2024 年度 授業計画(シラバス)

学 科	スポーツ科学科	科	目	区	分	専門分野	授業の方法	実習
科目名	トレーナー実習Ⅱ	必修	/選	択o	り別	必修	授業時数(単位数)	30 (1) 時間(単位
対象学年	1年生	学期	及び	曜日	寺限	前期	教室名	402教室
担当教員	西川 朋希	JSPO-AT、CSCS、パーソナルトレーナー施設を個人経営、ラグビーの現場でトレーナー活動他						

《授業科目における学習内容》

本講義では、コンディショニング方法を実習、実技を通して講義で得た知識をさらに深く理解し、体得することにより予防的ア プローチとして実践で使え指導できるようになることことをねらいとする。

《成績評価の方法と基準》

1. 定期試験:70% 2. 出席率:20% 3. 小テスト:10%

《使用教材(教科書)及び参考図書》

アスレティックトレーナー教本 予防とコンディショニング

《授業外における学習方法》

指定している教科書を事前に読んでおくこと。 授業内に小テストを行うことがあるため予習復習をしておくこと(不定期)

《履修に当たっての留意点》

講義を実技を繰り返し実施します。前期では足関節のテーピングを実施しますのでテーピング一式と、足首にテーピングを巻くことの出来るように準備をしてきてください。

	受業の 内 容		使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容	
第	演習	授業を 通じての 到達目標	テーピング総論を理解する	日本スポーツ協会	授業範囲を把握 必要用語を学習し 用語集の作成
1	首形式	各コマに おける 授業予定	テーピングガイダンス	アスレティックトレー ナー公認テキスト 第6巻	
第	演習	授業を 適じての 到達目標 講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。		日本スポーツ協会	授業範囲を把握
2 回	習形式	各コマに おける 授業予定	アンダーラップ(スパイラル) 、足首について	アスレティックトレー ナー公認テキスト 第6巻	必要用語を学習し 用語集の作成
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会	授業範囲を把握 必要用語を学習し 用語集の作成
3	育形式	各コマに おける 授業予定	アンダーラップ、アンカー	アスレティックトレー ナー公認テキスト 第6巻	
第	演習	授業を 通じての 到達目標	通じての		授業範囲を把握
4	育形式	各コマに おける 授業予定	スターアップとホースシュー、サーキュラー	アスレティックトレー ナー公認テキスト 第6巻	必要用語を学習し 用語集の作成
第	演羽	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会	授業範囲を把握 必要用語を学習し 用語集の作成
5 回	習形式	各コマに おける 授業予定	スターアップとホースシュー、サーキュラー	アスレティックトレー ナー公認テキスト 第6巻	

	業の法	内 容		使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会 アスレティックトレー	授業範囲を把握
6回形式		各コマに おける 授業予定	フィギュアエイトとホースシュー	ナー公認テキスト第6巻	必要用語を学習し 用語集の作成
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会 アスレティックトレー ナー公認テキスト 第6巻	授業範囲を把握 必要用語を学習し 用語集の作成
7 回	形式	各コマに おける 授業予定	足首の解剖を理解、巻くポジション、時短テクニック、50mmEBの ルイジアナ		
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会アスレティックトレー	授業範囲を把握
8 回	自形式	各コマに おける 授業予定	足関節クローズドバスケットウィーブ 第6巻		必要用語を学習し 用語集の作成
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。 日本スポーツ協会 アスレティックトレ・		1又未則四で1口圧
J →	形式	各コマに おける 授業予定	足関節クローズドバスケットウィーブ	ナー公認テキスト第6巻	必要用語を学習し 用語集の作成
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会 アスレティックトレー	授業範囲を把握 必要用語を学習し 用語集の作成
10回	形式	各コマに おける 授業予定	足関節クローズドバスケットウィーブ	ナー公認テキスト 第6巻	
第	演習	授業を 通じての 到達目標	義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。 日本スポーツ アスレティック		授業範囲を把握
11	形式	各コマに おける 授業予定	下腿肉離れのテーピング、足関節のバリエーション	ナー公認テキスト 第6巻	必要用語を学習し 用語集の作成
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会 アスレティックトレー	授業範囲を把握 必要用語を学習し 用語集の作成
12回	形式	各コマに おける 授業予定	足関節底屈制限	ナー公認テキスト第6巻	
第	演習	授業を 適じての 到達目標 講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来		日本スポーツ協会	授業範囲を把握
13 J	自形式	各コマに おける 授業予定	足関節背屈制限	アスレティックトレー ナー公認テキスト 第6巻	必要用語を学習し 用語集の作成
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会 アスレティックトレー	授業範囲を把握
14	自形式	各コマに おける 授業予定	まとめ	ナー公認テキスト 第6巻	必要用語を学習し 用語集の作成
第	演習	授業を 通じての 到達目標	講義内容のテーピングの目的を理解し、応用して施す事が出来る。	日本スポーツ協会 アスレティックトレー	授業範囲を把握
I 🖫 I ₹	百形式	各コマに おける 授業予定		ナー公認テキスト 第6巻	必要用語を学習し 用語集の作成