

アスレティックリハビリテーション概論

科目ナンバリング SPS-107
選択 2単位

山本 明秀

1. 授業の概要(ねらい)

アスレティックリハビリテーションとは、傷害が起こってから、スポーツ活動時に要求される運動能力を、元の運動に充分耐えるだけのレベルに戻す事を目的としている。

この授業ではアスレティックリハビリテーションの基本的な知識や基本用語を講義形式で学び、3年次以降に学ぶアスレティックリハビリテーションⅠ～Ⅳなどの授業における基盤作りを行う。

2. 授業の到達目標

アスレティックリハビリテーションの基礎を身につける。

運動療法の基礎知識を身につける。

物理療法の基礎知識を身につける。

補装具についての基礎知識を身につける。

3. 成績評価の方法および基準

定期試験(100点満点)により評価するが、欠席1回につき4点の減点とする。

出席が授業実施回数の2/3に満たない場合は定期試験の受験資格は認められない。

定期試験の得点から欠席点を減点し、60点以上を合格とする。

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⑦アスレティックリハビリテーション』 日本スポーツ協会

5. 準備学修の内容

配布されたプリントの内容を復習しておくこと。

授業で説明された項目を実際のスポーツの現場でどのように実践されているのか確認すること。

6. その他履修上の注意事項

スポーツの現場などで、リハビリテーションの実際を見学する機会を積極的に作って欲しい。

本科目はアスレティックトレーナー志願者のみならず、トレーニング指導者や体育教員を目指す学生も積極的に参加して欲しい。

7. 授業内容

- 【第1回】 ガイダンス:この授業の目的・到達目標・受講上の注意点
- 【第2回】 アスレティックリハビリテーションの概要
- 【第3回】 関係職種と役割・実施上の留意点
- 【第4回】 アスレティックリハビリテーションにおけるエクササイズの目的
- 【第5回】 筋力エクササイズを行う際に必要な評価とプログラミング
- 【第6回】 患部エクササイズと患部以外の身体部位へのエクササイズ
- 【第7回】 フリーウエイトを用いたエクササイズ
- 【第8回】 神経筋協調性回復・向上エクササイズ
- 【第9回】 運動制約期のエクササイズ
- 【第10回】 物理療法の概論と温熱療法
- 【第11回】 寒冷療法の実際
- 【第12回】 電気刺激療法と超音波療法
- 【第13回】 補装具とは
- 【第14回】 足底挿板について
- 【第15回】 まとめ・テスト