

# 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・夜間部	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> 本講義を学習することで達成されるべき目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スポーツ現場に必要な知識・技術を理解する。</li> <li>・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。</li> <li>・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。</li> <li>・スポーツ外傷に対する運動療法を学ぶためのトレーニングや外傷予防について学ぶ。</li> </ul>						
<b>到達目標(SBO)</b> 一般目標を達成するために必要な具体的な内容、数量的な指標(合格基準)	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し、実施することができる。 2. スポーツ現場及び医療現場で使用する基本的な足関節・膝関節・肩関節のテーピング技術を習得し、実施することができる。 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し、実施することができる。 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し、実施することができる。						
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	小テスト (チェックテスト)	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
<a href="#">実技試験実施要項</a>							
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							