

準備学習ポイント一覧

科目名		トレーニング論	教員名	向後和典 鈴木康文	学科/区分	理学療法 選択	履修年次	1
授業計画	回	授業項目	準備学習キーワード 使用教科書掲載箇所(ページ等)					
	1	基本動作・専門動作の習得	キーワード:正しい動作、運動連鎖の考え方 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	2	基本動作・専門動作の習得	キーワード:動作評価 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	3	基本動作・専門動作の習得	キーワード:正しい動作習得のためのエクササイズ 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	4	ストレングストレーニング	キーワード:ストレングストレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	5	ストレングストレーニング	キーワード:ストレングストレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	6	スプリントトレーニング	キーワード:スプリントトレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	7	スプリントトレーニング	キーワード:スプリントトレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	8	アジリティトレーニング	キーワード:アジリティトレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	9	アジリティトレーニング	キーワード:アジリティトレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	10	エンデュランストレーニング	キーワード:エンデュランストレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	11	エンデュランストレーニング	キーワード:エンデュランストレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	12	バランストレーニング・神経-筋協調性トレーニング	キーワード:バランストレーニング・神経-筋協調性トレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	13	バランストレーニング・神経-筋協調性トレーニング	キーワード:バランストレーニング・神経-筋協調性トレーニング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
	14	ストレッチング	キーワード:ストレッチング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章					
15	ストレッチング	キーワード:ストレッチング 使用教材:アスレティックトレーナー専門科目テキスト第3巻 コンディショニング 第4章						
教員からのメッセージ		(公財)日本スポーツ協会アスレティックトレーナー(JSPO-AT)の資格取得に必須の科目であり、授業内容はかなり専門的内容となります。授業内容を理解するためにも予習・復習が大切です。教科書の購入が必須です(購入方法については、授業内で説明します)。実習に相応しい服装で参加すること。						