

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											
コンディショニング演習 2											
対象	3 年次	開講期	前期	区分	選	種別	講義+ 演習	時間数	30	単位	2
担当教員	杉浦			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。											
到達目標											
スポーツマッサージ・各種手技療法を実践を通じて理論を理解しましょう											
授業方法											
理論と実技を行います。											
成績評価方法											
レポート・平常点											
履修上の注意											
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。											
教科書教材											
必要に応じてプリントを配布											
回数	授業計画										
第1回	手技やケアに関する法律・基本手技										
第2回	～3回 あん摩・マッサージ・指圧の歴史と基本手技										
第4回	～5回 各種ストレッチング										

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	
コンディショニング実習 2	
第6回	～7回 神経ストレッチング
第8回	～9回 関節に対する手技
第10回	東洋医学と手技
第11回	自律神経と手技
第12回	～15回 身体の診方と手技の選び方