

スポーツ解剖学 II

科目ナンバリング GEA-302
選択 2単位

1. 授業の概要(ねらい)

スポーツ指導者としてアスレティックトレーナーとして活動する場合には、身体の構造と機能について十分に理解をしておくことが求められる。

本授業では、スポーツ解剖学概論およびスポーツ解剖学 I で学習した内容をより専門的に学習する。姿勢やスポーツ動作、トレーニング、スポーツ傷害の具体例を取り上げながら、機能解剖学の知識がスポーツ現場でのアスレティックトレーナーとしての活動に活かせるようにしていく。

2. 授業の到達目標

機能解剖学的な視点で姿勢・スポーツ動作の評価ができるようにする。

機能解剖学を踏まえたスポーツ傷害の評価ができるようにする。

機能解剖学を踏まえたトレーニングの処方ができるようにする。

3. 成績評価の方法および基準

成績は、指定論文要約課題60点(20点×3)および期末レポート100点の合計160点で評価をする。

4. 教科書・参考文献

参考文献

ジョセフ・E・マスコリーノ 最新カラーリングブック 筋骨格系の解剖学 産調出版

Jane Johnson 姿勢アセスメント—セラピストのためのハンズ・オンガイド 医歯薬出版

Donald A.Neumann 筋骨格系のキネシオロジー—カラー版 医歯薬出版

5. 準備学修の内容

人体の骨・筋の名称、筋の起始・停止および機能は確実に覚えて参加すること。

3回指定した英語論文の要約課題を出題するので、積極的に取り組んでほしい。

6. その他履修上の注意事項

ただの暗記科目としておさえず、実践に活用できるように、機能解剖学をベースとした思考法を身につけてほしい。

授業内で実習をする際には積極的に取り組むこと。

7. 授業内容

- 【第1回】 オリエンテーション／エビデンス情報の検索と読み方
- 【第2回】 下肢の筋の理解と触診
- 【第3回】 上肢の筋の理解と触診
- 【第4回】 姿勢の保持と関節・筋の機能、共同する筋のグループ
- 【第5回】 運動に関係する知覚／脳の可塑性
- 【第6回】 脳振盪と身体機能
- 【第7回】 基本動作(体幹屈曲・伸展・側屈・回旋)と関節・筋の機能
- 【第8回】 胸郭の運動／呼吸
- 【第9回】 コアトレーニングのバリエーション
- 【第10回】 全身循環と解剖
- 【第11回】 歩行動作の分析
- 【第12回】 トレーニングと機能解剖
- 【第13回】 スペシャルテストと機能解剖
- 【第14回】 解剖学だけでは説明できない運動の考え方
- 【第15回】 まとめとテスト