

6

公
認

アスレティックトレーナー
専門科目テキスト

検査・測定と評価



JSPPO

Japan Sport Association

第1章	JSPO-AT の行う検査・測定・評価とは	
	▶ 1. JSPO-AT の行う検査・測定・評価とは	2
	1 JSPO-AT のコンピテンシーと検査・測定・評価との関連	2
	2 JSPO-AT の行う検査・測定・評価のプロセスと能力	4
	3 JSPO-AT の行う検査・測定・評価の主な内容	5
	4 検査・測定・評価を行う際の留意点	6
第2章	JSPO-AT の行う検査・測定・評価の全体像と掲載箇所のまとめ	9
第3章	JSPO-AT の行う検査・測定・評価の実際	
	▶ 1. 形態の評価	14
	1 形態の評価に関する意義の概説	14
	2 姿勢・身体アライメント	29
	▶ 2. 関節可動性の評価	39
	1 関節可動域	40
	2 筋タイトネス	49
	▶ 3. 関節弛緩性, 関節動揺性・関節不安定性の評価	54
	1 関節弛緩性	55
	2 関節動揺性・関節不安定性	56
	▶ 4. 筋力の評価	59
	1 筋力評価の意義	59
	2 徒手筋力検査	60
	3 機器を用いた筋力評価1: 徒手筋力検査装置	68
	4 機器を用いた筋力評価2: 等速性筋力測定装置	71
	5 機器を用いた筋力評価3: ウェイトマシン・フリーウエイト	75
	▶ 5. 筋パワーの評価	79
	1 メディシンボール投げ	79
	2 脚伸展パワー	81
	3 無酸素性パワー	87
	▶ 6. 持久力の評価	89
	1 持久力向上の意義と目的	89
	2 持久力の評価方法	89
	3 持久力の評価の選択	90
	4 生理学的指標での評価	91
	5 フィールドでの評価	95
	6 テスト結果の解釈	99
	▶ 7. 敏捷性の評価	101
	1 フィールドでの身体機能の評価	101
	2 認知・神経系機能の評価	102
	▶ 8. バランス機能の評価	105
	1 バランスの定義	105
	2 バランス機能の評価	105
	▶ 9. 一般的な体力測定	109
	1 新体力テスト (文部科学省)	110
	2 運動適性テストII	114

▶ 10. 心理アセスメントの指標	117
1 心理アセスメント	117
2 JSPO-AT の心理アセスメント	117
3 注意点	120
索引	121