シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 機能解剖学A 必修選択 選択 (学則表記) 機能解剖学A 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 3 45 1年 公益財団法人 日本スポーツ協会 公認アスレティックトレーナー専門テキスト②『運動器の解剖と機能』 使用教材 出版社 『身体運動の機能解剖 改訂版』 医道の日本社 科目の基礎情報② 人体の運動器(骨・関節・靭帯・筋など)における形態、構造、機能を理解し、身体運動を学ぶための基礎を習得 授業のねらい 人体の運動器(骨・関節・靭帯・筋など)における形態、構造、機能を理解し、解剖学用語について正しい表現が 到達目標 できる。また、機能解剖学的知識を基盤とした分野を理解でき、応用ができる。 評価基準 テスト:80%、授業態度:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者 関連科目 機能解剖学B 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 \circ アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	総論	オリエンテーション、機能解剖学概論			
2	骨の構造と機能	骨の構造と機能、全身の骨の名称			
3	関節・靭帯の構造と機能	関節・靭帯の構造と機能、全身の関節の名称及び関節運動			
4	筋・腱の構造と機能	筋・腱の構造と機能、全身の主要な筋の名称			
5	骨格筋の神経支配	骨格筋の神経支配 (中枢神経系および末梢神経系)			
6		股関節における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
7		股関節の運動に関わる筋と筋機能①			
8		股関節の運動に関わる筋と筋機能②			
9	下肢の基礎解剖と運動	膝関節における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
10	T IIX Y ORE WEITT LIJ C XEEDI	膝関節の運動に関わる筋と筋機能①			
11		足関節・足部における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
12		足関節・足部の運動に関わる筋と筋機能①			
13		足関節・足部の運動に関わる筋と筋機能②			
14	総括	機能解剖学的知識を基盤とした分野への発展・応用			
15	体幹の基礎解剖と運動	脊柱における骨・関節・靭帯などの構造と機能			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 機能解剖学B 講義 科目名 必修選択 選択 (学則表記) 機能解剖学B 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 3 45 1年 公益財団法人 日本スポーツ協会 公認アスレティックトレーナー専門テキスト②『運動器の解剖と機能』 使用教材 出版社 『身体運動の機能解剖 改訂版』 医道の日本社 科目の基礎情報② 人体の運動器(骨・関節・靭帯・筋など)における形態、構造、機能を理解し、身体運動を学ぶための基礎を習得 授業のねらい 人体の運動器(骨・関節・靭帯・筋など)における形態、構造、機能を理解し、解剖学用語について正しい表現が 到達目標 できる。また、機能解剖学的知識を基盤とした分野を理解でき、応用ができる。 評価基準 テスト:80%、授業態度:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者 関連科目 機能解剖学A 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 \circ アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1		脊柱における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
2		頭部、顔面における骨・関節などの構造と機能			
3	体幹の基礎解剖と運動	頚椎、胸椎、胸郭における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
4	中午す。 シェック (本事)	腰椎、骨盤における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
5		体幹の運動に関わる筋と筋機能①			
6		体幹の運動に関わる筋と筋機能②			
7		肩甲帯、肩関節における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
8	上肢の基礎解剖と運動	肩甲帯、肩関節の運動に関わる筋と筋機能①			
9		肩甲帯、肩関節の運動に関わる筋と筋機能②			
10		肘関節における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
11		肘関節の運動に関わる筋と筋機能①			
12	上肢の基礎解剖と運動	手関節、手における骨・関節・靭帯などの構造と機能			
13		手関節、手の運動に関わる筋と筋機能①			
14		手関節、手の運動に関わる筋と筋機能②			
15	総括	機能解剖学的知識を基盤とした分野への発展・応用			

	シラバス					
			科目の基礎情報①			
授業形態	講義	科目名		身体運動の	基礎科学A	
必修選択	選択	(学則表記)		身体運動の	基礎科学A	
		開講			単位数	時間数
年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	2	30
使用教材	入門生理学第4版 リファレンスブッ			出版社	杏林書院 日本スポーツ協会	
			科目の基礎情報②		1	
授業のねらい	身体活動による生 要な事柄について		で答及び効果について、解剖 よる。	生理学の基礎的	知識を含め、資格取	得や現場指導に必
到達目標	①運動・身体活動による身体各部の適応反応について基礎的事柄の理解する。 ② ①で学習する内容に関連する解剖生理学(基礎)を理解する。					
評価基準	筆記テスト(期末	筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20%				
認定条件		出席が総時間数の3分の2以上ある者 成績評価が2以上の者				
関連資格	日本スポーツ協会	公認アスレティ	ィックトレーナー、JATIトレ	ーニング指導者	Í	
関連科目	身体運動の基礎科学B					
備考	原則、この科目は対	原則、この科目は対面授業形式にて実施する。				
担当教員	三井 悠輔 実務経験					
実務内容	実務内容					

	日 かりょう					
回数	単元	内容				
1	第1章 筋収縮とエネルギー供給系①	筋の種類と構造、エネルギー源 ※第10章「運動と栄養」含む				
2	第1章 筋収縮とエネルギー供給系②	ATP産生の3つのルート※第10章「運動と栄養」含む				
3	第1章 筋収縮とエネルギー供給系③	運動の継続時間とエネルギー供給システム※第10章「運動と栄養」含む				
4	第2章 筋線維の種類とその特徴①	筋線維の種類、筋線維組成				
5	第2章 筋線維の種類とその特徴②	筋線維組成と遺伝、トレーニングによる筋線維の変化、筋線維組成の推定				
6	第3章 神経系の役割①	神経細胞の構造と種類、中枢神経・末梢神経のしくみ運動調節のしくみ				
7	第3章 神経系の役割②	運動単位、運動単位と動員バターン、サイズの原理				
8	第8章 筋疲労の要因	神経情報の伝導・伝達における変化、筋線維内部における変化				
9	第4章 筋の収縮様式と筋力	筋の収縮様式・特徴、トレーニングによる筋力の変化、神経系の改善、筋線維の肥大、筋線維数の変化				
10	第5章 運動と循環①	心臓の機能・構造、血液の循環、血液成分				
11	第5章 運動と循環②	運動時における心臓の働き、毛細血管、トレーニングによる変化				
12	第5章 運動と循環③	血流再配分、スターリングの法則				
13	第6章 運動と呼吸①	呼吸、肺換気、ガス交換、血液によるガスの運搬				
14	第6章 運動と呼吸②	酸素摂取量、酸素負債量、無酸素生作業閾値、呼吸商				
15	総括	実施した運動生理学知識の振り返り、総復習等				

	シラバス					
			科目の基礎情報①			
授業形態	講義	科目名		身体運動の	基礎科学B	
必修選択	選択	(学則表記)		身体運動の	基礎科学B	
		開講			単位数	時間数
年次	1年	学科	スポーツトレーフ	ナー科	2	30
使用教材	入門生理学第4版 リファレンスブッ	-		出版社	杏林書院 日本スポーツ協会	
			科目の基礎情報②			
授業のねらい	身体活動による生 要な事柄について		○答及び効果について、解剖 □る。	生理学の基礎的	り知識を含め、資格取	7得や現場指導に必
到達目標	①運動・身体活動による身体各部の適応反応について基礎的事柄の理解する。 ② ①で学習する内容に関連する解剖生理学(基礎)を理解する。					
評価基準	筆記テスト(期末	テスト40%、「	中間テスト40%) 合計80%、	授業内の提出物	物と授業態度20%	
認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		3者			
関連資格	日本スポーツ協会	公認アスレティ	ィックトレーナー、JATIトレ	ーニング指導者	Ž	
関連科目	関連科目 身体運動の基礎科学A					
備考	原則、この科目は対面授業形式にて実施する。					
担当教員	三井 悠輔					
実務内容	実務内容					

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	第7章 運動とホルモン①	ホルモンとは、ホルモンの種類、ホルモンと受容体、 ホルモン作用のメカニズム、分泌調節				
2	第7章 運動とホルモン②	身体活動に関与するホルモンの作用、身体活動時の代謝調節①				
3	第7章 運動とホルモン③	身体活動に関与するホルモンの作用、身体活動時の代謝調節②				
4	身体の仕組みと働き	骨格筋の仕組み、骨格の働き、関節の仕組み				
5	呼吸循環器系の働きとエネルギー供給	呼吸循環器系のしくみ、運動に対する呼吸循環器系の応答				
6	第9章 運動と体温調節①	熱の移動、体温調節のしくみ				
7	第9章 運動と体温調節②	運動時の体温調節、運動と熱中症				
8	第11章 身体組成と肥満①	脂肪と除脂肪、体脂肪率の評価法				
9	第11章 身体組成と肥満②	肥満の判定、肥満のタイプ、最低体重				
10	第12章 運動処方①	運動処方とは、健康と体力、運動の備えるべき条件				
11	第12章 運動処方②	運動処方の実際① (目標心拍数の求め方、METsによるエネルギー消費量)				
12	第12章 運動処方③	運動処方の実際② (歩行、走行、エルゴメーターでのエネルギー消費量)				
13	第13章 運動と生活習慣病	生活習慣病とは、生活習慣病の特徴、運動の効果				
14	第14章 老化に伴う身体機能の変化	筋機能の変化、持久力の変化、高齢者のトレーナビリティー				
15	総括	実施した運動生理学知識の振り返り、総復習等				

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 スポーツ栄養学A 必修選択 選択 (学則表記) スポーツ栄養学A 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 2 30 1年 リファレンスブック 使用教材 出版社 公益財団法人日本スポーツ協会 AT専門テキスト⑨「スポーツと栄養」 科目の基礎情報② 授業のねらい 栄養学の基礎と応用を理解し、アスリートに必要な食事管理について正しい知識を得る 到達目標 管理栄養士、栄養士と連携して、アスリートの食事管理に積極的に関わることができるようになる 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、JATIトレーニング指導者 関連科目 スポーツ栄養学B 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 中村 雅美 実務経験 \circ 管理栄養士として、食アスリート協会シニアインストラクター・プロスポーツチームにて栄養指導を10年間担当し 実務内容 た実務経験を元に、栄養学の基礎とアスリートに必要な食事管理について教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	オリエンテーション	学ぶ目的、栄養学の基礎と応用、アスリートに必要な食事管理について			
2	スポーツ栄養学の理論	スポーツと栄養、五大栄養素の役割			
3	五大栄養素の役割①	五大栄養素の役割(糖質)			
4	五大栄養素の役割②	五大栄養素の役割(脂質)			
5	五大栄養素の役割③	五大栄養素の役割 (たんぱく質)			
6	五大栄養素の役割④	五大栄養素の役割 (ビタミン)			
7	五大栄養素の役割⑤	五大栄養素の役割(ミネラル)			
8	活動時の栄養素摂取量①	エネルギー必要量の推定			
9	活動時の栄養素摂取量②	たんぱく質の摂取目安量、脂質の摂取目安量			
10	活動時の栄養素摂取量③	ビタミンの摂取目安量、ミネラルの摂取目安量			
11	アスリートの栄養アセスメント	栄養アセスメント			
12	トレーニングと食事	トレーニングと食事			
13	基本的な食事	スポーツをする人の基本的な食事			
14	水分摂取の重要性と摂取方法①	体内水分、体温調節			
15	水分摂取の重要性と摂取方法②	熱中症、水分補給			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 スポーツ栄養学B 必修選択 選択 (学則表記) スポーツ栄養学B 開講 時間数 単位数 年次 スポーツトレーナー科 1年 学科 2 30 リファレンスブック 使用教材 公益財団法人日本スポーツ協会 出版社 AT専門テキスト⑨「スポーツと栄養」 科目の基礎情報② 授業のねらい 栄養学の基礎と応用を理解し、アスリートに必要な食事管理について正しい知識を得る 管理栄養士、栄養士と連携して、アスリートの食事管理に積極的に関わることができるようになる 到達目標 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、JATIトレーニング指導者 関連科目 スポーツ栄養学A 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 中村 雅美 実務経験 管理栄養士として、食アスリート協会シニアインストラクター・プロスポーツチームにて栄養指導を10年間担当し 実務内容 た実務経験を元に、栄養学の基礎とアスリートに必要な食事管理について教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります 各回の展開 単元 内容 回数 アスリートの栄養・食事計画① アスリートのエネルギー消費量の推定 アスリートの栄養・食事計画② アスリートの食事摂取基準と食品構成の考え方 アスリートの日常的な食事の整え方 3 アスリートの栄養・食事計画③ 4 アスリートの栄養・食事計画(4) 合宿期の食事 5 アスリートの栄養・食事計画⑤ 海外遠征時の食事調整 アスリートのための糖質摂取に関するガイドライン 糖質摂取のガイドライン 増量、減量 目的別の食事① 目的別の食事② 持久力向上と食事 試合前後の栄養・食事ポイント① 試合前調整期の食事 試合前後の栄養・食事ポイント② 試合当日の食事調整、試合間の補給 試合前後の栄養・食事ポイント③ 試合後のリカバリーのための食事 栄養障害とその対処法① エネルギー源栄養素の不足、過剰による栄養障害 鉄欠乏性貧血、骨密度低下と疲労骨折 13 栄養障害とその対処法② 栄養補助食品(サプリメント)とは 栄養補助食品(サプリメント) 14 水分補給 運動時の水分補給の目安量、電解質の補給、糖質の補給

15

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 トレーニング理論A 講義 科目名 必修選択 選択必修 (学則表記) トレーニング理論A 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年 学科 15 リファレンスブック 公益財団法人日本スポーツ協会 使用教材 出版社 トレーニング指導者テキスト 実践編 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい トレーニングに関する科学的根拠を理解し、安全で効果的なトレーニング方法について学ぶ。 到達目標 スポーツ選手等に必要なコンディショニング、トレーニングのための基礎的な知識を身に付ける。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認 アスレティックトレーナー、JATIトレーニング指導者 関連科目 トレーニング理論B 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 荒井 進之介 実務経験 実務内容

回数	単元	内容				
1	オリエンテーション	トレーニング理論 概論				
2	体力とは	体力の概念、防衛体力と習慣的スポーツ活動、行動体力の分類				
3	体力とは	狭義の行動体力の種類と特性				
4	トレーニングの進め方	トレーニングの原理、トレーニングの原則				
5	トレーニングの進め方	ウォーミングアップとウォームダウン				
6	トレーニング理論	トレーニング学の理論体系、スポーツバフォーマンス構造論				
7	トレーニング理論	トレーニング学の理論体系、スポーツバフォーマンス構造論				
8	トレーニングの種類	体力要素別トレーニングの種類、方法、効果(持久力)				
9	トレーニングの種類	体力要素別トレーニングの種類、方法、効果(筋力、パワー)				
10	トレーニングの種類	体力要素別トレーニングの種類、方法、効果(筋力、パワー)				
11	トレーニングの種類	体力要素別トレーニングの種類、方法、効果(スピード)				
12	スキルの獲得とその獲得過程	スキルとは、スキル獲得の過程				
13	スキルの獲得とその獲得過程	スキル獲得の過程、スキル獲得に関わる要因				
14	スキルの獲得とその獲得過程	スキル獲得に関わる要因				
15	総括	前期学習内容のまとめ				

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 トレーニング理論B 講義 科目名 必修選択 選択必修 (学則表記) トレーニング理論B 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年 学科 1 15 リファレンスブック 公益財団法人日本スポーツ協会 使用教材 出版社 トレーニング指導者テキスト 実践編 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい トレーニングに関する科学的根拠を理解し、安全で効果的なトレーニング方法について学ぶ。 到達目標 スポーツ選手等に必要なコンディショニング、トレーニングのための基礎的な知識を身に付ける。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認 アスレティックトレーナー、JATIトレーニング指導者 関連科目 トレーニング理論A 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 荒井 進之介 実務経験 実務内容

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	トレーニング計画とその実際	トレーニング目標の設定				
2	トレーニング計画とその実際	トレーニング処方、トレーニングプログラムの設計				
3	トレーニング計画とその実際	トレーニング計画の時間構造、ピリオダイゼーション				
4	トレーニング計画とその実際	トレーニング計画の時間構造、ビリオダイゼーション				
5	トレーニング計画とその実際	トレーニング計画の時間構造、ビリオダイゼーション				
6	トレーニング計画とその実際	トレーニング計画と疲労及びその回復				
7	体力テストとその活用	形態計測と身体組成の測定と評価				
8	体力テストとその活用	筋力、筋パワーの測定と評価				
9	体力テストとその活用	無酸素性、有酸素性持久力の測定と評価				
10	体力テストとその活用	パッテリーテスト、テストの実施、結果の活用に際しての留意点				
11	トレーニングプログラムの作成	各種トレーニングプログラムの作成				
12	トレーニングプログラムの作成	各種トレーニングプログラムの作成				
13	トレーニングプログラムの作成	各種トレーニングプログラムの作成				
14	トレーニングプログラムの作成	各種トレーニングプログラムの作成				
15	総括	後期学習内容のまとめ				

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 実技 科目名 アスレティックトレーニング実践と指導I 必修選択 選択必修 (学則表記) アスレティックトレーニング実践と指導Ⅰ 開講 単位数 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 1 30 __ リファレンスブック 公益財団法人 日本スポーツ協会 使用教材 出版社 トレーニング指導者テキスト 実践編 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい 基本的なストレングストレーニング種目の実施方法を習得し、その指導方法を習得する。 基本的なストレングストレーニング種目を実践することができる。 到達目標 基本的なストレングストレーニング種目を指導することができる。 評価基準 実技テスト40%、筆記テスト20%、授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会 アスレティックトレーナー、日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者 関連科目 アスレティックトレーニング実践Ⅱ 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 竹野 健太郎 他1名 実務経験 実務内容

	<u> </u>					
回数	単元	内容				
1	筋力トレーニング実施に当たって①	筋カトレーニングの安全確保、動作スピード、補助法、呼吸法 パーの握り方、ベルトの使用、ストラップの使用				
2	筋力トレーニング実施に当たって②	トレーニング器具の使用に関する注意点、背臥位で行うダンベルエクササイズを実施する際のテクニック 低体力者や高齢者に対する指導上の配慮				
3	ビッグスリーエクササイズ実践①	ベンチプレス、スクワット(バックスクワット)、デットリフトの実践				
4	ビッグスリーエクササイズ実践②	ベンチプレス、スクワット(バックスクワット)、デットリフトの実践				
5	ビッグスリーエクササイズ指導実践	ベンチプレス、スクワット(バックスクワット)、デットリフトの指導法を学ぶ				
6	胸部のエクササイズ実践①	インクラインベンチプレス、ダンベルベンチプレス、ダンベルフライの実践				
7	胸部のエクササイズ実践②	シーティッドチェストプレス、その他の実践				
8	胸部のエクササイズ指導実践	胸部のエクササイズの指導法を学ぶ				
9	大腿部及び股関節周辺部のエクササイズ実践①	レッグプレス、レッグエクステンション、レッグカール(ライイングレッグカール)の実践				
10	大腿部及び股関節周辺部のエクササイズ実践②	フォワードランジ、スティフレッグドデッドリフト、その他の実践				
11	大腿部及び股関節周辺部のエクササイズ指導実践	大腿部及び股関節周辺部のエクササイズの指導法を学ぶ				
12	背部のエクササイズ実践①	ベントオーパーロウ、ワンハンドダンベルロウ、ラットブルダウンの実践				
13	背部のエクササイズ実践②	シーティッドロウ、その他の実践				
14	背部のエクササイズ指導実践	背部のエクササイズの指導法を学ぶ				
15	まとめ	総まとめを行う				

	シラバス					
			科目の基礎情報①			
授業形態	実技	科目名	アスレ	ティックトレー	ニング実践と指導Ⅱ	
必修選択	選択必修	(学則表記)	アスレ	ティックトレー	ニング実践と指導Ⅱ	
		開講			単位数	時間数
年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	1	30
使用教材	リファレンスブッ トレーニング指導	*	民践編	出版社	公益財団法人 日本之大修館書店	スポーツ協会
			科目の基礎情報②			
授業のねらい	基本的なストレン	グストレーニン	· グ種目の実施方法を習得し	、その指導方法	を習得する。	
到達目標	基本的なストレングストレーニング種目を実践することができる。 基本的なストレングストレーニング種目を指導することができる。					
評価基準	実技テスト40%、	筆記テスト20%	6、授業態度20%			
認定条件	出席が総時間数の3分の2以上ある者 成績評価が2以上の者					
関連資格	日本スポーツ協会	アスレティック	クトレーナー、日本トレー <i>=</i>	ニング指導者協会	窓定トレーニング指	導者
関連科目	アスレティックトレーニング実践					
備考	原則、この科目は	原則、この科目は対面授業形式にて実施する。				
担当教員	竹野 健太郎 他1名 実務経験					
実務内容						

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	肩部のエクササイズ実践①	シーティッドバーベルショルダープレス、サイドレイズ、ショルダーシュラッグの実践				
2	肩部のエクササイズ実践②	その他の実践				
3	肩部のエクササイズ指導実践	肩部のエクササイズの指導法を学ぶ				
4	上腕部・前腕部のエクササイズ実践①	スタンディングパーベルカール、コンセントレーションカール、ライイングトライセプスエクステンションの実践				
5	上腕部・前腕部のエクササイズ実践②	トライセプスプレスダウン、リストカール、その他の実践				
6	上腕部・前腕部のエクササイズ指導実践	上腕部・前腕部のエクササイズの指導法を学ぶ				
7	下腿部・体幹部のエクササイズ実践①	スタンディングカーフレイズ、シーテッドカーフレイズ、シットアップ、トランクカールの実践				
8	下腿部・体幹部のエクササイズ実践②	ライイングサイドベンド、バックエクステンション、その他の実践				
9	下腿部・体幹部のエクササイズ指導実践	下腿部・体幹部のエクササイズの指導法を学ぶ				
10	負荷の設定について	最大挙上重量を指標とする方法(パーセント法)、最大反復回数を指標とする方法(RM法)の実践				
11	セットの組み方①	シングルセット法、マルチセット法、サーキットセット法の実践				
12	セットの組み方②	その他の方法(スーパーセット法、コンパウンドセット法、トライセット法、ジャイアントセット法)の実践				
13	セットごとの重量や回数の設定	重量固定法、ビラミッド法、ウエイトリダクション法の実践				
14	特殊なトレーニングシステム	マルチパウンデッジ法、プレイグゾーション法(事前疲労法)、フォーストレップス法の実践				
15	まとめ	総まとめを行う				

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 運動障害の予防と救急処置A 必修選択 (学則表記) 運動障害の予防と救急処置A 選択 開講 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 使用教材 AT専門テキスト⑧「救急処置」 公益財団法人 日本スポーツ協会 出版社 科目の基礎情報② 授業のねらい スポーツ現場において救急医療体制の計画立案、実施を行える知識を身につける。 到達目標 障害・疾病の発生に際してリーダーとなり心肺蘇生など各種救急処置を迅速に実施できるようになる。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、JATIトレーニング指導者 関連科目 運動障害の予防と救急処置B 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 0 アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1		救急処置の重要性			
2	救急処置の基本的知識	救急処置実施者の心得			
3		救急処置の基本的留意点			
4	スポーツ現場における救急処置	スポーツ現場における救急処置を学ぶ意義 事故時の緊急対応計画と評価手順			
5	スポーツ現場での外傷、障害の評価とそ の手順	スポーツ現場での外傷、障害の評価とその手順			
6		皮膚などに傷のない怪我の処置			
7		皮膚などに傷のない怪我の処置			
8		皮膚などに傷のない怪我の処置			
9		皮膚などに傷のない怪我の処置			
10	外傷時の救急処置	皮膚などに傷のない怪我の処置			
11	フト1000 ドリマンウン 心・人と 巨	皮膚などに傷のない怪我の処置			
12		皮膚などに傷のない怪我の処置			
13		特殊な外傷の救急処置			
14		特殊な外傷の救急処置			
15		特殊な外傷の救急処置			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 運動障害の予防と救急処置B 必修選択 (学則表記) 運動障害の予防と救急処置B 選択 開講 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 使用教材 AT専門テキスト⑧「救急処置」 公益財団法人 日本スポーツ協会 出版社 科目の基礎情報② 授業のねらい スポーツ現場において救急医療体制の計画立案、実施を行える知識を身につける。 到達目標 障害・疾病の発生に際してリーダーとなり心肺蘇生など各種救急処置を迅速に実施できるようになる。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、JATIトレーニング指導者 関連科目 運動障害の予防と救急処置A 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 0 アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

	各回の展開			
回数	単元	内容		
1	外傷時の救急処置	患部の固定法		
2	21 Mary - 20/10/2018	運搬法		
3	緊急時の救命処置	心肺蘇生法		
4	緊急時の救命処置	心肺蘇生法		
5	緊急時の救命処置	心肺蘇生法		
6	緊急時の救命処置	頭頭部、脊椎外傷持の救急処置		
7	緊急時の救命処置	頭頭部、脊椎外傷持の救急処置		
8		暑熱による障害 寒冷による障害		
9	内科的疾患の救急処置	過換気状態 ショック		
10		その他		
11		救急体制の重要性と計画		
12	現場における救急体制	事故発生時のフローチャート		
13		各種救急処置用器材および用品に関する知識とその利用法		
14		現場における救急体制の実際		
15		現場における救急体制の実際		

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 運動指導の心理学A 講義 科目名 必修選択 (学則表記) 運動指導の心理学A 選択 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年 学科 15 リファレンスブック 公益財団法人日本スポーツ協会 使用教材 出版社 大修館書店 スポーツメンタルトレーニング教本 科目の基礎情報② 体育・スポーツ指導の基礎となる運動と心理学的理解を深め、競技力向上及び地域スポーツにおける指導者として、指導法の心理的根拠を探 授業のねらい 求する。また、選手の実力発揮と競技力向上のための心理サポートに必要な知識及び技術を習得することを目的とする。 体育スポーツ指導の基礎となる運動と心理学的理解を深め、競技力向上及び地域スポーツにおける指導者としての 到達目標 指導法の心理学的根拠を理解する。 選手の実力発揮と競技力向上のための心理サポートに必要な知識及び技術を習得する。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、JATIトレーニング指導者 関連科目 運動指導の心理学B 備考 原則、この科目はオンデマンド型遠隔授業形式にて実施する。 担当教員 真鍋 清孝 実務経験 実務内容

	各回の展開			
回数	単元	内容		
1	総論、スポーツと心	オリエンテーション、心理学とは 行動としてのスポーツ、スポーツと心にかかわる諸問題		
2	スポーツにおける動機づけ	動機づけとは、動機づけおよび運動意欲の構成要素		
3	700. 710.4317 8 ab/100 217	動機づけと競技成績との関係、動機づけを高める方法		
4	メンタルマネジメント	メンタルマネジメントとは、メンタルトレーニング		
5	リラクセーション	リラクセーション		
6	他者観察	技術指導における効果的指導法、言語的指導 筋感覚的指導		
7	個人差を考慮したコーチング①	性差を考慮したコーチング、能力差を考慮したコーチング 性格的な特徴を考慮したコーチング		
8	個人差を考慮したコーチング②	性差を考慮したコーチング、能力差を考慮したコーチング 性格的な特徴を考慮したコーチング		
9	日常生活における相談 運動感覚 (筋感覚・内部感覚)	日常生活と心理的問題運動と感覚		
10	ディスカッション①	1~9回目を踏まえた内容でディスカッションを行う(AL)		
11	運動学習	コーチングの心理/技能の練習と指導		
12	スキルトレーニング	スキルとスポーツ技術・技能、スキルトレーニングの特性、次期、手段、方法		
13	スキルトレーニング・フィードバック	スキル向上のメカニズム、スキルトレーニングの効果、フィードバック		
14	まとめ①、ディスカッション②	前期授業内容のまとめ、11~13回目を踏まえた内容でディスカッションを行う(AL)		
15	総括	心理学的知識を基盤とした分野への発展・応用		

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 運動指導の心理学B 講義 科目名 必修選択 (学則表記) 運動指導の心理学B 選択 開講 単位数 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 15 リファレンスブック 公益財団法人日本スポーツ協会 使用教材 出版社 大修館書店 スポーツメンタルトレーニング教本 科目の基礎情報② 体育・スポーツ指導の基礎となる運動と心理学的理解を深め、競技力向上及び地域スポーツにおける指導者として、指導法の心理的根拠を探 授業のねらい 求する。また、選手の実力発揮と競技力向上のための心理サポートに必要な知識及び技術を習得することを目的とする。 体育スポーツ指導の基礎となる運動と心理学的理解を深め、競技力向上及び地域スポーツにおける指導者としての 到達目標 指導法の心理学的根拠を理解する。 選手の実力発揮と競技力向上のための心理サポートに必要な知識及び技術を習得する。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、JATIトレーニング指導者 関連科目 運動指導の心理学A 備考 原則、この科目はオンデマンド型遠隔授業形式にて実施する。 担当教員 真鍋 清孝 実務経験 実務内容

	各回の展開			
回数	単元	内容		
1	心理的サポート・集中力①	指導者による心理的サポート		
2	心理的サポート・集中力②	集中カトレーニング②		
3	イメージトレーニング	イメージトレーニングとは、イメージトレーニングの目的		
4		スポーツにおけるイメージの利用、イメージトレーニングの注意点		
5	あがり、プレッシャー、スランプについ て	あがり、スランプの克服、ストレス		
6	性格/自己概念	性格や個性及び態度にかかわる問題、自己概念		
7	ディスカッション③	16~21回目を踏まえた内容でディスカッションを行う(AL)		
8		心理的コンディショニングとは、		
9	心理的コンディショニング	心理的コンディショニングの指標としてのPOMS		
10		心理的コンディショニングとスポーツパフォーマンスの関係		
11		オーバートレーニングの防止としてのPOMS		
12	発育発達期の心理恵的特徴	心理的特徴の発達、運動と人格発達		
13	クレラフル在がマグル・生心ドリリリは	心理学的にみた運動発達		
14	ディスカッション④	23~28回目を踏まえた内容でディスカッションを行う(AL)		
15	総括	心理学的知識を基盤とした分野への発展・応用		

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 スポーツコーチング理論 I スポーツコーチング理論丨 必修選択 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 30 使用教材 リファレンスブック 出版社 公益財団法人 日本スポーツ協会 科目の基礎情報② 授業のねらい 新しい時代にふさわしいグッドコーチ育成像を理解する。 新時代にふさわしいコーチングを行うための資質能力を習得し、実践できる。 到達目標 グッドコーチに求められる人間力(思考・判断、態度・行動)を習得し、実践できる。 グッドコーチに求められるスポーツ全般、そして専門種目に関わる知識・技能を習得し、実践できる。 評価基準 授業態度:20%、事前事後に課される演習問題への取り組み:80% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、健康・体力づくり事業財団認定 健康運動実践指導者 関連科目 スポーツコーチング理論Ⅱ 備考 原則、この科目はオンデマンド型遠隔授業形式にて実施する。 担当教員 鈴木 雄大 実務経験 実務内容

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1		オリエンテーション コーチングとコーチを定義する、グッドプレーヤーを育てるグッドコーチ			
2	コーチングとは	コーチングの目的としての4C's プレーヤーズセンタードなコーチング①			
3		プレーヤーズセンタードなコーチング②			
4	コーチに求められる役割	日本スポーツ協会公認スポーツ指導者が負う責任と求められる役割 コーチの果たすべき役割、安全なスポーツ環境の構築 (予防) 問題発生時の対処法			
5	ディスカッション①	1~4回目の内容を踏まえたグループワーク(AL)			
6	コーチに求められる知識とスキル	コーチング文脈、専門的知識、対他者の知識、対自己の知識			
7	時代をリードするコーチング	女性コーチの活躍とスポーツを通じた社会進出			
8		コミュニケーションスキル、リーダーシップスキル			
9	対他者力を磨こう	プレゼンテーションスキル、ファシリテーションスキル			
10		その他の他者スキル			
11		コーチの学び①			
12	対自己力を磨こう	コーチの学び②			
13		コーチのセルフマネジメント、様々な思考法や伝達法			
14	ディスカッション②	6~13回目の内容を踏まえたグループワーク(AL)			
15	まとめ①	コーチングとは、コーチに求められる役割、コーチに求められる知識とスキル、時代をリードするコーチング 対他者力を磨こう、対自己力を磨こう			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 スポーツコーチング理論Ⅱ __ スポーツコーチング理論Ⅱ 必修選択 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 1 15 使用教材 リファレンスブック 出版社 公益財団法人 日本スポーツ協会 科目の基礎情報② 授業のねらい 新しい時代にふさわしいグッドコーチ育成像を理解する。 新時代にふさわしいコーチングを行うための資質能力を習得し、実践できる。 到達目標 グッドコーチに求められる人間力(思考・判断、態度・行動)を習得し、実践できる。 グッドコーチに求められるスポーツ全般、そして専門種目に関わる知識・技能を習得し、実践できる。 評価基準 授業態度:20%、事前事後に課される演習問題への取り組み:80% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、健康・体力づくり事業財団認定 健康運動実践指導者 関連科目 スポーツコーチング理論I 備考 原則、この科目はオンデマンド型遠隔授業形式にて実施する。 担当教員 鈴木 雄大 実務経験 実務内容

	各回の展開			
回数	単元	内容		
1		スポーツの意義と価値 スポーツの価値を守るスポーツ権		
2	スポーツの意義と価値、 スポーツインテグリティ	スポーツの自治 (ガパナンスとコンプライアンス)、暴力・ハラスメントの根絶、スポーツのインテグリティ、スポーツ倫理		
3		スポーツ事故と指導者の責任(スポーツと法)、スポーツ仲裁		
4	ディスカッション③	16~18回目の内容を踏まえたグループワーク(AL)		
5		ジュニア期のコーチングの留意点		
6		年齢区分から見たコーチングの留意点		
7	コーチング環境の特徴	トレーニングの至適年齢、遺伝の影響、運動部活動でのコーチングの留意点		
8	- 7 7 7 - 700° 210 ISA	中高年者のコーチング(運動指導)の留意点①		
9		中高年者のコーチング(運動指導)の留意点②		
10		性別の考慮		
11	ディスカッション④	20~25回目の内容を踏まえたグループワーク(AL)		
12	ハイパフォーマンススポーツにおける	ハイパフォーマンススポーツとは何か?		
13	今日的なコーチング	ハイパフォーマンススポーツの本質~良き競い合い		
14	まとめ②	コーチング環境の特徴、スポーツの意義と価値、スポーツインテグリティコーチングの特徴、ハイバフォーマンススポーツ における今日的なコーチング		
15	ディスカッション⑤	総括		

			シラバス			
₩₩₩₩	rb++	NEA	科目の基礎情報①	7 +8 W 7 I		
授業形態	実技	科目名			·レッチ実践A	
必修選択 ————————	選択	(学則表記)		スポーツスト	·レッチ実践A	n+ nn wr
 年次	1/5	開講	スポーツトレー	± 41	単位数	時間数
<u> </u>	1年 公認アスレティックトレーナー	学科 専門科目テキスト ②・⑤・⑦) — ₍₁₄	1	30
使用教材		防とコンディショニング』・	, 『アスレティックリハビリテーション』	出版社	公益財団法人 日本スポーツ 医道の日本社	/協会
			科目の基礎情報②			
授業のねらい			知識と技能を習得し、ス			習得する。
			れることで身体に対しての	り理解を深める。	•	
지수 다 1	セルフストレッチ					
到達目標	パートナーストレ 機能解剖学を理解		₹できる。 √トの状態に合わせた柔軟ス	な思考を元に指導	尊ができる。	
	DANSON HIT C. I.A.		T TO POBLIC ETT C TO SIGNAT	0.0.) 0.011	G-12 C G G	
評価基準	テスト:85%、抗	受業態度:15%				
認定条件	出席が総時間数の)3分の2以上ある	者			
NUC AIT	成績評価が2以上	の者				
関連資格	健康・体力づくり	事業財団認定	健康運動実践指導者、JAT	「I認定トレーニ)	ング指導者	
関連科目						
備考	原則、この科目は対	対面授業形式にて	実施する。			
担当教員		星合新		5	実務経験	
実務内容						
			々口の尺間	習熟状況等に	より授業の展開が変わ	ることがあります
回数	単元	_	各回の展開	内容		
1 オリエンテーション ストレッチングの基礎知識		ストレッチングの内容の確認と各関節の動きについて学ぶ				
2 大腿四頭筋のスト ハムストリングス	レッチング のストレッチング	大腿四頭筋・ハムストリングスの機能解剖と セルフ・パートナーストレッチングを学ぶ				
3 殿筋郡のストレッチング 股関節周囲筋のストレッチング		殿筋群の股関節周囲筋の機能解剖と セルフ・パートナーストレッチングを学ぶ				
4 下腿のストレッチ 下肢のストレッチ		下肢の股関節周囲筋の機能解剖と セルフ・パートナーストレッチングを学ぶ				
5 胸部のストレッチ 背部のストレッチ		胸部と背部の筋肉 セルフ・パートナ	の機能解剖と ーストレッチングを学ぶ			
6 肩部・頚部のストレッチング						

腹部と腰部の筋肉の機能解剖と

上腕と前腕部の筋肉の機能解剖と

セルフ・パートナーストレッチングを学ぶ

セルフ・パートナーストレッチングを学ぶ これまでのストレッチングについて復習する

各競技特性を理解し、それらを考慮してストレッチングを考える

上肢の柔軟性評価を行い、改善させるストレッチングプログラムを考える

下肢の柔軟性評価を行い、改善させるストレッチングプログラムを考える

アスレティックリハビリテーションにおけるストレッチングに関して動作や種目特性、

各外傷・障害を理解し、それらを考慮してストレッチングを考える

各外傷・障害をふまえストレッチングについて考える

これまでのストレッチや評価の内容を復習をする

腹部のストレッチング

腰部のストレッチング

8

9

10

11

12

14

15

上腕・前腕部のストレッチング

各競技種目特性とストレッチング

上肢の評価とストレッチング

下肢の評価とストレッチング

アスレティックリハビリテーションに

障害とストレッチング

おけるストレッチング

1年間の復習

上肢のストレッチング復習

全体のストレッチング復習

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 スポーツテーピング実践A 実技 科目名 必修選択 選択 (学則表記) スポーツテーピング実践A 開講 単位数 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 1 30 使用教材 AT専門テキスト⑥『予防とコンディショニング』 出版社 公益財団法人 日本スポーツ協会 科目の基礎情報② 授業のねらい 機能解剖学を踏まえ、基本的なテーピングの方法を取得する 到達目標 各部位の外傷・障害に対して適切なテーピングを行うことができる 評価基準 実技テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度**20%** 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー 関連科目 スポーツテーピング実践B 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	オリエンテーション	テービングの種類と日的を理解、テービングの切り方、アンダーラップの巻き方など			
2	足関節のテービング①	足関節内反捻挫に対するテービング			
3	足関節のテービング②	足関節内反捻挫に対するテービング(反復練習)			
4	足関節のテービング③	足関節内反捻挫に対するテービング(反復練習)			
5	膝関節のテーピング①	内側側副靭帯損傷に対するテービング			
6	膝関節のテービング②	前十字靭帯損傷に対するテービング			
7	大腿部と下腿部のテービング	大腿四頭筋・ハムストリングス・下腿三頭筋肉離れに対するテービング、アキレス腱損傷に対するテービング			
8	足底と足部のテービング	足底筋膜炎に対するテービング、足趾・踵の傷害に対するテービング			
9	肩のテービング	肩関節前方脱臼に対するテービング、肩鎖関節損傷に対するテービング			
10	肘関節・手関節・指のテービング	肘関節内側側副靭帯損傷に対するテービング、手関節背屈・掌屈制限テービング、指関節捻挫に対するテービング			
11	頚部・体幹のテービング	頚部損傷に対するテービング、肋骨損傷に対するテービング、腰部損傷に対するテービング			
12	テーピングの応用①	様々な傷害に対してのテービング応用			
13	テーピングの応用②	様々な傷害に対してのテービング応用			
14	総合演習 足関節	足関節内反捻挫テービングを綺麗に素早く正確に巻く			
15	総合演習 下肢 上肢 体幹	下肢、上肢・体幹部の傷害に対して適切なテービングを選択し正確に巻く			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 スポーツ医学 I 講義 科目名 必修選択 選択 (学則表記) スポーツ医学l 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 4 60 1年 使用教材 リファレンスブック 出版社 公益財団法人 日本スポーツ協会 科目の基礎情報② 後期以降に学習するスポーツ医学 II ~IVの基礎となる科目として、アスレティックトレーナーが身につけるべきス 授業のねらい ポーツ医学に関わる 基本的な知識を習得し、理解を深めることを目的とする。 スポーツ医学に関する知識を深める。 到達目標 獲得したスポーツ医学の知識を、実際のスポーツフィールド及び運動指導の場面で実践、指導に活用する。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、JATI認定トレーニング指導者 関連科目 スポーツ医学Ⅱ 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 \circ アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

習熟状況等により授業の展開が変わることがあります

	各回の展開			
回数	単元	内容		
1	オリエンテーション、スポーツ医学と健 ・スポーツ医学の範囲と学びについて、・スポーツと健康 康、健康管理について			
2		急性の障害:突然死、熱中症、急性腎不全、低ナトリウム血症・水中毒、運動性誘発アナフィラキシー		
3	ファリートの中科が際中に社会	慢性の障害:貧血、オーバートレーニング症候群、高尿酸血症・痛風		
4	アスリートの内科的障害と対策	スポーツ時にみられる症状:注意すべき病気:運動性誘発性喘息、過換気症候群、発作性頻脈症、着色尿、糖尿病、てんかん		
5		特殊環境における障害:低温環境、潜水による障害、高地環境における障害		
6	女性アスリートの障害と対策	月経の基礎知識/女性アスリートの三主徴 /摂食障害/貧血		
7	スポーツによる精神障害と対策	気分障害特にうつ病について/食行動異常/精神障害、ストレス関連障害、身体表現性障害、心身症/薬物による精神障害 /睡眠障害		
8	まとめ 外傷・障害の予防	中間テスト (ここまでの学習内容のまとめ) アスリートの外傷・障害と対策/基礎 (図記載の内容、関節弛緩性などは実際に評価して体感させる)		
9		足関節・足部の外傷障害		
10		下腿・膝		
11	外傷・障害の予防	大腿部・股関節		
12		肩関節・肘関節		
13		手関節・体幹部		
14	期末テスト	内科疾患・外科疾患		
15	総まとめ	前期内容の総まとめ		
15	総まとめ	前期内容の総まとめ		

夕回の屈門

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 スポーツ経営学l 必修選択 (学則表記) スポーツ経営学I 選択 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年 学科 使用教材 リファレンスブック 出版社 公益財団法人日本スポーツ協会 科目の基礎情報② 社会におけるスポーツの意義や価値を、現代日本のスポーツ政策動向を踏まえて理解し、健康産業としての可能性、プロモー 授業のねらい ションの重要性、スポーツに関する法令等を知り、スポーツ実践とマネジメントについての知見を広げる。 スポーツ指導者や従事者の社会的役割を把握したうえで、スポーツをマネジメントするための考え方と携わり方に 到達目標 ついて自ら理解し考察することができるようになる。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー 関連科目 スポーツ経営学Ⅱ 備考 原則、この科目はオンデマンド型遠隔授業形式にて実施する。 担当教員 実務経験 実務内容

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	ガイダンス・導入	・授業ガイダンス (講義の進め方/試験実施方法の説明) ・スポーツマネジメントとは			
2		なぜ、コーチは「スポーツの意義と価値」を考えなければならないのか			
3		社会の中におけるスポーツの価値① 現代社会のスポーツの価値			
4	スポーツの意義と価値	社会の中におけるスポーツの価値② 政治的・政策的な価値とスポーツプロモーション			
5		・文化としてのスポーツ 文化とは何か ・スポーツの文化的特性 文化的特性			
6		・「スポーツ宣言日本」におけるスポーツの意義と価値・オリンピズムにおけるスポーツの意義と価値の捉え方			
7	スポーツの価値を守るスポーツ権	スポーツの定義/基本的人権としてのスポーツ権/スポーツの価値/スポーツ件の内容			
8	スポーツの自治	スポーツの自治/グッド・ガバナンスの確立/コンプライアンスとは			
9	ガバナンスとコンプライアンス	AT(運動指導者)として気を付けるべきコンプライアンスについて(AL:ディスカッション)			
10	暴力・ハラスメントの根絶	暴力/ハラスメント			
11	alexy ··· / / / / / I · / / IIX PIG	暴力/ハラスメントの根絶のために(ディスカッション)			
12		スポーツにおけるインテグリティの確保/アンチドーピング活動/アンチドーピングのルール			
13	スポーツのインテグリティ	ドーピング防止活動推進法/近時のドーピング違反事例			
14		アンチ・ドービングのルール(ディスカッション)			
15	まとめ	前期の振り返り まとめ			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 スポーツ経営学Ⅱ 必修選択 (学則表記) スポーツ経営学Ⅱ 選択 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年 学科 使用教材 リファレンスブック 公益財団法人日本スポーツ協会 出版社 科目の基礎情報② 社会におけるスポーツの意義や価値を、現代日本のスポーツ政策動向を踏まえて理解し、健康産業としての可能性、プロモー 授業のねらい ションの重要性、スポーツに関する法令等を知り、スポーツ実践とマネジメントについての知見を広げる。 スポーツ指導者や従事者の社会的役割を把握したうえで、スポーツをマネジメントするための考え方と携わり方に 到達目標 ついて自ら理解し考察することができるようになる。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー 関連科目 スポーツ経営学I 備考 原則、この科目はオンデマンド型遠隔授業形式にて実施する。 担当教員 実務経験 実務内容

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1		スポーツ指導者が負う法的責任/スポーツ指導者の負う注意義務 (過失責任) /具体的な注意義務			
2	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の 法的責任	具体的な事故事案/面積同意の有効性/スポーツ事故のリスクマネジメント			
3		AT(運動指導者)としてのスポーツ事故防止のリスクマネジメントとして(AL:ディスカッション)			
4	スポーツ仲裁	スポーツに関する紛争解決と問題点/スポーツ仲裁とは/(公財)日本スポーツ仲裁機構(JSAA)/スポーツ仲裁裁判所(CAS)			
5	スポーツ倫理	スポーツ倫理が問題となる事例/フェアプレーの精神/スポーツの価値を体現すべきスポーツ指導者として			
6		スポーツ組織の持続可能性/「目的」のマネジメント/「補完」のマネジメント/			
7	スポーツ組織のマネジメント	上記の内容を理解した上でのAL:ディスカッション・発表のワーク			
8	- And The Langue Control of the Cont	地域におけるスポーツクラブとしての「スポーツ少年団」/スポーツ少年団と総合型クラブとの連携・協働			
9		スポーツ指導者に求められるマネジメント/スポーツ組織特性			
10		障がい者・障がいの理解/障がい者のスポーツの現状と課題/障がい者のスポーツ指導者の育成			
11		障がい者のスポーツ指導者の育成 / (公財) 日本障がい者スポーツ協会のビジョン			
12	障がい者とスポーツ	体感授業:ロービジョン体験、義肢装具体験など			
13		障がい者スポーツの課題、ビジョンを理解し、体験授業を経て、今後どのような世の中になると障がい者が充実した生活を送ることができるのかディスカッション・発表準備			
14		プレゼンテーションの実施			
15	まとめ	後期実施内容のまとめ			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 アスレティックトレーナー特論 必修選択 (学則表記) アスレティックトレーナー特論 選択 開講 単位数 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 使用教材 A T専門テキスト①『A Tの役割』 出版社 公益財団法人日本スポーツ協会 科目の基礎情報② アスレティックトレーナーの仕事を体感することで、より魅力的に感じモチベーションの向上につながる。 授業のねらい ATの教育(授業・実習)を受けて行くマインド設定と、環境面の準備を身につける。 ATの仕事を理解し、より魅力的に感じている状態。 到達目標 また、AT教育を受けていくマインド設定が完了し、学ぶ事前準備ができる。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー 関連科目 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	アスレティックトレーナーとは①				
2	アスレティックトレーナーとは②	諸外国におけるアスレティックトレーナーに相当する制度 (テキストP.3~25までの内容を実施)			
3	ATの役割①	アスレティックトレーナーの任務と役割 (テキストP. 26~46までの内容を実施)			
4	ATの役割②	アスレティックトレーナーの任務と役割 (テキストP. 26~46までの内容を実施)			
5	ATの役割③	アスレティックトレーナーの任務と役割 (テキストP. 26~ 46までの内容を実施)			
6	ATの役割④	合宿、遠征、試合での活動、競技別の役割 (テキストP47~91までの内容を実施)			
7	ATの役割⑤	合宿、遠征、試合での活動、競技別の役割 (テキストP47~91までの内容を実施)			
8	8 医科学スタッフとの連携① 医科学スタッフの構成と役割 (テキストP.95~101までの内容)				
9	9 医科学スタッフとの連携① スポーツドクターとの連携・協力 (テキストP.102~108までの内容を実施)				
10	アスレティックトレーナーの組織と運営 (テキストP.111~127までの内容を実施)				
11	組織の運営と管理②	競技者のコンディショニングに関するデータの管理 (テキストP129~136までの内容を実施)			
12	アスレティックトレーナーと倫理① アスレティックトレーナーの目的と社会的立場/インフォームドコンセント/ハラスメント (テキストP.137~139)				
13	アスレティックトレーナーと倫理②	アスレティックトレーナーの倫理/医療関係法規/法的諸問題 (テキストP.139~169までの内容を実施)			
14	理論試験の出題傾向と内容	本試験を元に出題されている項目やポイントを学ぶ			
15	総括	テスト返却と、解説の実施			

				シラバス			
	科目の基礎情報①						
	授業形態	講義	科目名	行口の金旋用取⑤	AT特講	I	
必修選択 選択			(学則表記)		AT特講		
			開講			単位数	時間数
	年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	3	45
	使用教材	リファレンスブッ			出版社		
		公認アスレティッ	クトレーナー専	1門科目テキスト①~⑨ 	777 (100		
——— 授	業のねらい	AT合格を最終目標 る。	票とする。(理証		重要科目を中心にア	内容を整理・理解し	、習熟度を深め
	到達目標	アスレティックト	、レーナー試験合	格ラインの学力と技能基準	に到達している。		
	評価基準	テスト:80% 摂	是出物:10%	受業態度:10%			
	認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上		る者			
	関連資格	日本スポーツ協会	☆公認アスレティ ・	ックトレーナー			
	関連科目	機能解剖学A、B	・スポーツ医学	1、			
	備考	模試の週数は前後) さいまい とうがある かまる かまる かんしょ かいかん かんしょ かいかん かんしょ かいかん かいかん かいかん かいかん かいかん かいかん かいかい かいり かいかい かいり かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かい かい かい	0 0			
	担当教員					務経験	0
	実務内容		・レーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ E間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。				
	アンファイス できます できます できます できます アイス できます できます できます アイス できます アイス						
					習熟状況等によ	り授業の展開が変わ	わることがあります
回数		単元		各回の展開	習熟状況等によ	り授業の展開が変わ	わることがあります
回数	オリエンテーショ		ATコースの流れ、	各回の展開 理論試験に向けた動機づけ		り授業の展開が変わ	わることがあります
1					内容	り授業の展開が変わ	わることがあります
2	オリエンテーショ		2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ	内容	り授業の展開が変わ	わることがあります
2 3	オリエンテーショ		2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。	り授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4 5	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節 膝関節		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4 5 6	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節 膝関節		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4 5 6 7	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節 膝関節 膝関節 ト大腿部		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4 5 6 7 8 8	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節 膝関節 膝関節・大腿部 股関節・大腿部		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4 5 6 7 8 9	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節 膝関節 膝関節・大腿部 段関節・大腿部		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4 5 6 6 7 8 9 10	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節 膝関節 膝関節・大腿部 段関節・大腿部 骨盤・腰部		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4 5 6 6 7 8 8 9 10 11	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節 膝関節 膝関節・大腿部 股関節・大腿部 骨盤・腰部 骨盤・腰部		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	haczeńanjst
1 2 3 4 5 6 7 8 8 9 10 11 12	オリエンテーショ 足部・足関節 足部・足関節 膝関節 膝関節・大腿部 股関節・大腿部 骨盤・腰部 骨盤・腰部 肩関節・肩甲帯		2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ 2コマ座学で1コマ	理論試験に向けた動機づけ 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関 実技。解剖学とスポーツ医学の関	内容 連させる。 連させる。	り授業の展開が変わ	hazeman

これまでの内容を復習、振り返り

15 総まとめ

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 リハビリテーションの理論と実際Ⅰ 実技 科目名 必修選択 選択 (学則表記) リハビリテーションの理論と実際Ⅰ 開講 時間数 単位数 年次 学科 スポーツトレーナー科 AT専門科目テキスト⑦ 使用教材 出版社 公益財団法人日本スポーツ協会 「アスレティックリハビリテーション」 科目の基礎情報② 教本を用いてアスレティックリハビリテーションの概要を知る。 授業のねらい スポーツや臨床現場での実例と併せることでより実践的に学ぶ。 アスレティックリハビリテーションの概要を知り、後期後半のケーススタディおよび実習等の現場においてより適 到達目標 切なアスレティックリハビリテーションプログラムを作成出来るようになる。 評価基準 筆記テスト (期末テスト40%、中間テスト40%) 合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー JATI認定トレーニング指導者 関連科目 スポーツ医学丨、スポーツ医学Ⅱ 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 備考 担当教員 金澤 宏樹 実務経験 高校・大学生卓球チームのトレーナーとしてトレーニングケアを5年間担当し、治療院にて2年間スポーツマッ 実務内容 サージ、鍼・電気治療の実務経験を元に、リハビリテーションの概要について教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	オリエンテーション、アスレティックリ ハビリテーションの定義	授業の内容と進め方を伝達、リハビリテーション・リハビリテーション医療の概念と定義、わが国のアスレティック リハビリテーションの歩みと現状の説明				
2	アスレティックリハビリテーションの概要	アスレティックリハビリテーションの目標、アスレティックリハビリテーションの関係職種と役割、アスレティック リハビリテーションの流れと留意点の説明				
3	アスレティックリハビリテーションで用いる手法	アスレティックリハビリテーションで用いる手法、スポーツ復帰に際して考慮すべき事項の説明				
4	機能評価の考え方	機能評価の考え方の説明				
5	リスク管理の基礎知識	リスク管理の基礎知識の説明				
6	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目的、	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目的の説明				
o .	筋力回復、筋力増強エクササイズの基礎知識	筋力回復、筋力増強エクササイズの基礎知識の説明				
7	筋力回復、筋力増強エクササイズの基礎知識	筋力回復、筋力増強エクササイズの基礎知識の説明				
8	関節可動域回復、拡大エクササイズの基礎知識	関節可動域回復・拡大エクササイズの説明				
9	関節可動域回復、拡大エクササイズの基礎知識	関節可動域回復・拡大エクササイズの説明				
10	神経筋協調性回復、向上エクササイズ	神経筋協調性回復、向上エクササイズの説明				
11	全身持久力回復、向上エクササイズ	全身持久力回復、向上エクササイズの説明				
12	身体組成の管理に用いるエクササイズ	身体組成の管理に用いるエクササイズの説明				
13	再発予防、外傷予防のためのスポーツ動 作エクササイズ	再発予防、外傷予防のためのスポーツ動作エクササイズの説明				
14	再発予防、外傷予防のためのスポーツ動 作エクササイズ	再発予防、外傷予防のためのスポーツ動作エクササイズの説明				
15	アスレティックリハビリテーションにつ いての総復習	理解度の確認				

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 スポーツ医学Ⅱ 講義 科目名 必修選択 選択 (学則表記) スポーツ医学Ⅱ 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 4 60 1年 AT教本③、④ 使用教材 出版社 公益財団法人 日本スポーツ協会 『スポーツ外傷・障害の基礎知識』『健康管理とスポーツ医学』 科目の基礎情報② アスレティックトレーナーが活動を行う上で必要な「スポーツ外傷・障害(上肢・下肢・体幹・年齢・性別等)の 授業のねらい 基礎的知識」「健康管理とスポーツ医学」について理解する 到達目標 スポーツ外傷・障害・内科疾患の病態、診断方法や治療方法などを理解できる。 評価基準 筆記テスト(複数回行う)合計80%、授業内の小テスト・提出物やと授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー、JATI認定トレーニング指導者 関連科目 スポーツ医学Ⅰ、Ⅲ、Ⅳ 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 \circ アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

		各回の展開
回数	単元	内容
1	スポーツ外傷・障害総論 下肢のスポーツ外傷・障害	スポーツ外傷とは、スポーツ障害とは、創傷治癒 大腿四頭筋肉ばなれ、大腿ハムストリングス肉ばなれ、大腿部打撲、大腿部のその他の外傷・障害、
2	下肢のスポーツ外傷・障害	膝前十字靭帯損傷、後十字靭帯損傷、膝内側側副靭帯損傷、膝半月板損傷、膝軟骨損傷、スポーツ障害でのanterior knee pain、反 復性膝蓋骨脱臼・亜脱臼、膝蓋腱炎、Osgood-Schlatter病、有痛性分裂膝蓋骨、腸脛靭帯炎、
3	アスリートにみられる内臓器などの疾患	循環器系疾患、呼吸器系疾患 消化器系疾患
4	下肢のスポーツ外傷・障害	鵞足炎、離断性骨軟骨炎、内側棚障害、腓腹筋肉ばなれ、アキレス腱断裂、脛骨過労性骨障害、下腿疲労骨折、コンパートメント症候群、
5	下肢のスポーツ外傷・障害 下肢外傷・障害復習	足関節・足部捻挫、扁平足障害、疲労骨折、過剰骨・種子骨障害、衝突性外骨腫、足・足関節のその他の外傷・障害、 下肢外傷・障害復習
6	アスリートにみられる内臓器などの疾患	血液疾患、腎・泌尿器疾患
7	体幹のスポーツ外傷・障害	頚椎捻挫、パーナー症候群、頚椎椎間板ヘルニア、頸部のその他の外傷・障害、脊髄損傷
8	体幹のスポーツ外傷・障害	腰椎椎間板ヘルニア、腰椎分離症、筋・筋膜性腰痛症、鼠径部痛症候群
9	アスリートにみられる内臓器などの疾患	代謝性疾患、皮膚疾患
10	体幹のスポーツ外傷・障害	骨盤・股関節のその他の外傷・障害、胸腹部外傷、大出血
11	体幹の外傷・障害復習 上肢の外傷・障害復習	体幹・上肢の外傷障害の復習
12	年齢・性別による特徴	女性のスポーツ医学、成長期のスポーツ医学、高齢者のスポーツ医学
13	年齢・性別による特徴	女性に特徴的なスポーツ外傷・障害、成長期に特徴的なスポーツ外傷・障害、高齢者に特徴的なスポーツ外傷・障害
14	テスト(外科)、解説、総括	テスト、総括
15	テスト(内科)、解説、総括	テスト、総括

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 実技 科目名 コンディショニングの理論と実際Ⅰ 必修選択 (学則表記) コンディショニングの理論と実際Ⅰ 選択 開講 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 使用教材 AT専門科目テキスト⑥「予防とコンディショニング」 公益財団法人日本スポーツ協会 出版社 科目の基礎情報② 理論と実技を通して、アスレティックトレーナー(指導者)という観点からコンディショニングの知識を身に付け 授業のねらい 到達目標 AT教本を理解し、自分自身でコンディショニングプログラムを作成することができる。 評価基準 筆記テスト(期末テスト40%、中間テスト40%)合計80%、授業内の提出物と授業態度20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー 関連科目 コンディショニングの理論と実際Ⅱ 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 \circ アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	コンディショニングとは	コンディショニングの概念、目的、要素、コンディショニングを崩す要因、スポーツ医学との関わり			
2		身体的因子(代謝系、柔軟性、身体組成、免疫系指標、神経系指標、技術系指標、筋力系指標)			
3	コンディショニングの要素	環境的因子(シューズの基本性能、ウエア)			
4		環境的因子(用具・道具・防具、心理的なコンディショニングについて)			
5		コンディション評価の必要性(競技成績とコンディションの関係、コンディションを正確に評価する、コンディション評価の情報共有)			
6	評価法	コンディション指標および評価法(身体的因子、環境的因子、心因的因子)			
7		コンディション評価(コンディション評価、評価指標、評価の実際)			
8		トレーニングの基礎(超回復、ATP、筋線維)			
9	トレーニング計画とコンディショニング	トレーニングの原則(特異性、過負荷、漸進性、意識性、全面性、個別性、継続性) ピリオダイゼーション			
10	コレーング 前回にコンティンコーング	トレーニングカテゴリー(レジスタンストレーニング、スピードトレーニング、有酸素性トレーニング)			
11		プログラム立案・設計 (レジスタンストレーニング、有酸素運動)			
12		コンディショニングトレーニング (機能向上、回復、向上) 代謝系トレーニグ、代謝系トレーニング (有酸素、無酸素)			
13	競技力(パフォーマンス)向上を目的と	コンディショニングトレーニング (機能向上、回復、向上) 筋カトレーニング			
14	したコンディショニングの方法と実際	コンディショニングトレーニング (機能向上、回復、向上) コーディネーショントレーニング			
15		コンディショニングトレーニング (機能向上、回復、向上) スタピリティトレーニング、アジリティトレーニング			

			シラバス			
科目の基礎情報①						
授業形態	実習	科目名		インターンシャ	ップ実習A	
必修選択	選択	(学則表記)		インターンシャ	ップ実習A	
		開講			単位数	時間数
年次	1年	学科	スポーツトレー:	ナー科	3	90
使用教材				出版社		
			科目の基礎情報②			
授業のねらい			-ナーの仕事を、「見て、知 を主なねらいとし、キャリ			・ーナーとしての業
到達目標	自身が選択した各分野における業務を理解することができる。 その業務を指導者の指示のもと実践することができる。 課題を自ら見つけ、チャレンジを通して克服することができる。					
評価基準	実習先評価:50%	6 · 学校評価:	:50%(実習手帳評価)			
認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		3者			
関連資格	日本スポーツ協会	公認アスレティ	ィックトレーナー			
関連科目	関連科目					
備考	原則、この科目は	対面授業形式に	こて実施する。			
担当教員		石橋 圭	<u></u>	実績		
実務内容						

				シラバス			
				科目の基礎情報①			
	授業形態	演習	演習 科目名 総合演習				
	必修選択	選択	(学則表記)		総合演	習	
			開講			単位数	時間数
	年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	2	30
	使用教材	なし			出版社	なし	
				科目の基礎情報②			
授	業のねらい	スポーツ業界が専力』を個々が総合		『専門性』『コミュニケー 。	-ション』『ビジ	『ネスカ』『イノベー	ション(創造する)
	到達目標	自身の提案につい	て、完成までの	l案を形にすることができる カスケジューリングを行い、 、自身の提案のブラッシュ	軌道修正しなが		きる。
	評価基準	プレゼンテーショ	ン(個人発表)	:40% 提出物(データ	₹提出):20%	授業態度:40%	
	認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上		る者			
	関連資格						
	関連科目	総合演習Ⅱ					
	備考	原則、この科目は	対面授業形式に	て実施する。			
	担当教員		石橋 圭太 他 3 名 実務経験				
	実務内容						
				各回の展開	習熟状況等に	より授業の展開が変わ	つることがあります
回数		単元			内容		
	オリエンテーショ		授業の目的・到達	目標(授業を通して身につけてい			
2	業界理解①		スポーツ業界・ヘルスケア産業・ICTとは何かを知る デジタルとリアル時代の変化・求められるスキル・知識 (ICT) を知る				
3	業界理解②		スポーツ業界におけるトレンドを知る				
4	業界理解②		企業での取り組み事例や求められるスキル、知識を知る (著作権、コンプライアンス)				
5	プレゼンテーショ	ンとは①	プレゼンテーションの種類、プレゼンテーションの必要性、プレゼンテーションの構成				
6	プレゼンテーショ	ンとは②	PDCAサイクルの理解、スケジューリング				
7	プレゼンテーショ	ンとは③	PowerPoint/Keynote/Googleスライドの活用/基本操作の理解				
8	個人活動①		プレゼンテーション内容の設定				
9	個人活動②		プレゼンテーション作成①				
10	個人活動③		プレゼンテーション作成②				
11	グループ内発表		グループ分け、グループ内プレゼンテーション及びF B				
12	個人活動③		プレゼンテーショ	ン修正			
13	発表①		実際のプレゼンテ	際のプレゼンテーション及び F B			

実際のプレゼンテーション及びFB 後期動画制作に向けてのスケジュール確認

前期振り返り

発表②

後期に向けて

	シラバス								
	科目の基礎情報①								
授業形態 演習			科目名						
必修選択 選択 			(学則表記) 開講		総合演	習 単位数	時間数		
	年次	1年	学科	スポーツトレー:	<u></u> ナー科	2	30		
使用教材なし					出版社	なし			
	科目の基礎情報②								
授	受業のねらい	スポーツ業界が専る)力』を個々が終		,『専門性』『コミュニケー ける	・ション力』 『ビ	'ジネス力』『イノベ	ーション(創造す		
	到達目標	自身の提案につい	て完成までのス	デマンドともに自身の提案 ケジューリングを行い、朝 自身の提案のブラッシュア	1道修正しながら	完遂することができ			
	評価基準	提出物の提出状況	2:30% 個人	発表(動画制作):30%	授業態度:4	0 %			
	認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上		る者					
	関連資格								
	関連科目	総合演習 総合	演習Ⅲ						
	備考	原則、この科目は	対面授業形式に	て実施する。					
	担当教員		石橋 圭太	他3名	実	務経験			
	実務内容								
					習熟状況等に。	より授業の展開が変わ	りることがあります 		
	1		ı	各回の展開		より授業の展開が変わ	つることがあります		
回数		単元	₩₩ 0 日 的		習熟状況等に。	より授業の展開が変わ	つることがあります		
回数	オリエンテーショ		授業の目的、方向	各回の展開 性の確認業界ニーズの再確認		より授業の展開が変わ	わることがあります		
	オリエンテーショ動画を利用したブ	ンレゼンテーション①			内容	より授業の展開が変わ	らることがあります		
1	オリエンテーショ	ンレゼンテーション①		性の確認業界ニーズの再確認作にあたっての魅力的な見せ方、	内容	より授業の展開が変わ	わることがあります		
2	オリエンテーショ動画を利用したブ	ン レゼンテーション① と活用①	動画コンテンツ制	性の確認業界ニーズの再確認作にあたっての魅力的な見せ方、	内容	より授業の展開が変わ	わることがあります		
2 3	オリエンテーショ 動画を利用したプ 動画アプリの紹介	ン レゼンテーション① と活用①	動画コンテンツ制動画制作アブリの	性の確認業界ニーズの再確認作にあたっての魅力的な見せ方、	内容	より授業の展開が変わ	わることがあります		
1 2 3 4 5	オリエンテーショ 動画を利用したブ 動画アブリの紹介 動画アブリの紹介	ン レゼンテーション① と活用①	動画コンテンツ制 動画制作アブリの これまでの学びを	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成	内容	より授業の展開が変わ	わることがあります		
1 2 3 4 5 6	オリエンテーショ 動画を利用したブ 動画アプリの紹介 動画アプリの紹介	ン レゼンテーション① と活用①	動画コンテンツ制 動画制作アプリの これまでの学びを 構成の検討	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成 成①	内容	より授業の展開が変わ	わることがあります		
1 2 3 4 5 6	オリエンテーショ 動画を利用したプ 動画アプリの紹介 動画アプリの紹介 個人ワーク② 個人ワーク③	ン レゼンテーション① と活用①	動画コンテンツ制 動画制作アプリの これまでの学びを 構成の検討 授業紹介映像の作	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成 成①	内容	より授業の展開が変わ	わることがあります		
1 2 3 4 5 6 7	オリエンテーショ 動画を利用したプ 動画アプリの紹介 動画アプリの紹介 個人ワーク② 個人ワーク③ 個人ワーク④ グループ内発表	ン レゼンテーション① と活用①	動画コンテンツ制 動画制作アプリの これまでの学びを 構成の検討 授業紹介映像の作 グループ内発表、	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成 成①	内容構成を知る				
1 2 3 4 5 6 7 8 8	オリエンテーショ 動画を利用したプ 動画アプリの紹介 動画アプリの紹介 個人ワーク② 個人ワーク③ 個人ワーク④ グループ内発表	ン レゼンテーション① と活用② と活用②	動画コンテンツ制 動画制作アプリの これまでの学びを 構成の検討 授業紹介映像の作 グループ内発表、	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成 成① 成②	内容構成を知る				
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	オリエンテーショ 動画を利用したプ 動画アプリの紹介 動画アプリの紹介 個人ワーク② 個人ワーク③ 個人ワーク④ グループ内発表 動画を利用したプ	ン レゼンテーション① と活用② と活用② レゼンテーション② 成①	動画コンテンツ制 動画制作アプリの これまでの学びを 構成の検討 授業紹介映像の作 グループ内発表、 動画を用いたプレ	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成 成① 成②	内容構成を知る				
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11	オリエンテーショ 動画を利用したプ 動画アプリの紹介 動画アプリの紹介 個人ワーク② 個人ワーク③ 個人ワーク④ グループ内発表 動画を利用したプ 動画コンテンツ作	ン レゼンテーション① と活用① と活用② レゼンテーション② 成①	動画コンテンツ制 動画制作アプリの これまでの学びを 構成の検討 授業紹介映像の作 グループ内発表、 動画を用いたプレ 絵コンテの作成	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成 成① 成②	内容構成を知る				
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11	オリエンテーショ 動画を利用したプ 動画アプリの紹介 個人ワーク② 個人ワーク③ 個人ワーク④ グループ内発表 動画を利用したプ 動画コンテンツ作!	ン レゼンテーション① と活用① と活用② レゼンテーション② 成①	動画コンテンツ制 動画制作アプリの これまでの学びを 構成の検討 授業紹介映像の作 授業紹介映像の作 グループ内発表、 動画を用いたプレ 絵コンテの作成 素材の編集①	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成 成① 成②	内容構成を知る				
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	オリエンテーショ 動画を利用したプ 動画アプリの紹介 個人ワーク② 個人ワーク③ 個人ワーク④ グループ内発表 動画を利用したプ 動画コンテンツ作! 動画コンテンツ作!	ン レゼンテーション① と活用① と活用② レゼンテーション② 成①	動画コンテンツ制 動画制作アプリの これまでの学びを 構成の検討 授業紹介映像の作 授業紹介映像の作 グループ内発表、 動画を用いたプレ 絵コンテの作成 素材の編集① 素材の編集②	性の確認業界ニーズの再確認 作にあたっての魅力的な見せ方、 紹介 通じた授業紹介映像の作成 成① 成② フィードバック ゼンテーション/オンデマンドニ	内容構成を知る				

				シラバス							
				科目の基礎情報①							
	授業形態 講義 科目名 キャリア教育A				教育A						
	必修選択	選択	(学則表記)		キャリア教育A						
			開講			単位数	時間数				
	年次	1年	学科	スポーツトレーナ	科	2	30				
使用教材なし					出版社						
				科目の基礎情報②							
授	業のねらい	アスレティックト 正しいコース選択		¥を体感することで、より魅 	力的に感じモチ	ベーションの向上に	つながる。また、				
	到達目標			こ感じている状態。 ノド設定が完了し、学ぶ事態	前準備ができる。						
	評価基準	テスト30%、レポ	ペート60%、授業	美態度10%							
	認定条件	・出席が総時間数 ・成績評価が2以_		5る者							
	関連資格	日本スポーツ協会	公認アスレティ	ックトレーナー							
	関連科目	アスレティックト	レーナー特論								
	備考	原則、この科目は	対面授業形式に	こて実施する。							
	担当教員		大垣 悠	樹	実	務経験					
	実務内容										
					習熟状況等に。	より授業の展開が変え	習熟状況等により授業の展開が変わることがあります				
		w —		各回の展開	± 🜣						
回数		単元			内容						
	オリエンテーショ		授業内容について		内容						
1		ン				する卒業生を呼び、現場の					
1	オリエンテーショ AT初期動画①(AT	ン	AT初期動画を視聴	説明する。	コンテンツに関連で		D話を聞く。				
2	オリエンテーショ AT初期動画①(AT AT初期動画②(資 連携)	ン「としての働き方)	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴	説明する。 iし、AT業界を理解させる。また、	コンテンツに関連で	する卒業生を呼び、現場の	D話を聞く。 D話を聞く。				
2 3	オリエンテーショ AT初期動画①(AT AT初期動画②(資連携) AT業界理解動画③ る働き方①)	ン「としての働き方) 格の違いによる職域と	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴	説明する。 Eし、AT業界を理解させる。また、 Eし、AT業界を理解させる。また、	コンテンツに関連 (コンテンツに関連 (コンテンツに関連 (コンテンツに関連 (コンテンツに関連 (ロンテンツに関連 (ロンテンツ) (ロンテンツに関連 (ロンテンツ) (ロンFンP) (ロンFンP) (ロンFンP) (ロンFOP) (ロOP) (する卒業生を呼び、現場の	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。				
1 2 3 4	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT業界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポ 方②) AT初期動画(スポ 方②)	ン だとしての働き方) 格の違いによる職域と (スポーツ現場におけ ーツ現場における働き スケア従事者としての	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴	説明する。 LL、AT業界を理解させる。また、 LL、AT業界を理解させる。また、 LL、AT業界を理解させる。また、	コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 **	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。				
1 2 3 4 5	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT業界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポ方②) AT初期動画(ヘル働き方) AT初期動画(整形る働き方)	ン 「としての働き方) 格の違いによる職域と (スポーツ現場におけ ーツ現場における働き スケア従事者としての 外科クリニックにおけ	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴	説明する。 EL、AT業界を理解させる。また、 EL、AT業界を理解させる。また、 EL、AT業界を理解させる。また、 EL、AT業界を理解させる。また、	コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 ** コンテンツに関連 **	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。				
1 2 3 4 5 6	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT業界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポ方②) AT初期動画(ヘル働き方) AT初期動画(整形る働き方) AT初期動画(スポカ3)	ン 格の違いによる職域と (スポーツ現場におけ ーツ現場における働き スケア従事者としての 外科クリニックにおけ ーツ現場における働き	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴	説明する。 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。	コンテンツに関連: コンテンツに関連: コンテンツに関連: コンテンツに関連: コンテンツに関連: コンテンツに関連:	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。				
1 2 3 4 5 6 7	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT架界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポ方②) AT初期動画(スポカカカ) AT初期動画(スポカカカ) AT初期動画(スポカカ) AT初期動画(スポカカ3) AT初期動画(スポカ3)	ンドとしての働き方) 格の違いによる職域と (スポーツ現場におけ ーツ現場における働き スケア従事者としての 外科クリニックにおけ ーツ現場における働き ーツ現場における働き	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画(野球 AT初期動画(野球 AT初期動画(野球	説明する。 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。	コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・はる。また、コンデンサビる。また、コンデンサビる。また、コンテンドを対しています。	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の マンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンフィースト	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 Evolution では、現場の話を聞く。 Evolution による。 Evolutio				
1 2 3 4 5 6 7 8 8	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT架界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポ方②) AT初期動画(スポカカカ) AT初期動画(スポカカカ) AT初期動画(スポカカ) AT初期動画(スポカカ3) AT初期動画(スポカ3)	ンドとしての働き方) 格の違いによる職域と (スポーツ現場におけ ーツ現場における働き スケア従事者としての 外科クリニックにおけ ーツ現場における働き ーツ現場における働き	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画(野球 AT初期動画(野球 AT初期動画(野球	説明する。 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。	コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・はる。また、コンデンサビる。また、コンデンサビる。また、コンテンドを対しています。	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の マンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンフィースト	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 Evolution では、現場の話を聞く。 Evolution による。 Evolutio				
1 2 3 4 5 6 7 8 9	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT業界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポ方②) AT初期動画(ヘル働き方) AT初期動画(冬形る働き方) AT初期動画(スポカ3) AT初期動画(スポカ3) AT初期動画(スポカ3)	ン 「としての働き方) 格の違いによる職域と (スポーツ現場における働き スケア従事者としての 外科クリニックにおけ 一ツ現場における働き ーツ現場における働き ーツ現場における働き	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画(野球 AT初期動画(野球 AT初期動画(育成 く。	説明する。 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。	コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・はる。また、コンデンサビる。また、コンデンサビる。また、コンテンドを対しています。	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の マンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンフィースト	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 Evolution では、現場の話を聞く。 Evolution による。 Evolutio				
1 2 3 4 5 6 7 8 9	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT業界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポカ②) AT初期動画(ヘル働き方) AT初期動画(整形る働き方) AT初期動画(文ポカ③) AT初期動画(スポカ3) AT初期動画(スポカ3)	ン 「としての働き方) 格の違いによる職域と (スポーツ現場における働き スケア従事者としての 外科クリニックにおけ 一ツ現場における働き 一ツ現場における働き 一ツ現場における働き けて	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画(野球 AT初期動画(野球 AT初期動画(育成 く。	説明する。 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 は、AT業界を理解させる。また、 がた動機では、AT業界を理解された。 は、AT業界を理解された。 がた動機では、AT業界を理解されて、AT業界を理解されて、AT業界を理解されて、AT業界を理解されて、AT業界を理解されて、AT業界を理解されて、AT業界を理解が、AT業界を理解する。AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解する、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解する、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解する、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解する、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解する、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解析を表する、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解するを表する、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、AT業界を理解が、A	コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・はる。また、コンデンサビる。また、コンデンサビる。また、コンテンドを対しています。	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の マンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンフィースト	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 Evolution では、現場の話を聞く。 Evolution による。 Evolutio				
1 2 3 4 5 6 6 7 8 8 9 10 11	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT業界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポカ②) AT初期動画(ヘル働き方) AT初期動画(冬形カ一〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇	ン 「としての働き方) 格の違いによる職域と (スポーツ現場における働き スケア従事者としての 外科クリニックにおけ 一ツ現場における働き 一ツ現場における働き 一ツ現場における働き けて	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画(野球 AT初期動画(野球 AT初期動画(す成く。 現場実習見学にむ	説明する。 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 L、AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 AT業界を理解させる。また、 はし、AT業界を理解させる。また、 があれる。 はに、AT業界を理解させる。また、 があれる。 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はた動機づけ、心構え	コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・はる。また、コンデンサビる。また、コンデンサビる。また、コンテンドを対しています。	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の マンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンフィースト	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 Evolution では、現場の話を聞く。 Evolution による。 Evolutio				
1 2 3 4 5 6 7 8 8 9 10 11 12	オリエンテーショ AT初期動画①(AT初期動画②(資連携) AT業界理解動画③ る働き方①) AT初期動画(スポカ②) AT初期動画(ヘル働き方) AT初期動画(ペルカ方③) AT初期動画(スポカ③) AT初期動画(スポカ⑤) 現場実習見学に向後期コース選択に同	ン 「としての働き方) 格の違いによる職域と (スポーツ現場における働き スケア従事者としての 外科クリニックにおけ 一ツ現場における働き 一ツ現場における働き 一ツ現場における働き けて	AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画を視聴 AT初期動画(野球 AT初期動画(野球 AT初期動画(す成く。 現場実習見学にむ 後期コース選択に	説明する。 LL、AT業界を理解させる。また、 加川、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はに、AT業界を理解させる。また、 はた動機づけ、心構え にはた動機づけ、心構え には、AT業界を理解させた。 には、AT業界を理解させた。 はた動機づけ、心構え	コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・コンテンツに関連・はる。また、コンデンサビる。また、コンデンサビる。また、コンテンドを対しています。	する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の する卒業生を呼び、現場の マンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンツに関連する卒業生を呼び、アンフィースト	D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 D話を聞く。 Evolution では、現場の話を聞く。 Evolution による。 Evolutio				

				シラバス			
	In all we take			科目の基礎情報①	–	***	
	授業形態	講義	科目名				
	必修選択	選択	(学則表記) 開講		キャリア		
	年次	1年	学科	スポーツトレーナ	一科	単位数 2	時間数 30
	使用教材	なし			出版社		
				科目の基礎情報②			
授	業のねらい	トレーナー活躍で	きる場所を理解	し、仕事内容や求められる	スキルを学ぶ。		
	到達目標	2年次のコース選打	尺に向けて自分の	のやりたいことを明確にし、	正しいコース覧	選択ができるようにす	する。
	評価基準	テスト30%、レポ	ート60%、授業	態度10%			
	認定条件	・出席が総時間数 ・成績評価が2以_		る者			
	関連資格	日本スポーツ協会	公認アスレティ	ックトレーナー、健康運動	実践指導者、JA	TI認定トレーニング	指導者
	関連科目	アスレティックト	レーナー特論				
	備考	原則、この科目は	対面授業形式に	て実施する。			
	担当教員		大垣 悠樹		実	務経験	
	実務内容						
					習熟状況等に。	より授業の展開が変わ	わることがあります
	I .	<u>~ – </u>		各回の展開			
回数		単元	立光4.1- L 7 3#37		内容		
2		・事内容と求めらるスキル ・事内容と求めらるスキル ・事内容と求めらるスキル					
3			卒業生による講話				
		内容と求められるスキル					
5		5内容と求められるスキル					
6	メディカルフィットネス(の仕事内容と求めらるスキル	卒業生による講話				
7	メディカルフィットネスの	の仕事内容と求めらるスキル	卒業生による講話				
8	リラクゼーションの仕り	事内容と求められるスキル	卒業生による講話				
9	リラクゼーションの仕り	事内容と求められるスキル	卒業生による講話				
10	リラクゼーションの仕り	事内容と求められるスキル 卒業生による講話					
11	パーソナルトレーナーの付	仕事内容と求められるスキル	卒業生による講話				
12	パーソナルトレーナーの付	仕事内容と求められるスキル	卒業生による講話				
13	パーソナルトレーナーの付	仕事内容と求められるスキル	卒業生による講話				
14	テスト		これまでの内容に	ついてテストを実施			
15	総まとめ		これまでの内容を	复習、振り返り			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 PT/MD/BM特講 必修選択 選択 (学則表記) PT/MD/BM特講 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 45 1年 3 健康運動実践指導者養成テキスト 使用教材 出版社 JATIトレーニング指導者テキスト 理論編、実践編 科目の基礎情報② 授業のねらい JATI認定トレーニング指導者や健康運動実践指導者などの資格について理解する。 到達目標 資格の必要性や求められる現場について理解し、2年時に資格を取得ができるモチベーションにする。 評価基準 テスト:80% 提出物:10% 授業態度:10% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 JATI認定トレーニング指導者、健康運動実践指導者 関連資格 関連科目 グループエクササイズ指導実践Ⅰ、体力測定と評価、 備考 模試の週数は前後する場合がある。 担当教員 上村 聡 実務経験 アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります 各回の展開 単元 内容 回数 オリエンテーション 授業の流れを理解する。 JATI認定トレーニング指導者について JATI認定トレーニング指導者の資格概要、試験内容について理解する。 JATI問題集① 問題を解き、試験内容や流れを理解する。 JATI問題集② 問題を解き、試験内容や流れを理解する。 5 JATI問題集③ 問題を解き、試験内容や流れを理解する。 6 健康運動実践指導者について 健康運動実践指導者の資格概要、試験内容に理解する。 7 健康運動実践指導者問題集① 問題を解き、試験内容や流れを理解する。 健康運動実践指導者問題集② 8 問題を解き、試験内容や流れを理解する。 健康運動実践指導者問題集③ 9 問題を解き、試験内容や流れを理解する。 その他資格について 10 主要資格以外の取得可能資格や必要性について動機づけ ケーススタディ① 11 評価・改善・長期的指導の計画 ケーススタディ② 評価・改善・トレーニング指導とフィードバック ケーススタディ③ 評価・改善・トレーニング指導とフィードバック テスト これまでの内容についてテストを実施 14 総まとめ これまでの内容を復習、振り返り 15

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 実技 科目名 グループエクササイズ指導実践A 必修選択 (学則表記) グループエクササイズ指導実践A 選択 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年 学科 使用教材 健康運動実践指導者養成用テキスト 健康・体力づくり事業財団 出版社 科目の基礎情報② 集団指導を行うための知識・技術や楽しく運動するための要素である音楽に合わせて行う指導(グループエクササ 授業のねらい イズ) に必要な技術を修得する。 到達目標 グループエクササイズの基礎的な知識を有し指導することができる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 健康運動実践指導者 関連科目 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 内藤 香 実務経験 フリーランスインストラクターとしてアーティストバックダンサーのアドバイザー・パーソナルトレーナー等、12 実務内容 年間担当した実務経験を元に、グループエクササイズ指導の基礎知識について教授する。

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	オリエンテーション	授業概要の説明・自己紹介・レッスン体験(エアロビクス・レジスタンス)				
2	キューイングの種類	ビジュアルキュー、パーバルキューを理解する				
3	音楽の活用とキューイング	8×4=32カウントの理解、音楽に合わせてキューイングの活用				
4	レジスタンスエクササイズ①	上半身と体幹部 種目紹介・グループ指導				
5	レジスタンスエクササイズ②	下半身と体幹部 種目紹介・グループ指導				
6	レジスタンスエクササイズ③	グループレッスン プログラムの組み方				
7	まとめ(レジスタンスエクササイズ)	実技による6回目までのまとめ				
8	ウォームアップとクールダウン	W-UP、クールダウンの目的、効果、時間と構成				
9	エアロビクス 動きの種類①	マーチ系パリエーションとレイヤリング				
10	エアロビクス 動きの種類②	ステップタッチ系パリエーションとレイヤリング				
11	ウォーキングとジョギング①	ウォーキング・ジョギングの効果、特性、プログラム				
12	ウォーキングとジョギング②	心拍数、強度設定、変換パリエーション				
13	主運動①	レイヤリングテクニックを活用したプログラミング				
14	主運動②	コンビネーション法を活用したプログラミング				
15	まとめ (エアロビクス)	実技による授業のまとめ				

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 体力測定と評価A 講義 科目名 必修選択 選択 (学則表記) 体力測定と評価A 開講 単位数 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 2 30 使用教材 健康運動実践指導者養成テキスト 出版社 健康・体力づくり事業財団 科目の基礎情報② 運動指導を行う上で、指導対象者の現状把握は欠かせない。 授業のねらい この授業では、主に体力要素の測定と評価について学習していく。 各体力構成要素の具体的な測定方法を学び、体力テストの測定と評価法を実践的に身につける。 到達目標 また、それぞれの測定結果を身体活動・運動やトレーニングに応用し、2年次に学ぶ測定結果に基づいた トレーニングプログラムの作成につながる基礎知識を身につける。 評価基準 実技・小テスト:80% 授業態度・提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 健康運動実践指導者 関連科目 機能解剖学、身体運動の基礎科学 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 備考 担当教員 金澤 宏樹 実務経験 \circ 高校・大学生卓球チームのトレーナーとしてトレーニングケアを5年間担当し、治療院にて2年間スポーツマッ 実務内容 サージ、鍼・電気治療の実務経験を元に、リハビリテーションの概要について教授する。

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	オリエンテーション	テーピングの目的・注意点			
2	無酸素性能力の測定 有酸素性能力の測定	階段駆け上がり法・Wingate Anerobic Test 走/歩テスト・持久走・12分間走			
3	最大酸素摂取量の測定 無酸素性閾値(AT)	最大酸素摂取量とは・最大酸素摂取量の測定方法 無酸素性閾値とは・無酸素性閾値の測定方法			
4	体脂肪量の測定	体密度法・二重エネルギーX線吸収法 生体電気抵抗法・皮下脂肪厚法			
5	新体力テスト概要	健康関連体力を評価する新体力テストの成り立ち 年齢に伴う体力水準の変化と性差、文部科学省新体力テストの構成			
6	新体力テスト① (筋力・筋持久力・柔軟性の測定)	体力測定項目(握力・上体起こし・長座体前屈)			
7	新体力テスト②(敏捷性・瞬発力・全身 持久力の測定)	体力測定項目(反復横とび・立幅跳とび・20mシャトルラン)			
8	65-79歳を対象とする場合	ADL・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行			
9	体力測定の実践①	新体力テストの実践 握力・上体おこし・長座体前屈			
10	体力測定の実践②	新体力テストの実践 反復横跳び・立ち幅跳び			
11	体力測定の実践③	新体力テストの実践 20mシャトルラン (持久走)			
12	体力テストの評価	得点(スコア)化による評価・体力年齢による評価			
13	運動プログラム作成の基礎	健康づくりのための運動プログラム作成上のボイント 健康づくりと運動プログラム作成の基礎			
14	運動プログラム作成の流れ	ウォームアップとクールダウン 有酸素運動とその効果、レジスタンス運動			
15	健康づくりのための運動指針2006	健康づくりのための運動指針2006(エクササイズガイド2006)			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 科目名 機能解剖学 | 講義 必修選択 機能解剖学 | 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 1年 学科 スポーツトレーナー科 30 2 身体運動の機能解剖学 医道の日本社 使用教材 出版社 トレーニング指導者テキスト理論編、ポケ模型 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい 身体運動の基礎となる骨・筋・関節またそれに関連するものについて、その名称・位置・機能について学ぶ。 到達目標 身体運動の基礎となる骨・筋・関節またそれに関連するものについて、その名称・位置・機能を説明できる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 JATI認定トレーニング指導者、JAFA-GFI 関連科目 機能解剖学Ⅱ 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります 各回の展開 回数 単元 内容 ____ オリエンテーション、身体運動基本的 講義の進行、評価などを伝える。身体運動の基本的な仕組みと関節運動について学ぶ メカニズム、関節運動 全身の骨・関節 全身の骨の位置・種類・役割・関節の名称や構造を学ぶ 全身の骨・関節 3 全身の表在筋 全身の表在筋の位置・名称を学ぶ 5 全身の表在筋 上肢の骨 上肢の骨とそのランドマークの位置・名称を学ぶ 6 上肢の関節 肩関節について学ぶ 上肢の関節 8 肘関節・手関節について学ぶ 9 上肢の筋 大胸筋、広背筋、上腕二頭筋、上腕三頭筋、三角筋の起始・停止・機能について学ぶ 上肢の筋 僧帽筋、前鋸筋、菱形筋、肩甲挙筋、大円筋、鎖骨下筋の起始・停止・機能について学ぶ 10 上肢の筋 11 小胸筋、烏口腕筋、棘上筋、棘下筋、小円筋、肩甲下筋の起始・停止・機能について学ぶ 上肢の筋 上腕筋、肘筋、腕橈骨筋、円回内筋、方形回内筋、回外筋の起始・停止・機能について学ぶ 12 13 体幹の骨・関節・靭帯 体幹の骨・関節・靭帯について学ぶ 体幹の筋 14 胸鎖乳突筋、脊柱起立筋、腹直筋、腹斜筋、腹横筋、腰方形筋の起始・停止・機能について学ぶ 上肢・体幹のまとめ 15 上肢・体幹についてまとめる

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 科目名 機能解剖学Ⅱ 講義 必修選択 機能解剖学Ⅱ 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 1年 学科 スポーツトレーナー科 30 2 身体運動の機能解剖学 医道の日本社 使用教材 出版社 トレーニング指導者テキスト理論編、ポケ模型 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい 身体運動の基礎となる骨・筋・関節またそれに関連するものについて、その名称・位置・機能について学ぶ。 到達目標 身体運動の基礎となる骨・筋・関節またそれに関連するものについて、その名称・位置・機能を説明できる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 JATI認定トレーニング指導者、JAFA-GFI 関連科目 機能解剖学Ⅰ 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 上村 聡 実務経験 アスレティックトレーナーとしてラグビー・サッカーチームに帯同し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを13年間担当した実務経験を元に、様々な目的に対してのトレーニング方法を教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります 各回の展開 回数 単元 内容 上肢まとめ 上肢の骨・関節・靭帯・筋についてまとめます 体幹まとめ 体幹の骨・関節・靭帯・筋についてまとめます 下肢の骨 3 下肢の骨・関節について学ぶ 股関節とその靭帯 股関節とその靭帯について学ぶ 5 股関節に関与する筋 大腿筋膜張筋、腸腰筋、臀筋群の起始・停止・機能について学ぶ 股関節に関与する筋 内転筋群、縫工筋、大腿直筋の起始・停止・機能について学ぶ 6 股関節に関与する筋 深層外旋六筋、ハムストリングスの起始・停止・機能について学ぶ 8 膝関節とその靭帯 膝関節とその靭帯 について学ぶ 膝関節とその靭帯 膝関節とその靭帯 について学ぶ 9 膝関節に関与する筋 大腿四頭筋、膝窩筋の起始・停止・機能について学ぶ 10 11 足関節とその靭帯 足関節とその靭帯について学ぶ 足関節とその靭帯 足関節とその靭帯について学ぶ 12 13 足関節に関与する筋 下腿の表層筋群、深層筋群の起始・停止・機能について学ぶ 14 足関節に関与する筋 足底の筋群について学ぶ 下肢まとめ 下肢についてまとめる 15

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 身体運動の基礎科学Ⅰ 必修選択 選択 (学則表記) 身体運動の基礎科学Ⅰ 開講 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 1年 30 2 健康運動実践指導者養成用テキスト 健康・体力づくり事業財団 使用教材 出版社 トレーニング指導者テキスト理論編 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい スポーツ科学の基礎的領域のうち、スポーツ生理学とスポーツバイオメカニクスについて学習する。 スポーツ生理学とスポーツバイオメカニクスに関する知識を深める。 到達目標 獲得した生理学及びバイオメカニクスの知識を、実際のスポーツフィールド及び運動指導の場面で 実践・指導に活用する。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 健康運動実践指導者、JATI認定トレーニング指導者、JAFA-GFI 関連資格 関連科目 身体機能の基礎科学Ⅱ 備考 原則、この授業は対面にて実施する。 担当教員 佐藤 大志 実務経験 \circ アスレティックトレーナーとしてサッカーチームの帯同、整形外科での運動指導に2年従事し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを担当した実務経験を元に、運動プログラムの作成・知識を教授する。

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	オリテンテーション スポーツ生理学概論	授業の進め方についてのガイダンス スポーツ生理学とは				
2	筋の分類と構造	筋を分類し、それぞれの特徴と働きを理解する				
3	骨格筋の構造と収縮メカニズム	筋収縮の仕組みと収縮する一連のメカニズムを理解する				
4	筋収縮のためのエネルギー供給機構	筋収縮のためのエネルギー エネルギーを再合成するための3つの経路とそれぞれの特徴を理解する				
5	筋線維タイプの分類	異なる筋線維タイプの特徴について理解する 運動単位について、筋線維組成の割合について、筋線維タイプ移行について				
6	骨格筋の収縮様式	筋の収縮様式について、それぞれの特徴について理解する 随意最大筋力を決める要因				
7	骨格筋の力発揮 骨格筋のトレーニング効果	発揮する筋力の調節について、固有受容器と反射について トレーニングにより起こる骨格筋の適応について				
8	復習1、骨の分類と構造	筋について復習 骨の分類、構造、機能、成分、成長について				
9	関節の分類と構造	関節の形状による分類 関節の構造				
10	神経系の構造と働き①筋活動に影響を及 ぼす神経系の構造と働き	神経 (ニューロン) の基本構造と役割、運動単位、 中枢神経系の分類とその働き、末梢神経系の分類とその働き				
11	神経系の構造と働き② 大脳の運動中枢と運動経路	大脳の運動中枢と運動経路 錐体路と錐体外路				
12	神経系の構造と働き③ 運動の発現と制御	随意運動と不随意運動				
13	神経系の構造と働き④ 上達の生理学的メカニズム	神経系に対するトレーニング効果 一神経系の適応				
14	運動を制御する内分泌系①	主な内分泌器官とホルモン身体機能へのホルモンの作用				
15	運動を制御する内分泌系②	筋肥大におけるホルモンの役割 レジスタンストレーニングとホルモン分泌				

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 身体運動の基礎科学Ⅱ 必修選択 (学則表記) 身体運動の基礎科学Ⅱ 選択 開講 単位数 時間数 年次 スポーツトレーナー科 1年 学科 30 2 健康運動実践指導者養成用テキスト 健康・体力づくり事業財団 使用教材 出版社 トレーニング指導者テキスト理論編 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい スポーツ科学の基礎的領域のうち、スポーツ生理学とスポーツバイオメカニクスについて学習する。 スポーツ生理学とスポーツバイオメカニクスに関する知識を深める。 到達目標 獲得した生理学及びバイオメカニクスの知識を、実際のスポーツフィールド及び運動指導の場面で 実践・指導に活用する。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 健康運動実践指導者、JATI認定トレーニング指導者、JAFA-GFI 関連資格 関連科目 身体機能の基礎科学Ⅰ 備考 原則、この授業は対面にて実施する。 担当教員 佐藤 大志 実務経験 アスレティックトレーナーとしてサッカーチームの帯同、整形外科での運動指導に2年従事し、主に選手のコンディショニング、リハビリ 実務内容 テーションを担当した実務経験を元に、運動プログラムの作成・知識を教授する。

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	呼吸器の構造と機能	呼吸器の構造と呼吸運動について				
2	循環器の構造と機能①	循環系の経路 循環器の構造と機能について (心臓)				
3	循環器の構造と機能②	血管の役割と構造、血液の成分と役割(運動と血液・体液)				
4	呼吸循環系の機能の指標	呼吸系の機能の指標 循環系の機能の指標				
5	呼吸機能の調節機構①	呼吸機能の調節の仕組み、運動に伴う呼吸機能の変化 有酸素性エネルギー代謝				
6	呼吸機能の調節機構②	無酸素性エネルギー代謝				
7	循環機能の調節機構①	循環機能の調節の仕組み 運動に伴う循環機能の変化				
8	トレーニングによる呼吸循環器の適応	継続的な持久的トレーニングによる呼吸系の適応				
9	復習1 まとめ	呼吸・循環系 復習 まとめ				
10	スポーツバイオメカニクスの基礎①	スポーツバイオメカニクスの領域、言葉の意味、定義 運動の記述				
11	スポーツバイオメカニクスの基礎②	運動の分析				
12	スポーツ動作のバイオメカニクス①	歩動作、走動作、跳動作、投動作、打動作				
13	スポーツ動作のバイオメカニクス②	蹴動作、滑動作、泳動作				
14	トレーニング動作のバイオメカニクス	ローイング動作、ペダリング動作、アームカール動作、スクワット動作				
15	年齢と体力	成長期における体力・基本的動作スキルの発達 成人以降の加齢に伴う体力、運動能力の低下、体力に及ぼす先天的要因と後天的要因				

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 科目名 スポーツ栄養学Ⅰ 講義 必修選択 スポーツ栄養学Ⅰ 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 1年 学科 スポーツトレーナー科 30 2 トレーニング指導者テキスト理論編 大修館書店 使用教材 健康運動実践指導者養成用テキスト 出版社 南江堂 結果につなげる身体の栄養学 日本栄養コンシェルジュ協会 科目の基礎情報② 授業のねらい 運動指導に必要な栄養学の基礎を学び、食生活の改善ができるよう理解する。 到達目標 栄養学の基礎を理解し、スポーツの現場に必要な食生活全般の指導に積極的に関わることができる。 評価基準 筆記試験60%(期末試験30%、中間試験30%)、授業内提出物40% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 健康運動実践指導者、JATI認定トレーニング指導者、JAFA-GFI 関連科目 スポーツ栄養学Ⅱ 備考 原則、この授業は対面にて実施する。 担当教員 中村 雅美 実務経験 0 管理栄養士として、食アスリート協会シニアインストラクター・プロスポーツチームにて栄養指導を10年間担当し 実務内容 た実務経験を元に、栄養学の基礎とアスリートに必要な食事管理について教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります 各回の展開 単元 回数 内容 健康づくりの栄養戦略① 健康日本21、食事バランスガイド、食生活指針 健康づくりの栄養戦略② 日本人の食事摂取基準、食生活指針、食育基本法 食品群 3色食品群、4つの食品群、6つの基礎食品、食品カテゴリーマップ、食品カテゴリー管理の実践 3 基礎栄養学① 栄養成分の由来・成り立ち、食物連鎖、五大栄養素、糖質 基礎栄養学② たんぱく質 基礎栄養学③ 脂質、PFC比 6 基礎栄養学④ ビタミン 基礎栄養学(5) ミネラル、消化・吸収、消化にかかわる臓器、様々な消化管ホルモン、便・尿 エネルギー消費量の推定 アスリートのエネルギー消費量の推定の必要性、メッツ値 9 減量① 食欲の仕組み、肥満のメカニズム、絶食時のエネルギー代謝、身体組成と測定法、BMIと体脂肪率 10 11 減量② 減量計画と食事の注意点 まとめ 重要点のふりかえり 12 13 期末試験 期末試験と解説 14 増量 筋肉づくりの基本原則と増量の計画 栄養マネジメント 栄養マネジメントの流れと方法 15

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 スポーツ栄養学Ⅱ 必修選択 選択 (学則表記) スポーツ栄養学Ⅱ 開講 単位数 時間数 学科 スポーツトレーナー科 1年 30 2 大修館書店 ーーー トレーニング指導者テキスト理論編 使用教材 健康運動実践指導者養成用テキスト 出版社 南江堂 日本栄養コンシェルジュ協会 結果につなげる身体の栄養学 科目の基礎情報② 授業のねらい 運動指導に必要な栄養学の基礎を学び、食生活の改善ができるよう理解する。 到達目標 栄養学の基礎を理解し、スポーツの現場に必要な食生活全般の指導に積極的に関わることができる。 評価基準 筆記試験60%(期末試験30%、中間試験30%)、授業内提出物40% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 健康運動実践指導者、JATI認定トレーニング指導者、JAFA-GFI 関連資格 関連科目 スポーツ栄養学Ⅰ 備考 原則、この授業は対面にて実施する。 担当教員 中村 雅美 実務経験 管理栄養士として、食アスリート協会シニアインストラクター・プロスポーツチームにて栄養指導を10年間担当し 実務内容 た実務経験を元に、栄養学の基礎とアスリートに必要な食事管理について教授する。

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	種目別特性	種目別特性とエネルギー機構、食事の重要ポイントの違い				
2	トレーニングスケジュール	グリコーゲンの回復のための食事のポイント				
3	水分補給	体温調節と水分補給の方法、脱水とパフォーマンス				
4	アスリートの食事の基本形	献立作成と食品構成表				
5	試合前と試合当日の食事	基本原則、グリコーゲンローディングについて				
6	鉄欠乏性貧血	血液循環、リンパ管、三大栄養素の循環経路、鉄欠乏性貧血の原因、症状、アセスメント、食事療法				
7	合宿時、海外遠征時の食事	異なる環境での食事調整について				
8	女子の三主徴	月経障害、摂食障害、骨障害				
9	まとめ、中間テスト	重要点のまとめ、中間テスト				
10	栄養サポートと栄養教育	栄養教育の実践、食事指導の進め方				
11	生活習慣病、食事指導	生活習慣病と対策、年齢層別食事指導(パランスガイド使用)				
12	まとめ	重要点の振り返り				
13	期末試験と解説	期末試験と解説				
14	総まとめ①	重要点の総復習、ケーススタディ、試験対策など				
15	総まとめ②					

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 科目名 トレーニング理論Ⅰ 講義 必修選択 (学則表記) トレーニング理論Ⅰ 選択必修 開講 単位数 時間数 1年 学科 スポーツトレーナー科 30 2 使用教材 トレーニング指導者テキスト実践編 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい 対象や目的に応じて、科学的根拠に基づく適切な運動プログラムを作成・指導するために必要な知識を習得させる。 主に筋力トレーニング、パワー向上トレーニングに関する知識の習得および、基礎的なトレーニングプログラムが 到達目標 作成できるようになる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 JATI認定トレーニング指導者 関連科目 トレーニング理論Ⅱ、トレーニング理論Ⅲ、トレーニング理論Ⅳ 備考 原則、この授業は対面にて実施する。 担当教員 濱岡 莉央 実務経験 実務内容 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります 各回の展開 回数 単元 内容 JATIについて・トレーニング指導者とは 国内のトレーニング指導者に対するニーズ トレーニング指導者の役割と業務 トレーニング指導者の役割 競技スポーツ分野における状況に応じた活動・トレーニング指導者の資質 トレーニング指導者が身につけるべき能力 トレーニング指導者の行動と倫理 4 トレーニングとはトレーニングの原理と原則 トレーニング計画の立案 (総論) トレーニング計画の立案 5 ピリオダイゼーション 6 筋力トレーニングの効果 筋カトレーニングのプログラムの条件設定

エクササイズの分類と選択

エクササイズの配列 <u></u> 負荷の設定

セットの組み方

動作スピード トレーニング頻度

プログラムの分割

前期内容の振り返り

負荷の手段とトレーニング器具

トレーニング目的に応じた条件設定

セットごとの重量や回数の設定 特殊なトレーニングシステム

長期プログラムの作成(期分け)

専門的エクササイズの設定

8

9

10

11

12

13

14

15

前期まとめ

筋力トレーニングのプログラム作成

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 科目名 トレーニング理論Ⅱ 講義 必修選択 トレーニング理論Ⅱ 選択必修 (学則表記) 開講 時間数 1年 学科 スポーツトレーナー科 30 2 使用教材 トレーニング指導者テキスト実践編 大修館書店 科目の基礎情報② 対象や目的に応じて、科学的根拠に基づく適切な運動プログラムを作成・指導するために必要な知識を習得させる。 授業のねらい 主に筋力トレーニング、パワー向上トレーニングに関する知識の習得および、基礎的なトレーニングプログラムが 到達目標 作成できるようになる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 JATI認定トレーニング指導者 関連科目 トレーニング理論Ⅰ、トレーニング理論Ⅲ、トレーニング理論Ⅳ 備考 原則、この授業は対面にて実施する。 担当教員 濱岡 莉央 実務経験 実務内容 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります 各回の展開 回数 単元 対象、テーマを設定したうえでのピリオダイゼーションの作成① 対象、テーマを設定したうえでのピリオダイゼーションの作成② 筋力トレーニングのプログラム作成演習 3 対象、テーマを設定したうえでの筋力トレーニングプログラム作成③ 4 対象、テーマを設定したうえでの筋力トレーニングプログラム作成④ パワーの基本理念、スポーツや日常生活動作におけるパワー 5 短期間に大きな力を発揮する能力 パワーに類似する用語、パワー発揮様式の分類、パワーの測定と評価 6 パワー向上トレーニングのプログラム戦略、トレーニングプログラム変数① パワー向上トレーニングの理論とプログ ラム作成 8 トレーニングプログラム変数② 9 反動動作における生理学的基礎、ブライオメトリクスのプログラム変数 パワー向上トレーニングの長期的な計画・フィットネス分野におけるパワートレーニング 10 トレーニング機器・器具 11 トレーニング環境 トレーニングの運営 リスクマネジメント 12 情報とは 13 情報の活用① 運動指導のための情報収集と活用 情報の活用② 14 情報の取り扱い 15 後期まとめ 後期内容の振り返り

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 科目名 トレーニング実践と指導Ⅰ 実技 必修選択 選択 (学則表記) トレーニング実践と指導Ⅰ 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 1年 30 1 トレーニング指導者テキスト 実践編、実技編 大修館書店 使用教材 出版社 健康・体力づくり事業財団 健康運動実践指導者養成用テキスト 科目の基礎情報② 授業のねらい マシントレーニング、フリーウエイトトレーニングにおける適切なデモンストレーション技能を習得し、指導テクニックを身につける。 レジスタンストレーニングの基本種目において、適切なデモンストレーションが見せられるようになる。 到達目標 初心者に対して基本的なエクササイズの指導ができるようになる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度・意欲:40% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 JATI認定トレーニング指導者、健康運動実践指導者 関連科目 トレーニング実践と指導II、トレーニング実践と指導III、トレーニング実践と指導IV 備考 原則、この授業は対面にて実施する。 担当教員 山崎 英明 実務経験 実務内容

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	筋力トレーニングの基礎知識と自重ト	【理論】動作スピード、呼吸法、バーの握り方			
	レーニング	【実技】自重トレーニング、マシンルームの清掃方法			
2		【理論】レジスタンストレーニングの分類			
		【実技】マシントレーニング、マシンのメンテナンス方法について①			
3	マシントレーニング	【理論】アイソトニックトレーニングの実際			
		【実技】マシントレーニング、マシンのメンテナンス方法について②			
4		【理論】アイソメトリックトレーニングの実際			
		【実技】マシントレーニング、アイソメトリックトレーニング			
5		【理論】補助法 【実技】ベンチプレス			
6		【実技】ベンチプレス			
7		【実技】ベンチプレス			
8		【理論】ベルトの使用 【実技】バックスクワット			
9	B i g 3のテクニック習得と実践	【実技】バックスクワット			
10		【実技】バックスクワット			
11		【理論】ストラップの使用 【実技】デッドリフト			
12		【実技】デッドリフト			
10		【実技】デッドリフト			
13		L たIX 』 ノッドツノド			
14	前期まとめ①	前期テクニック評価① 【ベンチプレス】【デッドリフト】			
14	111/11/04/04/04	DAYA A - A MI BAGO - F A A A BAY 1 TA A I TA			
15	前期まとめ②	前期テクニック評価② 【バックスクワット】			
10					

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 実技 科目名 トレーニング実践と指導Ⅱ 必修選択 選択 (学則表記) トレーニング実践と指導Ⅱ 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 1年 30 1 トレーニング指導者テキスト 実践編、実技編 大修館書店 使用教材 出版社 健康・体力づくり事業財団 健康運動実践指導者養成用テキスト 科目の基礎情報② 授業のねらい マシントレーニング、フリーウエイトトレーニングにおける適切なデモンストレーション技能を習得し、指導テクニックを身につける。 レジスタンストレーニングの基本種目において、適切なデモンストレーションが見せられるようになる。 到達目標 初心者に対して基本的なエクササイズの指導ができるようになる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度・意欲:40% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 JATI認定トレーニング指導者、健康運動実践指導者 関連資格 関連科目 トレーニング実践と指導I、トレーニング実践と指導III、トレーニング実践と指導IV 備考 原則、この授業は対面にて実施する。 担当教員 山崎 英明 実務経験 実務内容

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	胸部のトレーニング	インクラインベンチプレス、ダンベルベンチプレス、ディッピング				
2	лу не У (У — У)	インクラインベンチプレス、ダンベルベンチプレス、ディッピング				
3	背部のトレーニング	ベントオーバーロウ、ワンハンドダンベルロウ、チンニング、シーティッドロウ、ダンベルブルオーバー				
4		ベントオーバーロウ、ワンハンドダンベルロウ、チンニング、シーティッドロウ、ダンベルブルオーバー				
5		パーベルショルダープレス、アップライトロウ、ショルダーシュラッグ				
6	肩部のトレーニング	パーベルショルダープレス、アップライトロウ、ショルダーシュラッグ				
7		サイドレイズ、フロントレイズ、ローテーターカフトレーニング				
8	腕部のトレーニング	パーベルカール、コンセントレーションカール、プリチャーカール				
9	שנו שנו ער אינים שני	ライイングトライセプスエクステンション、トライセプスプレスダウン、ワンハンドフレンチプレス、トライセプス キックバック				
10		ワイドスタンススクワット、スプリットスクワット				
11		ワイドスタンススクワット、スプリットスクワット				
12	大腿部、殿部のトレーニング	グッドモーニングエクササイズ、スティフレッグドデッドリフト、ワイドスタンスデッドリフト				
13		グッドモーニングエクササイズ、スティフレッグドデッドリフト、ワイドスタンスデッドリフト				
14		フォワードランジ、バックワードランジ、サイドランジ				
15	後期まとめ	指導実践評価				

•							
シラバス							
			科目の基礎情報①				
授業形態	講義	科目名		運動障害の予防	iと救急処置		
必修選択	選択	(学則表記)		運動障害の予防	と救急処置		
		開講			単位数	時間数	
年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	2	30	
使用教材	健康運動実践指導 トレーニング指導			出版社	健康・体力づくり事 大修館書店	業財団	
			科目の基礎情報②				
授業のねらい	運動指導を行う上	で、欠かせない	内科的および外科的障害に	関する知識とそ	の救急処置の方法を	学習する	
到達目標	内科的および外科	的障害・外傷を	理解し、救急処置を実践す	ることができる	۰		
評価基準	テスト/レポート:	60% 授業態	度:20% 提出物:20%				
認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		5者				
関連資格	健康運動実践指導	者 、JATI認定 l	トレーニング指導者				
関連科目	関連科目 運動障害の予防と救急処置						
備考	原則、この授業は対面にて実施する。						
担当教員	佐々木 譲崇			実	務経験		
実務内容							

	自然仏爪寺により投来の展開が変わることがあります 各回の展開						
回数	単元	内容					
1	オリエンテーション	救急法定義・重要性・心得					
2	救急処置 応急手当	RICE処置の重要性					
3	救急処置 応急手当	RICE処置の留意点					
4	ファーストエイド	創傷の種類・止血・感染・洗浄消毒保護					
5	ファーストエイド	キズの処置の手順・備品と使用法					
6	救急処置 救急蘇生法①	救命の連鎖・突然死の予防・一次救命処置の手順					
7	救急処置 救急蘇生法②	胸骨圧迫・人工呼吸・AED使用の手順					
8	救急処置 救急蘇生法③	特殊な状況下での一次救命処置、小児の蘇生					
9	救急処置 救急蘇生法④	一次救命処置の実際					
10	整形外科的傷害と外科的救急処置	スポーツ傷害・骨折の分類・捻挫の種類					
11	整形外科的傷害と外科的救急処置	足部・足関節・下腿部の傷害					
12	整形外科的傷害と外科的救急処置	膝関節の傷害					
13	整形外科的傷害と外科的救急処置	大腿部・腰部の傷害					
14	救急処置 応急手当	上肢・下肢の救急処置RICEの実際					
15	まとめ	筆記試験					

シラバス							
			科目の基礎情報①				
授業形態	講義	科目名		運動障害の予防	と救急処置Ⅱ		
必修選択	選択	(学則表記)		運動障害の予防	と救急処置Ⅱ		
		開講			単位数	時間数	
年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	2	30	
使用教材	健康運動実践指導 トレーニング指導			出版社	健康・体力づくり事 大修館書店	- 三業財団	
			科目の基礎情報②				
授業のねらい	運動指導を行う上	で、欠かせない	内科的および外科的障害に	関する知識とそ	の救急処置の方法を	学習する	
到達目標	内科的および外科	的障害・外傷を	理解し、救急処置を実践す	ることができる	•		
評価基準	テスト/レポート	: 60% 授業態原	度:20% 提出物:20%				
認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		5者				
関連資格	健康運動実践指導	者 、JATI認定 l	トレーニング指導者				
関連科目	関連科目 運動障害の予防と救急処置						
備考	原則、この授業は対面にて実施する。						
担当教員	佐々木 譲崇			実	務経験		
実務内容							

回数	単元	内容					
1	整形外科的傷害と外科的救急処置	肩関節・肘関節の傷害					
2	整形外科的傷害と外科的救急処置	手関節・手指の傷害 腰部の傷害					
3	整形外科的傷害と外科的救急処置	整形外科部門 筆記試験					
4	スポーツにおける健康管理	健康づくりのための身体活動基準 内科的メディカルチェック					
5	運動中止の判定	肥満 メタボリックシンドローム					
6	内科的な急性障害①	突然死 糖尿病 高血圧					
7	内科的な急性障害②	熱中症の分類と処置方法					
8	内科的な急性障害②	水分補給の重要性					
9	内科的な急性障害③	過喚気症候群・運動誘発性喘息					
10	内科的な慢性障害①	貧血・オーバートレーニング症候群					
11	脳震盪	頭を強く打ったときの対処法					
12	救急処置 応急手当	運搬法					
13	テービングの基本と注意点	基本実技					
14	テービングの実践	足関節					
15	スポーツ外傷後のリハビリテーション	リハビリテーション					

	シラバス							
	科目の基礎情報①							
授業形態	講義	科目名		運動指導 <i>の</i>)心理学			
必修選択	選択	(学則表記)		運動指導の)心理学			
		開講			単位数	時間数		
年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	2	30		
使用教材	健康運動実践指導 トレーニング指導			出版社	健康・体力づくり 大修館書店	- 事業財団		
			科目の基礎情報②					
授業のねらい	運動指導を行う上	で運動と心の関	『係を理解し、対象者に適切	なかかわりを促	進することができる	ようになる。		
到達目標			命を理解し、対象者の目的・)適切なかかわり方について			グの方法を検討		
評価基準	テスト/レポート	: 60% 授業態	度:20% 提出物:20%					
認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		5者					
関連資格	健康運動実践指導	者、JATI認定ト	レーニング指導者					
関連科目	関連科目							
備考	原則、この授業は	対面にて実施す	-3.					
担当教員	成田 陽一 他1	名		実	務経験			
実務内容								

回数	単元	内容					
1	オリエンテーション	ガイダンス(概要説明)					
2	運動と心理に関する基礎理論(1)	運動やスポーツと心理面のかかわり 発育発達に関する心理的側面、心理面を考慮した指導法					
3	運動と心理に関する基礎理論(2)	選手のメンタル面強化、動機づけ、やる気を高める方法					
4	運動と心理に関する基礎理論(3)	スポーツの技能を向上させるための心理面 チームワークや人間関係に関する心理的側面、指導者の考え方					
5	競技力向上への活用(1)	心理的サポートとメンタルトレーニング練習前の心理的準備、目標設定、練習日誌					
6	競技力向上への活用 (2)	試合に向けた心理的準備、イメージトレーニング、集中力					
7	競技力向上への活用(3)	ブラス思考、セルフトーク、試合中の気持ちの切り替え					
8	健康増進への活用	各種スポーツとメンタルヘルス (スポーツ傷害、青少年スポーツと女性のダイエット、社会生活との関係) カウンセリング					
9	運動指導の科学(1)	動作の成り立ち、神経系の発達					
10	運動指導の科学 (2)	指導の対象、動作の習得、練習の方法と内容					
11	運動指導の心理学的基礎(1)	運動実践にかかわる3つの要因					
12	運動指導の心理学的基礎 (2)	運動による心理社会的効果とその効果を高める要因					
13	運動指導の心理的基礎 (3)	運動の採択、継続、停止の予防のための理論、モデルおよび技法					
14	運動指導の心理的基礎(4)	参加者を得るための留意点、指導と受講のミスマッチ 個別指導における動機づけとカウンセリング方法					
15	まとめ、カウンセリング実践①	まとめ、人物像を設定したロールプレイの実践①					

			シラバス					
	科目の基礎情報①							
授業形態	講義	科目名		体力測定	と評価			
必修選択	選択	(学則表記)		体力測定	と評価			
		開講			単位数	時間数		
年次	1年	学科	スポーツトレー:	ナー科	2	30		
使用教材	健康運動実践指導	者養成テキスト		出版社	健康・体力づくり事	業財団		
			科目の基礎情報②					
授業のねらい			の現状把握は欠かせない。 定と評価について学習して	いく。				
到達目標	各体力構成要素の具体的な測定方法を学び、体力テストの測定と評価法を実践的に身につける。 また、それぞれの測定結果を身体活動・運動やトレーニングに応用し、2年次に学ぶ測定結果に基づいた トレーニングプログラムの作成につながる基礎知識を身につける。					基づいた		
評価基準	実技・小テスト:	80% 授業態度	・提出物:20%					
認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		者					
関連資格	健康運動実践指導	者						
関連科目	機能解剖学、身体	運動の基礎科学	1					
備考	原則、この授業は対面にて実施する。							
担当教員	榊原 悠希	·		· 第	ミ務経験			
実務内容								

	各回の展開						
回数	単元	内容					
1	オリエンテーション	テービングの目的・注意点					
2	無酸素性能力の測定 有酸素性能力の測定	階段駆け上がり法・Wingate Anerobic Test 走/歩テスト・持久走・12分間走					
3	最大酸素摂取量の測定 無酸素性閾値(AT)	最大酸素摂取量とは・最大酸素摂取量の測定方法 無酸素性閾値とは・無酸素性閾値の測定方法					
4	体脂肪量の測定	体密度法・二重エネルギーX線吸収法 生体電気抵抗法・皮下脂肪厚法					
5	新体力テスト概要	健康関連体力を評価する新体力テストの成り立ち 年齢に伴う体力水準の変化と性差、文部科学省新体力テストの構成					
6	新体力テスト① (筋力・筋持久力・柔軟性の測定)	体力測定項目(握力・上体起こし・長座体前屈)					
7	新体力テスト②(敏捷性・瞬発力・全身 持久力の測定)	体力測定項目(反復横とび・立幅跳とび・20mシャトルラン)					
8	65-79歳を対象とする場合	ADL・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行					
9	体力測定の実践①	新体力テストの実践 握力・上体おこし・長座体前屈					
10	体力測定の実践②	新体力テストの実践 反復横跳び・立ち幅跳び					
11	体力測定の実践③	新体力テストの実践 20mシャトルラン(持久走)					
12	体力テストの評価	得点(スコア)化による評価・体力年齢による評価					
13	運動プログラム作成の基礎	健康づくりのための運動プログラム作成上のポイント 健康づくりと運動プログラム作成の基礎					
14	運動プログラム作成の流れ	ウォームアップとクールダウン 有酸素運動とその効果、レジスタンス運動					
15	健康づくりのための運動指針2006	健康づくりのための運動指針2006(エクササイズガイド2006)					

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 実技 科目名 スポーツストレッチ実践 必修選択 選択 (学則表記) スポーツストレッチ実践 開講 単位数 時間数 年次 学科 1年 スポーツトレーナー科 30 1 スポーツストレッチング 日本ストレッチング協会 使用教材 出版社 健康運動実践指導者養成用テキスト 健康・体力づくり事業財団 科目の基礎情報② スポーツトレーナーにとって、ストレッチングに関する正しい知識と技能は必要不可欠なものである。 授業のねらい スポーツトレーナーに必要なストレッチングに関する正しい知識と技能を学習する。 セルフストレッチング、パートナーストレッチングをはじめとするストレッチングに関する正しい知識と技能を修 到達目標 得する。 評価基準 筆記小テスト/実技:80% 授業態度/提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 健康運動実践指導者、JATI認定トレーニング指導者 関連資格 関連科目 原則、この授業は対面にて実施する。 備考 実務経験 担当教員 原 志保子 実務内容

	各回の展開						
回数	単元	内容					
1	オリエンテーション ストレッチングとは	本授業の目的・意義・今後の流れを説明 ストレッチングとは、ストレッチ体験					
2	ストレッチング目的・効果・機能解剖胸 部のストレッチング	ストレッチングの目的・効果・ストレッチングにおける機能解剖学を理解する 大胸筋・小胸筋・前鋸筋のストレッチング					
3	ストレッチング実施上のポイント 背部のストレッチング	ストレッチング実施上のポイントと注意点について理解する 広背筋のストレッチング					
4	ストレッチングの種類とその特性 頭部~肩部のストレッチング	ストレッチングの種類とその特性について理解する 頭部・三角筋・ローテーターカフのストレッチング					
5	ストレッチングの実際と柔軟性の評価大 腿部の柔軟性評価とストレッチング	ストレッチングの実際と柔軟性の評価について理解する 大腿四頭筋の柔軟性の評価とストレッチング					
6	ストレッチング代償運動とリスク管理 ハムストリングスのストレッチング	ストレッチングにおける代償運動とリスク管理について理解する ハムストリングスのストレッチングと柔軟性の評価について理解する					
7	パートナーストレッチングの流れ 臀部のストレッチング	パートナーストレッチングについて理解する 大殿筋・中殿筋・深層外旋六筋のストレッチング					
8	内転筋群のストレッチング	内転筋群のストレッチング					
9	腸腰筋のストレッチング	腸腰筋のストレッチング					
10	腹部のストレッチング 腰部のストレッチング	腹直筋・腹斜筋のストレッチング 腰方形筋・脊柱起立筋のストレッチング					
11	下腿のストレッチング	腓腹筋・ヒラメ筋・前脛骨筋・後脛骨筋・腓骨筋・足底筋のストレッチング					
12	上腕部のストレッチング	上腕二頭筋・上腕三頭筋のストレッチング					
13	前腕のストレッチング	前腕屈筋群・前腕伸筋群のストレッチング					
14	股関節周囲の柔軟性評価とストレッ チングパターン	股関節周囲の柔軟評価とストレッチングパターン					
15	授業まとめ	授業のまとめ・総論					

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 スポーツテーピング実践Ⅰ 宝技 科目名 必修選択 選択 (学則表記) スポーツテーピング実践I 開講 単位数 時間数 年次 スポーツトレーナー科 1年 学科 1 使用教材 基礎から学ぶ!スポーツテーピング令和版 出版社 ベースボールマガジン社 科目の基礎情報② スポーツ現場で頻繁に発生する外傷・障害の対処に欠かせないテーピングを用いて、各部位の外傷・障害に対する 授業のねらい テーピングの理論と巻き方を学習する 到達目標 各部位の外傷・障害に対して、適切なテーピングを行うことができる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 関連科目 スポーツテーピング実践Ⅱ 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 金澤 宏樹 実務経験 高校・大学生卓球チームのトレーナーとしてトレーニングケアを5年間担当し、治療院にて2年間スポーツマッ 実務内容 サージ、鍼・電気治療の実務経験を元に、リハビリテーションの概要について教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります 各回の展開 回数 単元 オリエンテーション テーピングの目的・注意点 2 足関節のテーピング① 足関節の固定 足関節のテーピング② 3 足関節の固定 足関節のテーピング③ 4 応急処置 膝関節のテーピング① MCLに対するテーピング 5 膝関節のテーピング② 6 ACLに対するテーピング 大腿部のテーピング 7 打撲に対する圧迫テーピング 足底のテーピング 8 偏平足に対するアーチテーピング アキレス腱のテーピング 9 アキレス腱炎に対するテーピング 肩のテーピング 10 **肩鎖関節に対するテーピング** 肘関節のテーピング MCLに対するテーピングに対するテーピング 11 12 手関節・指のテーピング 背屈・掌屈制限テーピング 腰部のテーピング 13 腰痛に対する圧迫テーピング まとめ 足関節 14 これまでのまとめ テストなど まとめ 上肢・下肢 これまでのまとめ テストなど

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 実技 科目名 グループエクササイズ指導実践 必修選択 選択 (学則表記) グループエクササイズ指導実践 開講 単位数 時間数 年次 学科 スポーツトレーナー科 1年 30 1 健康運動実践指導者養成用テキスト 健康・体力づくり事業財団 使用教材 科目の基礎情報② 集団指導を行うための知識・技術や楽しく運動するための要素である音楽に合わせて行う指導(グループエクササ 授業のねらい イズ)に必要な技術を修得する 到達目標 グループエクササイズの基礎的な知識を有し指導することができる。 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 健康運動実践指導者 関連科目 原則、この科目は対面授業形式にて実施する 備考 担当教員 小畑 知道 実務経験 フリーランスのインストラクターとして、フィットネスクラブでのスタジオレッスンを15年担当。一般のスポーツ 実務内容 愛好者からアスリートまで幅広く指導している実務経験を元に、グループエクササイズのプログラミングと指導実 践を教授する。 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります

	各回の展開					
回数	単元	内容				
1	オリエンテーション	授業概要の説明・自己紹介・レッスン体験(エアロビクス・レジスタンス)				
2	キューイングの種類	ビジュアルキュー、バーバルキューを理解する				
3	音楽の活用とキューイング	8×4=32カウントの理解、音楽に合わせてキューイングの活用				
4	レジスタンスエクササイズ①	上半身と体幹部 種目紹介・グループ指導				
5	レジスタンスエクササイズ②	下半身と体幹部 種目紹介・ グループ指導				
6	レジスタンスエクササイズ③	グループレッスン プログラムの組み方				
7	まとめ(レジスタンスエクササイズ)	実技による6回目までのまとめ				
8	ウォームアップとクールダウン	W-UP、クールダウンの目的、効果、時間と構成				
9	エアロビクス 動きの種類①	マーチ系パリエーションとレイヤリング				
10	エアロビクス 動きの種類②	ステップタッチ系バリエーションとレイヤリング				
11	ウォーキングとジョギング①	ウォーキング・ジョギングの効果、特性、プログラム				
12	ウォーキングとジョギング②	心拍数、強度設定、変換パリエーション				
13	主運動①	レイヤリングテクニックを活用したプログラミング				
14	主運動②	コンビネーション法を活用したプログラミング				
15	まとめ (エアロビクス)	実技による授業のまとめ				

	シラバス							
				科目の基礎情報①				
	授業形態	講義	科目名	ビジネスマナー				
	必修選択	選択	(学則表記)	ビジネスマナーI				
			開講			単位数	時間数	
	年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	1	15	
	使用教材	【図解】これで仕 ビジネスマナーの		!	出版社	成美堂出版		
		立た 足振り無いめ	三	科目の基礎情報② 密様対応など、47印象もた	シファレの でき	7.技家、技術の理論	≠. 尚羽 + 7	
授	業のねらい			客様対応など、好印象を与 ナーを理解し、必要な場面			を子習する	
	到達目標	相手に好印象を与 応じた振る舞いが		る接客(笑顔・挨拶・立ち	居振る舞い・言	葉づかい等)を習得	し、必要な場面に	
	評価基準	·		度:20% 提出物:20%				
	認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		者				
	関連資格							
	関連科目	ビジネスマナーⅡ						
	備考	原則、この科目は	対面授業形式に	て実施する			Г	
	担当教員		小島 さ	小島 さやか		務経験		
	実務内容							
	習熟状況等により授業の展開が変わることがあります。							
		日が1人が手により技業の放用が多わることがあります。 各回の展開						
		w				り授業の展開が変わり	ることがあります。	
回数		単元			習熟状況等によ 内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
回数 1	オリエンテーショ		マナーとは			り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1			身だしなみのチェ	各回の展開		り授業の展開が変わ	ることがあります。	
2	オリエンテーショ	ν	身だしなみのチェ ・男性の服装・女	各回の展開 ツク	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
2 3	オリエンテーショ 身だしなみ	ン え①	身だしなみのチェ ・男性の服装・女	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
2 3	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま	ン え①	身だしなみのチェ ・男性の服装・女 ・あいさつの基本	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま あいさつと心がま	ン え①	身だしなみのチェ ・男性の服装・女 ・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネス会話の基	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3 4 5	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま あいさつと心がま ビジネス会話①	ン え①	身だしなみのチェ ・男性の服装・女 ・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネスでの言葉	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた 本 遣い	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3 4 5 6	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま あいさつと心がま ビジネス会話① ビジネス会話②	ン え①	身だしなみのチェ・男性の服装・女・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネス会話の基 ビジネスでの言葉 敬語の使い方	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた 本 遣い	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3 4 5 6 7	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま あいさつと心がま ビジネス会話① ビジネス会話②	ν ἀΦ	身だしなみのチェ・男性の服装・女・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネス会話の基葉 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス慣用句	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた 本 遣い	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3 4 5 6 7 8 8	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま あいさつと心がま ビジネス会話① ビジネス会話② ビジネス会話③	ン え① え② ケーション①	身だしなみのチェ ・男性の服装・女 ・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネススでの言葉 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス慣用句 ・職場の人間関係 先輩、上司との付	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた 本 遣い 表現	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3 4 5 6 7 8 8 9 10	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま あいさつと心がま ビジネス会話① ビジネス会話② ビジネス会話③	ン え① え② ケーション① ケーション②	身だしなみのチェ ・男性の服装・女 ・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネススでの言葉 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス慣用句 ・職場の人間関係 先輩、上司との付 同期、後輩との付	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた 本 遣い あ 表現	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3 4 4 5 6 6 7 8 8 9 10 11	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま あいさつと心がま ビジネス会話① ビジネス会話② ビジネス会話③ ビジネス会話④ 職場でのコミュニー 職場でのコミュニー	ン え① え② ケーション① ケーション② 絡①	身だしなみのチェ ・男性の服装・女 ・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネススでの言葉 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス慣用句 ・職場の人間関係 先輩、上司との付 同期、後輩との付	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞いしかた しかた 本 遣い 表現 の基本・役職の呼称と呼び方 き合い方 き合い方・ミスをした時の対処法 業時、退社のしかた・ホウレンソ	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3 4 5 6 7 8 8 9 10 11	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま あいさつと心がま ビジネス会話① ビジネス会話② ビジネス会話③ ビジネス会話④ 職場でのコミュニ・ 職場でのコミュニー 日常業務と社内連	ン え① オ・ション① ケーション② 終① 終②	身だしなみのチェ ・男性の服装・女 ・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネススでの方 間違えやすい敬語 ビジネス関用句 ・職場の人間関係 先輩、人妻との付 に対策の準備・終	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた 本 遣い 表現 の基本・役職の呼称と呼び方 き合い方 き合い方・ミスをした時の対処法 業時、退社のしかた・ホウレンソ	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	
1 2 3 4 4 5 6 6 7 8 8 9 10 11 12	オリエンテーショ 身だしなみ あいさつと心がま というないがま というないがま というないがま というないでは、 というないでは、 というないでは、 というないでは、 はいっといっないでは、 はいっといっというないでは、 はいっといっといっといっといっといっといっといっといっといっといっといっといっとい	ン え① オ・ション① ケーション② 終① 終②	身だしなみのチェ ・男性の服装・女 ・あいさつの基本 正しい名刺交換の ビジネススでである ・ 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス 慣用句 ・ 職場の人 間関係 ・ 先輩、 と 章 ・ と で の付 ・ 始業の準備・ 終 ホウレンソウの基	各回の展開 ック 性の服装・社会人の持ち物 ・姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しかた 本 遣い 表現 の基本・役職の呼称と呼び方 き合い方 き合い方・ミスをした時の対処法 業時、退社のしかた・ホウレンソ	内容	り授業の展開が変わ	ることがあります。	

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 科目名 ビジネスマナーⅡ 講義 必修選択 ビジネスマナーⅡ 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 年次 1年 学科 スポーツトレーナー科 15 1 【図解】これで仕事がうまくいく! 使用教材 出版社 成美堂出版 ビジネスマナーの基本ルール 科目の基礎情報② 立ち居振る舞いや言葉づかい、お客様対応など、好印象を与えることのできる接客・接遇の理論を学習する 授業のねらい また、社会人が知っておくべきマナーを理解し、必要な場面に応じた振る舞いを習得する 相手に好印象を与えることのできる接客(笑顔・挨拶・立ち居振る舞い・言葉づかい等)を習得し、必要な場面に 到達目標 応じた振る舞いができる 評価基準 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 出席が総時間数の3分の2以上ある者 認定条件 成績評価が2以上の者 関連資格 関連科目 ビジネスマナーI 備考 原則、この科目は対面授業形式にて実施する 担当教員 小島 さやか 実務経験 実務内容 習熟状況等により授業の展開が変わることがあります。 各回の展開 回数 単元 内容 雷話のかけ方 電話応対③ 1 携帯電話のマナー クレーム電話への対応 クレーム応対 クレーム対応での訪問 3 電話応対まとめ ロールプレイ(電話のかけ方、受け方、取り次ぎ方) 4 訪問時のマナー① 訪問の事前準備、アポイントの取り方 訪問時のマナー② 訪問時のルール 5 6 総合練習 ロールプレイ(電話でのアポイント取り~訪問(あいさつ、立ち居振る舞い、名刺交換等)) ビジネス文書の基本ルール 7 ビジネス文書の基本① 社内文書・社外文書 ビジネス文書の慣用句 8 ビジネス文書の基本② 季節のあいさつと敬称 9 ビジネス文書の基本③ 書類送付のしかた 手紙、封筒を使う ビジネス文書活用術① 10 FAXの活用方法 メールのルール ビジネス文書活用術② 11 メールの書き方 お客様の迎え方、ご案内のしかた、応接室への通し方 12 来客への応対 お茶の出し方、お見送り 会議の準備、会議に参加する心がまえ 会議でのマナー 13 会議中のマナー 結婚式、披露宴に招かれたらご祝儀の基本 14 結婚式 結婚式、披露宴の服装、結婚式、披露宴当日の作法 お葬式 訃報を受けたら、香典の基本、通夜、葬儀の服装 15 贈答の基本 弔問の作法、お見舞い、年末年始のあいさつ

	シラバス							
	科目の基礎情報①							
授業形態	講義	科目名		未来デザインプ	ログラムI			
必修選択	選択	(学則表記)		未来デザインプ	ログラムI			
		開講			単位数	時間数		
年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	1	15		
使用教材	7つの習慣亅テキ	スト、夢のスケ	ッチブック	出版社				
			科目の基礎情報②					
授業のねらい			と心の調和」を体現する為 :高め、主体性を発揮して物					
到達目標	_	_	いにはどんな考え方や行動習 にし、主体性を発揮できる様		を理解する			
評価基準	小テスト/レポー	ト:20% 授	業態度:40% 提出物	: 4 0 %				
認定条件	・出席が総時間数 ・成績評価が2以		ある者					
関連資格	なし							
関連科目								
備考	原則、この科目は対面授業形式にて実施する							
担当教員		簗瀬 智治	他2名	実務	务経験			
実務内容								

	各回の展開							
回数	単元	内容						
1	専門学校へようこそ!	未来デザインプログラム授業への価値付けを行い、日誌を書くことの意味や今日から実行できる機会を考える						
2	自分制限パラダイムを解除しよう!	自分制限パラダイムの概念を知り、自分制限パラダイムを取り払った状態で行動が継続できる様に考える						
3	自信貯金箱	自信貯金箱の概念を理解すると共に、自分自身への約束を守る大切さを学ぶ						
4	刺激と反応	刺激と反応の考え方を理解し、どの様な状況でも一時停止ボタンを使い主体的に判断・行動していくことの大切さを 考える						
5	言霊~ことだま~	言葉の持つ力や自分の言動が、描く未来や成功に繋がっていくことを学ぶ						
6	影響の輪	集中すべき事、集中すべきでない事を明確にし、今自分がやるべき事、考えるべき事を優先順位を考えながら整理していく大切さを学ぶ						
7	選んだ道と選ばなかった道	自分の選択は自分の気持ち次第であり、自分が決めたことに対して、最後までやり遂げる大切さを学ぶ						
8	割れた窓の理論	規則を守る大切さ、重要性を理解する						
9	人生のビジョン	10年後のなりたい自分を考えることにより、入学時に考えた「卒業時の姿」をより具体的に考える						
10	自分の価値観を知る	なりたい姿を鮮明にすることの大切さを知り、自分の価値観を深堀りすることで、将来のなりたい姿を具体的にイメージできるプロセスを学ぶ						
11	大切なこととは?	なりたい自分になるために優先すべき「大切なこと」は、夢の実現や目標達成に直接関係することだけではなく、間接的に必要なこともあることを学ぶ						
12	一番大切なことを優先する	スケジュールの立て方を学ぶ。自らが決意したことを実際の行動に移すことの大切さを学ぶ						
13	時間管理のマトリクス	第2領域(緊急性はないが重要なこと)を優先したスケジュール管理について学ぶ						
14	私的成功の振り返り	主に私的成功の習慣(前期授業内容)の復習(知識確認)						
15	リーダーシップを発揮する	リーダーシップを発揮するためには、「主体性」が問われることを学ぶ						
16	信頼貯金箱	信頼貯金箱の概念を理解し、周囲から信頼されるための考え方を学ぶ						

17	Win-Winを考える	お互いがハッピーになれる方法を考えることの大切さを学ぶ
18	豊かさマインド	人を思いやることは自分自身のためでもあることを学ぶ
19	理解してから理解される	人の話の聴き方を考え、理解してから理解するという考え方があるということを学ぶ
20	相乗効果を発揮する	多様性や人と違いがあることに価値があることを学ぶ
21	自分を磨く	自分を磨くことの大切さ、学び続けることの大切さを考える
22	未来は大きく変えられる	人生は選択の連続あり、未来は自分の選択次第であることを学ぶ
23	人生ビジョンを見直そう	自らが立てたライフプランを現実的な視点から見つめ、必要な軌道修正を考える
24	未来マップを作ろう①	未来の自分の姿(仕事、家庭、趣味など)を写真や絵で表現するマップを作成し、将来の夢を実現するモチベーションを高めていく
25	未来マップを作ろう②	未来マップの発表を通して、自身の夢を実現する決意をする
26	感謝の心	人間関係構築/向上の基本である感謝の心について考える
27	7つの習慣授業の復習	7つの習慣の関連性を学ぶとともに、私的成功が公的成功に先立つことを理解する
28	未来デザインプログラムの振り返り	7つの習慣など、未来デザインプログラム授業で学んだことの復習(知識確認)
29	2年生に向けて①	1年後の自分の姿を鮮明にし、次年度への目標設定を考える
30	2年生に向けて②	1年後の自分の姿を鮮明にし、次年度への目標設定を考える

シラバス								
	科目の基礎情報①							
授業形態	講義	科目名		未来デザインフ	プログラムⅡ			
必修選択	選択	(学則表記)		未来デザインフ	゚゚ログラムⅡ			
		開講			単位数	時間数		
年次	1年	学科	スポーツトレー:	ナー科	1	15		
使用教材	7つの習慣亅テキ	スト、夢のスケ	ッチブック	出版社				
			科目の基礎情報②					
授業のねらい			と心の調和」を体現する為 高め、主体性を発揮して物					
到達目標	_	_	にはどんな考え方や行動習 し、主体性を発揮できる様		を理解する			
評価基準	小テスト/レポー	-ト:20% 授	業態度:40% 提出物	: 4 0 %				
認定条件	・出席が総時間数 ・成績評価が2以		たある者					
関連資格	なし							
関連科目								
備考	原則、この科目は	は対面授業形式に	て実施する					
担当教員	築瀬 智治 他2名 実務経験							
実務内容								
				習熟状況等に。	より授業の展開が変れ	つることがあります		
			各回の展開					

	各回の展開						
回数	単元	内容					
1	信頼貯金箱	信頼貯金箱の概念を理解し、周囲から信頼されるための考え方を学ぶ					
2	Win-Winを考える	お互いがハッピーになれる方法を考えることの大切さを学ぶ					
3	豊かさマインド	人を思いやることは自分自身のためでもあることを学ぶ					
4	理解してから理解される	人の話の聴き方を考え、理解してから理解するという考え方があるということを学ぶ					
5	相乗効果を発揮する	多様性や人と違いがあることに価値があることを学ぶ					
6	自分を磨く	自分を磨くことの大切さ、学び続けることの大切さを考える					
7	未来は大きく変えられる	人生は選択の連続あり、未来は自分の選択次第であることを学ぶ					
8	人生ビジョンを見直そう	自らが立てたライフプランを現実的な視点から見つめ、必要な軌道修正を考える					
9	未来マップを作ろう①	未来の自分の姿(仕事、家庭、趣味など)を写真や絵で表現するマップを作成し、将来の夢を実現するモチベーションを高めていく					
10	未来マップを作ろう②	未来マップの発表を通して、自身の夢を実現する決意をする					
11	感謝の心	人間関係構築/向上の基本である感謝の心について考える					
12	7つの習慣授業の復習	7つの習慣の関連性を学ぶとともに、私的成功が公的成功に先立つことを理解する					
13	未来デザインプログラムの振り返り	7つの習慣など、未来デザインプログラム授業で学んだことの復習 (知識確認)					
14	2年生に向けて①	1年後の自分の姿を鮮明にし、次年度への目標設定を考える					
15	2年生に向けて②	1年後の自分の姿を鮮明にし、次年度への目標設定を考える					

シラバス								
	科目の基礎情報①							
授業形態	講義	科目名	,,,,, _,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	キャリア教				
必修選択	選択	(学則表記)		キャリア教	 教育Ⅰ			
		開講			単位数	時間数		
年次	1年	学科	スポーツトレー:	ナー科	1	15		
使用教材	キャリア教育のデ	キスト/キャリ	アガイドブック	出版社				
			科目の基礎情報②					
授業のねらい	本格化する就職活	動に向けて、自	目ら積極的に動き、採用試験	に臨ませる。				
到達目標	将来のキャリアヒ	ジョンを明確化	進めるための準備をする。 どさせ、スポーツ業界で働く で行う面接につながるように					
評価基準	授業態度:20%	/ 提出物:5	0% / プレゼン:30%					
認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上		3者					
関連資格								
関連科目	キャリア教育Ⅱ							
備考	原則、この科目は	対面授業形式に	こて実施する					
担当教員	宮本 悠平			実	務経験			
実務内容								
					- 1157 A P B 12 A 1			

	各回の展開						
回数	単元	内容					
1	オリエンテーション	キャリア教育とは何かを知る					
2	分野/業種理解①	分野・業界を理解(キャリアガイドブックを用いる)					
3	分野/業種理解②	業界の職種の種類を知る					
4	分野/業種理解③	キャリアビジョンを明確化する					
5	初期教育プログラム①	Rバート振り返り/「自己観察」の重要性を知る/目的、目標の見直し・再設定/セルフメッセンジャー					
6	WEB媒体確認、インターンシップ	2023就職サイト(マイナビ、リクナビ)を確認、就活に必要なICTを登録する					
7	大手企業と中小企業の違い・企業分析①	大手企業と中小企業での働き方や社会的価値について理解する 企業が重要視している点を理解する 業界・企業研究の仕方を知る					
8	企業分析②・業界研究	企業研究のプレゼン発表資料の作成をする					
9	企業分析③ 発表	業界・企業研究をしたものを発表する					
10	身だしなみ	就職活動の身だしなみを理解する					
11	自己分析	自分史を作成する					
12	自己PR	自己PRを完成させる 自己分析・他者分析をする					
13	履歴書の書き方①	履歴書の書き方を学ぶ					
14	履歴書の書き方②	履歴書の作成をする					
15	総まとめ	総まとめ					

	シラバス						
				科目の基礎情報①			
	授業形態	講義	科目名		キャリア教	汝育Ⅱ	
	必修選択	選択	(学則表記)	表記) キャリア教育Ⅱ			
		1	開講			単位数	時間数
	年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	1	15
	使用教材	キャリア教育のテ	キスト/キャリ		出版社		
		1		科目の基礎情報②			
授	業のねらい	本格化する就職活	動に向けて、自	ら積極的に動き、採用試験	に臨ませる。		
	到達目標	企業へのエントリ 採用試験に臨み選		に数多く参加する。			
	評価基準	授業態度:20%	/ 提出物:5	0% / プレゼン:30%			
	認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		·者			
	関連資格						
	関連科目	キャリア教育Ⅰ					
	備考	原則、この科目は	対面授業形式に	て実施する			
	担当教員		宮本 悠	₹ ₩	実	 務経験	
	実務内容						
					習熟状況等によ	くり授業の展開が変わ	つることがあります
			1	各回の展開			
回数 1	初期教育プログラ	単元 ム②	半年間の振り返り	/「洞察力」を養う方法 ➡ 実習	内容 へ活かす/目的、目	票の見直し・再設定	
2	WEBエントリー(等)	(リクナビ/マイナビ	就職サイトの確認				
3	ICTリテラシー		就活に必要なICTを理解する				
4	説明会参加の仕方 明会の方法	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を身につける				
5	身だしなみ		就職活動の身だし	なみを理解する(スーツ登校)			
6	企業への電話の仕 ル作成方法	方、訪問の仕方・メー	企業とのやり取り	の仕方を学ぶ			
7	自己分析①		自己分析を深める				
8	自己分析② SankoGateを使用	した履歴書の作成	自己分析を深める SankoGateにて履歴書の作成方法を学ぶ				
9	履歴書作成		履歴書のポイントを理解する				
10	初期教育プログラ	Δ3	「自己効力感」について/「成長の壁」について/目的、目標の見直し・再設定				
11	対面・WEB面接の	対策	対面・WEB面接の	対面・WEB面接の基本を理解する			
12	授業内面接会		面接の実施(WEB、対面選択可)				
14	初期教育プログラ	L (4)	1年間の振り返り	/「自己観察」と「自己洞察」/	PDCAサイクルについ	١٣	
15	模擬面接会の振返 総まとめ	ij	総まとめ				

シラバス										
				科目の基礎情報①						
	授業形態	実習	科目名	インターンシップ実習						
必修選択 選択		選択	(学則表記)	(学則表記) インターンシ		ップ実習I				
			開講			単位数	時間数			
	年次	1年	学科	スポーツトレー	ナー科	3	96			
	使用教材	なし			出版社	なし				
		科目の基礎情報② 冬岐に渡るスポーツトレーナーの仕事を 「目で 知り 理解をすること」および トレーナーとしての業務の								
授業のねらい		多岐に渡るスポーツトレーナーの仕事を、「見て、知り、理解をすること」および、トレーナーとしての業務の一部を「実践してみること」を主なねらいとし、キャリアプランを創造する								
到達目標		自身が選択した各分野における業務を理解することができる その業務を指導者の指示のもと実践することができる 課題を自ら見つけ、チャレンジを通して克服することができる								
評価基準		実習先評価:50% 学校評価:50% (実習手帳評価)								
認定条件		出席が総時間数の3分の2以上ある者 成績評価が2以上の者								
関連資格										
関連科目										
備考		※評価基準は学外実習規定に準ずる ※ 原則、この授業は対面にて実施する。								
担当教員			大垣 悠	実務絡		務経験				
実務内容										
習熟状況等により授業の展開が変わることがあります										
					日が沢川寺にる	より授業の展開か変	わることがあります			
同粉		半 元		各回の展開		より授業の展開か変	わることがあります			
回数 1	企業研究	単元	希望職種、過去実	各回の展開 績を基に実習企業を調べる	内容	より授業の展開が変	わることがあります			
		単元	希望職種、過去実 企業側の承諾をも	績を基に実習企業を調べる		より授業の展開が変 <i>る</i>	わることがあります			
1 2	企業研究	単元	企業側の承諾をも	績を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい	内容	より授業の展開が変 ^を	わることがあります			
2 3	企業研究 実習先の決定	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	績を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい	内容		わることがあります			
2 3	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4 5	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4 5	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4 5 6 7 7	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4 5 6 7 8 8	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4 5 6 7 8 9	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4 5 6 7 8 9	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12	企業研究 実習先の決定 事前ガイダンス	単元	企業側の承諾をも 実習活動中の留意 企業、実習生間に	續を基に実習企業を調べる って決定 点の確認、実習手帳の使用につい より事前打合せ	内容		わることがあります			

				シラバス					
				科目の基礎情報①					
	授業形態	演習	科目名	サービスラーニング演習					
	必修選択	必修選択 選択 (学則表記) サービスラ				-ニング演習			
			開講			単位数	時間数		
	年次 	1年	学科	スポーツトレーナー科		1	15		
	使用教材	なし			出版社	なし			
				科目の基礎情報②					
授業のねらい イベント運営の一員として参加者へ喜んでもらうこと・楽しんでもらうことを体感し「ささえるスポージ さを知り、社会的活動を通して社会人として必要な資質・能力を高めることができる。									
到達目標 イベント運営者の			ョン能力を身に付けることができる D1人として責任を果たす行動をとることができる ものを創り上げることができる						
	評価基準	規定時間到達(5)%)、事前事後課題及び報告書の提出(50%)						
認定条件 出席が規定時間数に達している者									
関連資格 日本財団ボランティアセンター認定 スポーツボランティア研修									
関連科目 サービスラーニング演習 II									
	備考	原則、この授業に	は対面にて実施する。						
	担当教員	石橋 圭		実		務経験			
実務内容									
習熟状況等により授業の展開が変わることがありま									
回数	<u> </u>	 単元	1	各回の展開	内容				
1	スポーツボランテ		スポーツボランティアの目的・ねらいの理解 スポーツボランティア参加の必要性						
2	2 スポーツボランティア研修		原則、履修者は参加						
3 スポーツボランティア研修事後学習			スポーツボランティア研修で学んだことのアウトブット(感想文800文字以上)						
4 事前学習			参加するボランティアの概要、当日の流れをの把握(ボランティアの概要と目標シートの提出)						
5 ポランティア			実際にポランティアへ参加する(大会引率・運営協力など)						
6 事後学習			実施報告書と活動証明書を作成し提出 活動報告会の実施 (グループディスカッションなどを通して発表)						
7 ※計15単位間を満たすこと									