

# スポーツ障害柔道整復学演習

専門 選択 2単位

庄司 智則

## 1. 授業の概要(ねらい)

各種スポーツにおいて発生する頻度の高い障害について、その病態把握から発生機序について確認し、それぞれのアスレティックリハビリテーションの方法を学ぶと同時に、新たな方法を創造するためのディスカッションを行います。また多くのスポーツ外傷・障害と関連の深い体幹部の固定法や可動性向上プログラムについて詳しく実習します。この授業では主にディプロマポリシー1・2・3に関連したスポーツ医科学の知識、技法を修得します。

## 2. 授業の到達目標

本授業の目標は、運動器の機能解剖を理解した上で、スポーツ障害について正しい機能評価を実践でき、アスレティックリハビリテーション(以下、アスリハ)プログラムの作成ならびに実際に指導が行えるような知識・技術を身につけることです。具体的には、以下の点を到達目標とします。

①柔道整復師として臨床現場に直結する、スポーツによる外傷や障害の多くの事例についてリストアップできる。

②主なスポーツ障害の病態および発生機序について説明できる。

③各種アスレティックリハビリテーションを組み立てられる。

④各種アスレティックリハビリテーションの動作指導ができる。

⑤スポーツ障害の予防方法について指導できる。

⑥アスレティックリハビリテーションの各種動作におけるリスク管理を説明できる。

また、授業時の質問に対してグループディスカッションやペアワークを行うことにより、プレゼンテーション能力を身につけます。

## 3. 成績評価の方法および基準

①授業内評価(30%)、②期末の試験(70%)

①、②の合計点で60点以上を合格とします。

中間アンケートの結果をもとに、全体に対するフィードバックを行います。

## 4. 教科書・参考文献

教科書

必要に応じて資料を配布します。

## 5. 準備学修の内容

総合的な科目ですので、これまでに学修してきた機能解剖学、スポーツ外傷・障害やトレーニング科学などの知識がベースとなるので、予め復習しておいて下さい。

具体的には、授業前の予習として1.5時間程、次回授業予定の対応する配布資料を読み、キーワードについて前以て調べておくと同時に、機能解剖などについて復習をしてください。

また復習として1.5時間程、授業内容について教科書を見ずに自分の言葉で説明し、さらに実践できるようにしてください。

## 6. その他履修上の注意事項

### 7. 授業内容

- 【第1回】 アスレティックリハビリテーション総論
- 【第2回】 各種スポーツにおけるスポーツ外傷・障害の総論
- 【第3回】 体幹部におけるスポーツ外傷・障害の基礎を学ぶ
- 【第4回】 体幹部のアスレティックリハビリテーション1:機能解剖からみたアスレティックリハビリテーション
- 【第5回】 体幹部のアスレティックリハビリテーション2:病態の把握から問題点の評価について学ぶ
- 【第6回】 体幹部のアスレティックリハビリテーション3:具体的アスレティックリハビリテーションについて学ぶ(理論)
- 【第7回】 体幹部のアスレティックリハビリテーション4:具体的アスレティックリハビリテーションについて学ぶ(実技)
- 【第8回】 球技におけるスポーツ外傷・障害の基礎を学ぶ
- 【第9回】 投球障害1:病態の把握から代償運動について学ぶ
- 【第10回】 投球障害2:具体的アスレティックリハビリテーションについて学ぶ(理論)
- 【第11回】 投球障害3:具体的アスレティックリハビリテーションについて学ぶ(実技)
- 【第12回】 下肢のスポーツ障害1:病態の把握から受傷機転について学ぶ
- 【第13回】 下肢のスポーツ障害2:具体的アスレティックリハビリテーションについて学ぶ(理論)
- 【第14回】 下肢のスポーツ障害3:具体的アスレティックリハビリテーションについて学ぶ(実技)
- 【第15回】 試験とまとめ