シラバス参照

タイトル「**2021年度スポーツ科学部(公開用_コロナ対策版)**」、フォルダ「**スポーツ科学部**」
シラバスの詳細は以下となります。

戻る

科目ナンバー	SSCS3627		
科目名	アスレチックリハビリテーション演習		
担当教員	小松　泰喜		
対象学年	3年,4年	開講学期	前期
曜日・時限	金３		
講義室	実験室1	単位区分	選,選必
授業形態	演習	単位数	2
科目大分類	専門		
科目中分類	専門応用		
科目小分類	専門統合・演習		
科目の位置付け（開発能力）	■ＤＰコード：学修のゴールを示すディプロマポリシーとの関連 ＤＰ１-Ｅ〔学識・専門技能〕　専門分野にかかる理論知と実践知を獲得し利用することができる。 ＤＰ４-Ｆ〔探究力・課題解決力〕問を設定し又は論点を特定し、それに対する答・結論・判断を合理的に導くために、論拠の収集と分析を体系的に行うとともに、オープンエンドな問題・課題に答えるための方略をデザインし、検証し実行することができる。 ＤＰ３-Ｇ〔状況把握力・判断力〕　自らの置かれた状況、及び自己が帰属する集団の内外の状況を的確に把握し、適切に対応することができる。 ＤＰ６-Ｋ〔表現力・対話力〕　文章及び口頭で、自らの考えを的確に表現し、他者に過不足なく伝達することができる。 ＤＰ８-Ｍ〔省察力〕　知識と経験とを関連付け学修成果を活用可能な状態に高めるとともに、これを新しく複雑な状況に転移させ課題解決につなげることができる。 ■ＣＲコード：学修を通じて開発するマインドセット・ナレッジ・スキルを示すコモンルーブリック（ＣＲ）との関連 ＣＲ　Ｅ１　学識と専門技能（２０%） Ｆ２　課題解決（２０%） Ｇ１　状況把握（３０%） Ｋ２　オーラル・コミュニケーション（２０%） Ｍ１　統合的・応用的学習（１０%）		
教員の実務経験	平成１３（２００１）年より公益財団法人日本体育協会公認（現公益財団法人社団日本スポーツ協会公認）のアスレチック・トレーナーの資格を保有し,日本水泳連盟下の水泳トレーナー会議にも所属し,多くのアスリートのケガ・障害に取り組んできている。アスレテックリハビリテーションは,メディカルと異なり,競技パフォーマンスを高めることを目的に実践活動をしてきています。他の領域分野として，ケア,トレーニング理論とも柔軟な理解と広範な知識が必要となる。医療の知識を基盤とし,多様な知識を持ち合わせ,より具体的な技能の選択と実践の経験から,講義と実技演習を行います。（第５回、第６回、第７回、第８回、第９回、第１０回、第１１回、第１２回、第１３回、第１４回）		
成績ターゲット区分	■成績ターゲット 能力開発の目標ステージとの対応 ３ 発育期 ～４定着期		
科目概要・キーワード	一般のリハビリテーションと異なり、スポーツ復帰を目的としたアスレティックリハビリテーションの基本的な手法・手段を学習する。また、競技特性に応じた方法及びスポーツ傷害の予防に対する取り組みについても学ぶ。授業形態は、講義と実技実習及び研究発表による演習により行う。授業形態は講義での概要の説明後、実習による演習授業を行います。なお，授業を補完・代替するため，オンライン授業（オンデマンド型・ライブ配信型）を取り入れます。 ■（キーワード）アスレティックリハビリテーション（アスリハ）・競技復帰・障害予防		
授業の趣旨	■副題 アスリー トやスポーツ選手のケガ・障害に対し,競技復帰に向けた様々な手段やより具体的な方法について,その発生機序も含めて理解できるようになりましょう。 ■授業の目的 その競技スポー ツを理解し,発生機序からどのような障害に対しても適切なアスレテックリハビリテーションのためのプログラムの立案とその実践ができるようになることを目的としています。 ■授業のポイント アスレティックリハビリテーション演習は、スポーツサポートに係るスポーツ指導者が身につけるべき基本的知識だけでなく、スポーツ復帰に対し、競技特性に配慮した手法やスポーツ傷害の予防のための実践についても学修します。		
総合到達目標	■アスレチックリハビリテーション（アスリハ）の概念，対象となる各種疾患の病態、特に発生頻度の高い膝、肩などの傷害の機序を説明できる。 ■スポーツ外傷・障害の部位・疾患別のアスレティックリハビリテーションのプログラミングなどを説明でき，実践を思案，その予防方法を含めた新たな解決方法を提案できる。 ■スポーツによるけがや傷害後の競技復帰までのアスリハのプログラムと，それに伴うトレーニング計画の具体的な立案と実践ができる。 ・アスリートやスポーツ選手のケガ・障害に対し,競技復帰に向けた様々な手段やより具体的な方法について,その発生機序も含めて理解できること，そして実践によって習得する（第1回～3回） ・その競技スポーツを理解し,発生機序からどのような障害に対しても適切なアスリハのためのプログラムの立案と，その実践ができるようになることを身につける（第4回～5回） ・アスリハ演習では，スポーツサポートに係るスポーツ指導者が身につけるべき基本的知識だけでなく，スポーツ復帰に対し，		

	競技特性に配慮した手法やスポーツ傷害の予防のための実践についても習得する（第6回～15回）
成績評価方法	■指定教科書からの課題と振り返りとして小テスト２回（２０%）適応ルーブリック：Ｅ１ （評価の観点）定期的な授業の振り返りとして理解度を確認するための客観的問題による自己分析を行います。 （フィードバックの方法）答案を確認し、自主学習につながるように指導を行います。 ■授業期間内に競技種目別・部位疾患別のアスリハの実習・実技（２回）（２０%）適応ルーブリック：Ｆ２ （評価の観点）競技種目別・部位疾患別の実践的な実技（ストレッチング他）に関する評価を行います。 （フィードバックの方法）口頭試問による評価と実践のフィードバックを行います。 ■授業期間内に競技種目別・部位疾患別のアスリハの実習・実技（３回）（３０%）適応ルーブリック：Ｇ１ （評価の観点）競技種目別・部位疾患別の実践的な実技（前十字靭帯損傷に他するアスリハプログラム他）に関する評価を行う。特に障害の発生機序や危険肢位、再建術後注意点などを含めたプログラム評価を行います。 （フィードバックの方法）口頭試問による評価と実践のフィードバックを行う。また、指導後の実践に関する振り返りを行います。 ■授業内に授業の観点をまとめ、実践したプログラムをレポートにまとめる（２回）（２０%）適応ルーブリック：Ｋ２　Ｍ１ （評価の観点）実習ではペアとなることからそれぞれで検討したプログラムを授業の観点としてまとめ、その資料からレポートの作成を行います。 （フィードバックの方法）普段の授業への取り組みとして、レポート評価し、口頭試問による評価と実践のフィードバックを振り返ります。
履修条件	専門科目として機能解剖学の基礎（ＳＳＣＳ２３１１）、スポーツ医学の基礎（ＳＳＣＳ２３１０）ならびにアスレチックリハビリテーション（ＳＳＣＳ２３３７）を履修していることが望ましい。
履修上の注意点	授業前半は座学での授業形態ですが、後半には集中的に実習授業を計画しています。
授業内容	

回	内容
1	①授業テーマ　授業オリエンテーション、スポーツ外傷・障害の概論（上肢）とアスリハの進め方① ②授業概要　対象となるスポーツ外傷・障害（上肢）として肩関節、肩甲帯に対するアスリハの概要を理解し（E1）、スポーツサポートに必要な機能評価の考え方と実践の基礎知識とその重要性について学習する（F2）。また、アスリハの実践に伴い、その内容やその競技特性から考えられる実践を説明することができ（G1およびK2）、それがいかに競技・種目特性や動作特性等のスポーツ外傷・障害（上肢）の予防や後療法についてまとめることができる（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害（上肢）に対するアスリハの概要をまとめ、それに対するアスリハの実践として手順や方法についてまとめてくること。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、リアクション・ペーパーに記述したことを振り返り、次回の小テストの課題について学習をすること。
2	①授業テーマ　スポーツ外傷・障害の概論（上肢）とアスリハの進め方② ②授業概要　対象となるスポーツ外傷・障害（上肢）として肘、前腕、手関節、他に対するアスリハの概要を理解し（E1）、スポーツサポートに必要な機能評価の考え方と実践の基礎知識とその重要性について学習する（F2）。また、アスリハの実践に伴い、その内容やその競技特性から考えられる実践を説明することができ（G1およびK2）、それがいかに競技・種目特性や動作特性等のスポーツ外傷・障害（上肢）の予防や後療法についてまとめることができる（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害（上肢）に対するアスリハの概要をまとめ、それに対するアスリハの実践として手順や方法についてまとめてくること。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、リアクション・ペーパーに記述したことを振り返り、次回の小テストの課題について学習をすること。
3	①授業テーマ　スポーツ外傷・障害の概論（下肢）とアスリハの進め方① ②授業概要　対象となるスポーツ外傷・障害（下肢）として腰部、股関節に対するアスリハの概要を理解し（E1）、スポーツサポートに必要な機能評価の考え方と実践の基礎知識とその重要性について学習する（F2）。また、アスリハの実践に伴い、その内容やその競技特性から考えられる実践を説明することができ（G1およびK2）、それがいかに競技・種目特性や動作特性等のスポーツ外傷・障害（上肢）の予防や後療法についてまとめることができる（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害（下肢）に対するアスリハの概要をまとめ、それに対するアスリハの実践として手順や方法についてまとめてくること。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、リアクション・ペーパーに記述したことを振り返り、次回の小テストの課題について学習をすること。
4	①授業テーマ　スポーツ外傷・障害の概論（下肢）とアスリハの進め方② ②授業概要　対象となるスポーツ外傷・障害（下肢）として膝関節、足関節、足部、他に対するアスリハの概要を理解し（E1）、スポーツサポートに必要な機能評価の考え方と実践の基礎知識とその重要性について学習する（F2）。また、アスリハの実践に伴い、その内容やその競技特性から考えられる実践を説明することができ（G1およびK2）、それがいかに競技・種目特性や動作特性等のスポーツ外傷・障害（上肢）の予防や後療法についてまとめることができる（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害（下肢）に対するアスリハの概要をまとめ、それに対するアスリハの実践として手順や方法についてまとめてくること。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、リアクション・ペーパーに記述したことを振り返り、次回の小テストの課題について学習をすること。
5	①授業テーマ　アスリハ演習①（ストレッチング）上肢編-① ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、ケガや傷害によってはその修復過程は様々であるがその基本的実践手段のストレッチングを理解する（E1）。また種々の場面で治療手段としても認知されており、特に手技としての方法論を実践から学ぶ（F2）。さらにスポーツ外傷・障害から実践する手技が選択でき、その効能なども含め理解度を高めること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技特性を含め、より高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた実践する手段の選択が速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）実践したストレッチングの手技をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
6	①授業テーマ　アスリハ演習②（ストレッチング）上肢編-② ②授業概要）担当者の実務経験を踏まえて、ケガや傷害によってはその修復過程は様々であるがその基本的実践手段のストレッチングを理解する（E1）。また種々の場面で治療手段としても認知されており、特に手技としての方法論を実践から学ぶ（F2）。さらにスポーツ外傷・障害から実践する手技が選択でき、その効能なども含め理解度を高めること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技特性を含め、より高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。

	③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた実践する手段の選択が速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）実践したストレッチングの手技をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
7	①授業テーマ　アスリハ演習③（ストレッチング）下肢編-① ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、ケガや傷害によってはその修復過程は様々であるがその基本的実践手段のストレッチングを理解する（E1）。また種々の場面で治療手段としても認知されており、特に手技としての方法論を実践から学ぶ（F2）。さらにスポーツ外傷・障害から実践する手技が選択でき、その効能なども含め理解度を高めること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技特性を含め、より高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた実践する手段の選択が速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）実践したストレッチングの手技をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
8	①授業テーマ　アスリハ演習④（ストレッチング）下肢編-② ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、ケガや傷害によってはその修復過程は様々であるがその基本的実践手段のストレッチングを理解する（E1）。また種々の場面で治療手段としても認知されており、特に手技としての方法論を実践から学ぶ（F2）。またスポーツ外傷・障害から実践する手技が選択でき、その効能なども含め理解度を高めること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技特性を含め、さらに高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた実践する手段の選択が速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）実践したストレッチングの手技をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
9	①授業テーマ　アスリハ演習⑤（テーピング）理論編-① ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、ケガや傷害によってその修復過程は様々であるが、その基本的実践としてテーピングの理論を理解する（E1）。またテーピングは、後療法だけでなく二次的な障害を予防するために用いられ、特に手技としての方法論を学習する（F2）。さらにスポーツ外傷・障害から、実践する手技（テーピングの種類、巻き方など）が選択でき、その効能なども含め理解度を高めること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技スポーツを含め、より高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた実践する手技の選択が速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）実践したテーピングの手技をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
10	①授業テーマ　アスリハ演習⑥（テーピング）理論編-② ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、ケガや傷害によってその修復過程は様々であるが、その基本的実践としてテーピングの理論を理解する（E1）。またテーピングは、後療法だけでなく二次的な障害を予防するために用いられ、特に手技としての方法論を学習する（F2）。さらにスポーツ外傷・障害から、実践する手技（テーピングの種類、巻き方など）が選択でき、その効能なども含め理解度を高めること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技スポーツを含め、より高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた実践する手技の選択が速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）実践したテーピングの手技をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
11	①授業テーマ　アスリハ演習⑦（テーピング）実技編-① ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、対象となる部位である大腿部、膝のテーピングの理論を理解する（E1）。またテーピングは後療法だけでなく、二次的な障害を予防するために用いられ、特に手技としての方法論を学習する（F2）。さらにスポーツ外傷・障害から、実践する手技（テーピングの種類、巻き方など）が選択でき、その実技の技術を高めること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技スポーツを含め、より高い効果を引き出す適応について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた技術としてその手技が速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）実践したテーピングの手技をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
12	①授業テーマ　アスリハ演習⑧（テーピング）実技編-② ②授業概要　対象となる部位である足関節、足部のテーピングの理論を理解する（E1）。またテーピングは後療法だけでなく、二次的な障害を予防するために用いられ、特に手技としての方法論を学習する（F2）。さらにスポーツ外傷・障害から、実践する手技（テーピングの種類、巻き方など）が選択でき、その実技の技術を高めること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技スポーツを含め、より高い効果を引き出す適応について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。担当者の実務経験を踏まえて、アドバイスを行います。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた技術としてその手技が速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）実践したテーピングの手技をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
13	①授業テーマ　アスリハ演習⑨（筋力トレーニング）実技編-① ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、スポーツ外傷・障害の特徴を知り、対象となる筋である肩甲帯、上肢筋の筋力トレーニングの理論を理解する（E1）。また後療法だけでなく二次的な障害を予防するために用いられ、特に手技として、その方法論を学習する（F2）。さらに実践する種々の筋力トレーニングの方法を選択でき、その実践指導ができること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技特性を含め、より高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた技術として筋力トレーニングが速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）種々実践した方法論をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。

	14	①授業テーマ　アスリハ演習⑩（筋力トレーニング）実技編-② ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、スポーツ外傷・障害の特徴を知り、対象となる筋である腰（コア含む）・腹部、下肢筋の筋力トレーニングの理論を理解する（E1）。また後療法だけでなく二次的な障害を予防するために用いられ、特に手技として、その方法論を学習する（F2）。さらに実践する種々の筋力トレーニングの方法を選択でき、その実践指導ができること（G1およびK2）。あくまでも治療に対する補助的な手段であることから、その適応について自身の競技特性を含め、より高い効果を引き出す方法について考え、リスク管理の醸成を学習する（M1）。 ③予習（１２０分）スポーツ外傷・障害の特徴を知り、競技別、性・年代に応じた技術として筋力トレーニングが速やかにできるように整理しておく。 ④復習（１２０分）種々実践した方法論をしっかり身につけるよう、履修者同士で対象とした筋について振り返りをし、次回の課題について学習をしておく。
	15	①授業テーマ　アスリハ演習授業を通じてまとめと演習課題に関するオリエンテーションを行う。 ②授業概要　スポーツ外傷・障害の特徴を理解し、適切な検査・測定による機能評価の知識を振り返ることができること（E1）。アスリハ演習では競技復帰までのプログラミングに対する知識を学習する（F2）。特に、治療後であることから二次的障害として、リスク管理に基づいたプログラミングの実際（G1）、自身の競技スポーツの特性に基づいたプログラミング方法等の実践を学ぶ（K2）。 ③予習（１２０分）機能解剖学、スポーツ外傷・障害の特徴、それに伴う検査・測定などの機能評価の知識とアスリハ演習で触れた手技や技術についてまとめてくること。 ④復習（１２０分）アスリハ演習の授業を振り返り、発生頻度の多い外傷・障害に対するアスリハの実技をプログラミングとして実践できること。
関連科目	機能解剖学の基礎（ＳＳＣＳ２３１１）、スポーツ医学の基礎（ＳＳＣＳ２３１０）ならびにアスレチックリハビリテーション（ＳＳＣＳ２３３７）	
教科書	ブラッド・ウォーカーストレッチングと筋の解剖原書第2版　南江堂	
参考書・参考ＵＲＬ	『公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト+ワークブック　アスレティックリハビリテーション（公益財団法人日本体育協会）』文光堂	
連絡先・オフィスアワー	■連絡先 komatsu.taiki@nihon-u.ac.jp ■オフィスアワー 水曜５限。それ以外の時間については，メール等で事前にアポイントメントを取ることにより，研究室で対応します。	
研究比率		

戻る

Copyright (c) 2016 NTT DATA KYUSHU CORPORATION. All Rights Reserved.