

科目名	メディカルトレーナー演習5								年度	2026
英語科目名	Medical trainer practice 5								学期	前期
学科・学年	スポーツトレーナー科三年制	3年次	必/選	選	時間数	30	単位数	2	種別※	演習
担当教員	林		教員の実務経験		有	実務経験の職種		アスレティックトレーナー		

【科目の目的】

健康のため、またスポーツ活動においてコンディショニングを調整する上で、身体の歪みを整える事は重要である。メディカルトレーナーとして、専門的に必要な整体の実践的なスキルやアロマを利用したアプローチ、健康のための運動療法プログラム作成と指導ができる。

【科目の概要】

メディカルトレーナーに必要な、整体等の実践的なスキルを身につけます。

【到達目標】

整体に関連する法律の理解を前提に、各種手技の理論・実技を実践。アライメントの評価、評価に基づき調整するために効果的な手技を選択し、そのアプローチで効果を出せるスキルを身につけます。

【授業の注意点】

授業に出席するだけでなく、社会への移行を前提とした受講マナーで授業に参加することを求めます。授業時数の4分の3以上出席しない者は評価することができません。服装は原則学校指定ウェアで参加し、その他使用物はその都度指示します。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック 評価	レベル3 優れている		レベル2 ふつう		レベル1 もう少し
到達目標 A	安全に適切な手技ができる		安全に適切な手技が概ねできる		安全に適切な手技を理解できる
到達目標 B	目的に応じた手技を選択し、口頭確認・呼吸や表情を見ながら手技の強弱をつけれる		目的に応じた手技を概ね理解し、口頭確認・呼吸や表情を見ながら手技の強弱をつけれる		口頭確認・呼吸や表情を見ながら手技の強弱をつけれる
到達目標 C	評価とプログラム作成ができ、手技や指導ができる		評価とプログラム作成が概ねでき、手技や指導ができる		評価とプログラム作成を理解し、手技や指導が概ねできる
到達目標 D					
到達目標 E					

【教科書】

必要に応じてプリントを配布

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】

レポート・平常点

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		メディカルトレーナー演習 5			年度	2026
英語表記		Medical trainer practice 5			学期	前期
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1	身体の診方・触り方	基本手技の理解	1 授業概要	授業内容についての理解	2	
			2 身体の診方	身体を整える基準を理解		
			3 基本手技	基本手技の理解		
2	足部・下腿の筋へのアプローチ	リラクゼーションテクニック	1 足部・下腿の筋への手技	適切な手技を実践できる	2	
3	下肢後面へのアプローチ	リラクゼーションテクニック	1 下肢後面への筋への手技	適切な手技を実践できる	2	
4	下肢内側・前面へのアプローチ	リラクゼーションテクニック	1 下肢内側・前面の筋への手技	適切な手技を実践できる	2	
5	下肢全体へのアプローチ	リラクゼーションテクニック	1 下肢全体の筋への手技	適切な手技を実践できる	2	
6	腰部・臀部へのアプローチ	リラクゼーションテクニック	1 腰部・臀部の筋への手技	適切な手技を実践できる	2	
7	腰背部へのアプローチ	リラクゼーションテクニック	1 腰背部の筋への手技	適切な手技を実践できる	2	
8	腰背部・臀部へのアプローチ	リラクゼーションテクニック	1 腰背部・臀部の筋への手技	適切な手技を実践できる	2	
9	腰背部・臀部・下肢へのアプローチ	リラクゼーションテクニック	1	適切な手技を実践できる	2	
10			1 腰背部・臀部・下肢の筋への手技	時間内で実践できる 流れが良い		
11	体幹・腰部への運動療法	予防・改善プログラム	1 考え方	考え方が理解できる	2	
			2 プログラム作成	プログラム作成ができる		
12	身体の診方		1 視診・問診	適切な視診・問診を理解できる	2	
			2 ROM・MMT	適切にROM・MMTの評価を理解できる		
			3 各種評価	適切な評価方法を理解できる		
13	腰部への総合的なアプローチ	プログラム	1 リラクゼーション	適切にプログラムを作成できる	2	
			2 運動療法			
			3 ストレッチ			
14	アプローチ		1 リラクゼーション	適切にアプローチできる	2	
			2 運動療法			
			3 ストレッチ			
15	まとめ	前期内容の振り返り	1 身体の診方	身体の診方とアプローチ案・基本手技の理解	2	

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等