

2023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											
アスレティック・リハビリテーション1											
対象	1年次	開講期	後期	区分	選	種別	講義	時間数	30	単位	2
担当教員	内田			実務 経験	有	職種	アスレティックトレーナー				
授業概要											
アスレティックリハビリテーションの考え方と運動療法の基礎について学びます。											
到達目標											
アスレティックリハビリテーションの定義と概要、機能評価の考え方、リスク管理の基礎知識、運動療法の基礎知識・物理療法と補装具の使用に関する基礎知識を理解し、段階的なアスレティックリハビリテーションに結び付けられるようになります。解剖学、トレーニング科学、予防とコンディショニング、スポーツ外傷・障害の基礎知識などとリンクさせながら理解できるようになります。											
授業方法											
教科書・事例を基にアスレティックリハビリテーションについて学びます。動画や画像を用いて教科書を理解・整理しながら授業展開します。段階的なアスレティックリハビリテーションを常に意識し、運動療法に関する基礎知識をテスト(評価)します。											
成績評価方法											
試験・レポート・平常点											
履修上の注意											
他科目とリンクする科目なので、基礎知識として他科目の学習をしっかりとっていること。また「現場実習」と併せて学習することで、より理解力が増すので積極的に実習に取り組む事。授業時数の4分の3以上出席しない者は定期試験を受験することができない。											
教科書教材											
JSP0-AT専門テキスト「アスレティックリハビリテーション」/必要に応じて資料を配布											
回数	授業計画										
第1回	～2回アスレティックリハビリテーションとは										
第3回	段階的な負荷設定										
第4回	～5回筋力エクササイズ										

2023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

アスレティック・リハビリテーション1

第6回	段階的な負荷設定と競技復帰
第7回	～11回エクササイズの特徴
第12回	物理療法
第13回	補装具
第14回	～15回段階的なアスレティックリハビリテーションプログラム