

日本工学院八王子専門学校	開講年度	2019年度（平成31年度）	科目名	アスレティックリハビリテーション1		
<b>科目基礎情報</b>						
開設学科	スポーツトレーナー科三年制	コース名	アスレティックトレーナーコース	開設期 後期		
対象年次	1年次	科目区分	選択	時間数 30時間		
単位数	2単位	授業形態	講義			
教科書/教材	JSPO-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					
<b>担当教員情報</b>						
担当教員	杉浦	実務経験の有無・職種	有・アスレティックトレーナー			
<b>学習目的</b>						
(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学びます。今まで学んできたスポーツ科学・スポーツ医学の知識を統合して、段階的なプログラムとして考える力も養います。						
<b>到達目標</b>						
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しましょう。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の科目と、現場実習などの実習科目・自身のトレーニングやコンディショニングの経験により、講義内容の理解度はより高まりますので、積極的に受講して下さい。						
<b>教育方法等</b>						
授業概要	教科書・実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。					
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していること。また「現場実習」と併せて学習することで、より理解力がま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。					
評価方法	種別	割合	備 考			
	試験・課題	50%	運動療法・物理療法・補装具の基礎知識			
	小テスト	40%	段階的アスレティックリハビリテーション			
	レポート	10%	段階的アスレティックリハビリテーションに基づいたプログラム			
	成果発表 (口頭・実技)	0%				
	平常点	0%				
<b>授業計画（1回～15回）</b>						
回	授業内容	各回の到達目標				
1回	アスレティックリハビリテーションとは	定義・段階的なアスレティックリハビリテーションを理解できる				
2回	アスレティックリハビリテーション総論	アスレティックリハビリテーション総論が理解できる				
3回	段階的な負荷設定	段階的なアスレティックリハビリテーションを理解できる				
4回	筋力エクササイズの目的1	筋力回復・筋力増強の基礎				
5回	筋力エクササイズの目的2	筋力回復・筋力増強の基礎を段階的なアスレティックリハビリテーションとリンクし理解できる				
6回	段階的な負荷設定とフィールドへの復帰計画	段階的なアスレティックリハビリテーションを覚えている				
7回	エクササイズの特徴1	関節可動域回復・拡大エクササイズ				
8回	エクササイズの特徴2	神経筋協調性回復・向上エクササイズ				
9回	エクササイズの特徴3	全身持久力回復・向上エクササイズ				
10回	エクササイズの特徴4	身体組成の管理に用いるエクササイズ				
11回	エクササイズの特徴5	再発予防・外傷予防のためのエクササイズ				
12回	物理療法	各種物理療法について理解できる				
13回	補装具	補装具の使用について理解できる				
14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	基礎知識を活かして、段階的なアスレティックリハビリテーションを作成ができる				
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	基礎知識を活かして、段階的なアスレティックリハビリテーションを作成ができる				