

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者養成講習会
講習・試験免除適応コース
アスレティックトレーナー専門科目シラバス

目次

0. 導入	1
(1)養成講習会実施方針（カリキュラム・ポリシー：CP）	1
(2)専門科目カリキュラムについて	1
1. JSP0-AT の役割	2
(1)日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(JSP0-AT)とは	2
(2)JSP0-AT のコンピテンシーに応じた業務と運営	3
(3)JSP0-AT の活動と倫理および運営管理	3
(4)JSP0-AT の安全と健康管理、セルフマネージメント	4
(5)スポーツ医・科学チームとスタッフ	4
(6)エビデンスに基づいた運営（EBP）	5
(7)JSP0-AT とクライアント	5
2. 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防	6
(1)安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防における JSP0-AT の役割	6
(2)スポーツ外傷・障害の予防	7
(3)安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防のための各種評価と情報の活用	7
(4)安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因・対応	8
3. コンディショニング	9
(1)JSP0-AT としてのコンディショニング	9
(2)コンディショニングのプログラムデザイン	10
(3)競技特性の分析	10
(4)トレーニング各論	10
(5)コンディショニングのその他の情報	11
4. リコンディショニング	12
(1)リコンディショニング総論(JSP0-AT の役割としてのリコンディショニング)	12
(2)リコンディショニングで用いる代表的な手法	12
(3)リコンディショニングのプログラミング	13
(4)各種の機能的、身体的な問題に対するリコンディショニングの実際	13
(5)部位別の状態、問題に応じたリコンディショニング	13

(6)スポーツ動作の問題に対するリコンディショニングの実際	14
5. 救急対応	15
(1)現場と救急対応	15
(2)救急対応の考え方	16
(3)スポーツ現場における救急体制構築の留意点と計画	16
(4)スポーツ現場での外傷, 障害の評価とその手順	16
(5)スポーツ外傷時の救急対応	17
(6)内科的疾患に対する救急対応	17
(7)各競技における救急対応の実際	17
6. 検査・測定と評価	19
7. 人体の解剖と機能	19
8. スポーツ科学概論	20
(1)運動生理学	20
(2)バイオメカニクス	20
(3)体力・運動能力向上と外傷・障害予防に必要なスポーツ科学の応用的知識	21
(4)スポーツ科学の基礎知識の体力・運動能力向上と外傷・障害予防への活用	21
9. スポーツ医学概論	22
10. 現場実習	22

0. 導入

(1)養成講習会実施方針（カリキュラム・ポリシー：CP）

日本スポーツ協会（以下、JSP0）は、JSP0 公認アスレティックトレーナー（以下、JSP0-AT）の資格を認定するため、共通科目と専門科目の2つのカリキュラムを体系的に学習し、180 時間を越えるスポーツ現場での実習を通じて共通科目・専門科目で身につけた知識と技能を実践に発展させるように促す。

	科目	ねらい	時間数(h)
1	共通科目	スポーツの意義と価値を理解し、幅広いスポーツ医・科学等の知識を身につける。	150
2	専門科目	スポーツ活動中の外傷・障害予防、救急対応、コンディショニングやリコンディショニング、および安全・健康管理等に関する専門的な知識と技術を身につける。	780

(2)専門科目カリキュラムについて

専門科目カリキュラムは、コンピテンシーに沿った専門的な知識と実践に関わる内容と、それらの基盤となるスポーツ医・科学の基礎知識に関わる内容から構成する。

	科目名	時間数(h)
1	JSP0-AT の役割	30
2	安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防	90
3	コンディショニング	90
4	リコンディショニング	90
5	救急対応	60
6	検査・測定と評価	30
7	人体の解剖と機能	60
8	スポーツ科学概論	90
9	スポーツ医学概論	60
10	現場実習	180

1. JSP0-AT の役割

本科目では、JSP0-AT の役割・業務と専門性や、業務を遂行するうえで必要となる多様な素養の位置づけを理解し、持続的に学び関係職種との連携を推進するための知識と態度の習得をねらいとする。

到達目標	・ JSP0-AT および国内外の関連資格の役割、業務、制度を説明できる。 ・ 法律的観点からみた JSP0-AT の役割を理解し、求められる倫理と責任について説明できる。 ・ 自身の健康管理の重要性を理解し、その予防や対処法について説明できる。 ・ スポーツ医・科学チームを構成する関連資格の特徴を理解し、JSP0-AT に求められる役割を説明できる。 ・ 科学的根拠に基づいた業務推進のための情報収集と活用方法について説明できる。 ・ クライアントの特徴を理解し、連携体制の構築に活用できる。
履修時間	合計 30 時間とし、それぞれの履修時間の目安は以下の通り。 ・ 「日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(JSP0-AT)とは」および「JSP0-AT のコンピテンシーに応じた業務と運営」を合わせて 6 時間 ・ 「JSP0-AT の活動と倫理および運営管理」6 時間 ・ 「JSP0-AT の安全と健康管理、セルフマネジメント」および「スポーツ医・科学チームとスタッフ」を合わせて 6 時間 ・ 「エビデンスに基づいた運営 (EBP)」6 時間 ・ 「JSP0-AT とクライアント」6 時間
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(1)日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(JSP0-AT)とは

本項目では、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者制度における JSP0-AT の位置づけや役割（コンピテンシー・業務）、特徴、求められる知識や考え方、技能を理解することをねらいとする。また、JSP0-AT を中心として、国内外のアスレティックトレーナーおよび関連資格の歴史や制度、役割について学ぶことで JSP0-AT との違いを理解することをねらいとする。

到達目標	・ 日本スポーツ協会公認スポーツ指導者制度における JSP0-AT の位置づけを理解したうえで、その必要性や役割（コンピテンシー・業務）を説明できる。 ・ JSP0-AT の教育課程とカリキュラム構成、その特徴について求められる知識や考え方、技能について説明できる。 ・ JSP0-AT を中心として、国内外のアスレティックトレーナーおよび関連資格の歴史や制度、役割について説明できる。
履修時間	第 2 章「JSP0-AT のコンピテンシーに応じた業務と運営」と合わせて 6 時間を目安とする。
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(2)JSP0-AT のコンピテンシーに応じた業務と運営

本項目では、JSP0-AT に求められる具体的な役割（コンピテンシー・業務）と役割を果たすために必要な知識や考え方、技能について理解し、学習にあたっての全体像を理解することをねらいとする。

到達目標	・ JSP0-AT の役割における「安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防」の位置づけを理解したうえで、これらに必要な知識、態度や技能について説明できる。 ・ JSP0-AT の役割における「コンディショニング」の位置づけを理解したうえで、これらに必要な知識、態度や技能について説明できる。 ・ JSP0-AT の役割における「リコンディショニング」の位置づけを理解したうえで、これらに必要な知識、態度や技能について説明できる。 ・ JSP0-AT の役割における「救急対応」の位置づけを理解したうえで、これらに必要な知識、態度や技能について説明できる。
履修時間	第1章「日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(JSP0-AT)とは」と合わせて6時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(3)JSP0-AT の活動と倫理および運営管理

本項目では、JSP0-AT がスポーツ指導者資格の1つであることを理解し、指導者として求められる倫理や実施可能な行為を法律的観点から理解することをねらいとする。また、JSP0-AT として活動するにあたってのリスクを把握したうえで、具体的なケースを想定し、環境や対象者の特徴に応じた活動内容や留意事項について理解することをねらいとする。

到達目標	・ スポーツ指導者としての JSP0-AT に求められる倫理と責任について説明できる。 ・ 法律的観点からみた医行為・医業類似行為について理解したうえで、JSP0-AT として実施可能な業務範囲を説明できる。 ・ 過去の判例をもとに、JSP0-AT として活動するにあたっての留意事項を説明できる。 ・ JSP0-AT として活動するにあたっての「リスク」と「リスクマネジメント方法」について説明できる。 ・ JSP0-AT として活動するにあたって、環境や対象者の特徴に応じた役割の違いについて説明できる。
履修時間	6時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(4)JSP0-AT の安全と健康管理、セルフマネージメント

本項目では、JSP0-AT として活動する際に注意すべき「自身の健康」について理解することをねらいとする。また、活動時に発生しうる諸問題を「感染症」や「メンタルヘルス」の観点から理解することをねらいとする。

到達目標	・ 自身の健康管理の重要性について理解し、健康状態に影響を及ぼす因子やそのリスク、対応策を説明できる。 ・ 感染症の種類や伝播様式について理解し、スポーツ現場における注意事項や予防法を説明できる。 ・ 日常生活やスポーツ現場において生じうるストレスへの対処方法、メンタルヘルスが不調に陥った際のチェックポイントや代表的な精神疾患の特徴について説明できる。
履修時間	「スポーツ医・科学チームとスタッフ」と合わせて 6 時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(5)スポーツ医・科学チームとスタッフ

本項目では、スポーツ現場における他の資格保有者の特徴や JSP0-AT との関係性を学ぶことで、スポーツ医・科学スタッフの一員として JSP0-AT に求められる役割を理解することをねらいとする。

到達目標	・ スポーツ現場における JSP0-AT に求められる役割を、他の資格保有者との関係から説明できる。 ・ 日本スポーツ協会公認スポーツ指導者制度に定められる各種資格の役割や特徴について説明できる。 ・ 日本アンチ・ドーピング機構が定める「公認スポーツファーマシスト認定制度(スポーツファーマシスト)」についてその役割や特徴について説明できる。
履修時間	「JSP0-AT の安全と健康管理、セルフマネージメント」と合わせて 6 時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(6)エビデンスに基づいた運営（EBP）

本項目では、JSP0-AT が生涯に亘って学び続けるために必要な考え方や情報収集の方法、留意事項を「エビデンスに基づく実践(Evidence-based practice：EBP)」の観点から学習し理解することをねらいとする。

到達目標	・ アスレティックトレーニングにおける EBP の概念や活用方法について説明できる。 ・ JSP0-AT における研究活動の目的や意義、具体的手法ならびに基本的留意事項を説明できる。 ・ JSP0-AT に求められる生涯教育の目的や意義、具体的な手段について説明できる。
履修時間	6 時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(7)JSP0-AT とクライアント

本項目では、クライアントの「立場」や「特徴」について理解し、JSP0-AT として活動するにあたっての役割や留意事項を理解することをねらいとする。

到達目標	・ 様々な関係者とコミュニケーションを取るにあたり、それぞれの特徴について理解し、JSP0-AT の役割や留意事項を説明できる。 ・ 中央競技団体や都道府県体育・スポーツ協会の代表的な組織の仕組みや特徴について理解し、連携体制の構築に活用できる。
履修時間	6 時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

2. 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防

本科目では、JSP0-AT の役割における安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防の位置づけを理解したうえで、科学的根拠に基づいた予防対応を組織的に計画し実践するために必要な知識、態度や技能を習得することをねらいとする。

到達目標	- 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防の目的や意義および JSP0-AT として果たすべき役割について説明できる。 - スポーツ外傷・障害の予防の概念や発生要因について理解し、科学的根拠に基づいたスポーツ外傷・障害の予防を計画し実践できる。 - 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防に関連する対象者の基本データを収集する目的や意義、医・科学スタッフとの連携、更には各種データの活用法について理解し、安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防を検討する際の根拠となる各種評価を組織的に計画し実践できる。 - 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因を理解し、科学的根拠に基づいた予防対応を計画し実践できる。
履修時間	履修時間は 90 時間とし、それぞれ以下の履修時間を目安とする。 「安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防における JSP0-AT の役割」6 時間 「運動器のスポーツ外傷・障害の予防」24 時間 「安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防のための各種評価と情報の活用」12 時間 「安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因・対応」48 時間
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 人体骨格模型（全身、部位に分かれたものなど） 各種テーピングテープおよび関連備品（テーピングシザース、スプレーなど） 各種装具・防具（ブレース、ヘルメットなど） 「動作の見方」を学習するにあたって必要な用品、施設

(1)安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防における JSP0-AT の役割

本項目では、スポーツ現場における安全・健康管理、スポーツ外傷・障害予防の目的や意義、JSP0-AT として果たすべき役割について理解することをねらいとする。

到達目標	- スポーツ外傷・障害・事故・疾病の実態を正しく理解し、安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防の目的や意義について説明できる。 - スポーツ医・科学の組織における JSP0-AT の役割について、他の専門職とのかかわりを踏まえて説明できる。 - JSP0-AT が担う「安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防」役割を説明できる。
履修時間	6 時間（目安）

教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(2) スポーツ外傷・障害の予防

本項目では、スポーツ外傷・障害の予防の概念や発生要因について理解し、科学的根拠に基づいたスポーツ外傷・障害の予防を計画・実践するための態度や技能を習得することをねらいとする。

到達目標	・ スポーツ外傷・障害の予防の概念や発症要因、更には疫学調査の意義や手法について理解し、科学的根拠に基づいたスポーツ外傷・障害予防を計画・実践できる。 ・ 代表的な外傷・障害予防プログラムの考え方を正しく理解し、対象者の状態に応じた外傷・障害予防プログラムを計画・実践できる。 ・ 装具・防具、ストレッチング、テーピングにおけるスポーツ外傷・障害の予防効果を理解し、それらの活用について安全かつ効果的に計画・実践できる。
履修時間	24 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 人体骨格模型（全身、部位に分かれたものなど） 各種テーピングテープおよび関連備品（テーピングシザース、スプレーなど） 各種装具・防具（ブレース、ヘルメットなど）

(3) 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防のための各種評価と情報の活用

本項目では、安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防に関連する対象者の基本データを収集する目的や意義、医・科学スタッフとの連携、更には各種データの活用法について理解し、これらに必要な知識、態度や技能を習得することをねらいとする。

到達目標	・ 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防に関連する対象者の基礎データを収集する目的や意義について説明できる。 ・ 医・科学スタッフとの連携と組織における JSP0-AT の役割を理解し、安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防を検討する際の根拠となる各種評価を組織的に計画し実践できる。 ・ 各種データの適切な活用法について理解し、科学的根拠に基づいた安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防を計画し実践できる。
履修時間	12 時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(4)安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因・対応

本項目では、安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因を理解し、科学的根拠に基づいた予防対応の計画および実践に必要な知識、態度や技能を習得することをねらいとする。

到達目標	・ 対象者の特徴や各種環境が安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害に及ぼす影響を理解し、科学的根拠に基づいた予防対応を計画し実践できる。 ・ 感染症について理解し、科学的根拠に基づいた予防対応を計画し実践できる。 ・ 防具・用具・施設が安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害に及ぼす要因を理解し、科学的根拠に基づいた予防対応を計画し実践できる。 ・ 競技特性、体力特性、トレーニング要因、動作特有の要因について理解し、科学的根拠に基づいた予防対応を計画し実践できる。
履修時間	48 時間（目安）
教授形態	講義(演習)および実習(演習)
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 「動作の見方」を学習するにあたって必要な用品、施設

3. コンディショニング

本科目では、対象者のパフォーマンス発揮に必要な要因を分析し、目標を達成するために現状と目標値の差を最小化するための支援を安全かつ効果的に行うための知識、技能、態度を習得することをねらいとする。

到達目標	・ JSP0-AT の役割としてのコンディショニングと、他の関連する専門家の役割について理解し、安全かつ効果的に対象者のコンディショニング支援を行うための環境整備や、コンディショニング計画と実践に活用できる。 ・ コンディショニングの計画立案と実践に必要な知識をもとに、安全で効果的なコンディショニング計画と実践ができる。 ・ 対象者の競技特性や体力・運動能力の特徴を把握するための測定評価を行い、その結果をコンディショニング計画立案に活用できる。 ・ 各種体力・運動能力向上のためのコンディショニング計画立案と実践に必要な知識について理解し、安全で効果的に実践できる。 ・ 対象者の特徴や、環境変化が対象者のコンディションに及ぼす影響を理解し、それらの情報を安全で効果的なコンディショニング計画と実践に活用できる。
履修時間	履修時間は 90 時間とし、それぞれ以下の履修時間を目安とする。 ・ 「JSP0-AT としてのコンディショニング」6 時間 ・ 「コンディショニングのプログラムデザイン」24 時間 ・ 「競技特性の分析」10 時間 ・ 「トレーニング各論」30 時間 ・ 「コンディショニングのその他の情報」20 時間
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種トレーニング用具、各種測定評価用具 グラウンドや体育館などの実習施設、ウェイトトレーニング施設

(1)JSP0-AT としてのコンディショニング

本項目では JSP0-AT の役割としてのコンディショニングと、他の関連する専門家の役割について理解し、必要に応じて連携体制を構築し、安全かつ効果的に対象者のコンディショニング支援を行うための態度と知識を習得することをねらいとする。

到達目標	・ JSP0-AT の役割におけるコンディショニングについて説明できる。 ・ コンディションに影響する要因について説明し、分析に活用できる。 ・ スポーツをする人のコンディショニング支援に関連する他資格の特徴を理解し、連携体制の構築に活用できる。
履修時間	6 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(2)コンディショニングのプログラムデザイン

本項目では、コンディショニングの計画立案と実践に必要な知識を理解し、安全で効果的なコンディショニング計画と実践ができるようになることをねらいとする。

到達目標	・ 体力・運動能力向上のためのコンディショニングに必要な知識を理解し、プログラムを計画できる。 ・ トレーニングの負荷の測定や分析手法について理解し、測定結果をコンディショニングに活用できる。 ・ ウォーミングアップやリカバリーの理論と方法について理解し、実践できる。
履修時間	24 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態と実習形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種トレーニング用具、各種測定評価用具 グラウンドや体育館などの実習施設

(3)競技特性の分析

本項目では、競技特性の分析を行い、その結果をコンディショニング計画立案に活用できるようになることをねらいとする。また競技特性の分析結果をもとに必要な体力測定を企画・実践し、得られた結果に応じたコンディショニング計画の立案ができるようになることをねらいとする。

到達目標	・ 特定の競技の特性を運動生理学的側面とバイオメカニクスの側面から分析し、コンディショニング計画に活用できる。 ・ 競技特性に応じた体力測定を企画・実践し、得られた結果をコンディショニング計画に活用できる。
履修時間	10 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態・実習形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種測定評価用具

(4)トレーニング各論

本項目では、各種体力・運動能力向上のためのコンディショニング計画立案と実践に必要な知識について理解し、安全で効果的に実践できるようになることをねらいとする。

到達目標	・ 運動連鎖の考え方を理解し、プレーヤーの代償動作とその要因の分析結果をコンディショニング計画に活用できる。 ・ 各種体力・運動能力向上の背景となる生理学的知識を理解し、対象者の特徴や、体力・運動能力の評価結果に応じたトレーニングプログラムを計画し、安全に実践できる。
履修時間	30 時間（目安）

教授形態	講義(演習)・実習(演習)
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料、 各種トレーニング用具、各種測定評価用具、 グラウンドや体育館などの実習施設、ウェイトトレーニング施設

(5)コンディショニングのその他の情報

本項目では、対象者の特徴や、環境変化が対象者のコンディションに及ぼす影響を理解し、それらの情報を安全で効果的なコンディショニング計画立案と実践に活用できるようになることをねらいとする。

到達目標	・ 外的環境の変化がコンディションに及ぼす影響について説明できる。 ・ 年齢、性別、障がいなどの対象者の特徴を理解し、安全で効果的なコンディショニング計画の立案と実践に活用できる。 ・ 増量や減量などの目的を安全かつ効果的に達成するために留意すべき事項を理解し、コンディショニング計画と実践に活用できる。 ・ コンディショニングを効果的に行うための測定・評価方法について説明できる。
履修時間	20 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

4. リコンディショニング

本科目では、JSP0-AT の役割におけるリコンディショニングの位置づけを理解したうえで、これらに必要な知識、態度や技能を習得することをねらいとする。

到達目標	・ リコンディショニングの目的や内容の概要について説明できる。 ・ 各種組織の修復および機能の回復過程を説明できる。 ・ リコンディショニングで用いる代表的な手法について理解し、安全で効果的な方法を選択し、計画と実践ができる。 ・ 対象者の状態（身体状態、機能的問題、動作における問題等）を把握し、適切なリコンディショニングプログラムを計画し、実践できる。 ・ 対象者の競技・種目の特性に応じて、安全で効果的なリコンディショニングプログラムを計画し、実践できる。
履修時間	90 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料、 各種関連用具、実技実習室、体育館、グラウンド、その他競技に応じた学習施設

(1)リコンディショニング総論(JSP0-AT の役割としてのリコンディショニング)

本項目では、JSP0-AT の役割としてのリコンディショニングを理解し、安全かつ効果的に実践するための知識を習得することねらいとする。

到達目標	・ JSP0-AT の役割におけるリコンディショニングの位置づけを理解し、その適応と過程について説明ができる。 ・ 各種組織の修復および機能の回復過程を説明できる。
履修時間	4 時間（目安）
教授形態	本項目は講義形態で進める。
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(2)リコンディショニングで用いる代表的な手法

本項目では、リコンディショニングで活用される各種手法の基礎理論と方法について理解したうえで、リコンディショニング過程における各種エクササイズの詳細な計画と実践や補装具の一部の活用ができるようになることをねらいとする。また、各種物理的刺激および徒手的アプローチについてはその特徴を理解して医療資格者と連携し、使用する目的や方法について理解ができるようになることをねらいとする。

到達目標	・ リコンディショニングに必要な基本的手法や補装具の特徴について理解し、安全で効果的な方法で、計画と実践ができる。 ・ 各種物理的刺激および徒手的アプローチの特徴を説明できる。
履修時間	6 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態・実習(演習)形態

基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料、 各種関連用具、実習室
----------------	--

(3)リコンディショニングのプログラミング

本項目では、対象者の特徴分析に必要な検査・測定、観察手法の選択と実施方法を理解し、実践できることをねらいとする。合わせて、分析結果をもとに、対象者の特徴に応じたリコンディショニングプログラムの計画ができるようになることをねらいとする。

到達目標	- 対象者の特徴分析に必要な検査・測定、観察手法の選択と実施方法を実践できる。 - 分析結果をもとに、対象者の特徴に応じたリコンディショニングプログラムの計画ができる。
履修時間	8 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態・実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種関連用具、実習室

(4)各種の機能的、身体的な問題に対するリコンディショニングの実践

本項目では、対象者の機能障害・機能不全の状態を観察するための手法を選択し、その結果に応じたリコンディショニングプログラムを計画し、実践できるようになることをねらいとする。

到達目標	- 観察した結果に応じた安全で効果的なリコンディショニングプログラムを計画し、実践できる。 - 対象者の機能障害・機能不全の状態を観察するための手法を選択し、活用できる。
履修時間	18 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種関連用具 実技実習室、体育館、グラウンド、その他競技に応じた学習施設

(5)部位別の状態、問題に応じたリコンディショニング

本項目では、部位別の代表的な機能障害・不全をもたらす症状を想定し、状態に応じたリコンディショニングプログラムを計画し、実践できるようになることをねらいとする。

到達目標	- 部位別の代表的な機能障害・不全をもたらす症状に応じて、安全で効果的なリコンディショニングプログラムを計画し、実践できる。 - 対象者の競技・種目特性に応じて、安全で効果的なリコンディショニングプログラムを計画し、実践できる。
履修時間	36 時間（目安）

教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種関連用具 実技実習室、体育館、グラウンド、その他競技に応じた学習施設

(6)スポーツ動作の問題に対するリコンディショニングの実際

本項目では、具体的なスポーツ動作とその動作中に発生する代表的な不良動作を想定し、状態に応じたリコンディショニングプログラムを計画し、実践できるようになることをねらいとする。

到達目標	・ 動作における問題に応じて、安全で効果的なリコンディショニングプログラムを計画し、実践できる。 ・ 対象者の競技・種目特性に応じて、安全で効果的なリコンディショニングプログラムを計画し、実践できる。
履修時間	18 時間（目安）
教授形態	本項目は講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種関連用具、実技実習室、体育館、グラウンド、その他競技に応じた学習施設

5. 救急対応

本科目では、JSP0-AT の役割における救急対応の位置づけを理解したうえで、医療資格者に引き継ぐための現場で出来る最高レベルの救急対応ができる実践的な知識、態度や技術を習得することをねらいとする。合わせて、スポーツ活動現場における救急対応の特性と意義を理解することをねらいとする。

到達目標	・ スポーツ現場における救急対応の重要性やその体制構築における JSP0-AT の役割について説明できる。 ・ 救急対応を実施する際に必要な正しい知識と倫理、法的留意点について説明できる。 ・ スポーツ活動現場における救急体制構築や緊急時対応計画（EAP）の立案に必要な要素、具体的な立案方法について説明できる。 ・ 緊急性を判断するための的確な方法を活用し、JSP0-AT の役割における救急対応が実践できる。 ・ 重症度や外傷、内科的疾患に応じた救急対応が実践できる。 ・ 競技・種目特性に応じた緊急時対応計画（EAP）の計画や救急対応が実践できる。
履修時間	60 時間
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	・ 専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 ・ 各種運搬に必要な器材 ・ 各種止血法の実習に必要な用品 ・ 各種固定法の実習に必要な用品 ・ 各種 RICE 処置の実習に必要な用品 ・ 各種頭頸部・脊椎外傷の対応の実習に必要な器材 ・ 各種労作性熱中症の冷却処置に必要な器材 ・ 各種救急対應用器材 ・ 教室、実習室ほか

(1)現場と救急対応

本項目では、スポーツ現場における救急対応の重要性やその体制構築における JSP0-AT の役割について理解することをねらいとする。

到達目標	・ スポーツ現場における救急対応の実際と JSP0-AT の役割における救急対応の必要性、目的、範囲が説明できる。 ・ JSP0-AT の役割における救急対応の法的留意点について説明できる。
履修時間	2 時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(2)救急対応の考え方

本項目では、救急対応の重要性や実施者の心得について学び、救急対応の基本的な留意点について理解することをねらいとする。

到達目標	・ 救急対応を実施する際に必要な正しい知識と倫理、基本的な留意点について説明できる。 ・ ファーストレスポnderの意味、役割について説明できる。 ・ スポーツ活動現場における救急対応の特性と意義について説明できる。 ・ スポーツ活動現場の救急対応における緊急時対応計画（EAP）の重要性について説明できる。
履修時間	2 時間（目安）
教授形態	講義形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(3)スポーツ現場における救急体制構築の留意点と計画

本項目では、スポーツ現場での救急体制構築における JSP0-AT の役割について学び、緊急時対応計画（EAP）の計画ができるようになることをねらいとする。

到達目標	・ スポーツ活動現場における救急体制構築の意義と JSP0-AT の役割が説明できる。 ・ 緊急時対応計画（EAP）の立案に必要な要素、具体的な立案方法について説明できる。 ・ 緊急時対応計画（EAP）が計画できる。 ・ 事故発生時の救急対応に備え、事前の確認事項や救急・医療資格者への引継ぎ・連携などの留意点が説明できる。
履修時間	4 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(4)スポーツ現場での外傷, 障害の評価とその手順

本項目では、緊急事態が発生した際の対応方法や適切な救急対応の手順を理解し、緊急性を判断するための的確な方法とその後の対応が実践できるようになることをねらいとする。

到達目標	・ 事故発生時の一連の初期評価の手順が説明できる。 ・ 緊急性を判断するための的確な方法を活用し、JSP0-AT の役割における救急対応が実践できる。 ・ 重傷度に応じた体位管理・保温・運搬が実践できる。
履修時間	6 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態

基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種運搬に必要な器材
----------------	---

(5) スポーツ外傷時の救急対応

本項目では、スポーツ活動によって生じた外傷における具体的な救急対応の方法や留意事項を学ぶとともに、JSP0-AT として行う救急対応の必要性、目的、範囲について理解し、実践できるようになることをねらいとする。合わせて、頭・頸部外傷時のような重大事故における救急対応の重要性について理解し、実践できるようになることをねらいとする。

到達目標	・創傷・出血に対する救急対応を実践できる。 ・挫傷に対する救急対応を実践できる。 ・骨折・脱臼に対する救急対応を実践できる。 ・スポーツにおける脳振盪に対する救急対応を実践できる。 ・頭部・頸部・脊椎における重傷外傷への救急対応を実践できる。 ・スポーツにおける特殊な外傷への救急対応を実践できる。
履修時間	24 時間を目安とする。
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	・各種止血法の実習に必要な用品 ・各種固定法の実習に必要な用品 ・各種 RICE 処置の実習に必要な用品 ・各種頭頸部・脊椎外傷の対応の実習に必要な器材

(6) 内科的疾患に対する救急対応

本項目では、スポーツ活動時に生じた環境障害や感染症などの内科的な疾患における救急対応について理解し、実践できるようになることをねらいとする。

到達目標	・心停止に対する救急対応を実践できる。 ・労作性熱中症に対する救急対応を実践できる。 ・スポーツ活動時にみられる内科的疾患に対する救急対応を実践できる。
履修時間	10 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料 各種労作性熱中症の冷却処置に必要な器材

(7) 各競技における救急対応の実際

本項目では、様々な競技・種目特性を踏まえ、特性に応じた緊急時対応計画（EAP）が計画できるようになることをねらいとする。合わせて、現場で備えておくべき救急対応用器材が活用できるようになることをねらいとする。

到達目標	・競技・種目特性を踏まえ、特性に応じた緊急時対応計画（EAP）が計画できる。
------	--

	・現場で備えておくべき各種救急対応用器材が活用できる。 ・競技・種目や会場の特性に応じた救急対応が実践できる。
履修時間	12 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態・実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料、各種救急対応用器材

6. 検査・測定と評価

本科目では、JSP0-AT に必要とされる検査・測定・評価についてその目的と意義を学び、具体的な評価プロセスの理解のもと、実践できる能力の習得をねらいとする。

到達目標	・ JSP0-AT による評価の目的と意義を説明できる。 ・ 形態の評価に関する目的と意義を説明し、実践できる。 ・ 関節可動性および関節弛緩性、関節動揺性・関節不安定性の評価に関する目的と意義を説明し、実践できる。 ・ 筋力の評価に関する目的と意義を説明し、徒手的な方法で実践できる。 ・ 筋パワーの評価に関する目的と意義を説明し、実践できる。 ・ 持久力の評価に関する目的と意義を説明し、フィールドにおける評価を実践できる。 ・ 敏捷性の評価、バランス機能の評価に関する目的と意義を説明し、フィールドにおける評価を実践できる。 ・ 一般的な体力測定に関する目的と意義を説明できる。 ・ 心理アセスメントに関する目的と意義を説明できる。
履修時間	30 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態および実習(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目テキスト、共通科目リファレンスブック、各種参考資料、 検査・測定・評価に必要な備品（ベッド、キャリパー、角度計、ウエイトスタックマシーン、フリーウエイト等）、各種検査・測定・評価に必要な用品、 心理アセスメント評価シート、フィールドテストが実施可能な施設

7. 人体の解剖と機能

本科目では、骨の部位や名称、その骨に関わる関節の構造や働きを理解し、その関節を動かす筋の名称、起始（付着）・停止や神経支配について学び、スポーツ動作のメカニズムを理解する際の基礎知識の習得をねらいとする。

到達目標	・ 骨、骨の各部位の名称を説明できる。 ・ 関節を定義し、関節の構造が関節の働きを決めている理由を説明できる。 ・ 関節の構造と機能の分類を説明できる。 ・ 筋の起始と停止、作用を説明できる。 ・ 身体における代表的な骨、関節、靭帯、筋・腱の特定が実践できる。 ・ スポーツにおける基本動作（走跳投打）を解剖学的に説明できる。
履修時間	60 時間とし、それぞれ以下を目安とする。 ・ 「上肢・体幹」 30 時間 ・ 「骨盤・下肢」 30 時間
教授形態	講義(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目参考書籍、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

8. スポーツ科学概論

本科目では、スポーツ科学に関する基礎的知識を理解したうえで、体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防に必要な分析や計画立案および実践に活用できるようになることをねらいとする。

到達目標	・ 体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要な運動生理学の基礎知識について説明できる。 ・ 体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要なバイオメカニクスの基礎知識について説明できる。 ・ 体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要なスポーツ科学の応用的知識を説明できる。 ・ スポーツ科学の基礎的および応用的知識を、競技特性や目的に応じた体力・運動能力向上、スポーツ外傷・障害予防、健康管理の計画と実践に活用できる。
履修時間	90 時間とし、それぞれ以下を目安とする。 ・ 「運動生理学」 30 時間 ・ 「バイオメカニクス」 30 時間 ・ 「体力・運動能力向上と外傷・障害予防に必要なスポーツ科学の応用的知識」 15 時間 ・ 「スポーツ科学の基礎知識の体力・運動能力向上と外傷・障害予防への活用」 15 時間
教授形態	講義(演習)形態
基本機材・器材、施設	専門科目参考書籍、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(1)運動生理学

本項目では、体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要な運動生理学の基礎知識を理解することをねらいとする。

到達目標	・ 体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要な運動生理学の各種の基礎知識（筋生理、神経生理、代謝、呼吸・循環、内分泌など）について説明できる。
履修時間	30 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態
基本機材・器材、施設	専門科目参考書籍、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(2)バイオメカニクス

本項目では、体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要なバイオメカニクスの基礎知識を理解することをねらいとする。その基礎知識を理解することをねらいとする。

到達目標	・ 体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要なバイオメカ
------	--

	ニクスの各種の基礎知識（運動と力、運動と力のモーメント、流体力、インパクトと外傷・障害など）について説明できる。
履修時間	30 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態で進める。
基本機材・ 器材、施設	専門科目参考書籍、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(3)体力・運動能力向上と外傷・障害予防に必要なスポーツ科学の応用的知識

本項目では、体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要な、スポーツ科学の応用的知識を理解することをねらいとする。

到達目標	・ 体力・運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防の計画と実践に必要なスポーツ科学の応用的知識（トレーニング科学、運動学習、発育発達、性差、時間生物学、環境による生理学的変化など）について説明できる。
履修時間	15 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目参考書籍、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

(4)スポーツ科学の基礎知識の体力・運動能力向上と外傷・障害予防への活用

本項目では、スポーツ科学の基礎的および応用的知識を、競技特性や目的に応じた体力・運動能力向上、スポーツ外傷・障害予防、健康管理の計画と実践に活用できるようになることをねらいとする。

到達目標	・ スポーツ科学の基礎的・応用的知識を、運動能力向上やスポーツ外傷・障害予防を目的とした動きづくりのためのコンディショニング計画と実践に活用できる。 ・ スポーツ科学の基礎的・応用的知識を、スポーツ現場における健康管理の計画と実践に活用できる。
履修時間	15 時間（目安）
教授形態	講義(演習)形態
基本機材・ 器材、施設	専門科目参考書籍、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

9. スポーツ医学概論

本科目では、スポーツ活動中に発症しうる外傷・障害や内臓諸器官の疾病、更には重篤な外傷や疾病に関する基礎知識について理解することをねらいとする。また、これらの外傷・障害・重篤からのスポーツへの復帰プロセスで留意すべき点を理解し、医療資格者とのコミュニケーションを円滑にすすめるための知識と態度の習得をねらいとする。

到達目標	・ 上肢、下肢、体幹の代表的なスポーツ外傷・障害およびスポーツ活動と関連する代表的な循環器疾患、呼吸器疾患、代謝性疾患、血液疾患等の関する疫学、病態、発生機転、予防、一般的治療プロセスについて説明できる。 ・ スポーツ現場で起こりうる留意すべき重篤な外傷や疾病についての疫学、病態、発生機転、予防、一般的治療プロセスについて説明できる。 ・ スポーツ現場で起こりうる眼科、耳鼻科、歯科、皮膚科領域の代表的な外傷および疾病を説明できる。 ・ 対象別（女性、高齢者、発育期、パラアスリート）によるスポーツ外傷・障害の特徴および医学的留意事項を説明できる。
履修時間	60 時間とし、それぞれ以下を目安とする。 ・ 「上肢・体幹・下肢の代表的なスポーツ外傷・障害」 24 時間 ・ 「スポーツ現場で起こりうる留意すべき重篤な外傷・障害・疾病」 10 時間 ・ 「スポーツ活動と関連する代表的な循環器疾患、呼吸器疾患、代謝性疾患、血液疾患等」 14 時間 ・ 「スポーツ現場で起こりうる眼科、耳鼻科、歯科、皮膚科領域の代表的な外傷および疾病」 4 時間 ・ 「対象別（女性、高齢者、発育期、パラアスリート）によるスポーツ外傷・障害の特徴および医学的留意事項の特徴および医学的留意事項」 8 時間
教授形態	講義形態
基本機材・器材、施設	専門科目参考書籍、専門科目テキスト第 2 巻、共通科目リファレンスブック、各種参考資料

10. 現場実習

本科目では、JSP0-AT の役割（コンピテンシー・業務）についてスポーツ現場等で学ぶ機会を提供し、JSP0-AT のコンピテンシーの習得に必要な技能を身につけることをねらいとする。

到達目標	・ 見学実習：JSP0-AT がどのような役割を担い、どのような能力が必要かを説明できる。 ・ 総合実習：JSP0-AT の役割に応じた技能を実践できる。
履修時間	180 時間とし、見学実習は 30 時間 総合実習は 150 時間とする。
教授形態	スポーツ活動現場での見学や現場体験、実習(演習)形態で進める。
基本機材・器材、施設	指定の器材を準備する