

応用演習 I

科目ナンバリング SEM-301
必修 2単位

山本 明秀

1. 授業の概要(ねらい)

本講義では、スポーツチームと関わる際に、どのような方法で傷害発生を予防できるのか、スクリーニングの方法と伝わりやすいフィードバックの見せ方とはどのようなものなのかを学ぶ。また、パフォーマンス向上のためにどのような観点でトレーニングメニューを立案すれば良いのかというテーマについても学ぶ。これらの事柄についてプレゼンテーションを行い、ディスカッションすることにより、プレゼンテーション能力を身につける。

2. 授業の到達目標

対象者の特性を理解した上での、スクリーニング、トレーニングメニューなどを提案し、学生同士での意見交換などを行って課題を明らかにし、問題解決の方法を探れるようになる。

3. 成績評価の方法および基準

- 1) 学習課題の設定(10%)
- 2) 情報の収集(文献、資料の解読、実験データの取得)(20%)
- 3) 情報の整理・分析(20%)
- 4) 発表・討論(20%)
- 5) レポート(20%)
- 6) 英文解読(10%)

4. 教科書・参考文献

教科書

必要に応じて資料配布

5. 準備学修の内容

関連分野についての専門書などに目を通しておくこと。また、本講義では運動器の機能解剖を理解していることが前提となるため、不安な者は十分に復習をしておく必要がある。

机上の学修のみではなく、できるだけ実際に身体を動かして理解を深めて欲しい。

6. その他履修上の注意事項

受け身の授業ではないため、積極的に発言を行うこと。

遅刻・欠席は原則認めていないため、事象が生ずる前に事前相談すること。

7. 授業内容

- 【第1回】 ガイダンス:本講義での目的、到達目標、受講上の注意など (LMS上での授業)
- 【第2回】 スポーツと傷害について
- 【第3回】 傷害予防のためのスクリーニング
- 【第4回】 適切なフィードバック方法について(LMS上での授業)
- 【第5回】 スポーツ選手へのスクリーニングの実際(文献調査)
- 【第6回】 スポーツ選手へのスクリーニングの実際(各自の経験)
- 【第7回】 スクリーニング、フィードバックの実際における課題
- 【第8回】 スポーツ障害予防のためのテーピング法
- 【第9回】 テーピング法についての発表
- 【第10回】 スポーツ障害予防のためのトレーニング法
- 【第11回】 高齢者に対するスクリーニングについて
- 【第12回】 リスク管理
- 【第13回】 学術論文を読み、スライドを用いて発表①
- 【第14回】 学術論文を読み、スライドを用いて発表②
- 【第15回】 まとめ