

2021 年度 授業計画(シラバス)

学 科	鍼灸スポーツ学科	科 目 区 分	その他	授業の方法	講義
科 目 名	アスレティックリハビリテーションⅡ	必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	60 (2) 時間(単位)
対 象 学 年	3年生	学期及び曜時限	後期	教室名	2校舎503教室・ATルーム
担 当 教 員	山根 太治	実務経験とその関連資格	高校ラグビー日本代表、日本A代表トレーナー(2005年) 日本ラグビーフットボール協会トレーナー部門委員(2013年～) 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、はり師・きゅう師		

《授業科目における学習内容》

競技特性を考慮し、リスク管理を徹底したアスレティックリハビリテーションプログラムを作成するための基礎理論を学ぶ。肘関節、下肢各関節および競技別のアスレティックリハビリテーションプログラムを作成し、実際に指導する。傷害の評価からアスレティックリハビリテーション指導まで、実際の現場で効率的かつ効果的に行えるよう自己の向上を図る。

《成績評価の方法と基準》

1. 授業内課題 20%
2. 実技テスト 30%
2. 期末テスト 40%
3. 出席・平常点 10%

《使用教材(教科書)及び参考図書》

公認アスレティックトレーナー 専門科目テキスト
第7巻「アスレティックリハビリテーション」

《授業外における学習方法》

課題に応じたプログラムが作成できるよう情報収集を行い、様々なレベルを対象に指導できるようトレーニングを積む。

《履修に当たっての留意点》

機能解剖、望ましい動作特性、望ましくない動作特性、競技特性など、今まで学習してきた内容を統合し応用できるよう意識する。

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	講義 授業を通じての到達目標	肘MCL損傷における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成する。	教科書	当該範囲の事前学習
	各コマにおける授業予定	イントロダクション 肘MCL損傷におけるアスレティックリハビリテーション		
第2回	講義 授業を通じての到達目標	肘MCL損傷における初期～中期アスレティックリハビリテーションを指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	前回作成したプログラムの指導シミュレーション
	各コマにおける授業予定	肘MCL損傷におけるアスレティックリハビリテーション		
第3回	講義 授業を通じての到達目標	手関節捻挫における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成する。	教科書	前回範囲の復習、練習および当該範囲の事前学習
	各コマにおける授業予定	手関節捻挫におけるアスレティックリハビリテーション		
第4回	講義 授業を通じての到達目標	手関節捻挫における初期～中期アスレティックリハビリテーションを指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	前回作成したプログラムの指導シミュレーション
	各コマにおける授業予定	手関節捻挫におけるアスレティックリハビリテーション		
第5回	講義 授業を通じての到達目標	足関節捻挫における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成する。	教科書	前回範囲の復習、練習および当該範囲の事前学習
	各コマにおける授業予定	足関節捻挫におけるアスレティックリハビリテーション		

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	講義実習形式	授業を通じての到達目標	足関節捻挫における初期～中期アスレティックリハビリテーションを指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	前回作成したプログラムの指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	足関節捻挫におけるアスレティックリハビリテーション		
第7回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	膝MCL損傷における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成する。	教科書	前回範囲の復習、練習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	膝MCL損傷におけるアスレティックリハビリテーション		
第8回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	膝MCL損傷における初期～中期アスレティックリハビリテーションを指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	前回作成したプログラムの指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	膝MCL損傷におけるアスレティックリハビリテーション		
第9回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	膝ACL損傷における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成する。	教科書	前回範囲の復習、練習および当該範囲の事前学習
		各コマにおける授業予定	膝ACL損傷におけるアスレティックリハビリテーション		
第10回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	膝ACL損傷における初期～中期アスレティックリハビリテーションを指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	前回作成したプログラムの指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	膝ACL損傷におけるアスレティックリハビリテーション		
第11回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	大腿屈筋肉離れにおける初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	大腿屈筋肉離れにおけるアスレティックリハビリテーション		
第12回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	扁平足障害における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	扁平足障害におけるアスレティックリハビリテーション		
第13回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	脛骨疲労性骨障害における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	脛骨疲労性骨障害におけるアスレティックリハビリテーション		
第14回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	鷲足炎における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	鷲足炎におけるアスレティックリハビリテーション		
第15回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	膝蓋大腿関節痛における初期～中期アスレティックリハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 エクササイズ チューブ、ダンベル、バランスディスクなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	膝蓋大腿関節痛におけるアスレティックリハビリテーション		

2021 年度 授業計画(シラバス)

学 科	鍼灸スポーツ学科	科 目 区 分	その他	授業の方法	講義
科 目 名	アスレティックリハビリテーションⅡ	必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	60 (2) 時間(単位)
対 象 学 年	3年生	学期及び曜時限	後期	教室名	2校舎503教室・ATルーム
担 当 教 員	山根 太治	実務経験と その関連資格	高校ラグビー日本代表, 日本A代表トレーナー(2005年) 日本ラグビーフットボール協会トレーナー部門委員(2013年～) 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー, はり師・きゅう師		

《授業科目における学習内容》

競技特性を考慮し、リスク管理を徹底したアスレティックリハビリテーションプログラムを作成するための基礎理論を学ぶ。肘関節、下肢各関節および競技別のアスレティックリハビリテーションプログラムを作成し、実際に指導する。傷害の評価からアスレティックリハビリテーション指導まで、実際の現場で効率的かつ効果的に行えるよう自己の向上を図る。

《成績評価の方法と基準》

1. 授業内課題 20%
2. 実技テスト 30%
2. 期末テスト 40%
3. 出席・平常点 10%

《使用教材(教科書)及び参考図書》

公認アスレティックトレーナー 専門科目テキスト
第7巻「アスレティックリハビリテーション」

《授業外における学習方法》

課題に応じたプログラムが作成できるよう情報収集を行い、様々なレベルを対象に指導できるようトレーニングを積む。

《履修に当たっての留意点》

課題に応じたプログラムが作成できるよう情報収集を行い、様々なレベルを対象に指導できるようトレーニングを積む。

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16回 講義実習形式	授業を通じての到達目標	各種スポーツ競技の動作特性、体力特性に関する基礎知識の理解を深める。	教科書	当該範囲の事前学習
	各コマにおける授業予定	アスレティックリハビリテーションにおける競技種目特性		
第17回 講義実習形式	授業を通じての到達目標	陸上競技の競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパーなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
	各コマにおける授業予定	陸上競技におけるアスレティックリハビリテーション		
第18回 講義実習形式	授業を通じての到達目標	水泳競技の競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 バランスボール エクササイズ チューブ ダンベルなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
	各コマにおける授業予定	水泳競技におけるアスレティックリハビリテーション		
第19回 講義実習形式	授業を通じての到達目標	サッカーの競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー サッカーボール など	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
	各コマにおける授業予定	サッカーにおけるアスレティックリハビリテーション		
第20回 講義実習形式	授業を通じての到達目標	バスケットボールの競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バスケットボール など	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
	各コマにおける授業予定	バスケットボールにおけるアスレティックリハビリテーション		

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21回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	バレーボールの競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	バレーボールにおけるアスレティックリハビリテーション		
第22回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	ハンドボールの競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	ハンドボールにおけるアスレティックリハビリテーション		
第23回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	ラグビーの競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	ラグビーにおけるアスレティックリハビリテーション		
第24回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	アメリカンフットボールの競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	アメリカンフットボールにおけるアスレティックリハビリテーション		
第25回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	格闘技の競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	格闘技におけるアスレティックリハビリテーション		
第26回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	体操の競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	体操におけるアスレティックリハビリテーション		
第27回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	スキーの競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	スキーにおけるアスレティックリハビリテーション		
第28回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	スケートの競技特性を考慮した後期リハビリテーションプログラムを作成し、指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	当該内容のプログラム立案および指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	スケートにおけるアスレティックリハビリテーション		
第29回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	様々な状況に対してプログラムを立案し指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	前回までの内容の総復習及び指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	シミュレーションおよび実技試験		
第30回	講義実習形式	授業を通じての到達目標	様々な状況に対してプログラムを立案し指導する。	教科書 マーカー ハードル ステッパー バレーボールなど	前回までの内容の総復習及び指導シミュレーション
		各コマにおける授業予定	シミュレーションおよび実技試験		