応用演習Ⅰ

科目ナンバリング　SEM-301
必修　　2単位

佐野村　学

1. 授業の概要（ねらい）

主にはスポーツ傷害に関する知識を深めること、そしてスポーツ傷害予防の為のスクリーニングテスト法やトレーニング法について学ぶとともにスポーツ傷害と身体特性との関連性について学修する。また、パフォーマンス向上のためのトレーニング法について、その理論と実際について学ぶ。これらの学修を通じて、興味ある事例をプレゼンテーション形式で発表する。その他、学術論文の読解力を身につける。

2. 授業の到達目標

スポーツ・健康に関する専門分野から、学生自身で課題を見つけ出し、主体的に学び考え、友人との討論等による意見を取り入れて問題を解決する能力やプレゼンテーション能力を身につける。

3. 成績評価の方法および基準

1）適切な学習課題の設定（10%）
2）情報の収集（文献・資料の解読）（20%）
3）整理・分析（情報活用と論理的思考）（20%）
4）積極的なグループ討論・プレゼンテーション（20%）
5）英語・外国語の解読（10%）
6）授業への積極的な取組み（20%）

4. 教科書・参考文献

参考文献

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第2巻 運動器の解剖と機能　日本スポーツ協会
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト　第3巻　スポーツ外傷・障害の基礎知識　日本スポーツ協会
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第5巻 検査・測定と評価　日本スポーツ協会
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト　第6巻　予防とコンディショニング　日本スポーツ協会
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト　第7巻　アスレティックリハビリテーション　日本スポーツ協会
JATIトレーニング指導者テキスト全3巻（理論編,実技編,実践編）　大修館書店

5. 準備学修の内容

授業内容に示してあるテーマに関連した項目について、参考書などを用いて該当する項を読んでおくこと。各項の内容の理解とともに、専門用語の意味を正確に理解しておくこと。また、本授業の学修のために運動器の機能解剖の知識が最低限必要とされる為、体幹、上肢、下肢の筋や骨格、関節について理解しておくこと。

6. その他履修上の注意事項

専門書を用いた学修をしっかり行うこと。スポーツ医学やスポーツ科学に関する専門用語の意味を正確に理解し、授業においては専門用語を用いたディスカッションが出来ることが求められる。

7. 授業内容

【第1回】　ガイダンスほか
【第2回】　スポーツ傷害の理解
【第3回】　スポーツ傷害予防の理解と実践について
【第4回】　スポーツ傷害予防のためのトレーニングの実際
【第5回】　各競技におけるスポーツ傷害予防プログラムとその実際
【第6回】　第2回から第5回までの授業内容に関連した学術論文の理解
【第7回】　スポーツ傷害予防のためのスクリーニング評価法Ⅰ（ドロップバーティカルジャンプテスト）
【第8回】　スポーツ傷害予防のためのスクリーニング評価法Ⅱ（片脚スクワットテスト）
【第9回】　スポーツパフォーマンスおよびスポーツ傷害と下肢アライメントとの関連性について
【第10回】　スポーツパフォーマンスおよびスポーツ傷害と上肢アライメントとの関連性について
【第11回】　第7回から第11回までの授業内容に関連した学術論文の理解
【第12回】　アライメント評価、測定とその実際
【第13回】　まとめと発表
【第14回】　まとめと発表
【第15回】　まとめと発表