

# 令和4年度 授業計画書(シラバス)

授業科目名						
スポーツコンディショニング1						
学科・昼夜	学年	学期	担当教員名		実務経験	
柔道整復学科・昼間部	1年	前期	西村 優一		○	
分野区分	教育課程			講義形式	単位	コマ数
専門分野	臨床柔道整復学			実技	2	21
科目概要						
柔道整復の基礎技術を用いたスポーツコンディショニングの目的・知識・技術を身に付ける。 主にテーピング固定や各種手技・運動療法について学ぶ。						
目標						
<b>一般目標(GIO)</b> <small>本講義を学習することで達成されるべき目標</small>	・スポーツ現場に必要な知識・技術を理解する。 ・スポーツ現場に必要な固定術を学ぶためにテーピング等の技術を習得する。 ・スポーツ現場で役に立つ実践的なストレッチ術を学び習得する。 ・スポーツ外傷に対する運動療法を学ぶためトレーニングや外傷予防について学ぶ。					
	<b>到達目標(SBO)</b> <small>一般目標を達成するために必要な具体的な内容、客観的な指標(合格基準)</small>	1. スポーツ現場及び医療現場で知っておくべき最低限度の固定・運動療法・ストレッチング等の知識を習得する。 2. スポーツ現場及び医療現場で使用される基本的な足関節・膝関節・肩関節のテーピング技術を習得する。 3. スポーツ現場及び医療現場で使用される上肢・下肢のストレッチング技術を習得する。 4. スポーツ現場及び医療現場で必要なトレーニング・リハビリ・外傷予防等の運動療法の技術を習得する。				
履修に必要な予備知識や技能						
解剖学・生理学・運動学等の知識及びスポーツ現場に関わる様々な技能。						
教科書・参考書						
競技者の外傷予防。テーピング。						
受講上の注意						
白衣着用の上、私語厳禁とし能動的な受講。						
成績評価方法						
評価方法	定期試験 <small>(小テスト チェックテスト)</small>	レポート	実技試験	プレゼンテーション	その他	(合計)
評価割合(%)			100			100
<b>実技試験実施要項</b> 毎回の授業で到達目標を設定し、その達成度合いで都度評価する。初回講義内で詳細を説明。						
回数	授業内容			教科書	教材・持ち物	
第1回	スポーツコンディショニングの目的				筆記用具	
第2回	スポーツコンディショニング テーピング技術①(足関節の固定)				筆記用具	
第3回	スポーツコンディショニング テーピング技術②(足関節の固定)				筆記用具	
第4回	練習				筆記用具	
第5回	スポーツコンディショニング テーピング技術③(膝関節の固定)				筆記用具	
第6回	スポーツコンディショニング テーピング技術④(膝関節の固定)				筆記用具	
第7回	練習				筆記用具	
第8回	スポーツコンディショニング テーピング技術⑤(肩関節の固定)				筆記用具	
第9回	スポーツコンディショニング テーピング技術⑥(肩関節の固定)				筆記用具	
第10回	練習				筆記用具	
第11回	スポーツコンディショニング ストレッチ技術①(上肢)				筆記用具	
第12回	スポーツコンディショニング ストレッチ技術②(上肢)				筆記用具	
第13回	練習				筆記用具	
第14回	スポーツコンディショニング ストレッチ技術③(下肢)				筆記用具	
第15回	スポーツコンディショニング ストレッチ技術④(下肢)				筆記用具	
第16回	練習				筆記用具	
第17回	スポーツ障害に対する運動療法①(上肢)				筆記用具	
第18回	スポーツ障害に対する運動療法①(下肢)				筆記用具	
第19回	総復習①				筆記用具	
第20回	総復習②				筆記用具	
第21回	総復習③				筆記用具	
実務経験と本講義との関連について						
スポーツ現場に22年・接骨院4年・整形外科10年。アスリートはジュニア～プロまで、医療機関では子供から高齢者まで対応。その経験を活かし、より実践的な講義を行う。						
メールアドレス						
授業内で質問は受け付けます。						