

科目名	アスレティック・リハビリテーション3							年度	2025
英語科目名	Athletic Rehabilitation 3							学期	前期
学科・学年	スポーツトレーナー科三年制 2年次	必/選	選	時間数	30	単位数	2	種別※	講義
担当教員	野尻		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】

(公財)日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーが定める内容に従い、スポーツ活動に支障をきたすあらゆる身体的な不具合を改善するための働きかけとして、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の知識の習得が目的です。

【科目の概要】

競技特性に基づいたアスレティックリハビリテーションのプログラムについて学びます。

【到達目標】

運動療法・物理療法と補装具療法の基礎知識を学び身体の各部位の外傷ごとのリスク管理に基づいたアスレティックリハビリテーションのプログラムと実践を深く理解できることが目標です。

A: 競技分析ができる

B: 競技別のアスリハプログラム前期が分かる

C: 競技別のアスリハプログラム後期が分かる

【授業の注意点】

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、より理解力がすすむ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。

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	理解と暗記が出来ている 90点以上		理解と概ねの暗記が出来ている 75点以上		理解している 60点以下
到達目標 B	理解と暗記が出来ている 90点以上		理解と概ねの暗記が出来ている 75点以上		理解している 60点以下
到達目標 C	理解と暗記が出来ている 90点以上		理解と概ねの暗記が出来ている 75点以上		理解している 60点以下

【教科書】

JSP0-AT教本『アスレティックリハビリテーション』

【参考資料】

配布プリント

【成績の評価方法・評価基準】

課題・平常点・筆記試験

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		アスレティック・リハビリテーション3			年度	2025
英語表記		Athletic Rehabilitation 3			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	競技特性とアスリハプログラム①	競技分析とアスリハプログラム	1 水泳	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
2	競技特性とアスリハプログラム②	競技分析とアスリハプログラム	1 陸上	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
3	競技特性とアスリハプログラム③	競技分析とアスリハプログラム	1 スキー	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
4	競技特性とアスリハプログラム④	競技分析とアスリハプログラム	1 スケート	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
5	競技特性とアスリハプログラム⑤	競技分析とアスリハプログラム	1 野球	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
6	競技特性とアスリハプログラム⑥	競技分析とアスリハプログラム			2	
7	競技特性とアスリハプログラム⑦	競技分析とアスリハプログラム	1 サッカー	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
8	競技特性とアスリハプログラム⑧	競技分析とアスリハプログラム			2	
9	競技特性とアスリハプログラム⑨	競技分析とアスリハプログラム	1 ラグビー	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
10	競技特性とアスリハプログラム⑩	競技分析とアスリハプログラム			2	
11	競技特性とアスリハプログラム⑪	競技分析とアスリハプログラム	1 バレー	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
12	競技特性とアスリハプログラム⑫	競技分析とアスリハプログラム			2	
13	競技特性とアスリハプログラム⑬	競技分析とアスリハプログラム	1 柔道・レスリング	競技分析からアスリハプログラムを作成	2	
14	競技特性とアスリハプログラム⑭	競技分析とアスリハプログラム			2	
15	競技特性とアスリハプログラム⑮	競技分析とアスリハプログラム	1 上記以外のスポーツ	競技分析からアスリハプログラムを作成	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