

シラバス（前期）

宮崎医療福祉専門学校

授業科目	保健体育			時間数	15時間
学 科	理学療法士養成学科	学 年	1年	単位数	1
担当講師	本田隆広	取得資格	中学・高校保健体育1種教員免許		
		実務経験	有・ <input type="checkbox"/> 無	経験年数	
授業内容	①スポーツ外傷やスポーツ障害の発生要因を学習する。 ②身体機能のアライメントや、身体運動能力の測定を行う。 ③ケガの予防や応急処置を実施する。				
到達目標	①メディカルチェックに関連する関節や筋肉について、基本的な知識を養う。 ②関節弛緩性や筋柔軟性、マッスリンバランスなどを用いた測定が実施できる。 ③肉離れや靭帯損傷Ⅰ～Ⅲ度損傷時の手当について実践できるようになる。				

授業計画

No	授 業 内 容
1	足関節靭帯損傷の病態理解、関節弛緩性テストの実施。(2H)
2	股関節周囲の関節や筋の機能、臀部周囲筋の機能テストの実施および判定(2H)
3	肩関節周囲の関節や筋の機能、肩甲帯～肩の機能テストの実施および判定(2H)
4	体幹機能テストの実施および判定(2H)
5	体幹トレーニングの基礎および呼吸法を習得(2H)
6	膝関節の機能テストの実施および運動連鎖の理解(2H)
7	総合演習(3H～)
8	
9	
10	
11	
12	
13	
14	
15	

テキスト 参考書等	マッスリンバランスの理学療法 その他、配布資料
成績評価及び 単位認定の方法 履修上の留意点	講義出席および履修態度 小テスト(筆記)、口頭試問、実技等を併せて成績とする。