

☆For the Athlete☆

2011年度アスレティックトレーニング実践ゼミ活動記録

発行日 2011.9.10

はじめに・・・

早いものでATゼミ5期生（宮村ゼミ・吉田ゼミ）の活動がスタートして半年が経ちました。実際にスポーツ現場やその他の場面で活かせる知識・技術、そして実践力を養うために日々活動を行なっています。前期は多くの実地の機会に恵まれ、時と共に各々の立ち居振る舞いや表情が変わってきたことが印象的でした。

簡単ではありますが、ここに前期の活動をまとめたいと思います。

<主なゼミ活動>

3月：学生トレーナーの集い@帝京平成大学

4月：・体力測定@心身マネジメント学科新入生セミナー@有玉グラウンド

5月：・オープンキャンパス①

6月：・ATゼミ歓迎会

（中村ゼミの4年生& ATゼミのOB/OGと）

7月：・体育会新入生メディカルチェック（スクリーニング） & 打ち上げのBBQ

・静岡県国体チーム（卓球）強化合宿での講演（傷害予防）・トレーニング指導

8月：・オープンキャンパス②

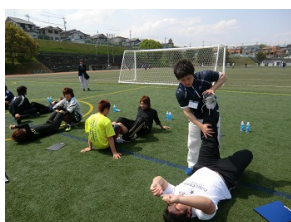
・猪鼻湖ビーチクリーン ・ランブラスフェスティバル
・外部講師を招いての講習会

9月：・浜名湖SUPマラソン運営補助

5～7月：勉強会（授業外時間帯で任意参加）

任意参加のものや、クラブ活動との兼ね合いで全員参加が叶わなかったものもありましたが、皆、それぞれに良い経験が出来たのではないかと思います。これをベースに、後期も実践力を身に付けつつ、ひと回りも、ふた回りも成長できるような機会を作っていく、学生の積極的な取り組みを期待したいと思います。

（宮村司・吉田早織）



初めてのゼミ活動！ <新入生の体力測定>

4月23-24日の心身マネジメント学科新入生研修セミナー内で、約100名の新入生を対象に各種測定を行いました。運営方法の検討など、準備から当日の運営、ウォーミングアップ、クーリングダウンの指導、ケガの対応など、ゼミで協力して行なった活動の記念すべき一つの活動となりました。陸上部の協力もあり、助かりました！

オープンキャンパスで大活躍!?

5月21日と8月20日に実施されたオープンキャンパスで、心身マネジメント学科の模擬授業を担当し、高校生に“教える”という貴重な機会をいただきました。

5月のオープンキャンパスでは“学生トレーナー”を体験してみよう!～救急処置編～と題し、2グループに別れ、心肺蘇生法+AEDについてと、RICE処置（急性外傷への対応）についてを実習を交えて体験してもらいました。高校生には2分間の心肺蘇生法（心臓マッサージ30回・人工呼吸2回を5サイクル）にも挑戦してもらい、緊張しながらも必死に取り組んでもらえ、その大変さを体感してもらえたと思います。また、8月のオープンキャンパスでは～コンディショニング編～ということで、腰痛と下肢（膝、すね、足首）から聞きたい部位を選んで、セルフチェックを行ったり、その部位の傷害や予防のためのコンディショニングについてを体験してもらいました。

“教える”ことで、多くを“学び”ました!

前期の感想/後期の抱負

<松野 宏哉>（海外からの外部講師を招いての）講習会では海外の技術に感動した!後期の実習では一人でも多くの選手がケガをせずに満足にプレーできるようにサポートしたい。<佐々木雅史>オープンキャンパスでは自分たちで考えて行なったが、結局は先生方の協力がなくて完成度の面で不十分なものになっていたと思う。意識が足りなかった。<酒井裕加>BBQを行なった時には、先輩や先生から普段聞けないことが聞けて貴重な時間となりました。<山田優美>メディカルチェックでは、皆で分担しながら、授業や勉強会で練習をいっぱいして、本番うまく行くようにと頑張ったなあ～と思います。<吉田僚太>後期は健康運動実践指導者などの資格試験が始まるので、資格を取れるようにしっかりと準備をして本番に挑戦していきたい。<平野友美子>メディカルチェックをしてみて、気付かなかったところに目を向けることができた。メディカルチェックの大切さに気づき、今の選手の状況・今後への予防をみる事ができ、良い体験が出来た。<芦川拓>オープンキャンパスではどうやったら知識を分かりやすく伝えられるか、コミュニケーション能力と言葉の能力が必要とされ、社会に出たら、もっとこの力がないといけないと感じた。<伊代田絢則>オープンキャンパスでは自分たちで調べ、その知識を咀嚼・吟味し高校生を相手に限られた時間で講義し、興味を持ってもらうことや、自分の知識を正しく相手に伝える事の難しさを痛感した。<柳澤大>実習では先輩に頼っている部分も多いが、後期は出来ることを精一杯やっていき、チームの為になるような勉強など頑張っていきたい。<太田陽紀>トレーナーの集いに選手の立場で参加し、グループに分かれての意見交換では、自分の意見や考えを持ったトレーナーが所属している野球部は強いと言われていたところだった。トレーナーが選手に対して大事であり、信頼されるかでチームへの影響力があると感じた。<堀口久弥>剣道部での実習では、もともと人見知りの正確もあったが、今では体のことだけではなく、表情など些細な変化に気づいて話しかけられるようになってきた。後期は全てにおいてスキルアップを計り、前期よりも「深く広く」を目標に活動して選手に信頼されるように努力したい。<鎌田弘樹>新入生のセミナーやオープンキャンパスでは上に立ち指示をする立場を経験し、ゼミでも副リーダーだが、責任を持ってメンバーを引っ張っていくことを意識して今後の活動をしっかり行いたい。<関祥吾>実習ではまだ知識や経験が不足していて適切な判断や処置が出来ているか不安だが、後期も選手の助けになれるようなことをしていきたい。<鈴木宏肇>ランブラスフェスティバルでは自分が（ホスト校の）バスケット部のトレーナーという立場で1つ1つのプレーを集中して見る事が出来た。支えてくれた他の部活のゼミ生にも感謝しています。



<アスレティックトレーニング実習も頑張っています!>

ゼミ生の大半がアスレティックトレーニング実習を履修し、体育会のクラブにて学内で週3回（+aは任意参加）の実習を行なっています。実習はチームや選手をサポートを通して、自分が成長する場です。この環境を支えてくださる皆さまに感謝しながら、“今までにない壁”を乗り越えようとしている学生達を私達もサポートして参ります。

ゼミ生がCMに登場しました!

7月に放送されていた浜松大学のCMに、ATゼミの学生も使っていただきました。

芦川くんの笑顔は、こちらで見られます。



URL:http://www.hexaproject.com/dataUpload/hamadai/HU_final.zip