

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー養成講習会専門科目カリキュラム

講習科目	時間数(h)	科目の内容
1. アスレティックトレーナーの役割	30	1)アスレティックトレーナーとは 2)アスレティックトレーナーの役割 3)医科学スタッフとの連携協力 4)組織の運営と管理 5)アスレティックトレーナーと倫理
2. スポーツ科学	120	1)トレーニング科学 2)バイオメカニクス 3)運動生理学 4)スポーツ心理学
3. 運動器の解剖と機能	60	1)運動器の解剖と機能概論 2)体幹の基礎解剖と運動 3)上肢の基礎解剖と運動 4)下肢の基礎解剖と運動
4. スポーツ外傷・障害の基礎知識	60	1)スポーツ外傷・障害総論 2)上肢のスポーツ外傷・障害 3)体幹のスポーツ外傷・障害 4)下肢のスポーツ外傷・障害 5)重篤な外傷(頭部、脊髄損傷、大出血、等) 6)その他の外傷 7)年齢・性別による特徴(女性、高齢者、発育期、等) 8)整形外科的メディカルチェック
5. 健康管理とスポーツ医学	30	1)アスリートにみられる内臓器官などの疾患 2)感染症に対する対応策(呼吸器感染症、血液感染症、皮膚感染症など) 3)アスリートにみられる病的現象など(オーバートレーニング症候群、突然死、過換気症候群など) 4)特殊環境のスポーツ医学(高山病、低圧、高圧、低温、高温など) 5)年齢・性別による特徴(女性、高齢者、発育期など) 6)内科的メディカルチェック 7)ドーピングコントロール
6. 検査・測定と評価	60	1)アスレティックトレーナーに必要な評価 2)アスレティックトレーナーに必要な検査測定の手法 3)スポーツ動作の観察と分析
7. 予防とコンディショニング	90	1)コンディションの把握と管理 2)コンディショニングの方法 3)コンディショニングの実際 4)競技(種目)特性とコンディショニング 5)外傷予防に必要な環境整備
8. アスレティックリハビリテーション	90	1)アスレティックリハビリテーションの考え方 2)運動療法(アスレティックリハビリテーションにおけるエクササイズ)の基礎知識 3)物理療法と補装具の使用に関する基礎知識 4)外傷ごとのリスク管理に基づいたアスレティックリハビリテーションのプログラミングと実践(体幹) 5)外傷ごとのリスク管理に基づいたアスレティックリハビリテーションのプログラミングと実践(上肢) 6)外傷ごとのリスク管理に基づいたアスレティックリハビリテーションのプログラミングと実践(下肢) 7)競技種目特性に基づいたアスレティックリハビリテーションのプログラム
9. 救急処置	30	1)救急処置の基本的知識 2)スポーツ現場における救急処置 3)外傷時の救急処置 4)緊急時の救命処置 5)内科的疾患の救急処置 6)現場における救急体制
10. スポーツと栄養	30	1)アスリートの身体組成、からだ作りとウェイトコントロール 2)トレーニングスケジュール、競技特性と食事、コンディショニングと栄養摂取、水分補給 3)栄養欠陥に基づく疾病と対策 4)特殊環境下における栄養ケア 5)サプリメントの利用時の留意点 6)アスリートの栄養教育
計	600	

講習科目	時間数(h)	実習内容
現場実習	30	1)見学実習
	30	2)検査・測定と評価実習、アスレティックリハビリテーションプログラム作成実習
	30	3)スポーツ現場実習(ストレッチング、テーピング、応急処置等)
	30	4)アスレティックリハビリテーション実習(プログラム作成、実施等)
	60	5)総合実習
計	180	