

2011年度

科目名	ゼミナールⅠ				
担当教員	吉川 真由美				
配当	人社3		コード	33081	
開期	通年	講時	水曜日3限	単位数	4
授業テーマ	アスリートの医・科学サポートについて				
目的と概要	安全で健康なスポーツ活動をサポートするシステムをはじめ、アスリートに生じやすい内科(メディカルチェックを含む)・外科的外傷障害を理解しその予防と対応策、アスレティック・リハビリテーション、コンディショニング等の実際を身につけさせる。これ以外にも精神障害や、特殊環境、アンチドーピングなど、スポーツをとりまくさまざまな環境における医学的知識を学ぶ。				
成績評価法	小まめにレポート(50%)を課す。あわせて、授業意欲(10%)や平常点(40%)を加味し総合的に評価する。				
テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目1・3巻(日本体育協会)				
参考書	随時紹介				
履修に当たっての注意・助言/準備学習	日本体育協会が指導者に養成に使用するテキストをゼミで読み解き、指導者に求められるアイテムを議論したい。常に、範囲について予習して臨むこと。				
講義計画					
前 期					
第1回	アスリートの健康管理体制				
第2回	メディカルチェック				
第3回	コンディショニングのチェック				
第4回	スポーツ外傷・障害の基礎知識				
第5回	頭頸部の外傷・障害				
第6回	上肢の外傷・障害				
第7回	体幹の外傷・障害				
第8回	下肢の外傷・障害				
第9回	アスレティック・リハビリテーションとは				
第10回	アスレティック・リハビリテーション実施上の留意点				
第11回	アスレティック・リハビリテーションのすすめ方・組み立て方				
第12回	ストレッチング				
第13回	テーピングの理論				
第14回	テーピングの実際① 下肢				
第15回	テーピングの実際② 上肢				
後 期					
第16回	テーピングの実際③ 体幹				
第17回	アイシングの理論				
第18回	アイシングの実際① 各種氷嚢の作り方と特徴				
第19回	アイシングの実際② 上肢・下肢				
第20回	アイシングの実際③ 体幹				
第21回	特殊環境下(暑熱等)での対応				
第22回	スポーツマッサージの理論				
第23回	スポーツマッサージの実際				
第24回	スポーツによる精神障害概要				
第25回	スポーツによる精神障害対策				
第26回	食行動異常				
第27回	特殊環境下(暑熱等)での対応				
第28回	特殊環境下(高地)での対応				
第29回	アンチドーピングの概要				
第30回	アンチドーピング検査				