

2026 年度 授業計画(シラバス)

学 科	柔道整復スポーツ学科	科目区分	その他	授業の方法	演習
科目名	リコンディショニング I	必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	30 (2) 時間(単位)
対象学年	2年生	学期及び曜時限	後期	教室名	第2校舎3階実技室
担当教員	海東 翼 川村 智広	実務経験と その関連資格	大学所属アスレティックトレーナー・JSPOアスレティックトレーナー・NASM-Pes		

《授業科目における学習内容》

①アスレティックリハビリテーションの意味を知り、その実践に当たって必要となる基礎的知識を理解出来るようになる②各種エクササイズの基本理論と方法について学び、対象者に妥当なエクササイズが指導できるようになる③物理療法の基礎理論を学び使用についての理解を深め、対象者にアドバイスできるようになる④補装具について学び、適切な指導、使用が出来るようになる

《成績評価の方法と基準》

- 1: 定期試験: 70%
- 2: 平常点: 10%
- 3: 出席点: 20%

《使用教材(教科書)及び参考図書》

AT教本④「リコンディショニング」

《授業外における学習方法》

あらかじめ指定された範囲のテキストに目を通し、予習をする。また授業後に振り返るために各疾患別のアスレティックリハビリテーションを測定評価と結びつけながらまとめる

《履修に当たっての留意点》

ATの業務であるアスレティックリハビリテーションについて、リハビリ立案に必要な評価と統合。さらに立案について時間を費やし学ぶ。また、最終的に立案したメニューが選手にとって有益なものである為に指導についても注力し学びます。

授業の方法	内 容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第1回	演習形式 授業を通じての到達目標	SOAPノートを理解出来るようになる	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
	各コマにおける授業予定	SOAPの使い方を学ぶ		
第2回	演習形式 授業を通じての到達目標	アスレティックリハビリテーション(A R)を理解出来るようになる	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
	各コマにおける授業予定	ARの考え方について学ぶ		
第3回	演習形式 授業を通じての到達目標	物理療法を理解出来るようになる	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
	各コマにおける授業予定	物理療法について学ぶ		
第4回	演習形式 授業を通じての到達目標	足関節について理解出来るようになる	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
	各コマにおける授業予定	(基礎)足関節捻挫に対する評価と、問題点の抽出(統合)		
第5回	演習形式 授業を通じての到達目標	足関節について理解出来るようになる②	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
	各コマにおける授業予定	(応用)足関節捻挫に対するメニューの立案と指導		

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容
第6回	演習形式	授業を通じての到達目標	下腿について理解出来るようになる	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	(基礎) 下腿に生じる障害に対する評価と、問題点の抽出(統合)		
第7回	演習形式	授業を通じての到達目標	下腿について理解出来るようになる②	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	(応用) 下腿に生じる障害に対するメニューの立案と指導		
第8回	演習形式	授業を通じての到達目標	膝関節について理解出来るようになる	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	(基礎) ACL・MCL損傷に対する評価と、問題点の抽出(統合)		
第9回	演習形式	授業を通じての到達目標	膝関節について理解出来るようになる②	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	(応用) ACL・MCL損傷に対するメニューの立案と指導		
第10回	演習形式	授業を通じての到達目標	PF関節障害・大腿屈筋群肉離れについて理解出来るようになる	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	(基礎) PF関節障害・大腿屈筋群肉離れに対する評価と問題点の抽出		
第11回	演習形式	授業を通じての到達目標	PF関節障害・大腿屈筋群肉離れについて理解出来るようになる②	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	(応用) PF関節障害・大腿屈筋群肉離れに対するメニューの立案と指導		
第12回	演習形式	授業を通じての到達目標	まとめ①	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	足関節・下腿で取り扱った外傷・障害についての復習		
第13回	演習形式	授業を通じての到達目標	内容について振り返り理解出来るようになる①	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	膝関節・PF関節障害・大腿屈筋群肉離れについての復習		
第14回	演習形式	授業を通じての到達目標	内容について振り返り理解出来るようになる②	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	グループディスカッション(症例を交えて)テスト対策		
第15回	演習形式	授業を通じての到達目標	内容について振り返り理解出来るようになる③	ATテキスト④ 配布プリント	事前に指定範囲のテキストに目を通しておくとともに、習った内容をまとめる
		各コマにおける授業予定	まとめ		