

Therapeutic Exercise ; Practice

Syllabus Number

7B301

Major Core Courses

Elective 2 credit

FUJII HIROAKI

No localized syllabus found / Showing original

1. Course Description

スポーツ現場で広く用いられる治療技術を学ぶとともに、対象者に的確な指導を行うためのスキルをグループワークやペアワークを通して身に付けます。また、実技内容を深く理解するため、治療技術の基礎理論についても学びます。この授業は、柔道整復学科ディプロマポリシー2に関連します。

2. Course Objectives

スポーツ現場において、以下の内容を的確に実践・指導できるようになることを目標とします。

- (1) アクティブIDストレッチング
- (2) MMT
- (3) マッサージ
- (4) スポーツPNF

3. Grading Policy

中間実技試験(30%)、筆記試験(40%)、期末実技試験(30%)により評価します。
全体の60%以上を取得した者を合格とします。
全授業回数の2/3以上の出席がない学生の評価は行いません。
なお、試験の結果は次週の授業の際、フィードバックをします。

4. Textbook and Reference

Textbook

毎回資料を配布します。

5. Requirements(Assignments)

<準備と予習>また、解剖学(特に骨格筋の構造)や生理学(特に神経機構)の知識が必要となるので、あらかじめ学習しておいてください(1時間程度)。
<復習>毎時間の学修内容について、友人同士で練習しておいてください(2時間程度)。

6. Note

実技編の授業には、動ける服装で臨んでください。

※本授業は計22回で構成されます。(実技編:計15回、理論編:計7回)

7. Schedule

- [1] 理論編:オリエンテーション
- [2] 理論編:IDストレッチングの基礎理論
- [3] 実技編:IDストレッチング・特殊テクニック(入門)
- [4] 実技編:アクティブIDストレッチング(上肢:前半)
- [5] 実技編:アクティブIDストレッチング(上肢:後半)
- [6] 実技編:アクティブIDストレッチング(下肢:前半)
- [7] 実技編:アクティブIDストレッチング(下肢:後半)
- [8] 実技編:アクティブIDストレッチング(体幹)
- [9] 理論編:鎮痛に関する理論
- [10] 実技編:中間実技試験とフィードバック
- [11] 理論編:MMTの基礎理論
- [12] 実技編:MMTの実践
- [13] 理論編:マッサージの総論
- [14] 実技編:マッサージの各論①(頸部、肩部)
- [15] 実技編:マッサージの各論②(背部、腰部、殿部)
- [16] 実技編:マッサージの各論③(上肢、下肢)
- [17] 理論編:PNFの基礎理論
- [18] 実技編:PNF(上肢パターン)
- [19] 実技編:PNF(下肢パターン)
- [20] 実技編:PNF(体幹パターン)
- [21] 理論編:筆記試験とまとめ
- [22] 実技編:期末実技試験とフィードバック