

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	
科目基礎情報					
開設学科	スポーツトレーナー科	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	開講時間	月曜日2限	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				
担当教員情報					
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	
学習目的					
（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学ぶ事を目的とします。 また、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。					
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る事が目標です。					
教育方法等					
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ません。				
評価方法	種別	割合	備 考		
	試験・課題	50%	筆記試験		
	小テスト	40%	理解度確認		
	レポート	10%	理解度確認		
	成果発表 (口頭・実技)	0%			
	平常点	0%			
授業計画（1回～15回）					
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・筋力増強の基礎がわかる		
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理解し覚えている		
7回	エクササイズの特徴1		関節可動域回復・拡大エクササイズを理解できる		
8回	エクササイズの特徴2		神経筋協調性回復・向上エクササイズを理解できる		
9回	エクササイズの特徴3		全身持久力回復・向上エクササイズを理解できる		
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を理解できる		
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を理解できる		
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		