

テーピングの理論と実際		演習	講師 准教授	佐藤 牛島	康宏 詳力
科目カテゴリ	スポーツマネジメントコースの専門選択科目、 スポーツトレーナーコースの専門選択科目 柔道整復師コースの教養選択科目 救急救命士コースの専門基礎分野科目	科目ナンバリング		11322116 11322116 12220101 13322101	

1. 授業のねらい・概要

テーピングは、スポーツ外傷・障害予防の一手段として活用される方法である。さまざまなスポーツ医療現場において活動していく上で、テーピングの理論および技術を習得することは必要不可欠である。また、今後学習するスポーツリハビリテーション、アスレティックリハビリテーションなどとも密接に関連する。本講義では、テーピングの理論およびテーピングを巻く際に必要な解剖学的知識、および傷害の受傷メカニズムを理解し、実際のテーピング技術を習得することを目指す。

2. 授業の進め方

テーピングの技術を習得するだけでなく、テーピングの理論、解剖学的知識および傷害の受傷メカニズムを学ぶ。

3. 授業計画

1. ガイダンス	9. 確認テスト（テーピングの理論）
2. テーピング理論、テープの切り方実践	10. 足関節・足部の機能解剖、足関節内反捻挫
3. テーピングの基礎（アンカーとブリッジ）	11. 足関節捻挫予防テーピング（アンターラップ、アンカーの巻き方）
4. 指（側方動揺性の予防）のテーピング	12. 足関節捻挫予防テーピング（スケアップ、ホスシュの巻き方）
5. 肘関節（内側側副靭帯損傷）のテーピング	13. 足関節捻挫予防テーピング（フィギュアイト巻き方）
6. 肘関節（過伸展予防）のテーピング	足関節捻挫予防テーピング（ヒールロック巻き方）
7. 膝関節（前十字靭帯損傷、内側側副靭帯損傷）のテーピング	14. キネシオテープの基礎
8. フィギュアイトの習得（母指 MP 関節を例に）	15. その他特殊なテープの紹介

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

本講義受講期間中においては、配布テキスト、解剖および傷害の学習（30 分程度）。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

実技試験および小テストに関して、終了時に改善点ならびに模範解答を口頭および実技で説明する。

6. 授業における学修の到達目標

各部位においてテーピングを巻く際に必要な解剖学的知識および傷害の受傷メカニズムを理解し、指導者として巻くことができるテーピング技術を習得する。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取り組み姿勢（30%）、確認試験（20%）、実技試験（50%）によって評価する。実技試験は足関節捻挫予防テーピングとする。ただし講義回数の 5 分の 1（3 回以上）以上欠席した者は評価の対象としない。

8. テキスト・参考文献

四肢・体幹の解剖学、テーピングの巻き方に関する資料を配布。

9. 受講上の留意事項

使用するテーピングは実費となり、3,000 円程度かかる予定。学内に支払期限の掲示をするので、教学課に支払いをして参加すること。また、素肌の状態でテーピングを巻くので実技の際はタイツ等の着用は禁止する。実技終了時は教室の掃除を徹底して行うこと。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は柔道整復師免許資格を有し、整形外科医院、接骨院、プロスポーツチームに勤務した実務経験を活かして講義を行う。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。