

テーピング論

科目ナンバリング SPS-108

選択 2単位

佐保 泰明・永井 将史・松永 悠希・
加藤 基・大川 靖晃・松田 匠生

1. 授業の概要(ねらい)

テーピングとは、ケガの応急処置、再発防止、予防などを目的とし、粘着テープ、伸縮性粘着テープなどを用いて主に関節を補強するものである。ここでは、足部、足関節、アキレス腱、シンスプリント、膝関節、肘関節靱帯損傷、手関節捻挫、指関節に対するテーピングについて、講義を交えながら実際に実習を行い、実践力を身につける。また、効果的なテーピングのために必要となる、解剖学、スポーツ医学などの専門的知識も同時に身につける。

2. 授業の到達目標

- ・テーピングの目的や効果、注意点について正しい理解をする。
- ・各関節の傷害に対して、正しいテーピングを巻くことができる。

3. 成績評価の方法および基準

実技試験80%、課題等20%で評価する。

4. 教科書・参考文献

教科書

財団法人日本スポーツ協会 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 文光堂

5. 準備学修の内容

実技を行う部位を事前に指示するので、解剖学、運動学について理解しておく。

6. その他履修上の注意事項

実技にふさわしい服装で参加すること。

7. 授業内容

- 【第1回】 オリエンテーション:テーピング概論について学修する
- 【第2回】 足部のテーピング1:足部アーチに対するテーピング法を学ぶ
- 【第3回】 足部のテーピング2:外反母趾・踵に対するテーピング法を学ぶ
- 【第4回】 足関節のテーピング1:足関節に対する基本的なテーピング方法を学ぶ
- 【第5回】 足関節のテーピング2:クローズドバスケットウィーブのテーピング方法を学ぶ
- 【第6回】 足関節のテーピング3:足関節に対する伸縮テープ用いた方法を学ぶ
- 【第7回】 足関節のテーピング4:オープンバスケットウィーブのテーピング方法を学ぶ
- 【第8回】 足関節のテーピング5:底背屈制限、アキレス腱のテーピング方法を学ぶ
- 【第9回】 膝関節のテーピング:内側側副靱帯損傷に対するテーピング方法を学ぶ
- 【第10回】 膝関節のテーピング:前十字靱帯損傷に対するテーピング方法を学ぶ
- 【第11回】 大腿部・下腿部のテーピング:肉ばなれ、打撲に対するテーピング方法を学ぶ
- 【第12回】 肩関節に対するテーピング方法を学ぶ
- 【第13回】 肘関節に対するテーピング方法を学ぶ
- 【第14回】 手関節・指関節に対するテーピング方法を学ぶ
- 【第15回】 まとめ・実技試験