

項番	項目	内容
1	講義名	アスレティックコンディショニングⅠ
2	担当教員	高橋 将
3	開講時期	秋
4	時間数	2時間
5	授業概要	機能解剖学に基づくコンディショニングについて学ぶ。 特に、ストレッチやスポーツマッサージ等に関連した実技を行う
6	到達目標	機能解剖学に基づくコンディショニングの方法を理解し、実践できる
7	授業形態	対面
8	テキスト	PDF資料を各自manabaからダウンロードしてください
9	履修上の注意	①実技を行うので、運動実施可能な服装で参加して下さい。 ②実技の授業内で、体調等に異変を感じた際には担当教員にご相談ください。
10	連絡先、連絡方法など	takahashi@ic.daito.ac.jp
11	実務家教員に該当する実務家経験 (5年以上)	東京オリンピック日本代表選手（陸上）の専任トレーナー 全日本柔道連盟 教育普及・MIND委員会 特別委員
12	その他	対面授業の場で実際の動きや指導法等を実践、確認し、さらにディスカッションをしながら、より実践的な能力とスキルを身に付け、知見を深めていく。