活に役立つ

オ ス ス メ 図 書

※書籍の価格は実際と異なる場合があります。
購入される場合は各自ご確認ください。

スポーツマネジメント学科

オススメ
01

実践スポーツ ビジネスマネジメント —劇的に収益力を高める ターンアラウンドモデル(2017)

日経BP 小寺昇二 著
本体価格2,800円

プロ野球球団の事業再生を手掛けた著者が、その過程について体系的に解説している。スポーツ興行団の財務構造やビジネスモデルを理解するのも役立つ書籍である。

オススメ
02

ビジネス学への招待 (2023)

中央経済社 植田 和男 荒井 弘毅 編著
本体価格2,700円

スポーツマネジメントの親学問である「経営学」「マーケティング」「経済学」などについて、初学者向けの知識を一冊で学ぶことができる。

これからスポーツをビジネスや産業として捉える視座を養う上で役立つ書籍である。

スポーツ健康科学科

オススメ
01

健康長寿のための医学

岩波新書 井村 裕夫 著
本体価格760円

我々の日常生活上の行動が健康に与える影響について解明されつつある。本書は最新の研究成果をまとめたもので、特に非感染性疾患に関して、遺伝、周産期、カロリー摂取などの観点から一般人向けに解説している。

オススメ
02

子どもがやる気になる!! スポーツ指導

学文社 佐藤 善人 著・編集
本体価格1,700円

スポーツ・運動部活動・体育授業等、子どものスポーツにかかわる指導者や保護者に向けた書籍。教育学・心理学・スポーツバイオメカニクス等、さまざまな観点から子どもの「やる気」の引き出し方が提案されている。

トレーナー学科

オススメ
01

令和版基礎から学ぶ! スポーツ障害(2020)

ベースボールマガジン社 鳥居 俊 著
本体価格1,800円

ケガの発生メカニズムから、症状、治療法、予防法までが、基礎編・臨床編として丁寧に解説されている。スポーツ医学の進歩を反映し、令和版として改訂された指南書である。

オススメ
02

アスリートのための解剖学: トレーニングの効果を最大化する 身体の科学(2020)

草思社 大山下 圭悟 著
本体価格2,400円

トレーニングに必要な解剖学について、実践的・機能的に解説した入門書である。部位ごとにスポーツパフォーマンスとの関連に特化した内容で、最新のスポーツ科学の知見にもとづきつつ、「身体の中にある感覚」を踏まえた、読書で学ぶ解剖書である。

スポーツ教育学科

オススメ
01

スポーツ科学の教科書 —強くなる・うまくなる近道

岩波ジュニア新書 谷本 道哉 編著
本体価格840円

中学・高校生向けに書かれた本ではあるが、内容的には十分に読み応えがある。スポーツ科学部で学ぶ専門科目への導入、これまでのスポーツ科学の成果が概観できる。

オススメ
02

子どものスポーツ格差 —体力二極化の原因を問う

大修館書店 清水 紀宏ほか 著
本体価格1,600円

スポーツ教育を学んでいく上で、子どもの体力に関わる問題について「社会問題」としてとらえて、その現状を知る・考えるための図書である。

競技スポーツ科学科

オススメ
01

現代スポーツは 嘉納治五郎から 何を学ぶのか —オリンピック・体育・柔道の 新たなビジョン

ミネルヴァ書房 菊 幸一 編著
本体価格2,800円

オリンピック・体育・柔道の新たなビジョン、揺れ動く日本スポーツ界の「東京2020」に向け、今こそ嘉納治五郎先生を通した原点回帰によって新ビジョンを描くための必読書である。

オススメ
02

トレーニングは 酸素不足との戦いである —2020東京オリンピック・ パラリンピックへむけた 最新のトレーニング理論—

編集工房ソシエタス 宮下 充正 著
本体価格1,000円

アスリート自身あるいは指導するアスリートにもっとも適したトレーニング方法について新しい研究成果を包含したハイブリッドなトレーニングの基礎となる知識を紹介している。