シラバス参照

タイトル「**2023年度スポーツ科学部(公開用)**」、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	SSCS3626		
科目名	スポーツマッサージ演習		
担当教員	小松　泰喜		
対象学年	3年,4年	開講学期	後期
曜日・時限	金１		
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。 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。 ＤＰ３-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。 ■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（４０%） 　　Ｆ１　探求と論拠（４０%） 　　Ｇ１　状況把握（２０%）		
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（現公益財団法人日本スポーツ協会公認））としてアスレチック・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・故障に取り組んできている。中でもスポーツマッサージにおいて、これまで国内合宿を中心にトレーナー活動を中心として行ってきている。あんま師に代表されるように、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１２回、１３回、１４回、１５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	スポーツの現場においては、コンディショニングとして様々な処置が施され、選手の競技力向上に寄与している。本講義ではコンディショニングやスポーツによる傷害からの回復で用いられる処置法の中で、特にマッサージに焦点を当てて学習する。またマッサージをする際に、身体機能や筋・骨格の動きを考慮して処置できるように学習する。授業形態は講義形式にて概要の説明後、実習による演習授業を行います。なお、対応するコンピテンスに基づき効果的な授業方 法として、又は各授業を補完・代替するため、オンライン授業を一部取り入れる場合があります。 ■（キーワード）スポーツマッサージ・骨格筋・手技		
授業の趣旨	■副題 アスリートやスポーツ選手のケガ・故障に対し、身体機能として筋や骨格の動きを考慮して最適な手技が選択できるようになりましょう。 ■授業の目的		

<table>
<tr><td></td><td>それぞれ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手技と実践ができることが必要であり、様々な処置が適切に施行することを目的とします。
■授業のポイント
スポーツマッサージに関する講義として対象となる骨格筋を学習し、その筋に対してどの適切なマッサージを行い、スポーツ現場において実際に役立つ実学を提供します。</td></tr>
<tr><td>総合到達目標</td><td>■スポーツマッサージの概念、生理作用の理解ができること。
■スポーツマッサージの目的を理解し、注意事項を確認し実践できる。
■スポーツマッサージはその施術から治療的要素を含んでいるため、基礎となる骨格筋の名称や機能について知識を習得できる。
・アスリートやスポーツ選手のケガ・故障に対し、身体機能として筋や骨格の動きを考慮して最適な手技を実施する（第1回）
・それぞれ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手技と実践ができることが必要であり、様々な処置が適切に施行することを習得する（第2回～10回）
・スポーツマッサージに関する講義として対象となる骨格筋を学習し、その筋に対して適切な手技となるマッサージを行い、スポーツ現場において実際に役立つ実学を理解する（第11回～15回）</td></tr>
<tr><td>成績評価方法</td><td>■骨格筋の知識習得のための小テスト１０回（２０%）適応ルーブリック：割合　Ｅ１
（評価の観点）教科書「骨格筋ハンドブック（南江堂）」を使用し、その筋の起始、停止、等を理解するために実施する。
（フィードバックの方法）教科書の丁寧な解説に加え、手技に沿って説明も加える。
■スポーツマッサージ実技（４０%）適応ルーブリック：割合　Ｆ1-４０%
（評価の観点）授業内に軽擦法、揉捏法中心とした手技の習得の評価を行います。
（フィードバックの方法）授業内に学生に手技を実践し、スポーツマッサージの理論を振り返ります。
■レポート課題（４０%）適応ルーブリック：割合　G1
（評価の観点）授業内の演習では学生間でペアとなることから、多角的な評価を求めます（学生間でも評価を実施する）。
（フィードバックの方法）ペアとなる学生とで互いに評価をし合い、最終的に教員がそれをまとめ、振り返りとして成績評価を行います。</td></tr>
<tr><td>履修条件</td><td>専門科目の機能解剖学の基礎（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。</td></tr>
<tr><td>履修上の注意点</td><td>後半には集中的に実習授業を計画しています。ガイダンスを実施しますので、その授業回には実習の概要を説明することから必ず出席すること。</td></tr>
<tr><td>授業内容</td><td>
<table>
<tr><th>回</th><th>内容</th></tr>
<tr><td>1</td><td>①授業テーマ　授業オリエンテーション　マッサージの定義
②授業概要　マッサージの定義と概要を理解し（E1）、スポーツサポートに必要な技術（手技）の概要を把握する（G1）。また、その歴史や伝番についても知り、マッサージと社会との関係性についても理解する（H1）。
③予習（１２０分）自身の競技スポーツに置き換え、スポーツマッサージの基本的な概念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、メモやノートとして振り返りができるように学習する。教科書から骨格筋の理解について、次回の小テストの課題を学習をすること。</td></tr>
<tr><td>2</td><td>①授業テーマ　スポーツマッサージの生理作用と目的
②授業概要　スポーツマッサージにおける身体に与える影響など、その生理作用を習得する（E1）。また、その目的について把握し、注意事項として原則や手技の強弱、禁忌事項に対する基礎知識を学習する（H1およびG1 ）。
③予習（１２０分）予備的知識として全身の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。
④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、次回の小テストの課題について学習をすること。</td></tr>
<tr><td>3</td><td>①授業テーマ　スポーツマッサージの手技と分類
②授業概要　スポーツマッサージの基礎的な手技について知識の整理を行う（E1）。また、基本手技の中でも、軽擦法、揉捏法、叩打法、強擦法、圧迫法、伸展法、振戦法を理解し、スポーツマッサージの競技スポーツにおけるデコンデショニングやその管理について学習する。全身マッサージや局所マッサージの違いあるいは、再発予防の概念や外傷予防のためのスポーツマッサージの施術ができるようになること（H1およびG1）。
③予習（１２０分）予備的知識として全身の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料</td></tr>
</table>
</td></tr>
</table>

		で振り返り、必要な知識を整理しておく。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、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　部位別スポーツマッサージ（体幹・腰背部） ②授業概要　体幹・腰背部の骨格筋の基礎知識について学習すること（E1）。また、体幹・腰背部の骨格筋のスポーツマッサージの要点について理解を深めること（H1およびG1）。体幹・腰背部の骨格筋のスポーツマッサージの実際をリスク管理も含め学習する（G1）。 ③予習（１２０分）予備的知識として体幹・腰背部の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、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　部位別スポーツマッサージ（頸部） ②授業概要　頸部の骨格筋の基礎知識について学習すること（E1）。また、頸部の骨格筋のスポーツマッサージの要点について理解を深めること（H1およびG1）。頸部の骨格筋のスポーツマッサージの実際をリスク管理も含め学習する（G1）。 ③予習（１２０分）予備的知識として頸部の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、次回の小テストの課題について学習をすること。
	6	①授業テーマ　部位別スポーツマッサージ（上腕近位部、肩甲帯部） ②授業概要　上腕近位部、肩甲帯部の骨格筋の基礎知識について学習すること（E1）。また、上腕近位部、肩甲帯部の骨格筋のスポーツマッサージの要点について理解を深めること（H1およびG1）。上腕近位部、肩甲帯部の骨格筋のスポーツマッサージの実際をリスク管理も含め学習する（G1）。 ③予習（１２０分）予備的知識として上腕近位部、肩甲帯部の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、次回の小テストの課題について学習をすること。
	7	①授業テーマ　部位別スポーツマッサージ上肢①（上腕、肘、前腕） ②授業概要　上腕、肘、前腕部の骨格筋の基礎知識について学習すること（E1）。また、上腕、肘、前腕部の骨格筋のスポーツマッサージの要点について理解を深めること（H1およびG1）。上腕、肘、前腕部の骨格筋のスポーツマッサージの実際をリスク管理も含め学習する（G1）。 ③予習（１２０分）予備的知識として上腕、肘、前腕部の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、次回の小テストの課題について学習をすること。
	8	①授業テーマ　部位別スポーツマッサージ上肢②（手、指） ②授業概要　手、指部の骨格筋の基礎知識について学習すること（E1）。また、手、指部の骨格筋のスポーツマッサージの要点について理解を深めること（H1およびG1）。手、指部の骨格筋のスポーツマッサージの実際をリスク管理も含め学習する（G1）。 ③予習（１２０分）予備的知識として手、指部の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、次回の小テストの課題について学習をすること。
	9	①授業テーマ　部位別スポーツマッサージ（殿部、骨盤帯） ②授業概要　殿部、骨盤帯の骨格筋の基礎知識について学習すること（E1）。また、殿部、骨盤帯の骨格筋のスポーツマッサージの要点について理解を深めること（H1およびG1）。殿部、骨盤帯のスポーツマッサージの実際をリスク管理も含め学習する（G1）。 ③予習（１２０分）予備的知識として殿部、骨盤帯の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、次回の小テストの課題について学習をすること。
	10	①授業テーマ　部位別スポーツマッサージ下肢①（大腿部、膝） ②授業概要　大腿部、膝部の骨格筋の基礎知識について学習すること（E1）。また、大腿部、膝部の骨格筋のスポーツマッサージの要点について理解を深めること（H1およびG1）。大腿部、膝部の骨格筋のスポーツマッサージの実際をリスク管理も含め学習する（G1）。 ③予習（１２０分）予備的知識として大腿部、膝部の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。

		④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、次回の小テストの課題について学習をすること。
	11	①授業テーマ　部位別スポーツマッサージ下肢②（下腿、足関節、足部） ②授業概要　下腿、足関節、足部の骨格筋の基礎知識について学習すること（E1）。また、下腿、足関節、足部の骨格筋のスポーツマッサージの要点について理解を深めること（H1およびG1）。下腿、足関節、足部の骨格筋のスポーツマッサージの実際をリスク管理も含め学習する（G1）。 ③予習（１２０分）予備的知識として下腿、足関節、足部の骨格筋について教科書や機能解剖学の資料で振り返り、必要な知識を整理しておく。 ④復習（１２０分）授業内に授業の観点をまとめ、メモやノートに記載したことをリアクション・ペーパーに記述し、次回の小テストの課題について学習をすること。
	12	①授業テーマ　疾患・障害別のスポーツマッサージ ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、ケガや傷害の中でも投球障害肩、テニス肘、ジャンパー膝、シンスプリントなどに対するスポーツマッサージの概要を理解する（E1）。その際、スポーツマッサージが適応となるかどうか、そのリスク管理に基づき、手技の選択、強弱、時間などを学習する（H1およびG1）。 ③予習（１２０分）投球障害肩、テニス肘、ジャンパー膝、シンスプリントなどの疾患の理解とスポーツマッサージの実践するための施術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。
	13	①授業テーマ　試合前、試合中、試合後のスポーツマッサージの考え方と実践① ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、試合前、試合中、試合後に対するスポーツマッサージの持つ意味を理解すること（E1）。特に競技・種目、疾患・障害の症状を学習したうえでスポーツマッサージに必要な評価やリスク管理から適切な施術についてまとめることができる（H1およびG1）。 ③予習（１２０分）試合前、試合中、試合後のそれぞれの時期でのスポーツマッサージの施術の基本的な概念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。
	14	①授業テーマ　試合前、試合中、試合後のスポーツマッサージの考え方と実践② ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、試合前、試合中、試合後に対するスポーツマッサージの持つ意味を理解すること（E1）。特に競技・種目、疾患・障害の症状を学習したうえでスポーツマッサージに必要な評価やリスク管理から適切な施術について実践することができる（H1およびG1）。 ③予習（１２０分）試合前、試合中、試合後のそれぞれの時期でのスポーツマッサージの施術の実践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。
	15	①授業テーマ　試合前、試合中、試合後のスポーツマッサージの考え方と実践③ ②授業概要　担当者の実務経験を踏まえて、試合前、試合中、試合後に対するスポーツマッサージの持つ意味を理解すること（E1）。特に競技・種目、疾患・障害の症状を学習したうえでスポーツマッサージに必要な評価やリスク管理から適切な施術のプログラミングとその実践ができる（H1およびG1）。 ③予習（１２０分）試合前、試合中、試合後のそれぞれの時期でのスポーツマッサージの施術のプログラミングと効果・効能についてまとめてくること。 ④復習（１２０分）より実践に即した形で各競技スポーツでその手技を試行し、効果・効能について経験知としてまとめ、レポート課題について学習をすること。
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	骨格筋ハンドブック（第2版）南江堂	
参考書・参考ＵＲＬ	ＤＶＤでみるアスレチック・マッサージの実際（南江堂）、ワルトンの臨床推論アプローチ　フィジカルアセスメントとマッサージ療法 Tracy Walton　著　小松泰喜・冨田和秀　監訳　丸善出版	
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.