

2020年度 日本工学院八王子専門学校											
スポーツトレーナー科三年制											
MTコンディショニング実習 1											
対象	3 年次	開講期	前期	区分	選	種別	実習	時間数	30	単位	1
担当教員	藤原			実務 経験	有	職種	アスレティックトレーナー				
授業概要											
各種コンディショニングに関する知識・技術を習得します。主に筋膜リリースのテクニック。											
到達目標											
メディカルトレーナーとして主に手技によるコンディショニングの手法を習得											
授業方法											
理論を学び、実技中心に実施											
成績評価方法											
レポート・平常点											
履修上の注意											
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。必要に応じてオイル・パウダーを準備して下さい。服装は学校指定ウェア。											
教科書教材											
必要に応じて配布											
回数	授業計画										
第1回	基本手技										
第2回	～6回下肢の筋膜リリース										
第7回	～11回腰背部の筋膜リリース										

2020年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツトレーナー科三年制	
MTコンディショニング実習 1	
第 1 2 回	～ 1 5 回上肢・頸部の筋膜リリース