

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について学ぶ
- 【第3回】 関係職種と役割・実施上の留意点について学ぶ
- 【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について学ぶ
- 【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について学ぶ(LMS上での授業)
- 【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について学ぶ
- 【第7回】 フリーウエイトを用いたエクササイズについて学ぶ
- 【第8回】 神経筋協調性回復・向上エクササイズについて学ぶ
- 【第9回】 運動制約期のエクササイズについて学ぶ
- 【第10回】 物理療法の概論と温熱療法について学ぶ
- 【第11回】 寒冷療法の実際について学ぶ
- 【第12回】 電気刺激療法と超音波療法について学ぶ
- 【第13回】 補装具について学ぶ
- 【第14回】 足底挿板について学ぶ
- 【第15回】 まとめ・テスト