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	
必修選択	選択	(学則表記)		機能解剖	J学 I	
		開講			単位数	時間数
年次	1年次	学科	スポーツトレー:	ナー科	2	30
使用教材	Functional Aanat トレーニング指導	•	- - - - - - - - - - - - - - - - - - -	出版社	NESTA JAPAN 大修館書店	
			科目の基礎情報②			
授業のねらい	人体構造がどのよ 導現場で実践でき		か、またそれらがどのように つける。	に連携して人体を	€動かしているかをヨ	理解し、様々な指
到達目標	基本的な機能解剖学用語を理解し、トレーニング指導に結び付けられるような知識を身につける。 筋肉の構造や運動のメカニズム、様々な動きの種類や機能を理解している。					
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3分の2以上ある者 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	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	合原 勝之 実務経験				0	
実務内容	学生アスリートな	どを対象にトレ	てコンディショニングやト! レーニング指導(6年) 设の方からアスリートまで¶		,	

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	オリエンテーションとトレーニング 機能解剖学の概論と基礎知識①-1	プロの指導者として機能解剖学を学ぶことの大切さを理解する、導入として筋組織の種類について学ぶ			
2	機能解剖学の基礎知識①-1	筋組織の種類、骨格筋の構造について学ぶ			
3	機能解剖学の基礎知識①-2	骨格筋繊維、筋収縮の仕組み、刺激の強さと閾値について学ぶ			
4	機能解剖学の基礎知識①-3	運動単位、サルコメアの長さ、骨格筋の役割、骨格筋の形状			
5	機能解剖学の基礎知識①-4	筋繊維タイプ、筋収縮の様式について学ぶ			
6	機能解剖学の基礎知識①-5	人の動きについて学ぶ、全身の大まかな筋肉名を学ぶ 1章練習問題			
7	上半身の機能解剖学①	骨格筋の名称と上半身のトレーニング種目からから筋肉を学ぶ (胸、背中)			
8	上半身の機能解剖学②	骨格筋の名称と上半身のトレーニング種目からから筋肉を学ぶ(肩、腕) 2章練習問題			
9	下半身・体幹の機能解剖学①	骨格筋の名称と上半身のトレーニング種目からから筋肉を学ぶ(脚)			
10	下半身・体幹の機能解剖学②	骨格筋の名称と上半身のトレーニング種目からから筋肉を学ぶ(体幹) 3章練習問題			
11	機能解剖学の基礎知識②-1	骨を学ぶ意図、骨の基礎知識と役割について学ぶ			
12	機能解剖学の基礎知識②-2	骨の種類、全身の骨格について学ぶ			
13	機能解剖学の基礎知識②-3	関節についての基礎知識と関節の種類について学ぶ			
14	機能解剖学の基礎知識②-4	関節可動域と安定性について学ぶ 4章練習問題			
15	前期まとめ	前期期間のまとめを行う			

シラバス

			科目の基礎情報①			
授業形態	講義	科目名		機能解音	学	
必修選択	選択	(学則表記)		機能解音	∬学Ⅱ	
		開講			単位数	時間数
年次	1年次	学科	スポーツトレー:	ナー科	2	30
使用教材	Functional Aanat トレーニング指導		侖編3訂版、ポケ模型	出版社	NESTA JAPAN 大修館書店	
			科目の基礎情報②			
授業のねらい	人体構造がどのよ 導現場で実践でき		か、またそれらがどのよう(つける。	こ連携して人体を	を動かしているかをヨ	里解し、様々な指
到達目標	基本的な機能解剖学用語を理解し、トレーニング指導に結び付けられるような知識を身につける。 筋肉の構造や運動のメカニズム、様々な動きの種類や機能を理解している。					
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3分の3以上ある者 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	機能解剖学					
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	合原 勝之 実務経験 ○					
実務内容	学生アスリートな	どを対象にトロ	てコンディショニングやト↓ νーニング指導(6年) gの方からアスリートまで↓			

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	機能解剖学の基礎知識①、②総復習	筋組織、人体の動き、骨格、関節可動域、LPPとCPPについてトレーニングと連動しながら学ぶ			
2	体幹と脊柱の機能解剖学①	体幹の筋肉と脊柱の基礎知識、脊柱の関節・筋の特徴について学ぶ			
3	体幹と脊柱の機能解剖学②	脊柱の可動域、呼吸筋、腹部の筋肉について学ぶ 5章練習問題			
4	骨盤帯と股関節の機能解剖学①	骨盤帯と股関節の基礎知識、骨盤帯、大腿骨、股関節について学ぶ			
5	骨盤帯と股関節の機能解剖学②	骨盤帯と股関節の動きと筋肉について学ぶ 6章練習問題			
6	肩甲帯と肩関節の機能解剖学①	肩関節の骨、関節について学ぶ図			
7	肩甲帯と肩関節の機能解剖学②	肩甲骨の動きと筋肉について学ぶ 7章練習問題			
8	肘関節と橈尺関節の機能解剖学①	肘関節と橈尺関節 基礎知識、骨、関節について学ぶ			
9	肘関節と橈尺関節の機能解剖学②	肘関節と橈尺関節の動きと筋肉について学ぶ 8章練習問題			
10	膝関節の機能解剖学①	膝関節の基礎知識、骨、関節について学ぶ			
11	膝関節の機能解剖学②	膝関節の動きと筋肉について学ぶ 9章練習問題			
12	手関節と手の機能解剖学	手関節と手の基礎知識、手関節と手をなす筋肉の起始停止及び動き 10章練習問題			
13	足関節と足の機能解剖学	足関節と足の基礎知識、足関節と足の動きと筋肉 10草練習問題			
14	後期まとめ①	後期期間のまとめを行う			
15	後期まとめ②	後期期間のまとめを行う			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 身体運動の基礎科学Ⅰ 必修選択 (学則表記) 身体運動の基礎科学Ⅰ 選択 開講 単位数 時間数 年次 1年次 学科 スポーツトレーナー科 2 30 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3訂版 大修館書店 科目の基礎情報② 授業のねらい 基礎解剖学、基礎生理学を理解し、更にスポーツに特化したスポーツ生理学の基礎について学習する。 スポーツ生理学に関する基礎知識を習得する。 到達目標 習得したスポーツ生理学の知識を、実際の運動指導の場面で実践・指導に活用できることを目標とする。 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 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 身体機能の基礎科学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 合原 勝之 実務経験 大学スポーツのトレーナーとしてコンディショニングやトレーニングを指導(9年)、整形クリニックで患者様や学 生アスリートなどを対象にトレーニング指導(6年) 宝務内容 パーソナルトレーナーとして一般の方からアスリートまで幅広いクライアントを対象にトレーニングを指導(9年) など

	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	呼吸循環系と運動①	呼吸循環系の基礎的情報①			
3	呼吸循環系と運動②	呼吸循環系の基礎的情報②			
4	呼吸循環系と運動③	運動と呼吸循環系①			
5	呼吸循環系と運動④	運動と呼吸循環系②			
6	呼吸循環系と運動⑤	トレーニングと呼吸循環系			
7	呼吸循環系と運動⑥	1~6回実施内容のまとめ			
8	エネルギー代謝と運動①	エネルギー代謝の基礎的情報①			
9	エネルギー代謝と運動②	エネルギー代謝の基礎的情報②			
10	エネルギー代謝と運動③	運動とエネルギー代謝①			
11	エネルギー代謝と運動④	運動とエネルギー代謝②			
12	エネルギー代謝と運動⑤	トレーニングとエネルギー代謝			
13	エネルギー代謝と運動⑥	8~12回のまとめ			
14	年齢と体力①	成長期			
15	年齢と体力②	成人以降、体力に及ぼす要因			

	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	基礎科学Ⅱ	
必修選択	選択	(学則表記)		身体運動の基	基礎科学Ⅱ	
		開講			単位数	時間数
年次	1年次	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	基礎解剖学、基礎 オメカニクスの基		ナメカニクスを理解し、更(習する。	こスポーツに特化	としたスポーツ生理 ^は	学、スポーツバイ
到達目標	スポーツ生理学、スポーツバイオメカニクスに関する基礎知識を習得する。 習得したスポーツ生理学、スポーツバイオメカニクスの知識を、実際の運動指導の場面で実践・指導に活用で			・指導に活用でき		
	ることを目標とする。					
評価基準	テスト/レポート	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3分の2以上ある者 成績評価が2以上の者				
関連資格	健康運動実践指導	a者、JATI認定 l	トレーニング指導者			
関連科目	身体機能の基礎科	身体機能の基礎科学!				
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	合原 勝之 実務経験 〇			0		
実務内容	大学スポーツのトレーナーとしてコンディショニングやトレーニングを指導(9年)、整形クリニックで患者様や学生アスリートなどを対象にトレーニング指導(6年)パーソナルトレーナーとして一般の方からアスリートまで幅広いクライアントを対象にトレーニングを指導(9年)など					

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	内容
1	オリエンテーション 骨格筋系・神経系と運動①	骨格筋の形態と機能①
2	骨格筋系・神経系と運動②	骨格筋の形態と機能②
3	骨格筋系・神経系と運動③	筋力発揮のメカニズム①
4	骨格筋系・神経系と運動④	筋力発揮のメカニズム②
5	骨格筋系・神経系と運動⑤	筋・神経系に対するトレーニング効果①
6	骨格筋系・神経系と運動⑥	筋・神経系に対するトレーニング効果②
7	骨格筋系・神経系と運動⑦	1~6回実施内容のまとめ
8	内分泌系①	基礎内分泌系、身体機能へのホルモンの作用
9	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
10	内分泌系③と運動のまとめ	8、9回実施内容のまとめ
11	運動の記述・力学の基礎①	運動の記述、位置、速度、加速度、ニュートンの運動の法則、重力、重心、地面反力
12	力学の基礎②	空中での並進運動、運動量と力積、トルク、慣性モーメントと角運動量、テコの種類、仕事とエネルギー、パワー、 並進運動と回転運動の対応関係
13	スポーツ動作のバイオメカニクス	歩動作、走動作、跳躍動作
14	スポーツ動作・トレーニング動作のバ イオメカニクス	打動作、蹴動作、エクササイズと力および関節トルクの関係、パーベルの挙上速度
15	バイオメカニクス・スポーツバイオメ カニクスのまとめ	11~14回実施内容のまとめ

各回の展開

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 選択 (学則表記) スポーツ栄養学I 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年次 学科 2 30 トレーニング指導者テキスト理論編3訂版 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。 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。 到達目標 関連資格に求められる内容の理解ができる。 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3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 スポーツ栄養学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 渡邉 由紀 実務経験 整骨院にて、接骨業務(6年)、栄養コンシェルジュとして一般の方へ栄養指導(4年) 実務内容 整形外科にてリハビリ患者の運動指導・及び併設の女性専用フィットネススタジオにて運動指導と食事指導(3 年) 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 オリエンテーション ガイダンス(概要説明) 1 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 2 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 3 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 基礎栄養学(1) 栄養成分の由来・成り立ち、食物連鎖、五大栄養素の役割、糖質 4 基礎栄養学(2) 5 脂質について タンパク質について 基礎栄養学(3) PFC比について 7 基礎栄養学(4) 8 まとめ 重要点の振り返りとケーススタディ エネルギー代謝とエネルギー消費量の構成要素 9 エネルギー消費量の推定 10 減量 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 11 増量 筋肉づくりの基本原則と増量の計画 12 減量と増量 減量・増量計画と食事の注意点 水分摂取のガイドラインについて 水分摂取 13 サプリメント サプリメントについて 14 前期まとめ(1) 重要点の振り返り

前期まとめ(2)

重要点の振り返り

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 年次 学科 スポーツトレーナー科 2 1年次 30 トレーニング指導者テキスト理論編3訂版 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。 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。 到達目標 関連資格に求められる内容の理解ができる。 テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20% 評価基準 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 関連科目 スポーツ栄養学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 渡邉 由紀 実務経験 整骨院にて、接骨業務(6年)、栄養コンシェルジュとして一般の方へ栄養指導(4年) 実務内容 整形外科にてリハビリ患者の運動指導・及び併設の女性専用フィットネススタジオにて運動指導と食事指導 (3 年)

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	競技特性の分類	競技特性の分類とエネルギー機構 栄養的特徴と摂取のガイドライン			
2	トレーニングスケジュールと食事	栄養教育、栄養アセスメント 栄養の目標設定			
3	トレーニング期の栄養 試合期の栄養(1)	トレーニング期に必要な栄養の考え方 (通常練習期・筋トレ期・強化練習期) 試合前のコンディショニング (グリコーゲンローディング)			
4	試合期の栄養 (2)	試合前・中・後の栄養			
5	まとめ	重要点の振り返りとケーススタディ			
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	女性に対する配慮	月経障害、利用可能エネルギー不足、骨粗鬆症			
8	海外遠征時の食事	異なる環境での食事調整について			
9	まとめ	重要点の振り返りとケーススタディ			
10	こどもに対する配慮	こどもに対する栄養指導			
11	高齢者に対する配慮	サルコペニア、フレイル、ロコモティブシンドローム			
12	生活習慣病	生活習慣病と対策、年齢層別食事指導(バランスガイド使用)			
13	まとめ	重要点の振り返りとケーススタディ			
14	後期まとめ (1)	重要点の総復習、ケーススタディ			
15	後期まとめ (2)	重要点の総復習、ケーススタディ			

シラバス 科目の基礎情報① 授業形能 講義 科目名 トレーニング理論Ⅰ トレーニング理論Ⅰ 必修選択 必修 (学則表記) 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年次 学科 2 30 トレーニング指導者テキスト実践編3訂版 使用教材 出版社 大修館書店 トレーニング指導者テキスト理論編3訂版 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する。 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、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 山田 大介 実務経験 0 高校、大学部活動のストレングス&コンディショニングコーチ(18年) 実務内容 NPB、MLB選手パーソナルトレーナー(10年以上)、障害者アスリートサポート(5年) 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・JATIトレーニング指導者とは オリエンテーション 1 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とは トレーニング指導者の役割(1) 2 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資質・トレーニング指導者の行動と倫理 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(2) 3 トレーニング指導者が身につけるべき能力 体力トレーニング論(1) 体力の概念・体力の個人特性・一般的体力と専門的体力・体力トレーニング 4 防衛体力と行動体力・スポーツパフォーマンスと体力・健康および日常生活動作の質と体力 体力トレーニング論(2) 5 体力の要素と体力モデル・体力要素間の関係・認知的側面の重要性 スポーツパフォーマンスとトレーニング・生活の質とトレーニング 長期トレーニング計画(1) 6 トレーニングの原理原則・トレーニングの効果・トレーニングの原則 7 長期トレーニング計画(2) トレーニング計画の立案 8 レジスタンストレーニング (1) レジスタンストレーニングの目的・レジスタンストレーニングのプログラムの条件設定(種目選択・種目配列) レジスタントレーニングのプログラムの条件設定(強度・量・頻度) 9 レジスタンストレーニング (2) レジスタンストレーニング (3) 10 レジスタンストレーニングのプログラムの条件設定(セット法)・専門的エクササイズ トレーニングの時間構造と中・長期計画 長期トレーニング計画 11 ピリオダイゼーション プログラムデザイン演習(1) 対象に合わせたプログラムデザイン(ダイエット、ボディメイク・健康増進) 12 プログラムデザイン演習(2) 対象に合わせたプログラムデザイン(競技スポーツ) 13 ピリオダイゼーション演習 対象に合わせたビリオダイゼーションの作成(1年計画) 14 15 前期まとめ 前期内容の振り返り

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 トレーニング理論川 トレーニング理論Ⅱ 必修選択 必修 (学則表記) 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年次 学科 2 30 トレーニング指導者テキスト実践編3訂版 使用教材 出版社 大修館書店 トレーニング指導者テキスト理論編3訂版 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する。 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、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 山田 大介 実務経験 0 高校、大学部活動のストレングス&コンディショニングコーチ(18年) 実務内容 NPB、MLB選手パーソナルトレーナー(10年以上)、障害者アスリートサポート(5年) 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 トレーニング理論 || の範囲と学びについて オリエンテーション 1 レジスタンストレーニングのプログラム作成の復習 パワーとは パワートレーニング 2 力、スピード、パワーの関係 短時間に大きな力を発揮する能力 パワートレーニング 3 パワーやRFDに関与する要因、パワーの測定・評価 ニーズ分析 パワートレーニング 4 トレーニングプログラム変数 5 パワートレーニング プライオメトリクスのトレーニングプログラム変数 フィットネス分野のパワートレーニング 6 パワートレーニング ビリオダイゼーションとトレーニング戦略 7 プログラムデザイン演習 対象者に合わせたパワー向上トレーニングのプログラムデザイン(アスリート) プログラムデザイン演習 8 対象者に合わせたパワー向上トレーニングのプログラムデザイン(一般・高齢者) プログラムデザイン演習 プライオメトリクスのプログラムデザイン 9 トレーニング機器・器具 トレーニング指導者の実務 10 トレーニング施設の管理 トレーニングの安全管理 トレーニング指導者の実務 11 トレーニング指導者に関わる法律と契約 トレーニング指導者の実務 情報収集と情報発信の注意点 12 総復習と演習 演習問題による復習 13 14 総復習と演習 演習問題による復習 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 必修 (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年次 1 30 大修館書店 トレーニング指導者テキスト 実践編、実技編3訂版 使用教材 健康・体力づくり事業財団、サンクト 出版社 健康運動実践指導者養成用テキスト、コンプレフロス 科目の基礎情報② 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 授業のねらい クニックを身につける。コンプレフロスの使用方法を学び、マスターする。 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。 コンプレフロスを自身および、対象者にサービスとして提供できるようにする。 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、この科目は対面授業形式にて実施する。 担当教員 平山 鉄也 実務経験 0 実務内容 パーソナルトレーナーとして一般の方からアスリートまで幅広いクライアントを対象に指導(15年)

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	内容
1	筋力トレーニングの基礎知識と自重ト レーニング	【理論】動作スピード、呼吸法、バーの握り方 【実技】自重トレーニング、マシンルームの清掃方法、コンプレフロスの使い方①
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、コンプレフロスの使い方②
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、コンプレフロスの使い方③
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】ベンチプレスのテクニック習得
6		【実技】ベンチプレスのテクニック習得
7		【実技】ベンチプレスのテクニック習得
8		【理論】ベルトの使用 【実技】バックスクワットのテクニック習得
9	Big 3 のテクニック習得と実践	【実技】バックスクワットのテクニック習得
10		【実技】バックスクワットのテクニック習得
11		【理論】ストラップの使用 【実技】デッドリフトのテクニック習得
12		【実技】デッドリフトのテクニック習得
13		【実技】デッドリフトのテクニック習得
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】
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】

各回の展開

シラバス 科目の基礎情報① 授業形能 トレーニング実践と指導|| 実技 科日夕 トレーニング実践と指導Ⅱ 必修選択 (学則表記) 必修 開講 単位数 時間数 年次 1年次 学科 スポーツトレーナー科 1 30 大修館書店 トレーニング指導者テキスト 実践編3訂版、実技編 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、コンプレフロス サンクトジャパン 科目の基礎情報② 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 授業のねらい ニックを身につける。コンプレフロスの使用方法を学び、マスターする。 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。 コンプレフロスを自身および、対象者にサービスとして提供できるようにする。 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、この科目は対面授業形式にて実施する。 平山鉄也 担当教員 宝務経験 実務内容 パーソナルトレーナーとして一般の方からアスリートまで幅広いクライアントを対象に指導(15年) 習孰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 インクラインベンチプレス、ダンベルベンチプレス、ディッピングの実践と指導 胸部のトレーニング 2 インクラインベンチプレス、ダンベルベンチプレス、ディッピングの実践と指導 3 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、ダンベルプルオーバーの実践と指導 背部のトレーニング 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、ダンベルプルオーバーの実践と指導 バ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の実践と指導 5 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の実践と指導 6 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の実践と指導 8 バーベルカール、コンセントレーションカール、プリチャーカールの実践と指導 腕部のトレーニング 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

キックバックの実践と指導

指導実践評価

ワイドスタンススクワット、スプリットスクワットの実践と指導

ワイドスタンススクワット、スプリットスクワットの実践と指導

フォワードランジ、バックワードランジ、サイドランジの実践と指導

グッドモーニングエクササイズ、スティッフレッグドデッドリフト、ワイドスタンスデッドリフトの実践と指導

グッドモーニングエクササイズ、スティッフレッグドデッドリフト、ワイドスタンスデッドリフトの実践と指導

9

10

11

12

13

14

15

後期まとめ

大腿部、殿部のトレーニング

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Ⅰ 必修選択 選択 (学則表記) 運動障害の予防と救急処置Ⅰ 開講 時間数 単位数 スポーツトレーナー科 30 年次 1年次 学科 2 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 使用教材 出版社 トレーニング指導者テキスト理論編3訂版 大修館書店 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、JATI認定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 豊福 俊弥 実務経験 0 実務内容 大学・高校サッカー部でのメディカルトレーナー(3年)、プロバスケットボールチームサポート(3年) 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 救急法定義・重要性・心得 1 2 救急処置 応急手当 RICE処置の重要性 RICE処置の留意点 3 救急処置 応急手当 救急処置 応急手当 まとめ 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 7 ファーストエイド まとめ 8 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 救急処置 救急蘇生法② 胸骨圧迫・人工呼吸・AED使用の手順 9 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 救急処置 救急蘇生法④ 一次救命処置の実際 12 救急処置 特殊外傷 頭頸部外傷 13 救急処置 暑熱環境① 熱中症

14

15 まとめ

救急処置 暑熱環境②

暑熱環境での対応

1~14回のまとめ

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 運動障害の予防と救急処置Ⅱ 運動障害の予防と救急処置Ⅱ 必修選択 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 30 年次 2 1年次 学科 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3訂版 大修館書店 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、JATI認定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 豊福 俊弥 実務経験 \circ 実務内容 大学・高校サッカー部でのメディカルトレーナー(3年)、プロバスケットボールチームサポート(3年)

	各回の展開				
回数	単元	内容			
1	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、運動中止の判定			
2	内科的障害①	突然死、過換気症候群、運動誘発生喘息			
3	内科的障害②	貧血、オーバートレーニング症候群			
4	生活習慣病①	生活習慣病の基礎、心血管疾患、糖尿病、高血圧			
5	生活習慣病②	肥満、脂質異常症、運動処方			
6	スポーツ傷害①	スポーツ傷害の基礎、体幹部の解剖			
7	スポーツ傷害②	頭部、腰背部の傷害と予防①			
8	スポーツ傷害③	頭部、腰背部の傷害と予防②			
9	スポーツ傷害④	肩、肘、手関節の解剖と傷害			
10	スポーツ傷害⑤	肩、肘、手関節の傷害と予防			
11	スポーツ傷害⑥	股、大腿部、膝、下腿部、足関節の解剖			
12	スポーツ傷害⑦	股、大腿部、膝、下腿部、足関節の傷害と予防①			
13	スポーツ傷害⑧	股、大腿部、膝、下腿部、足関節の傷害と予防②			
14	スポーツ傷害⑨	その他のスポーツ傷害と予防			
15	まとめ	1~14回のまとめ			

	シラバス					
			科目の基礎情報①			
授業形態	講義	科目名		運動指導 <i>の</i>)心理学	
必修選択	選択	(学則表記)		運動指導 <i>の</i>)心理学	
		開講			単位数	時間数
年次	1年次	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・体力づくりる 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	で運動と心の間	関係を理解し、対象者に適切	刃なかかわりを仏	足進することができる	るようになる。
到達目標	運動と心の関係、行動変容の理論を理解し、対象者の目的・志向に合わせた指導、カウンセリングの方法を検討 し、トレーニング指導者としての適切なかかわり方について考察することができる。					
評価基準	テスト/レポート:60% 授業態度:20% 提出物:20%					
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	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	なし					
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	河津 慶太 他 実務経験 〇					
実務内容	ジュニアからプロ、日本代表のスポーツ選手やチームへの心理サポート(主な競技、バドミントン、サッカー、フットサル、バスケットボール、ボートレーサー、大相撲など)(11年) 日本パラリンピック委員会の医科学情報サポートスタッフとして、パラリンピック日本代表選手への心理サポート(パラパドミントン、パラ卓球、車いすテニス、車いすラグピーなど)(6年)スポーツ関連企業と共同研究(4年)					

	自然が、小寺により文未の検用が多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	ガイダンス(概要説明)			
2	運動と心理の基礎理論 (1)	運動と心の関係性、2つのアプローチ アスリートにおける運動と心の関係			
3	運動と心理の基礎理論 (2)	動機づけ種類、やる気を高める方法 目標設定の原則(SMART)			
4	運動と心理の基礎理論(3)	心理サポート、心理支援の資格の種類 メンタルトレーニングの活用と代表的な技法			
5	運動と心理の基礎理論(4)	スポーツカウンセリングの活用方法 指導者に求められるカウンセリングマインド			
6	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			
7	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			
8	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			
9	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			
10	まとめ、カウンセリング実践(1)	まとめ、対象者を設定したケーススタディ			
11	運動学習と指導法(1)	技術 (テクニック) と技能 (スキル) 運動学習の段階、プロセス、パフォーマンス曲線			
12	運動学習と指導法(2)	情報処理モデル、運動プログラムの自動化 フォードパックの重要性			
13	運動学習と指導法 (3)	効果的な指導法 (練習方法の工夫、コーチング方法の工夫) 個人差への対応			
14	運動学習と指導法 (4)	集団の活用 チームワーク、リーダーシップ、チームビルディング			
15	まとめ、カウンセリング実践(2)	まとめ、対象者を設定したケーススタディ			

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 体力測定と評価 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 年次 1年次 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 健康・体力づくり事業財団 出版社 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 | 、機能解剖学 ||、身体運動の基礎科学 | 、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 富田 美江子 実務経験 0 フィットネスクラブにて幼児から高齢者までのトレーニング指導 (9年) 実務内容 フィットネスクラブにて副支配人(7年)、町の介護予防事業として高齢者への運動指導 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	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 授業形能 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 学科 スポーツトレーナー科 年次 1年次 1 30 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 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 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 なし 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 藤田 直樹 / 濱名 駿 実務経験 (藤田) 高校スポーツのトレーナーとしてケアやリハビリを担当 (7年) 、プロチームのトレーナーとしてケアやリ 宝務内容 ハビリ、コンディショニング担当(10年以上) (濱名) アビスパ福岡アカデミーにてトレーナー業務 (2年) 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 オリエンテーション 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 ストレッチングとは、ストレッチ体験 ストレッチング目的・効果・機能解剖胸 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 部のストレッチング 大胸筋・小胸筋・前鋸筋のストレッチング ストレッチング実施上のポイント 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 3 背部のストレッチング 広背筋のストレッチング ストレッチングの種類とその特性 ストレッチングの種類とその特性について理解する 4 頸部~肩部のストレッチング 頸部・三角筋・ローテーターカフのストレッチング ストレッチングの実際と柔軟性の評価大 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 5 腿部の柔軟性評価とストレッチング 大腿四頭筋の柔軟性の評価とストレッチンク ストレッチング代償運動とリスク管理 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 6 ハムストリングスのストレッチング 、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 パートナーストレッチングの流れ ペートナーストレッチングについて理解する 7 大殿筋・中殿筋・深層外旋六筋のストレッチング 臀部のストレッチング 内転筋群のストレッチング 内転筋群のストレッチング 8 腸腰筋のストレッチング 腸腰筋のストレッチング 9 腹直筋・腹斜筋のストレッチング 10 腰部のストレッチング 腰方形筋・脊柱起立筋のストレッチング 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 11 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 12 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 13 股関節周囲の柔軟性評価とストレッ 股関節周囲の柔軟評価とストレッチングパターン 14 チングパターン 授業まとめ 授業のまとめ・総論 15

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 科目名 スポーツテーピング実践Ⅰ 実技 必修選択 スポーツテーピング実践Ⅰ 選択 (学則表記) 開講 単位数 時間数 年次 1年次 学科 スポーツトレーナー科 1 30 使用教材 基礎から学ぶ!スポーツテーピング令和版 ベースボールマガジン社 出版社 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 なし スポーツテーピング実践Ⅱ 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 藤田 直樹 / 濱名 駿 実務経験 0 (藤田) 高校スポーツのトレーナーとしてケアやリハビリを担当 (7年) 、プロチームのトレーナーとしてケアやリ 実務内容 ハビリ、コンディショニング担当(10年以上) (濱名)アビスパ福岡アカデミーにてトレーナー業務(2年)

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	テーピングの目的・注意点
2	足関節のテービング①	足関節の固定
3	足関節のテービング②	足関節の固定
4	足関節のテービング③	応急処置
5	膝関節のテービング①	MCLに対するテービング
6	膝関節のテービング②	ACLに対するテービング
7	大腿部のテービング	打撲に対する圧迫テービング
8	足底のテービング	偏平足に対するアーチテービング
9	アキレス腱のテービング	アキレス腱炎に対するテービング
10	肩のテーピング	肩鎖関節に対するテービング
11	肘関節のテービング	MCLに対するテービングに対するテービング
12	手関節・指のテービング	背屈・掌屈制限テービング
13	腰部のテービング	腰痛に対する圧迫テービング
14	まとめ 足関節	これまでのまとめ テストなど
15	まとめ 上肢・下肢	これまでのまとめ テストなど

夕回の屋間

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 スポーツトレーナー科 年次 1年次 学科 1 30 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 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 なし 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 宇都宮 準一 / 古賀 万理 実務経験 0 (宇都宮)フィットネスクラブ・メディカルフィットネス・高齢者介護予防・子供運動指導・キッズダンス等、イ 実務内容 ンストラクターとして20年以上従事 (古賀) 一般、公共、高齢者、企業フィットネス等にてフリーインストラクターとして20年以上従事 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 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 グループレッスン プログラムの組み方 6 レジスタンスエクササイズ③ まとめ(レジスタンスエクササイズ) 7 実技による6回目までのまとめ 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 8 エアロビクス 動きの種類① マーチ系バリエーションとレイヤリング 9 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 10 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 ウォーキングとジョギング② 12 心拍数、強度設定、変換バリエーション 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 13 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 まとめ (エアロビクス) 実技による授業のまとめ 15

				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I	
	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年次	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	
授	業のねらい			科目の基礎情報② 6客様対応など、好印象を与 マナーを理解し、必要な場面			を学習する
	到達目標		えることのでき	る接客(笑顔・挨拶・立ち			し、必要な場面に
	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		3者			
	関連資格	なし					
	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	こて実施する。			
	担当教員	後田 佳奈			実	務経験	
	実務内容						
				各回の展開	習熟状況等により) 授業の展開が変わる	ることがあります。
回数		単元		пполи	内容		
1	オリエンテーショ	×	マナーとは				
2	身だしなみ		4 101 1 4 1 1				
			身だしなみのチェ 男性の服装・女性	ック の服装・社会人の持ち物			
3	あいさつと心がま	àÛ	男性の服装・女性				
			男性の服装・女性	の服装・社会人の持ち物 姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い			
4	あいさつと心がま		男性の服装・女性あいさつの基本・	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			
4 5	あいさつと心がま あいさつと心がま		男性の服装・女性 あいさつの基本・ 正しい名刺交換の ビジネス会話の基	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			
5	あいさつと心がま あいさつと心がま ビジネス会話①		男性の服装・女性 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	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			
4 5 6 7	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		男性の服装・女性 あいさつの基本・ 正しい名刺交換の ビジネス会話の言葉 歌語の使い方	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			
4 5 6 7 8	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	₹②	男性の服装・女性 あいさつの基本・ 正しい名刺交換の ビジネス会話の意葉 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス慣用句 職場の人間関係の	の服装・社会人の持ち物 姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い ししかた 本 達しい 表現			
4 5 6 7 8	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	え② ケーション①	男性の服装・女性 あいさつの基本・ 正しい名刺交換の ビジネスをの言葉 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス 慣用句 職場の人間関係の 先輩、上司との付	の服装・社会人の持ち物 姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い ししかた 本 達しい 表現			
4 5 6 7 8 9 10	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	カーション① カーション②	男性の服装・女性 あいさつの基本・ 正しい名刺交換の ビジネスス会話の言葉 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス慣用句 職場の人間関係の 佐難との付 同期、後輩との付	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 選い 表現 基本・役職の呼称と呼び方 き合い方			
4 5 6 7 8 9 10	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	大ーション① ケーション② 終①	男性の服装・女性 あいさつの基本・ 正しい名刺交換の ビジネスス会話の言葉 敬語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス慣用句 職場の人間関係の 佐難との付 同期、後輩との付	の服装・社会人の持ち物 姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しいた 本 進い 基本・役職の呼称と呼び方 き合い方 き合い方 き合い方・ミスをした時の対処法 時、退社のしかた・ホウレンソウ			
4 5 6 7 8 9 10 11	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 田常業務と社内連	大・ション① ケーション② 格① 格②	男性の服装・女性 あいさつの基本・ 正しい名刺交換の ビジジネス会話のの使い方 間違えやすい敬語 ビジネスス慣用句 職場の人間関係の 行付 始業の準備・終業 ホウレンソウの基 指示の受け方・依	の服装・社会人の持ち物 姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しいた 本 達い 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 時、退社のしかた・ホウレンソウ			
4 5 6 7 8 9 10 11 12	あいさつと心がま おいさつと心がま 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 田常業務と社内連	大・ション① ケーション② 格① 格②	男性の服装・女性 あいさつの基本・ 正しい名刺交換の ビジネス会会のの 世ジネス会会の 散語の使い方 間違えやすい敬語 ビジネス 慣用句 歌場の人間関係の 付同期、後輩との付 始業の準備・終業 ホウレンソウの基	の服装・社会人の持ち物 姿勢とお辞儀・立ち居振る舞い しいた 本 達い 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 時、退社のしかた・ホウレンソウ			

				シラバス				
	授業形態	講義	科目名	科目の基礎情報①	ビジネスマ	z + — II		
		神 教						
	必修選択	選択	(学則表記) 開講				時間数	
	 年次	1年次	学科	スポーツトレーフ	 ナー科	1	15	
	使用教材	【図解】これで仕		. !	11,4551	成美堂出版		
		ビジネスマナーの	基本ルール	ND - #####	出版社			
		立と 民振り無いめ	三井 ごかい よ	科目の基礎情報② ・客様対応など、好印象を与	ニファレの 云キ	7 位安・位)里の理論	≠. 尚羽→ 7	
授	業のねらい			マナーを理解し、必要な場面			を子白りつ	
	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	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				
成績評価が2以上 関連資格 なし			7 8					
関連科目 ビジネスマナー								
			対面授業形式に	て宝施する				
		·	71回以来ルス(**	- () () () ()		⊋F //∇ EA		
	担当教員	後田 佳奈	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。	
回数		単元		各回の展開	内容			
1	電話応対③		電話のかけ方 携帯電話のマナー					
2	クレーム応対		クレーム電話への クレーム対応での					
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					
5	訪問時のマナー②		訪問時のルール					
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))					
7	ビジネス文書の基	本①	ビジネス文書の基本ルール 社内文書・社外文書					
8	ビジネス文書の基	本②	ゼパス音・セパス音 ビジネス文書の慣用句 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) FAXの活用方法					
10	ビジネス文書活用	術①	年末年始のあいさつ					
11	ビジネス文書活用	術②	メールのルール メールの書き方					
12	来客への応対		お客様の迎え方、お茶の出し方、お	ご案内のしかた、応接室への通し 見送り	.方			
13	会議でのマナー		会議の準備、会議 会議中のマナー	に参加する心がまえ				
14	お葬式 贈答の基本		訃報を受けたら、 弔問の作法、お見	香典の基本、通夜、葬儀の服装 舞い				
15	結婚式			招かれたらご祝儀の基本 服装、結婚式、披露宴当日の作法	<u> </u>			

			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I		
必修選択	選択	(学則表記)		未来デザインス	プログラムI		
		開講			単位数	時間数	
年次	1年次	学科	スポーツトレー	ナー科	1	15	
使用教材	7つの習慣Jテキスト 夢のスケッチブック(WEBアプリ) 出版社 FCEエデュケーション						
			科目の基礎情報②				
授業のねらい	7つの習慣を体系的ける。	的に学ぶことを	通じ、三幸学園の教育理念で	である「技能と	心の調和」のうち「ハ	ふ」の部分を身につ	
到達目標		7つの習慣について、自身の言葉で説明することができる。 7つの習慣を自らの生活と紐づけ、前向きな学習態度として体現することができる。					
評価基準	テスト:20% 授	業態度:40%	提出物:40%				
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	なし						
関連科目	未来デザインプロ	グラムⅡ、未来	モデザインプログラムⅢ				
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	阿部 航太朗 / 針周	⋷ 茜		実	務経験		
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!	夢のスケッチブックアブリの使い方を学ぶ SANKOワークコンピテンスの理解を深める
2	7つの習慣とは?	7つの習慣とは何か学ぶ 夢のスケッチブックを使って日誌を書くことの意味を学ぶ
3	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意味について学ぶ
4	自信貯金箱	自信貯金箱の概念を理解する自分自身との約束を守る大切さを学ぶ
5	刺激と反応	「刺激と反応」の考え方を理解する 主体的に判断・行動していくことの大切さを学ぶ
6	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
7	影響の輪	集中すべき事、集中すべきでない事を明確にすることの大切さを学ぶ
8	選んだ道と選ばなかった道	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
9	割れた窓の理論	規則を守る大切さ、重要性を理解する
10	人生のビジョン	入学時に考えた「卒業後の姿」をより具体的に考え、イメージする
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」には、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	前期授業内容(私的成功)の振り返りを行う
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

				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Ⅱ			
	必修選択	選択	(学則表記)	未来デザインプログラムⅡ			
			開講			単位数	時間数
	年次 	1年次	学科	スポーツトレー	ナー科	1	15
	使用教材	7つの習慣Jテキス 夢のスケッチブッ		J)	出版社	FCEエデュケーショ	ン
				科目の基礎情報②			
授	受業のねらい	ける。		通じ、三幸学園の教育理念*	である 技能と心	ふの調和」のうち 1√	ふ」の部分を身につ
	到達目標			で説明することができる。 、前向きな学習態度として(体現することがで	できる。	
	評価基準	テスト:20% 授	業態度:40%	提出物:40%			
	認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		3者			
関連資格なし							
	関連科目	未来デザインプロ	グラムI、未来	₹デザインプログラムⅢ			
	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	阿部 航太朗 / 針扇	3 茜		実	務経験	
	実務内容						
		l			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
	,			各回の展開			
回数 1	信頼貯金箱	単元	信頼貯金箱の概念	を理解し、周囲から信頼されるだ	内容 内容 ・		
	Win-Winを考える			になれる方法を考えることの大切			
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	人の話の聴き方を考え、「理解してから理解される」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	<u>გ</u>	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	で考える		
7	未来は大きく変え	られる	人生は選択の連続であり、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	将来のなりたい姿を描き、同時にその生活の実現にはお金が必要であることを学ぶ 現実的なライフプランの大切さを理解する				
			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				
9	未来マップを作ろ	う①	を高める	を高める 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			
			を高める	を通して、自身の夢を実現する決	や意をする		
10			を高める 未来マップの発表	を通して、自身の夢を実現する決			
10	未来マップを作ろ	う②	を高める 未来マップの発表 人間関係構築/向」		考える	を理解する	
10	未来マップを作ろ感謝の心	う②	を高める 未来マップの発表 人間関係構築/向」 7つの習慣の関連性	上の基本である感謝の心について	考える		
10 11 12	未来マップを作ろ 感謝の心 7つの習慣授業の復	う②	を高める 未来マップの発表 人間関係構築/向」 7つの習慣の関連性 7つの習慣など、ラ	上の基本である感謝の心について: 生を学ぶとともに、私的成功が公	考える 的成功に先立つこと ことを復習(知識確		

シラバス 科目の基礎情報① 授業形態 講義 科目名 インターンシップ実習特論 必修選択 選択 (学則表記) インターンシップ実習特論 開講 単位数 時間数 スポーツトレーナー科 年次 1年次 学科 2 30 使用教材 実習手帳 出版社 科目の基礎情報② 授業のねらい トレーナーの仕事や役割を理解し、今後始まる実習に向け必要な知識・技術・心得を修得する。 トレーナーとしての基礎知識を活用したケーススタディを繰り返し学び、学内での学びを現場でアウトプットでき 到達目標 るようになる。 評価基準 提出物60% 授業態度20% 出席状況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 なし 関連科目 なし 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 阿部航太朗 他3名 実務経験 0 実務内容 中学・高校・大学野球部チームトレーナーとしてウェイトトレーニングやコンディショニング担当(5年)

		各回の展開
回数	単元	内容
1	導入	自己紹介・授業の進め方について・実習スケジュール・日本社会問題とスポーツの関係性について
2	トレーナーについて	トレーナーとは?・トレーナーを目指す理由・目的・目標について
3	実習について	実習で学ぶべきこと・どんなトレーナーを目指すのか・トレーナーの倫理について マナー・エチケット・身だしなみ
4	ケーススタディ①	イメージした将来像と現状
5	スポーツ業界の実際について	スポーツ産業の動向、今後の可能性について知る
6	ケーススタディ②	評価・改善・長期的指導の計画
7	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
8	ケーススタディ④	評価・改善・トレーニング指導とフィードバック
9	ケーススタディ⑤	これまで指導シミュレーションしてきた結果の最終測定及び振り返り・良かった点や改善点を考え、 現場に出る前に身に付けておくべきことを認識
10	想定される事柄に対する対応について	報告・連絡・相談の重要性・実習現場等で起こりうるケースを想定
11	緊急医療体制について	緊急医療体制・119番通報シュミレーション
12	実習履修説明会	実習先の案内、実習説明 ・手帳の取り扱い、記入方法を知る
13	実習履修に向けて	実習生の心得・自己管理・健康申告・実習生情報記入
14	実習履修調査	実習を履修するか否かの調査を行う
15	今後に向けて	まとめ・ゴールと現状とのギャップから自身が今後特に取り組んでいくべきことを理解する

シラバス

			ンフハス			
			科目の基礎情報①			
授業形態	講義	科目名		キャリア	教育 I	
必修選択	選択	(学則表記)		キャリア	教育	
		開講			単位数	時間数
年次	1年次	学科	スポーツトレーフ	ナー科	1	15
使用教材	タイトル未定		出版社 NESTA JAPAN			
			科目の基礎情報②			
授業のねらい	自己成長と社会適	応力を高め、ラ	充実した大人生活への準備を	をする。		
到達目標	健全な人間関係構	築のための考え	方法を理解することができる え方を身につけることができ 家ぎ方、使い方を理解するこ	きる。		
評価基準	授業態度:20%	提出物:60%	プレゼン:20%			
認定条件	出席が総時間数の 成績評価が2以上の		る者			
関連資格	なし					
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	阿部航太朗 他3名			実	務経験	0
実務内容	中学・高校・大学	野球部チーム	トレーナーとしてウェイト!	ーーー トレーニングや:	 コンディショニング [‡]	旦当 (5年)

		各回の展開
回数	単元	内容
1	「大人になる」ために 自分の人生をコントロールするには	「大人として人生を見る」とは…、 自己管理、関係構築、社会的責任の理解と実践を知る。
2	何を望み、それをどう得るか?	日常の小さな選択から人生の大きな決断まで、自分の望みを見極め、それを実現する方法を学ぶ。
3	変化する世界をどう生きるか?	変化する世界に適応し、テクノロジーと倫理的な使い方を学ぶ
4	人間と社会性 友情の役割とその育て方	友情の大切さ、質の高い友人関係の築き方と維持方法、及び人間関係の影響力について学ぶ
5	家族の中の自分	家族内での役割と責任の重要性、家族の絆、お互いを支え成長する方法を学ぶ
6	恋愛における人間関係	恋愛における自己理解と相手との健康的な関係構築方法を学ぶ
7	効果的なコミュニケーションスキル	効果的なコミュニケーションスキルの基礎と、会話の始め方、対立の解決方法を学ぶ
8	キャリアの形成と職業選択	自分の興味・適性に合った仕事を見つけ、キャリア形成の方法と履歴書 エントリーシート等の就職の手順を学ぶ
9	仕事で成功する方法	新しいスキル習得やプロフェッショナルな印象を与える服装選び、インボスター症候群の克服方法を学び、職場で成功 する基盤を築く
10	「給料」について考える	お金の大切さと賢い使い方を学び、給与計算、税金、貯蓄、投資の基礎知識を学ぶ。
11	住まいと車の選び方	一人暮らしの準備と管理、自宅の役割、適切な住まいの選び方、賃貸と購入の比較、引越しの計画、 生活空間のデザイン、安全な住環境の確保、適切な交通手段の選択方法を学ぶ。
12	楽しく健康的に食べる・栄養の基本	栄養の基本、健康維持方法、健康的な食事習慣形成、健康的に食べる方法を学ぶ
13	メンタルヘルス	メンタルヘルスの基礎、困難への対処法、薬物乱用問題を学ぶ
14	生活の中での予期せぬ事態への備え	予期せぬ事態に備える重要性、家のメンテナンス、電気・水害対策、他者からの助けの求め方を学ぶ
15	責任ある「市民=社会の一員」であるための方法・失敗から学ぶ未来への教訓	社会人の責任、倫理的行動、社会への積極的な貢献、情報収集の重要性、意思決定を行う自分の役割を学ぶ

				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Ⅱ		
	必修選択	選択	(学則表記)	キャリア教育Ⅱ			
			開講			単位数	時間数
	年次 1年次		学科	スポーツトレーフ	ナー科	1	15
	使用教材	タイトル未定		出版社 NESTA JAPAN			
				科目の基礎情報②			
授	業のねらい			ら積極的に動き、採用試験	に臨む。		
	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:60%	プレゼン: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	なし					
	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	こて実施する。			
	担当教員	阿部航太朗 他3名			実	務経験	0
	実務内容	中学・高校・大学	野球部チームト	・レーナーとしてウェイトト	レーニングやコ	ンディショニング担	当(5年)
習熟状況等により授業の展開が変わることがありま							
				4 T - TR	習熟状況等によ	より授業の展開が変わ	わることがあります
回数	ш	単元		各回の展開		より授業の展開が変わ	わることがあります
回数 1	キャリア教育 業界・職業理解	単元	業界の動向理解、	各回の展開 12月までの目標の確認	習熟状況等によ 内容	くり授業の展開が変 ^を	わることがあります
	キャリア教育 業界・職業理解	単元 と留意事項・WEB説	業界の動向理解、説明会の受け方を	12月までの目標の確認		より授業の展開が変 <i>を</i>	わることがあります
1	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方。 明会の方法	と留意事項・WEB説		12月までの目標の確認 身につける		より授業の展開が変 <i>を</i>	わることがあります
2 3	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方・ 明会の方法 企業への電話の仕	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り	12月までの目標の確認 身につける		より授業の展開が変 <i>を</i>	わることがあります
1 2 3 4	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方・明会の方法 企業への電話の仕; ル作成方法	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ		より授業の展開が変 <i>を</i>	わることがあります
1 2 3 4 5	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方 明会の方法 企業への電話の仕 ル作成方法 身だしなみ	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する (スーツ登校) る 自己PRの作成を行う		とり授業の展開が変わ	わることがあります
1 2 3 4 5	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方・明会の方法 企業への電話の仕; ル作成方法 身だしなみ 自己分析	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし 自己分析を実施す 自己PRを完成させ	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する (スーツ登校) る 自己PRの作成を行う	内容	く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	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方・明会の方法 企業への電話の仕こ ル作成方法 身だしなみ 自己分析	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし 自己分析を実施す 自己PRを完成させ	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する(スーツ登校) る 自己PRの作成を行う せる 希望する職種の企業に向け志望動	内容	く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	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方・明会の方法 企業への電話の仕; ル作成方法 身だしなみ 自己分析 自己PR 企業分析①	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし 自己分析を実施す 自己PRを完成させ 企業分析を行う	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する(スーツ登校) る 自己PRの作成を行う せる 希望する職種の企業に向け志望動 を理解する	内容	く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	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方 明会の方法 企業への電話の仕 ル作成方法 身だしなみ 自己分析 自己PR 企業分析①	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし 自己分析を実施す 自己PRを完成させ 企業分析を行う 志望動機の書き方	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する(スーツ登校) る 自己PRの作成を行う せる 希望する職種の企業に向け志望動 を理解する る	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 8 9	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方 明会の方法 企業への電話の仕 ル作成方法 身だしなみ 自己分析 自己PR 企業分析① 企業分析② 履歴書の書き方①	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし 自己分析を実施す 自己PRを完成させ 企業分析を行う 志望動機の書き方 履歴書の作成をす	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する(スーツ登校) る 自己PRの作成を行う せる 希望する職種の企業に向け志望動 を理解する る	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 8 9	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方 明会の方法 企業への電話の仕 ル作成方法 身だしなみ 自己分析 自己PR 企業分析① 企業分析② 履歴書の書き方①	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし 自己分析を実施す 自己PRを完成させ 企業分析を行う 志望動機の書き方 履歴書の作成をす	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する(スーツ登校) る 自己PRの作成を行う せる 希望する職種の企業に向け志望動 を理解する る	内容	く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 10 11	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方・明会の方法 企業への電話の仕 ル作成方法 身だしなみ 自己分析 自己PR 企業分析① 企業分析② 履歴書の書き方① 対面・WEB面接の	と留意事項・WEB説	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし 自己分析を実施す 自己PRを完成させ 企業分析を行う 志望動機の書き方 履歴書の作成をす 対面・WEB面接の	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する(スーツ登校) る 自己PRの作成を行う せる 希望する職種の企業に向け志望動 を理解する る	内容	く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 10 11 12	キャリア教育 業界・職業理解 説明会参加の仕方・明会の方法 企業への電話の仕: ル作成方法 身だしなみ 自己分析 自己PR 企業分析① 企業分析② 履歴書の書き方① 対面・WEB面接の 授業内面接会	と留意事項・WEB説 方、訪問の仕方・メー 対策	説明会の受け方を 企業とのやり取り 就職活動の身だし 自己分析を実施す 自己PRを完成させ 企業分析を行う 志望動機の書き方 履歴書の作成をす 対面・WEB面接の 面接の実施(WEE	12月までの目標の確認 身につける の仕方を学ぶ なみを理解する(スーツ登校) る 自己PRの作成を行う せる 希望する職種の企業に向け志望動 を理解する る 込基本を理解する 3、対面選択可)	内容	くり授業の展開が変わ	わることがあります

				シラバス			
		I		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	(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年次	学科	スポーツトレーフ	ナー科	3	96
	使用教材	なし			出版社	なし	
		4 H = '# 7 - 1°	W. L. L. 6	科目の基礎情報②	1477 ± 1. 1	L- L-7° 1 1	\.\ o\\Z
自身が選択した? 到達目標 その業務を指導			ること」を主な 分野における業 の指示のもと実	れませ、「兄く、A19、ほれらいとし、キャリアプラ	ンを創造する。 。	わよい、トレーナー	こしての未扱の一
	評価基準	実習先評価:50%	学校評価:5	0%(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		5者			
	関連資格	なし					
関連科目 インターンシップ			『実習				
備考原則、この科目に			対面授業形式に	て実施する。			
	担当教員	阿部航太朗 他3名	実務経験			0	
	実務内容	中学・高校・大学	野球部チームト	・レーナーとしてウェイトト	レーニングやコ	ンディショニング担	当(5年)
				450 BB	習熟状況等に。	より授業の展開が変え	わることがあります
回数	I	 単元		各回の展開 	内容		
1	企業研究		希望職種、過去実	績を基に実習企業を調べる			
2	実習先の決定		企業側の承諾をも	って決定			
3	事前ガイダンス			客習活動中の留意点の確認、実習手帳の使用についての説明 企業、実習生間により事前打合せ			
4	実習		1日の実習時間の	最大は8時間(休憩時間を含めず	*) とし、原則22日	寺まで	
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
11							
12							

				シラバス				
		ı	ı	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I					
必修選択		選択	(学則表記)		サービスラーニン			
			開講			単位数	時間数	
	年次	1年次	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	受業のねらい			ăへ喜んでもらうこと・楽し ├会人として必要な資質・能			スポーツ」の楽し	
コミュニケーショ 到達目標 イベント運営者の			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。 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(50			0%)、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		に達している者					
関連資格なし		なし						
	関連科目 サービスラーニ		ング演習=					
	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	阿部航太朗 他3名	可部航太朗 他3名			実務経験		
	実務内容	中学・高校・大学	学野球部チームトレーナーとしてウェイトトレーニングやコンディショニング担当(5年)					
					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	1		Π	各回の展開	内容			
1	スポーツボランテ			イアの目的・ねらいの理解 イア参加の必要性				
2	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	②(ボランティアの梅	既要と目標シートの提出))	
3	ボランティア		実際にボランティアへ参加する(大会引率・運営協力など)					
4	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)					
5	※計15単位間を満	たすこと						
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

				シラバス					
		<u> </u>		科目の基礎情報①	40.4.4.4				
		演習	科目名	総合演習Ⅰ					
	必修選択	選択	(学則表記)	総合演習					
tr. Va			開講				時間数		
年次		1年次	学科	スポーツトレーフ	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	授業での学びやス	ポーツ・産学連	連携などに関する経験を発信	し、知識の定着	を図る。			
到達目標自身の提案につい		理解し、自身の提案を形にすることができる。 いて、完成までのスケジューリングを行い、軌道修正しながら完遂することができる。 >提案を受け入れ、自身の提案のブラッシュアップに繋げることができる。							
評価基準 プレゼンテーショ		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以上の	D3分の2以上ある者 の者						
	関連資格	なし							
	関連科目	総合演習							
	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	上本 哲也			実務経験		0		
実務内容			カマネージャーとして子供から高齢者までの運動指導(10年以上) D健康づくり事業を運営(4年)						
					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				
	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③		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	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	8 個人活動①		プレゼンテーション内容の設定 プレゼンテーションの作成①						
9	9 個人活動②		プレゼンテーション作成②						
10	10 個人活動③		プレゼンテーション作成③						
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FB						
12	12 個人活動③		プレゼンテーション修正						
13 発表①		実際のプレゼンテーション及びFB							
14 発表②		実際のプレゼンテーション及びFB							
15 後期に向けて		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							

				シラバス					
				科目の基礎情報①					
授業形態 演習		科目名	総合演習Ⅱ						
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年次	学科	学科 スポーツトレーナー科		2	30		
使用教材 7		なし		出版社 なし					
			科目の基礎情報②						
授業のねらい		これまでの授業で学んだ知識や技術を生かし、対象に応じた発信方法を身につける。 また知識の定着や実践力の向上を図る。							
業界のニーズを 到達目標 自身の提案につ		自身の提案につい	理解し対面・オンデマンドともに自身の提案を形にする(実施する)ことができる。 いて完成までのスケジューリングを行い、軌道修正しながら完遂することができる。 や提案を受入れ、自身の提案のブラッシュアップに繋げることができる。						
		提出物の提出状況	兄:30% 個人発表(動画制作):30% 授業態度:40%						
	型定条件 出席が総時間数 成績評価が2り		の3分の2以上ある者 上の者						
関連資格なし									
	関連科目	総合演習Ⅰ、総合	演習						
備考 原則、この科目		原則、この科目は	対面授業形式にて実施する。						
担当教員 上本		上本 哲也			実	0			
実務内容			ボーツクラブのマネージャーとして子供から高齢者までの運動指導(10年以上) 人設立し地域の健康づくり事業を運営(4年)						
習熟状況等により授業の展開が変わること									
					習熟状況等によ	より授業の展開が変わ	わることがあります		
回業		#		各回の展開		より授業の展開が変れ	わることがあります		
回数	オリエンテーショ	単元ン	授業の目的、方向業界ニーズの再確	性の確認	習熟状況等に の	より授業の展開が変れ	わることがあります		
		>	業界ニーズの再確 活用事例をもとに	性の確認	内容	より授業の展開が変わ	わることがあります		
1	オリエンテーショ	>	業界ニーズの再確 活用事例をもとに 動画コンテンツ制	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 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れ	わることがあります		
1 2	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ	プリの活用	業界ニーズの再確 活用事例をもとに 動画コンテンツ制	性の確認 認 学ぶ必要性を理解	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 業界理解/動画アフ ケーススタディ①	グリの活用	業界ニーズの再確 活用事例をもとに 動画コンテンツ制 実際のケースをも クラス発表 前回の振り返り	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 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 れ	わることがあります		
1 2 3	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ ケーススタディ① ケーススタディ② 振り返り	ンプリの活用	業界ニーズの再確 活用事例をもとに 動画コンテンツ制 実際のケースをも クラス発表 前回の振り返り SNS指標の理解と	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成	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	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ ケーススタディ① ケーススタディ② 振り返り SNS活用方法と注:	ングリの活用 意点 成①	業界ニーズの再確 活用事例をもとに 動画コンテンツ制 実際のケースをも クラス発表 前回の振り返り SNS指標の理解と テーマ設定・ベル	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成 注意すべき点の理解	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 業界理解/動画アフ ケーススタディ① ケーススタディ② 振り返り SNS活用方法と注: 動画コンテンツ作	シ ゲリの活用 意点 成①	業界ニーズの再確 活用事例をもとい制 動画コンテンツ制 実際のケースをも クラス発表 前回の振り返り SNS指標の理解と テーマ設定・ベル 絵コンテの作成 絵コンテの作成	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成 注意すべき点の理解	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 8 8	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ ケーススタディ① ケーススタディ② 振り返り SNS活用方法と注: 動画コンテンツ作!	ン プリの活用 意点 成① 成② 成③	業界ニーズの再確 活用事例をもとに 動画コンテンツ制 実際のケースをも クラス発表 前回の振り返り SNS指標の理解と テーマ設定・ベル 絵コンテの作成 絵コンテの作成 素材の編集	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成 注意すべき点の理解	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 8 8	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ ケーススタディ① ケーススタディ② 振り返り SNS活用方法と注: 動画コンテンツ作/ 動画コンテンツ作/	ン プリの活用 意点 成① 成② 成③	業界ニーズの再確 活用事例をもとに 動画コンテンツ制 実際のケースをも クラス発表 前回の振り返り SNS指標の理解と テーマンテの作成 繰オの編集 素材の編集	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成 注意すべき点の理解	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 8 9	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ ケーススタディ① ケーススタディ② 振り返り SNS活用方法と注: 動画コンテンツ作! 動画コンテンツ作! 動画コンテンツ作!	ン プリの活用 意点 成① 成② 成③	業界ニーズの再確 活用事例をもとに 動画コンテンツ制 実際のケースをも かラス発表 前回の振り返り SNS指標の理解と テーマンテの作成 会対の編集 素材の編集	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成 注意すべき点の理解	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 8 9 10	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ ケーススタディ① ケーススタディ② 振り返り SNS活用方法と注: 動画コンテンツ作! 動画コンテンツ作! 動画コンテンツ作!	ン プリの活用 意点 成① 成② 成③	業界ニーズの再確 活用事例をもとに制 動画コンテンツ制 実際のケースをも クラス発表 前回の振りの理解と テーマ設定・ベル 絵コンンテの作成 素材の編集 素材の編集 素材の編集	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成 注意すべき点の理解 ソナ設定・スケジュール設定	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 8 9 10 11	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ ケーススタディ① ケーススタディ② 振り返り SNS活用方法と注: 動画コンテンツ作! 動画コンテンツ作! 動画コンテンツ作! のラス内発表② クラス内発表②	ン プリの活用 意点 成① 成② 成③	業界ニーズの再確 活用事例をもとに制 動画コンテンツ制 実際のケースをも りラス発表 前回の振りの理解と テーマンテの作成 素材の編集 素材の編集 素材の編集 クラス発表 クラス発表 クラス発表 クラスス発表 クラススタディ	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成 注意すべき点の理解 ソナ設定・スケジュール設定	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 8 9 10 11 12	オリエンテーショ 業界理解/動画アフ ケーススタディ② ケーススタディ② 振り返り SNS活用方法と注: 動画コンテンツ作! 動画コンテンツ作! カラス内発表② クラス内発表② クラス内発表②	ン プリの活用 意点 成① 成② 成③	業界ニーズの再確 活用事例をもとに制 動画コンテンツ制 実際のケースをも りラス発表 前回の振りの理解と テーマンテの作成 素材の編集 素材の編集 素材の編集 クラス発表 クラス発表 クラス発表 クラスス発表 クラススタディ	性の確認 認 学ぶ必要性を理解 作にあたっての魅力的な見せ方、 とにグループ内で動画作成 注意すべき点の理解 ソナ設定・スケジュール設定	内容	より授業の展開が変わ	わることがあります		