

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	ストレンクス&コンディショニング実践Ⅰ		
必修選択	必修	(学則表記)	ストレンクス&コンディショニング実践Ⅰ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	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	トレーニングを実施する前に必要なコンディショニングの領域を学習する。				
到達目標	コンディショニング領域のアプローチ内容を理解し、ペアワークとケースワークを通じて変化(結果)を出すことができるようになる。また、クラスで発生する様々なケースに対してもアプローチ方法をシェアすることで、対応力や応用力を身に着けるを目標とする。				
評価基準	実技試験70%、授業態度30%				
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	フリーウェイトの理論と実践Ⅰ・Ⅱ、ストレンクス&コンディショニング実践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	高橋 泰幸	実務経験	○		
実務内容	パーソナルトレーニングジムにてトレーナーとして一般の人を対象にトレーニング指導・ランニング指導を行っている。				

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	イントロダクション	①授業の目的・狙い ②学習することでできることを体感する
2	股関節(理論-実践)	股関節に対する理解とエクササイズの実践
3	股関節(ペア-ケーススタディ)	前週で学習した内容のエクササイズをペアワークで実施する。ペアで実施した内容でうまく進まない内容をピックアップしケーススタディを行う。
4	呼吸・骨格(理論-実践)	呼吸(骨格)に対する理論とエクササイズの実践

5	呼吸・骨格（ペア-ケーススタディ）	前週で学習した内容のエクササイズをペアワークで実施する。ペアで実施した内容でうまく進まない内容をピックアップしケーススタディを行う。
6	脊柱（理論-実践）	脊柱のエクササイズに対する理論とエクササイズの実践
7	脊柱（ペア-ケーススタディ）	前週で学習した内容のエクササイズをペアワークで実施する。ペアで実施した内容でうまく進まない内容をピックアップしケーススタディを行う。
8	呼吸・安定（理論-実践）	呼吸（IAP）に対する理論とエクササイズの実践
9	呼吸・安定（ペア-ケーススタディ）	前週で学習した内容のエクササイズをペアワークで実施する。ペアで実施した内容でうまく進まない内容をピックアップしケーススタディを行う。
10	肩（理論-実践）	肩関節に対する理論とエクササイズの実践
11	肩（ペア-ケーススタディ）	前週で学習した内容のエクササイズをペアワークで実施する。ペアで実施した内容でうまく進まない内容をピックアップしケーススタディを行う。
12	足首（理論-実践）	足関節に対する理論とエクササイズの実践
13	足首（ペア-ケーススタディ）	前週で学習した内容のエクササイズをペアワークで実施する。ペアで実施した内容でうまく進まない内容をピックアップしケーススタディを行う。
14	認知-連合-自動（理論-実践）	認知-連合-自動の理論の理解と、エクササイズの実践
15	認知-連合-自動（ペア-ケーススタディ）	前週で学習した内容のエクササイズをペアワークで実施する。ペアで実施した内容でうまく進まない内容をピックアップしケーススタディを行う。

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	ストレンクス&コンディショニング実践Ⅱ		
必修選択	必修	(学則表記)	ストレンクス&コンディショニング実践Ⅱ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	1	30	
アスレティックトレーナー科					
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	前期に学習したコンディショニング領域後のトレーニング理論やポイントを理解する。				
到達目標	立位での運動となり、トレーニングを実施する際に必要な理論や考え方、エクササイズの方法を学習する。 また、ペアワークやケーススタディなどでアウトプットし、学習した内容を用いてクライアントのお身体を変えることができることを目標として実施する。				
評価基準	実技試験70%、授業態度30%				
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	フリーウェイトの理論と実践Ⅰ・Ⅱ、ストレンクス&コンディショニング実践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	高橋 泰幸	実務経験	○		
実務内容	パーソナルトレーニングジムにてトレーナーとして一般の人を対象にトレーニング指導・ランニング指導を行っている。				

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	イントロダクション	後期の授業内容の理解する。また、後期の授業で学習する内容を体感する。
2	総論	3週～9週で学習する項目がなぜ必要なのかを理解する。
3	根本改善における考え方	患部に対してのアプローチでなく、根本改善につながる評価・アプローチを理解する。
4	痛みに対するエクササイズ理論・実践	痛みに対する介入がマッサージや弛緩させるだけでないことを理解・体感する。

5	痛みに対するケーススタディ	4週目で理解した内容のペアワーク・ケーススタディの実施
6	エキセントリック収縮での動き	エキセントリック収縮での動き、必要性の理解とエクササイズの実践
7	anti rotation exercise	anti rotation exerciseの理解とエクササイズの実践
8	ムーブメントシステム	ムーブメントシステムの理解と、エクササイズの実践
9	ムーブメントキャパシティ	ムーブメントキャパシティの理解と、エクササイズの実践
10	ケーススタディ（歩行）	歩行動作をテーマに前期～後期9週目までの内容を用いてのケーススタディを実施
11	ケーススタディ（肩こり/腰痛）	肩こり/腰痛をテーマに前期～後期9週目までの内容を用いてのケーススタディを実施
12	ケーススタディ（ゴルフ）	ゴルフのテイクバックをテーマに前期～後期9週目までの内容を用いてのケーススタディを実施
13	ケーススタディ（パンチ）	パンチ動作をテーマに前期～後期9週目までの内容を用いてのケーススタディを実施
14	ケーススタディ①	ペアでお互いにテーマを出し、学習して来た内容を踏まえて、機能改善する。
15	ケーススタディ②	ペアでお互いにテーマを出し、学習して来た内容を踏まえて、機能改善する。

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Ⅲ		
必修選択	選択	(学則表記)	スポーツ栄養学Ⅲ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	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	現場で活用できる栄養学の知識を身に付ける。				
到達目標	クライアントの状況により適切な栄養指導ができる。				
評価基準	筆記テスト60%、授業態度20%、担当所見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	JSPO-AT（キャリア教育として実施をするが、理論試験の習熟度も高まれば理想である）				
関連科目	スポーツ栄養学Ⅰ・Ⅱ・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	荒井 恵理子	実務経験	○		
実務内容	一般社団法人クレイドルでスポーツ栄養分野での管理栄養士業務を行う。現在は特定保健指導業務及びフリーランスとしてスポーツ栄養分野における業務を実施している。				

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	身体組成の実際	皮下脂肪厚の測定と体脂肪率の算出
2	筋肉増量指導の実際①	習得した知識を使ってアスリートへの指導媒体を作成
3	筋肉増量指導の実際②	作成した媒体を活用して、集団指導と個人指導のケーススタディ
4	増量のための献立作成	PFCバランスから栄養価を考慮して献立を作成

5	減量のための献立作成	減量に適した食材を活用して低脂質な献立を作成
6	グリコーゲン回復の為の補食考案	アスリートのグリコーゲン回復に必要な糖質量を用いて補食メニューを作成
7	ビタミンを知る①	ビタミンB群の効果と実際に摂取する方法を考える
8	ビタミンを知る②	ビタミンCの効果と実際に摂取する方法を考える
9	ビタミンを知る③	脂溶性ビタミンの効果と実際に摂取する方法を考える
10	抗酸化物質を知る	脂溶性ビタミンの効果と実際に摂取する方法を考える
11	水分補給指導の実際	学生スポーツの場での水分補給指導方法を考える
12	貧血を知る①	アスリートの血液検査結果を数例読み解き、リスクと改善方法を考える
13	貧血を知る②	食生活のヒアリングから改善方法の提案まで個別指導を想定する
14	女性アスリートの不調に備える	月経障害や摂食障害など女性アスリートに多い問題に直面した時のケーススタディ
15	骨障害に備える	アスリートの骨折から高齢者の骨障害まで指導方法を考える

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	スポーツ栄養学Ⅳ		
必修選択	選択	(学則表記)	スポーツ栄養学Ⅳ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	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	現場で活用できる栄養学の知識を身に付ける。				
到達目標	クライアントの状況により適切な栄養指導ができる。				
評価基準	筆記テスト60%、授業態度20%、担当所見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	JSPO-AT（キャリア教育として実施をするが、理論試験の習熟度も高まれば理想である）				
関連科目	スポーツ栄養学Ⅰ・Ⅱ・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	荒井 恵理子	実務経験	○		
実務内容	一般社団法人クレイドルでスポーツ栄養分野での管理栄養士業務を行う。現在は特定保健指導業務及びフリーランスとしてスポーツ栄養分野における業務を実施している。				

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	試合前の食事	学生スポーツの試合前の食事に関する集団指導を想定し指導媒体を作成
2	遠征時の食事調整を考える	学生スポーツで試合の為に遠征に行く際の事前チェックから現地で行うべき項目を確認
3	合宿時の食事調整を考える	学生スポーツで強化合宿に行く際の事前チェックから現地で行うべき項目を確認
4	サプリメントを知る①	市販のプロテインについて特徴を知る

5	サプリメントを知る②	市販のスポーツドリンク・エネルギーゼリーについて特徴を知る
6	サプリメントを知る③	選手から相談されるケースを想定し、市販商品を調べる
7	栄養教育の目標設定	短期・中期・長期目標を立て、その為にいつ何をするかプランニングする
8	増量のための献立調理実習	前期に考案した献立に沿って調理実習を行う
9	減量のための献立調理実習	前期に考案した献立に沿って調理実習を行う
10	グリコーゲン回復のための補食調理実習	前期に考案した献立に沿って調理実習を行う
11	試合前の食事の献立を考える	試合前日or試合当日の献立を作成
12	試合前の食事の調理実習	前回考案した献立に沿って調理実習を行う
13	栄養指導実践①	ジュニア期の保護者に向けた栄養セミナーを考える
14	栄養指導実践②	一人暮らしアスリートの外食・中食メニューを考える
15	栄養指導実践③	過去の自分に栄養指導を考える

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	スポーツ生理学Ⅰ		
必修選択	選択	(学則表記)	スポーツ生理学Ⅰ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	新・スポーツ生理学 リファレンスブック		出版社	市村出版 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	1年生通年科目の「身体運動の基礎科学」を基本とし、スポーツ現場において活用できる知識を深く学ぶ。				
到達目標	運動・身体活動による身体の適応および応答について基礎的事柄が理解、説明ができる。さらに、スポーツ現場において科学的根拠があり有益な生理学的知識を活用できる。				
評価基準	テスト：80%，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					
関連科目	身体運動の基礎科学Ⅰ・Ⅱ、スポーツ生理学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	小野 勇太	実務経験	○		
実務内容	整骨院、大学助手を経てフリーのトレーナーとして開業。障害予防を広める活動を行う。				

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	1章 スポーツとスキル	強さの巧みさ、スキルと運動制御、スキルと体力の関係、技術・技能・体力の関係、スキルの生理学メカニズム
2	3章 スポーツと遺伝	遺伝の基礎、運動能力の遺伝率、運動能力に関連する遺伝子多型
3	4章 スポーツと環境	高地環境、暑熱環境、寒冷環境、水中環境
4	5章 生体リズムとスポーツ	生体リズムに関連する基本的な知識、生体リズムの位相をシフトさせる方法、ジェットラグ症候群の克服

5	6章 スポーツとエネルギー代謝	3種類のATP産生機構
6	6章 スポーツとエネルギー代謝	エネルギー源としての糖と脂肪
7	8章 スポーツと減量および体重調節	スポーツにおける減量の実態と問題点, 減量がパフォーマンスおよびコンディションに及ぼす影響
8	8章 スポーツと減量および体重調節	減量に伴う身体組成の変化とエネルギー・栄養摂取, スポーツ現場での適切な減量実践と今後の課題
9	9章 スポーツ活動中の水分補給	スポーツ活動中の水分摂取をめぐる, 脱水とパフォーマンス
10	9章 スポーツ活動中の水分補給	スポーツ現場での水分補給の実態, 水分補給と中枢機能
11	11章 スポーツとウォームアップおよびクールダウン	ウォームアップの必要性, クールダウンの必要性
12	12章 スポーツと骨格筋機能	骨格筋の形態的・機能的特性とトレーナビリティ, 筋線維組成と競技特性の関係
13	12章 スポーツと骨格筋機能	筋収縮と関節パフォーマンスとの関係, 筋腱複合体の形状と機能
14	テスト	テストを実施する
15	総括	テストの解説と振り返りなどのまとめ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	スポーツ生理学II		
必修選択	選択	(学則表記)	スポーツ生理学II		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	新・スポーツ生理学 リファレンスブック		出版社	市村出版 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	「身体運動の基礎科学」「スポーツ生理学I」を基本とし、スポーツ現場において活用できる知識を深く学ぶ。				
到達目標	運動・身体活動による身体の適応および応答について基礎的事柄が理解、説明ができる。さらに、スポーツ現場において科学的根拠があり有益な生理学的知識を活用できる。				
評価基準	テスト：80%，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					
関連科目	身体運動の基礎科学Ⅰ・Ⅱ、スポーツ生理学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	小野 勇太	実務経験	○		
実務内容	整骨院、大学助手を経てフリーのトレーナーとして開業。障害予防を広める活動を行う。				

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	13章 スポーツと脳機能	伸張反射，姿勢調節，運動イメージ
2	14章 スポーツと呼吸循環機能	呼吸循環系による酸素運搬とその調節，動的運動時の呼吸循環器系の応答
3	14章 スポーツと呼吸循環機能	レジスタンス運動時の循環器系の応答，運動トレーニングに伴う適応
4	15章 スポーツとデイトレーニング	デイトレーニングの定義，身体組成への影響，筋機能の応答

5	15章 スポーツとデイトレーニング	持久能力の応答, デイトレーニングに影響する要因
6	16章 スポーツと疲労	疲労の原因, 短時間・高強度における疲労
7	16章 スポーツと疲労	持久性運動における疲労, 疲労を抑制するために
8	17章 スポーツと酸化ストレス	酸化ストレスの種類, 酸化ストレスの除去, 抗酸化酵素の生理学的な重要性
9	17章 スポーツと酸化ストレス	運動と酸化ストレス, スポーツと酸化ストレス, 運動による抗酸化機能改善の分子メカニズム
10	18章 スポーツとオーバートレーニング	オーバートレーニング症候群の概念と症状, オーバートレーニング症候群の発生メカニズム
11	18章 スポーツとオーバートレーニング	オーバートレーニングと循環器, オーバートレーニングと運動器
12	19章 女性アスリートにおけるスポーツ医学的諸問題	女性アスリートと月経, 女性アスリートの無月経
13	19章 女性アスリートにおけるスポーツ医学的諸問題	女性アスリートと性別問題
14	テスト	テストを実施する
15	総括	テストの解説と振り返りなどのまとめ

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Ⅲ		
必修選択	選択	(学則表記)	アスレティックトレーニング実践Ⅲ		
開講				単位数	時間数
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門テキスト ②、③、⑤、⑥、⑦、⑧		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、スポーツ医学、傷害評価、機能評価、リコンディショニング、テーピングなどATに求められる全ての要素を部位ごとで統合的に学ぶことで実践力を高める				
到達目標	<ul style="list-style-type: none">・ 傷害や機能的問題点をさまざまな角度から評価することができる・ 実際に指導したエクササイズの結果を見て、さらなる改善アドバイスや指導ができる・ 評価からエクササイズ指導、再評価といった流れを通じてATとしてのPDCAサイクルを回すことができる				
評価基準	テスト：80% レポート：20%				
認定条件	<ul style="list-style-type: none">・ 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ックトレーナー				
関連科目	アスレティックトレーニング実践Ⅳ、アスレティックトレーナー専門科目全て				
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	菅原 忠良	実務経験		○	
実務内容	世界・アジア・ジュニア陸上、世界陸上、インターハイ、国体などにトレーナーとして帯同。全日本スキー連盟ナショナルアルペンチームに2年在籍し、オリンピック・世界選手権、ワールドカップに帯同。他多くの現場で活躍。				

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	授業の流れ、到達目標について

2	足関節・下腿	構造的特徴（解剖学）、発生しやすい外傷・障害（外科）、傷害・機能評価
3		足関節捻挫に対するリコンディショニング
4		ランニング障害・扁平足障害（シンスプリント・アキレス腱炎・足底筋膜炎）に対するリコンディショニング
5		足関節・下腿テーピング
6	膝関節	構造的特徴（解剖学）、発生しやすい外傷・障害（外科）、傷害・機能評価
7		膝靭帯損傷に対するリコンディショニング①
8		膝靭帯損傷に対するリコンディショニング②
9		Anterior Knee Pain（膝前面の障害）に対するリコンディショニング
10		膝関節テーピング
11	動作分析	歩行動作分析
12		走動作分析
13		ケーススタディ
14	テスト	テストを実践する
15	前期振り返り	テストの振り返りと前期内容の総まとめ

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Ⅳ		
必修選択	選択	(学則表記)	アスレティックトレーニング実践Ⅳ		
開講					
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	単位数	1
時間数					30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門テキスト ②、③、⑤、⑥、⑦、⑧		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、スポーツ医学、傷害評価、機能評価、リコンディショニング、テーピングなどATに求められる全ての要素を部位ごとに統合的に学ぶことで実践力を高める				
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・ 傷害や機能的問題点をさまざまな角度から評価することができる ・ 実際に指導したエクササイズの結果を見て、さらなる改善アドバイスや指導ができる ・ 評価からエクササイズ指導、再評価といった流れを通じてATとしてのPDCAサイクルを回すことができる 				
評価基準	テスト：80% レポート：20%				
認定条件	<ul style="list-style-type: none"> ・ 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ックトレーナー				
関連科目	アスレティックトレーニング実践Ⅲ、アスレティックトレーナー専門科目全て				
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	菅原 忠良	実務経験	○		
実務内容	世界・アジア・ジュニア陸上、世界陸上、インターハイ、国体などにトレーナーとして帯同。全日本スキー連盟ナショナルアルペンチームに2年在籍し、オリンピック・世界選手権、ワールドカップに帯同。他多くの現場で活躍。				

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	股関節・大腿	構造的特徴（解剖学）、発生しやすい外傷・障害（外科）、傷害・機能評価
2		筋損傷（肉離れ）に対するリコンディショニング
3		大腿部テーピング
4		股関節のリコンディショニング

5	脊柱・体幹	構造的特徴（解剖学）、発生しやすい外傷・障害（外科）、傷害・機能評価
6		腰痛に対するリコンディショニング①
7		腰痛に対するリコンディショニング②
8		腰部テーピング
9	肩関節・肩甲帯	構造的特徴（解剖学）、発生しやすい外傷・障害（外科）、傷害・機能評価
10		肩関節痛に対するリコンディショニング①
11		肩関節痛に対するリコンディショニング②
12		頸部痛に対するリコンディショニング
13		肩関節テーピング
14	テスト	テストを実践する
15	後期振り返り	テストの振り返りと後期内容の総まとめ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	アントレプレナー実践Ⅰ		
必修選択	選択	(学則表記)	アントレプレナー実践Ⅰ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	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	これまでのアスレティックトレーナーとしての学習を踏まえてアントレプレナーシップを学び、社会との繋がり・結びつきを専門人材の観点から理解することでこれからのキャリア形成に活かす。				
到達目標	これまでの学びを踏まえて「キャリア」についての理解を深め、働くことやキャリア形成への柔軟性・可能性を持つことができる「アントレプレナーシップ（マインド）」を身に付けるとともに「アントレプレナーに求められるビジネススキル」を知る。				
評価基準	授業内での作成物（プレゼン資料等）：50% 知識テスト：30% 授業への参加態度・意欲：20%				
認定条件	出席が総時間数の3分の2以上あるもの及び成績評価が2以上のもの				
関連資格					
関連科目	アントレプレナー実践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	富澤 洋一	実務経験	○		
実務内容	株式会社コラボコーポレーション代表取締役。フィットネスジム、スタジオ施設・岩盤浴サロンの経営に携わる他、運動指導員派遣事業や地方自治体予防介護事業等に取り組む。				

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	アントレプレナーとは何かを知る (キャリア形成)	アントレプレナーとは
2		アントレプレナーシップとは
3		キャリアとキャリアトランジション

4	アントレプレナーの社会的意義を理解する	社会における組織的意義
5		スポーツにおける社会的ニーズを知る
6	理論的・構造的思考（クリティカルシンキング）を身につける	クリティカルシンキングとはどのようなものかを知る
7		前提を疑う力・深掘する力をつけるためにテーマを決めグループでのワークをする
8		具体的に物事考える・話す（ワークの内容を整理し、全体に共有する）
9	社会的課題を知り解決策を考える	世界全体での社会的課題の解決策を考える
10		日本国内での社会的課題の解決策を考える
11		スポーツ業界での社会的課題の解決策を考える
12	自身の社会的価値を高める手法を理解し活かしていく	価値と社会的価値の違いを知る
13		ネットワーク構築力（人脈）と活かし方を知る
14		社会的価値を高めるにはどんな計画を立てるべきか考える
15	まとめ	これまでの振り返り

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	アントレプレナー実践Ⅱ		
必修選択	選択	(学則表記)	アントレプレナー実践Ⅱ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	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	これまでのアスレティックトレーナーとしての学習を踏まえてアントレプレナーシップを学び、社会との繋がり・結びつきを専門人材の観点から理解することでこれからのキャリア形成に活かす。				
到達目標	これまでの学びを踏まえて「キャリア」についての理解を深め、働くことやキャリア形成への柔軟性・可能性を持つことができる「アントレプレナーシップ（マインド）」を身に付けるとともに「アントレプレナーに求められるビジネススキル」を知る。				
評価基準	授業内での作成物（プレゼン資料等）：50% 知識テスト：30% 授業への参加態度・意欲：20%				
認定条件	出席が総時間数の3分の2以上あるもの及び成績評価が2以上のもの				
関連資格					
関連科目	アントレプレナー実践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	富澤 洋一	実務経験	○		
実務内容	株式会社コラボコーポレーション代表取締役。フィットネスジム、スタジオ施設・岩盤浴サロンの経営に携わる他、運動指導員派遣事業や地方自治体予防介護事業等に取り組む。				

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	求められる能力形成を理解する	マネジメント力とリーダーシップに必要なものを知る
2		ICT活用に必要な能力とはどのようなものかを知る
3		キャリアトランジションのための能力形成を計画する

4	アカウントティングと ファイナンスを知る	アカウントティングとファイナンスの違いとは
5		投資と消費の違いを知る
6		経済と利益の仕組みを知る
7		株式の仕組み
8	マーケティングとは何なのかを理解し 実践する	マーケティングとは（意味と方法）
9		マーケティングとブランディングの作り方
10		アスレティックトレーナーにおけるマーケティングを考える
11	アントレプレナーとヘルスケアの理解 度を高める	日本におけるヘルスケア業界の現状を知る
12		ヘルスケア業界の今後の展望と未来をグループで考える
13	アントレプレナーシップと未来構想を 考える	社会におけるキャリアマネジメントを考え作成する
14		業界におけるキャリアマネジメントを考え作成する
15	まとめ	アスレティックトレーナーにおけるアントレプレナーシップ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	機能解剖学Ⅲ		
必修選択	選択	(学則表記)	機能解剖学Ⅲ		
開講				単位数	時間数
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	30
使用教材	『運動療法のための機能解剖学的触診技術 上肢』 『運動療法のための機能解剖学的触診技術 下肢・体幹』 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』		出版社	メジカルビュー社 メジカルビュー社 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・理学検査による鑑別評価を実施するために必要な運動器（骨・関節・靭帯・筋など）の触診を、機能解剖学的知識に基づき実践できる力を身に付ける。				
到達目標	各部位の骨・関節・靭帯・筋などの触診を、機能解剖学的知識に基づき実践ができる。また、その触診技能を機能・理学検査やリハビリテーションなどの実施の際に発展的に応用ができる。				
評価基準	テスト：80%、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					
関連科目	機能解剖学Ⅰ・Ⅱ・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	千葉 秀也	実務経験	○		
実務内容	トレーニングジムと整骨院を併設した施設「H-Field Sports performance center」を運営。アスレティックトレーナーとして一般の人からアスリートまでの治療・トレーニング指導を行っている。				

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	総論	オリエンテーション、触診の目的・実施上の注意点

2	膝関節	膝関節周辺における骨および関節の触診
3		膝関節に関連する靭帯の触診
4		膝関節に関わる筋の触診①
5		膝関節に関わる筋の触診②
6	足関節・足部	足関節・足部周辺における骨および関節の触診
7		足関節・足部に関連する靭帯の触診
8		足関節・足部に関わる筋の触診①
9		足関節・足部に関わる筋の触診②
10	股関節・骨盤	骨盤・大腿骨における骨および関節の触診
11		骨盤・股関節に関連する靭帯の触診
12		股関節に関わる筋の触診①
13		股関節に関わる筋の触診②
14	実技まとめ	到達目標の確認：骨盤から下肢における触診
15	総括	骨盤および下肢における触診の総括（発展・応用）

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	機能解剖学Ⅳ		
必修選択	選択	(学則表記)	機能解剖学Ⅳ		
開講				単位数	時間数
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	30
使用教材	『運動療法のための機能解剖学的触診技術 上肢』 『運動療法のための機能解剖学的触診技術 下肢・体幹』 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』		出版社	メジカルビュー社 メジカルビュー社 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・理学検査による鑑別評価を実施するために必要な運動器（骨・関節・靭帯・筋など）の触診を、機能解剖学的知識に基づき実践できる力を身に付ける。				
到達目標	各部位の骨・関節・靭帯・筋などの触診を、機能解剖学的知識に基づき実践ができる。また、その触診技能を機能・理学検査やリハビリテーションなどの実施の際に発展的に応用ができる。				
評価基準	テスト：80%、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					
関連科目	機能解剖学Ⅰ・Ⅱ・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	千葉 秀也	実務経験	○		
実務内容	トレーニングジムと整骨院を併設した施設「H-Field Sports performance center」を運営。アスレティックトレーナーとして一般の人から アスリートまでの治療・トレーニング指導を行っている。				

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	体幹（脊柱・胸郭）	脊柱における骨および関節・靭帯の触診
2		胸郭における骨および関節・靭帯の触診
3		脊柱・胸郭に関わる筋の触診①
4		脊柱・胸郭に関わる筋の触診②

5	肩甲帯・肩関節	肩甲帯・肩関節周辺における骨および関節の触診
6		肩甲帯・肩関節に関連する靭帯の触診
7		肩甲帯・肩関節に関わる筋の触診①
8		肩甲帯・肩関節に関わる筋の触診②
9	肘関節	肘関節周辺における骨および関節・靭帯の触診
10		肘関節に関わる筋の触診①
11	手関節・手部	手関節・手指周辺における骨および関節・靭帯の触診
12		手関節・手指に関わる筋の触診①
13		手関節・手指に関わる筋の触診②
14	実技まとめ	到達目標の確認：脊柱・胸郭および上肢における触診
15	総括	脊柱・胸郭および上肢における触診の総括

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	AT実技試験対策Ⅰ		
必修選択	選択	(学則表記)	AT実技試験対策Ⅰ		
開講				単位数	時間数
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ②③⑤⑦⑧		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	AT実技試験の内容を実施する。進め方を工夫することで理論試験へのつながりを感じ取れるように実施する。				
到達目標	アスレティックトレーナー理論試験および実技試験合格				
評価基準	実技テスト：80%、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	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				
関連科目	運動障害の予防と救急処置Ⅰ・Ⅱ、スポーツテーピング実践Ⅰ・Ⅱ、スポーツ医学Ⅲ・Ⅳ（外科・評価）、機能解剖学Ⅲ・Ⅳ、ATゼミナールⅢ～Ⅹ				
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	狩野 芳明	実務経験	○		
実務内容	8年間、トレーナーとして整形外科クリニック勤務。クリニック勤務の傍ら小・中・高校部活動の帯同を行いインターハイに帯同している。日本スポーツ協会公認アスレチックトレーナー。				

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	授業目的、到達目標、評価基準の説明、AT実技試験概要の理解
2	足関節・足部の外傷	足関節内反捻挫、JONES骨折の病態理解、触診のPOINTの確認、カテゴリーⅠの実施内容の確認
3	足関節内反捻挫 JONES骨折	ペアワーク：カテゴリーⅠをHOPSの流れに沿って実施

4	膝関節・下腿の外傷	膝ACL・MCL損傷、下腿三頭筋肉離れの病態理解、触診のPOINTの確認、カテゴリーⅠの実施内容の確認
5	膝ACL損傷 膝MCL損傷 下腿三頭筋肉離れ	ペアワーク：カテゴリーⅠをHOPSの流れに沿って実施
6	大腿部後面の外傷	ハムストリングス肉離れの病態理解、触診のPOINTの確認、カテゴリーⅠの実施内容の確認
7	ハムストリングス肉離れ	ペアワーク：カテゴリーⅠをHOPSの流れに沿って実施
8	肩関節の外傷	肩関節前方脱臼、肩鎖関節脱臼の病態理解、触診のPOINTの確認、カテゴリーⅠの実施内容の確認
9	肩関節前方脱臼 肩鎖関節脱臼	ペアワーク：カテゴリーⅠをHOPSの流れに沿って実施
10	肘関節の外傷	肘MCL損傷、外側・内側上顆炎の病態理解、触診のPOINTの確認、カテゴリーⅠの実施内容の確認
11	肘MCL損傷 外側上顆炎 内側上顆炎	ペアワーク：カテゴリーⅠをHOPSの流れに沿って実施
12	腰部の外傷	筋筋膜性腰痛れの病態理解、触診のPOINTの確認、カテゴリーⅠの実施内容の確認
13	筋筋膜性腰痛	ペアワーク：カテゴリーⅠをHOPSの流れに沿って実施
14	テスト	2回~13回目の内容を踏まえた実技試験を実施
15	振り返り	カテゴリーⅠの総括

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	AT実技試験対策Ⅱ		
必修選択	選択	(学則表記)	AT実技試験対策Ⅱ		
開講				単位数	時間数
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ②③⑤⑦⑧		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	AT実技試験の内容を実施する。進め方を工夫することで理論試験へのつながりを感じ取れるように実施する。				
到達目標	アスレティックトレーナー理論試験および実技試験合格				
評価基準	実技テスト：80%、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	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				
関連科目	運動障害の予防と救急処置Ⅰ・Ⅱ、スポーツテーピング実践Ⅰ・Ⅱ、スポーツ医学Ⅲ・Ⅳ（外科・評価）、機能解剖学Ⅲ・Ⅳ、ATゼミナールⅢ～Ⅹ				
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	狩野 芳明	実務経験		○	
実務内容	8年間、トレーナーとして整形外科クリニック勤務。クリニック勤務の傍ら小・中・高校部活動の帯同を行いインターハイに帯同している。日本スポーツ協会公認アスレチックトレーナー。				

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	授業目的、到達目標、評価基準の説明、AT実技試験概要の理解
2	「競技特性」と「獲得すべき体力要素」について	各競技特性を考慮したアスレティックリハビリテーションについて、獲得すべき体力要素について学ぶ
3		

4	足関節内反捻挫	「足関節内反捻挫」の評価実技能力、プログラム作成能力、エクササイズ指導能力、説明・コミュニケーション能力、リスク管理能力について理解する。カテゴリーIIの実施内容の確認
5		ペアワーク：カテゴリーIIをアスレティックリハビリテーションの流れに沿って実施
6	膝ACL損傷、MCL損傷	「膝ACL損傷、MCL損傷」の評価実技能力、プログラム作成能力、エクササイズ指導能力、説明・コミュニケーション能力、リスク管理能力について理解する。カテゴリーIIの実施内容の確認
7		ペアワーク：カテゴリーIIをアスレティックリハビリテーションの流れに沿って実施
8	ハムストリングス肉離れ 大腿直筋肉離れ	「ハムストリングス肉離れ、大腿直筋肉離れ」の評価実技能力、プログラム作成能力、エクササイズ指導能力、説明・コミュニケーション能力、リスク管理能力について理解する。カテゴリーIIの実施内容の確認
9		ペアワーク：カテゴリーIIをアスレティックリハビリテーションの流れに沿って実施
10	投球障害肩	「投球障害肩」の評価実技能力、プログラム作成能力、エクササイズ指導能力、説明・コミュニケーション能力、リスク管理能力について理解する。カテゴリーIIの実施内容の確認
11		ペアワーク：カテゴリーIIをアスレティックリハビリテーションの流れに沿って実施
12	腰椎分離症	「腰椎分離症」の評価実技能力、プログラム作成能力、エクササイズ指導能力、説明・コミュニケーション能力、リスク管理能力について理解する。カテゴリーIIの実施内容の確認
13		ペアワーク：カテゴリーIIをアスレティックリハビリテーションの流れに沿って実施
14	テスト	2回~13回目の内容を踏まえた実技試験を実施
15	振り返り	カテゴリーIの総括

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	ATゼミナールⅢ		
必修選択	選択	(学則表記)	ATゼミナールⅢ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ①～⑨		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	AT合格を最終目標とする。(理論試験・実技試験含)特に重要科目を中心に内容を整理・理解し、習熟度を深める。				
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。 中間目標：模試第1回(130点以上) 第2回(140点以上) 第3回(150点以上) 第4回(150点以上)				
評価基準	定期テスト：50% 模試点数：40% 授業態度：10%				
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ックトレーナー				
関連科目	ATゼミナールⅠ、Ⅱ、Ⅳ、Ⅴ、Ⅵ、Ⅶ、Ⅷ、Ⅷ、Ⅸ、Ⅹ				
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	高橋 泰幸	実務経験		○	
実務内容	パーソナルトレーニングジムにてトレーナーとして一般の人を対象にトレーニング指導・ランニング指導を行っている。				

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	今後のスケジュール、授業の進め方、模試の目標点数確認
2	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
3		
4		

5	テスト	これまでの内容についてテストを実施
6	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
7		
8		
9		
10	テスト	これまでの内容についてテストを実施
11	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
12		
13		
14		
15	テスト	これまでの内容についてテストを実施

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	ATゼミナールⅣ		
必修選択	選択	(学則表記)	ATゼミナールⅣ		
開講			単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ①～⑨		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	AT合格を最終目標とする。(理論試験・実技試験含)特に重要科目を中心に内容を整理・理解し、習熟度を深める。				
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。 中間目標：模試第1回(130点以上) 第2回(140点以上) 第3回(150点以上) 第4回(150点以上)				
評価基準	定期テスト：50% 模試点数：40% 授業態度：10%				
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ックトレーナー				
関連科目	ATゼミナールⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅴ、Ⅵ、Ⅶ、Ⅷ、Ⅷ、Ⅸ、Ⅹ				
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	小野 勇太	実務経験		○	
実務内容	整骨院、大学助手を経てフリーのトレーナーとして開業。障害予防を広める活動を行う。				

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	今後のスケジュール、授業の進め方、模試の目標点数確認
2	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
3		
4		

5	テスト	これまでの内容についてテストを実施
6	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
7		
8		
9		
10	テスト	これまでの内容についてテストを実施
11	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
12		
13		
14		
15	テスト	これまでの内容についてテストを実施

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	ATゼミナールV		
必修選択	選択	(学則表記)	ATゼミナールV		
開講				単位数	時間数
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ①～⑨		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	AT合格を最終目標とする。(理論試験・実技試験含)特に重要科目を中心に内容を整理・理解し、習熟度を深める。				
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。 中間目標：模試第1回(130点以上) 第2回(140点以上) 第3回(150点以上) 第4回(150点以上)				
評価基準	定期テスト：50% 模試点数：40% 授業態度：10%				
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ックトレーナー				
関連科目	ATゼミナールⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ、Ⅵ、Ⅶ、Ⅷ、Ⅸ、Ⅹ				
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	鈴木 舞子	実務経験		○	
実務内容	アスレティックトレーナーとはり師・きゅう師を有し、高校生～実業団のスポーツチームに帯同していた。				

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	今後のスケジュール、授業の進め方、模試の目標点数確認
2	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
3		
4		

5	テスト	これまでの内容についてテストを実施
6	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
7		
8		
9		
10	テスト	これまでの内容についてテストを実施
11	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
12		
13		
14		
15	テスト	これまでの内容についてテストを実施

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	ATゼミナールVI		
必修選択	選択	(学則表記)	ATゼミナールVI		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ①～⑨		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	AT合格を最終目標とする。(理論試験・実技試験含)特に重要科目を中心に内容を整理・理解し、習熟度を深める。				
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。 中間目標：模試第1回(130点以上) 第2回(140点以上) 第3回(150点以上) 第4回(150点以上)				
評価基準	定期テスト：50% 模試点数：40% 授業態度：10%				
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ックトレーナー				
関連科目	ATゼミナールⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ、Ⅴ、Ⅶ、Ⅷ、Ⅷ、Ⅸ、Ⅹ				
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	東條 真吾	実務経験		○	
実務内容	トレーニングジムでトレーナーとして勤務。パーソナルトレーニング兼チーム帯同、リハビリテーション等のトレーナー業を行っている。				

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	今後のスケジュール、授業の進め方、模試の目標点数確認
2	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
3		
4		

5	テスト	これまでの内容についてテストを実施
6	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
7		
8		
9		
10	テスト	これまでの内容についてテストを実施
11	理論試験対策	理論試験に向けての対策、模試解説
12		
13		
14		
15	テスト	これまでの内容についてテストを実施

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	ATゼミナールVII		
必修選択	選択	(学則表記)	ATゼミナールVII		
開講			単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ①～⑨		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	AT合格を最終目標とする。(理論試験・実技試験含) 特に重要科目を中心に内容を整理・理解し、習熟度を深める。				
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	実技評価：60% レポート提出：30% 授業態度：10%				
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ックトレーナー				
関連科目	ATゼミナールⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ、Ⅴ、Ⅵ、Ⅷ、Ⅸ、Ⅹ				
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	高橋 泰幸	実務経験		○	
実務内容	パーソナルトレーニングジムにてトレーナーとして一般の人を対象にトレーニング指導・ランニング指導を行っている。				

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	理論試験対策	理論試験に向けての対策
2		
3		
4		

5	実技試験の導入	実技試験の流れや採点項目の確認およびテスト法や触診等の実施
6		
7	実技試験対策	カテゴリーⅠ～Ⅲの実技試験を想定した一連のプログラムを実施
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	ATゼミナールⅧ		
必修選択	選択	(学則表記)	ATゼミナールⅧ		
開講			単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ①～⑨		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	AT合格を最終目標とする。(理論試験・実技試験含) 特に重要科目を中心に内容を整理・理解し、習熟度を深める。				
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	実技評価：60% レポート提出：30% 授業態度：10%				
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ックトレーナー				
関連科目	ATゼミナールⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ、Ⅴ、Ⅵ、Ⅶ、Ⅸ、Ⅹ				
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	小野 勇太	実務経験		○	
実務内容	整骨院、大学助手を経てフリーのトレーナーとして開業。障害予防を広める活動を行う。				

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	理論試験対策	理論試験に向けての対策
2		
3		
4		

5	実技試験の導入	実技試験の流れや採点項目の確認およびテスト法や触診等の実施
6		
7	実技試験対策	カテゴリーⅠ～Ⅲの実技試験を想定した一連のプログラムを実施
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	ATゼミナールⅨ		
必修選択	選択	(学則表記)	ATゼミナールⅨ		
開講				単位数	時間数
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ①～⑨		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	AT合格を最終目標とする。(理論試験・実技試験含) 特に重要科目を中心に内容を整理・理解し、習熟度を深める。				
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	実技評価：60% レポート提出：30% 授業態度：10%				
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ックトレーナー				
関連科目	ATゼミナールⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ、Ⅴ、Ⅵ、Ⅶ、Ⅷ、Ⅹ				
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	鈴木 舞子	実務経験		○	
実務内容	アスレティックトレーナーとはり師・きゅう師を有し、高校生～実業団のスポーツチームに帯同していた。				

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	理論試験対策	理論試験に向けての対策
2		
3		
4		

5	実技試験の導入	実技試験の流れや採点項目の確認およびテスト法や触診等の実施
6		
7	実技試験対策	カテゴリーⅠ～Ⅲの実技試験を想定した一連のプログラムを実施
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	ATゼミナールX		
必修選択	選択	(学則表記)	ATゼミナールX		
開講			単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト ①～⑨		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	AT合格を最終目標とする。(理論試験・実技試験含) 特に重要科目を中心に内容を整理・理解し、習熟度を深める。				
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	実技評価：60% レポート提出：30% 授業態度：10%				
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ックトレーナー				
関連科目	ATゼミナールⅠ、Ⅱ、Ⅲ、Ⅳ、Ⅴ、Ⅵ、Ⅶ、Ⅷ、Ⅷ、Ⅸ				
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	東條 真吾	実務経験		○	
実務内容	トレーニングジムでトレーナーとして勤務。パーソナルトレーニング兼チーム帯同、リハビリテーション等のトレーナー業を行っている。				

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	理論試験対策	理論試験に向けての対策
2		
3		
4		

5	実技試験の導入	実技試験の流れや採点項目の確認およびテスト法や触診等の実施
6		
7	実技試験対策	カテゴリーⅠ～Ⅲの実技試験を想定した一連のプログラムを実施
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	生活習慣病における医学的知識Ⅰ（内科・生理）		
必修選択	選択	(学則表記)	生活習慣病における医学的知識Ⅰ（内科・生理）		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	まるごとわかる生活習慣病		出版社	南山堂	

科目の基礎情報②

授業のねらい	内科と生理学を科目間連携させながら学習する。2年次に生活習慣病に対して学習し、3年次にはより深い内容を学習する。（知識のインプット）				
到達目標	内科と生理学を科目間連携させながら学習する。2年次に生活習慣病に対して学習し、3年次にはより深い内容を学習し、運動指導の啓発が行える。				
評価基準	テスト：80%、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	健康・体力づくり事業財団 健康運動指導士				
関連科目	生活習慣病におけるコンディショニング概論Ⅰ、生活習慣病におけるコンディショニング概論Ⅱ、生活習慣病におけるコンディショニング実践Ⅰ、生活習慣病におけるコンディショニング実践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	狩野 芳明	実務経験	○		
実務内容	8年間、トレーナーとして整形外科クリニック勤務。クリニック勤務の傍ら小・中・高校部活動の帯同を行いインターハイに帯同している。日本スポーツ協会公認アスレチックトレーナー。				

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	資格の種類と資格を生かした活動	健康産業（予防医学）に関連する資格について（健康運動指導士、心臓リハビリテーション指導士、健康管理士、健康食アドバイザー、生活習慣病予防アドバイザーなど）
2	資格の種類と資格を生かした活動	医療法42条疾病予防運動施設、健康増進施設について調べる
3	資格の種類と資格を生かした活動	地元の地元、主要都市（仙台市、東京都、横浜市など）の医療法42条疾病予防運動施設、健康増進施設とその活動状況、人員採用があるかを調べる
4	身体の仕組み	舌の動き、歯、嚥むの必要性、唾液の動き

5	身体の仕組み	喉の構造と嚥下機能、消化吸収（胃・小腸・大腸）
6	身体の仕組み	胆嚢・肝臓の働き、膵臓の働き
7	身体の仕組み	腎臓の働き、脾臓の働き
8	中間テスト	テストの実施
9	身体の仕組み	脳の構造と働き
10	身体の仕組み	血管構造とリンパ構造
11	医学的検査項目	血液検査
12	医学的検査項目	血液検査
13	医学的検査項目	尿検査
14	前期末テスト	テストの実施
15	総復習	前期内容のまとめ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	生活習慣病における医学的知識Ⅱ（内科・生理）		
必修選択	選択	(学則表記)	生活習慣病における医学的知識Ⅱ（内科・生理）		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	まるごとわかる生活習慣病		出版社	南山堂	

科目の基礎情報②

授業のねらい	内科と生理学を科目間連携させながら学習する。2年次に生活習慣病に対して学習し、3年次にはより深い内容を学習するイメージ。（知識のインプット）				
到達目標	内科と生理学を科目間連携させながら学習する。2年次に生活習慣病に対して学習し、3年次にはより深い内容を学習するイメージ。（知識のインプット）				
評価基準	テスト：80%、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	健康・体力づくり事業財団 健康運動指導士				
関連科目	生活習慣病におけるコンディショニング概論Ⅰ、生活習慣病におけるコンディショニング概論Ⅱ、生活習慣病におけるコンディショニング実践Ⅰ、生活習慣病におけるコンディショニング実践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	狩野 芳明	実務経験	○		
実務内容	8年間、トレーナーとして整形外科クリニック勤務。クリニック勤務の傍ら小・中・高校部活動の帯同を行いインターハイに帯同している。日本スポーツ協会公認アスレチックトレーナー。				

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	肥満と肥満症	肥満と肥満症の違い、判定基準、肥満症のメカニズム、運動療法
2	糖尿病	糖質代謝の復習、糖尿病の分類（1次、2次）耐糖能異常、インスリン受容体異常、糖尿病のメカニズム
3	糖尿病	薬物療法、食事療法、運動療法
4	高血圧症	血圧の復習、高血圧症の分類（本態性、2次性、白衣性、仮面性）、高血圧症のメカニズム、腎疾患と高血圧の関係

5	高血圧症	薬物療法、食事療法、運動療法
6	中間テスト	テストの実施
7	心疾患	冠動脈疾患、狭心症、心筋梗塞、放散痛
8	心疾患	心臓神経構造と心電図の見方
9	脳疾患	脳血管疾患、脳梗塞（ラクナ梗塞、アテローム血栓性脳梗塞）脳塞栓、心原性脳塞栓症、くも膜下出血
10	脂質異常症	脂質代謝の復習、脂質異常のメカニズム、食事療法、運動療法
11	脂肪肝	NAFLD、NASH
12	痛風	痛風のメカニズム、食事療法、運動療法
13	慢性閉塞性肺疾患	COPDの発生活因
14	学年末テスト	テストの実施
15	総復習	年間内容のまとめ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	健康運動指導士Ⅰ		
必修選択	選択	(学則表記)	健康運動指導士Ⅰ		
開講				単位数	時間数
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	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	健康運動指導士の資格概要を理解する。高リスクの人を対象とした運動処方ができるようになる。				
到達目標	特定保健指導を担う人材として、生活習慣病に対するエビデンスに基づく運動指導ができるようになる。				
評価基準	定期テスト 80%、平常点 20%にて評価				
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	健康・体力づくり事業財団 健康運動指導士				
関連科目	健康運動指導士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	星 勝久	実務経験		○	
実務内容	(財)仙台市健康増進センターにて利用者の個別プログラム作成や運動指導業務に従事。その後、東北福祉大学予防福祉健康増進推進室にて仙台元気塾の立ち上げに携わる。現在は株式会社マルシンクに講師登録の他、自治体で実施される健康福祉に関するイベントに携わっている。				

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	健康運動指導士の意義とその役割・資格について
2	第1章 健康管理概論	健康の概念と制度・生活習慣病概論と特定健診・特定保健指導
3	第2章 健康づくり施策概論	健康づくり施策と健康運動指導士の役割・アクティブガイド2013
4	第4章 運動生理学	呼吸器系と運動

5	第4章 運動生理学	循環器系と運動
6	第4章 運動生理学	脳、神経系と運動
7	第4章 運動生理学	骨格筋系と運動
8	第4章 運動生理学	内分泌系と運動
9	第4章 運動生理学	運動と免疫
10	第4章 運動生理学	環境と運動
11	第5章 機能解剖とバイオメカニクス	力学の基礎・機能解剖学概論
12	第6章 健康づくり運動の理論	運動条件と反応・運動強度
13	第6章 健康づくり運動の理論	筋力・筋パワーを高める運動条件
14	第6章 健康づくり運動の理論	全身持久力を高める運動条件・障害者の運動能力の特徴
15	第6章 健康づくり運動の理論	青少年期、女性の運動能力の特徴と運動・高齢者の運動能力の特徴と運動

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	健康運動指導士Ⅱ		
必修選択	選択	(学則表記)	健康運動指導士Ⅱ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	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	健康運動指導士の資格概要を理解する。高リスクの人を対象とした運動処方ができるようになる。				
到達目標	特定保健指導を担う人材として、生活習慣病に対するエビデンスに基づく運動指導ができるようになる。				
評価基準	定期テスト 80%、平常点 20%にて評価				
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	健康・体力づくり事業財団 健康運動指導士				
関連科目	健康運動指導士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	薄井 啓	実務経験	○		
実務内容	株式会社マルシンク代表取締役。県内外での公共施設や一般企業などで、メタボ予防・ロコモ予防・生活習慣病予防・介護予防に関する講演、実技指導を実施。				

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	第7章 運動傷害と予防	内科的障害と予防
2	第7章 運動傷害と予防	外科的障害
3	第8章 体力測定と評価	体力と運動能力の測定方法・フィールドテストの実習（中年者）
4	第8章 体力測定と評価	高齢者の体力測定法

5	第8章 体力測定と評価	介護予防に関する体力測定法とその評価
6	第8章 体力測定と評価	身体組成の測定と評価に関する実習
7	第9章 健康づくり運動の実際	ウォームアップとクールダウン
8	第9章 健康づくり運動の実際	ストレッチングと柔軟体操の実際
9	第9章 健康づくり運動の実際	ウォーキングとジョギング
10	第9章 健康づくり運動の実際	エアロビックダンス
11	第9章 健康づくり運動の実際	水泳、水中運動
12	第9章 健康づくり運動の実際	レジスタンス運動
13	第9章 健康づくり運動の実際	介護予防運動
14	第10章 救急処置	救急蘇生法・外科的応急処置
15	第11章 運動プログラムの実際	運動プログラム作成の基本・メディカルチェックの重要性

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	コーチング指導実践Ⅰ		
必修選択	選択	(学則表記)	コーチング指導実践Ⅰ		
開講		単位数	時間数		
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	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	様々な対象者に応じたコーチングを理解し実践できるスキルを習得する。				
到達目標	これまでに習得した知識を活用し、アスリートやそれ以外の様々な対象者において、ふさわしいコーチングを行うための資質能力を習得し、実践できるようになる。 個人への指導、小集団への適切な指導を習得し、実践できるようになる。 説得力があり、モチベーションの向上を図る指導が実践できるようになる。				
評価基準	実技テスト、レポート：80%、演習への取り組み（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	健康・体力づくり事業財団認定 健康運動実践指導者、健康運動指導士				
関連科目	健康運動指導士Ⅰ・Ⅱ、コーチング指導実践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	狩野 芳明	実務経験	○		
実務内容	8年間、トレーナーとして整形外科クリニック勤務。クリニック勤務の傍ら小・中・高校部活動の帯同を行いインターハイに帯同している。日本スポーツ協会公認アスレチックトレーナー。				

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	コーチングスキルについて	オリエンテーション コーチングスキルを活用した指導の実践 ①コミュニケーションスキル（傾聴と観察、問いかけ）
2		コーチングスキルを活用した指導の実践 ②プレゼンテーションスキル（導入⇒メイン⇒クローザーの流れ、アイコンタクトやジェスチャーを交えた指導）
3	安全管理（リスク管理）について	対象者の安全に配慮した指導、解剖学的に傷害予防に配慮したエクササイズの指導

4		
5	マイクロコーチングの実践	個別（パーソナル）のエクササイズ指導を行い、「実践⇒省察⇒ディスカッション」を実施
6		
7	自重エクササイズ指導	一般の人（初級者）を対象としたコーチング
8		一般の人（熟練者）やアスリートを対象としたコーチング
9	柔軟性、可動域拡大エクササイズ指導	一般の人（初級者）を対象としたコーチング
10		一般の人（熟練者）やアスリートを対象としたコーチング
11	アジリティ、コーディネーション トレーニングの指導	一般の人（初級者）を対象としたコーチング
12		一般の人（熟練者）やアスリートを対象としたコーチング
13	段階的なエクササイズ指導	指導における強度設定（エクササイズ強度の増減）
14	まとめ①	個別指導のケーススタディ
15	まとめ②	個別指導のケーススタディ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	コーチング指導実践Ⅱ		
必修選択	選択	(学則表記)	コーチング指導実践Ⅱ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	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	様々な対象者に応じたコーチングを理解し実践できるスキルを習得する。				
到達目標	これまでに習得した知識を活用し、アスリートやそれ以外の様々な対象者において、ふさわしいコーチングを行うための資質能力を習得し、実践できるようになる。 個人への指導、小集団への適切な指導を習得し、実践できるようになる。 説得力があり、モチベーションの向上を図る指導が実践できるようになる。				
評価基準	実技テスト、レポート：80%、演習への取り組み（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	健康・体力づくり事業財団認定 健康運動実践指導者、健康運動指導士				
関連科目	健康運動指導士Ⅰ・Ⅱ、コーチング指導実践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	狩野 芳明	実務経験	○		
実務内容	8年間、トレーナーとして整形外科クリニック勤務。クリニック勤務の傍ら小・中・高校部活動の帯同を行いインターハイに帯同している。日本スポーツ協会公認アスレチックトレーナー。				

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	コーチングスキルについて	オリエンテーション コーチングスキルを活用した指導の実践 ①リーダーシップスキル
2		コーチングスキルを活用した指導の実践 ②ファシリテーションスキル
3	ミーティングのファシリテーション	チームミーティングのファシリテーション実践

4		
5	マイクロコーチングの実践	集団へのエクササイズ指導を行い、「実践⇒省察⇒ディスカッション」を実践
6	集団へのウォームアップ指導	集団や小集団に対するウォームアップエクササイズの指導①
7		集団や小集団に対するウォームアップエクササイズの指導②
8	集団への自重エクササイズ指導	一般の人（初級者）やアスリートを対象とした自重エクササイズのコーチング
9		
10	集団へのアジリティ、コーディネーショントレーニングの指導	集団へのアジリティトレーニングやコーディネーショントレーニングの指導実践
11		
12	競技特性に応じた集団指導	競技特性を考慮したトレーニング指導 ウォームアップ、各種トレーニング、傷害予防エクササイズなど
13		
14	まとめ① 集団指導のケーススタディ	様々な目的、対象者で集団指導のケーススタディ
15	まとめ② 集団指導のケーススタディ	様々な目的、対象者で集団指導のケーススタディ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	エクササイズ実践Ⅰ		
必修選択	選択	(学則表記)	エクササイズ実践Ⅰ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	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	グループ指導の役割を理解し、指導能力を身につけ信頼されるプロフェッショナルな人材を目指す				
到達目標	グループ指導の役割を理解し、様々な状況や対象に対応できる能力やグループ指導のメリットを十分に活かせる。効果的に体力要素を高めるためのプログラミングができる。指導方法を学び実践できる。				
評価基準	実技テスト：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、健康運動指導士				
関連科目	エクササイズ実践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	袴田 雅江	実務経験	○		
実務内容	スポーツクラブを中心にレッスンを担当。スポーツクラブにインストラクターとして5年勤務。子供から高齢者までの指導の他に栄養コンシェルジュ®1ヶ月の講師としても活動中。				

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	担当教員自己紹介・授業の流れ・到達目標・業界の現状・ショートレッスン体験
2	呼吸法について	呼吸法の理論・解説・体験
3	呼吸法①②	実践①②とレクチャー
4	呼吸法	指導法と実践

5	ヨガについて	ヨガの理論・解説・体験
6	ヨガ①	実践①とレクチャー
7	ヨガ②	実践②とレクチャー
8	ヨガ③	指導法と実践
9	ヨガまとめ	グループ指導の実践
10	ピラティスについて	ピラティスの理論・解説・体験
11	ピラティス①	実践①とレクチャー
12	ピラティス②	実践②とレクチャー
13	ピラティス③	指導法と実践
14	ピラティスまとめ	グループ指導の実践
15	総まとめ	ケーススタディ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	エクササイズ実践Ⅱ		
必修選択	選択	(学則表記)	エクササイズ実践Ⅱ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	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	グループ指導の役割を理解し、指導能力を身につけ信頼されるプロフェッショナルな人材を目指す。				
到達目標	グループ指導の役割を理解し、様々な状況や対象に対応できる能力やグループ指導のメリットを十分に活かせる。効果的に体力要素を高めるためのプログラミングができる。指導方法を学び実践できる。				
評価基準	実技テスト：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、健康運動指導士				
関連科目	エクササイズ実践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	袴田 雅江	実務経験	○		
実務内容	スポーツクラブを中心にレッスンを担当。スポーツクラブにインストラクターとして5年勤務。子供から高齢者までの指導の他に栄養コンシェルジュ®1ヶ月の講師としても活動中。				

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	担当教員自己紹介・授業の流れ・到達目標・業界の現状・ショートレッスン体験
2	有酸素運動について	有酸素運動の理論・解説・体験
3	エアロビックダンス①	実践①とレクチャー
4	エアロビックダンス②	実践②とレクチャー

5	エアロビックダンス③	実践③とレクチャー
6	トレンドプログラム①	実践①とレクチャー
7	トレンドプログラム②	実践②とレクチャー
8	有酸素運動系まとめ①	指導法と実践
9	有酸素運動系まとめ②	グループ指導の実践
10	機能改善エクササイズについて	機能改善エクササイズの理論・解説・体験
11	機能改善エクササイズ①	実践①とレクチャー
12	機能改善エクササイズ②	指導法と実践
13	機能改善エクササイズまとめ	グループ指導の実践
14	総まとめ①	ケーススタディ
15	総まとめ②	前後期の振り返り

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	フリーウエイトの理論と実践Ⅰ		
必修選択	選択	(学則表記)	フリーウエイトの理論と実践Ⅰ		
開講		単位数	時間数		
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	30
使用教材	トレーニング指導者テキスト実践編		出版社	大修館書店	

科目の基礎情報②

授業のねらい	パーソナルトレーニング指導の際に必要な、フリーウエイトに関する知識と実践力・指導力を獲得する				
到達目標	<ul style="list-style-type: none">フリーウエイト指導に必要な情報をカウンセリングで聞き出すことができるフリーウエイトを用いた測定評価を安全に行うことができるフリーウエイト種目の指導や補助が適切に行える				
評価基準	●テスト80%（中間40%、期末40%） ●授業態度20%				
認定条件	出席が総時間数の3分の2以上あるもの及び成績評価が2以上のもの				
関連資格	日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者（JATI-ATI）				
関連科目	ストレングス&コンディショニング実践Ⅰ・Ⅱ、フリーウエイトの理論と実践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	三原 翔平	実務経験	○		
実務内容	仙台リゾート&スポーツ専門学校卒業後、パーソナルトレーニングジムにてトレーナーとして勤務。				

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	授業の流れ、到達目標、評価方法、業界の動向や必要とされる人材について
2	トレーニング指導者としての心構え	トレーニング指導者に必要な能力、ジムマナー（安全の確保）について
3	トレーニング指導の流れ①	カウンセリング→測定評価→目標設定→プログラム作成→指導→再評価 の流れについて
4	トレーニング指導の流れ②	ピリオダイゼーションについて

5	プログラム変数	プログラム変数、プログラム作成について
6	カウンセリング①	健康スクリーニングについて
7	カウンセリング②	個人特性分析、競技活動分析について
8	ここまでの振り返り まとめ	振り返りや復習、中間筆記テストなどを行う
9	測定評価①	測定評価の目的と留意点、初心者の筋力測定（プッシュアップ、レッグプレス、ボディロウなど）
10	測定評価②	上級者の筋力測定（RMテスト）
11	指導練習①	インストラクション
12	指導練習②	フォームチェック、キューイング、アドバイス
13	指導練習③	適切な重量設定
14	ここまでの振り返り まとめ	振り返りや復習、期末実技テストなどを行う
15	総まとめ	テストの振り返り、授業の要点まとめ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	実技	科目名	フリーウエイトの理論と実践Ⅱ		
必修選択	選択	(学則表記)	フリーウエイトの理論と実践Ⅱ		
開講		単位数	時間数		
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	1	30
使用教材	トレーニング指導者テキスト実践編	出版社	大修館書店		

科目の基礎情報②

授業のねらい	パーソナルトレーニング指導の際に必要な、フリーウエイトに関する知識と実践力・指導力を獲得する				
到達目標	・フリーウエイト指導の一連の流れがスムーズに実施できる ・様々なクライアントに対するプログラム作成、指導ができる ・各フリーウエイト種目に対する知識や応用テクニックを獲得する				
評価基準	●テスト80%（中間40%、期末40%） ●授業態度20%				
認定条件	出席が総時間数の3分の2以上あるもの及び成績評価が2以上のもの				
関連資格	日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者（JATI-ATI）				
関連科目	ストレングス&コンディショニング実践Ⅰ・Ⅱ、フリーウエイトの理論と実践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	三原 翔平	実務経験	○		
実務内容	仙台リゾート&スポーツ専門学校卒業後、パーソナルトレーニングジムにてトレーナーとして勤務。				

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	前期の復習	「フリーウエイトの理論と実践Ⅰ」で行った内容を確認する
2	通し練習①	カウンセリング→測定評価→目標設定→プログラム作成→指導の一連の流れをペアで実施する
3	通し練習②	カウンセリング→測定評価→目標設定→プログラム作成→指導の一連の流れをペアで実施する
4	ケーススタディ①	トレーニング初心者へのトレーニング指導

5	ケーススタディ②	ダイエット、筋肉量増加、姿勢改善を目的とするクライアントへのトレーニング指導
6	ケーススタディ③	整形外科的疾患、内科的疾患を持つクライアントへのトレーニング指導
7	ケーススタディ④	スポーツのパフォーマンス向上を目的とするクライアントへのトレーニング指導
8	ここまでの振り返り まとめ	振り返りや復習、中間筆記テストなどを行う
9	胸部・背部のトレーニング	プレス、フライ、ロウ、プル系などの各種目の深い知識や細かいポイントを確認する
10	肩・腕部のトレーニング	ショルダープレス、レイズ、カール、エクステンション系などの各種目の深い知識やポイントを確認する
11	脚部のトレーニング	スクワット、ランジ、単関節（アイソレーション）系などの各種目の深い知識やポイントを確認する
12	体幹部のトレーニング	カール、エクステンション、ベンド、ローテーション系など（スタビリティ種目も含め）の各種目の深い知識やポイントを確認する
13	パワートレーニング	クイックリフト、スクワットジャンプ、高速レジスタンス、プライオメトリクスなどの各種目の深い知識やポイントを確認する
14	ここまでの振り返り まとめ	振り返りや復習、期末実技テストなどを行う
15	総まとめ	テストの振り返り、授業の要点まとめ

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	フィットネスマーケティングⅠ		
必修選択	選択	(学則表記)	フィットネスマーケティングⅠ		
開講		単位数	時間数		
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	1からのマーケティング<第4版>		出版社	碩学社 同文館出版	

科目の基礎情報②

授業のねらい	マーケティングの基本とトレーナーとして必要なフィットネス業界のマーケティングを学ぶ				
到達目標	マーケティングの基礎知識を習得する フィットネス業界とトレーナーとしてのマーケティング、ブランディングを理解し実践する				
評価基準	授業内提出物：50% 授業態度：30% テスト：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					
関連科目	フィットネスマーケティング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	富澤 洋一	実務経験	○		
実務内容	株式会社コラボコーポレーション代表取締役。フィットネスジム、スタジオ施設・岩盤浴サロンの経営に携わる 他、運動指導員派遣事業や地方自治体予防介護事業等に取り組む。				

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	マーケティングとは	マーケティングとは、企業のマーケティング発想経営を理解する
2	マーケティング発想	製品、サービスの価値と性能の違い
3	マーケティング論	マーケティングの誕生と進化
4	顧客満足	顧客満足度について理解する

5	STP分析①	3章 STP分析の手法を理解する
6	STP分析②	STP分析 マーケティングミックスを理解する
7	製品・価格のマネジメント	製品開発、価格設定の仕方を理解する
8	広告	プロモーション・メディアミックスを理解する
9	チャンネル選択 サプライチェーン	マーケティングチャンネル サプライチェーンマネジメントを理解する
10	営業	営業と販売 営業活動を理解する
11	顧客関係 ファンマーケティング	お客様をやめさせない
12	ビジネスモデル	BとC BTOB
13	顧客理解 ブランド構築	顧客理解 ブランド構築を理解する
14	まとめ①	テスト レポート提出など
15	まとめ②	前期の振り返り、テスト・レポートのフィードバック

シラバス

科目の基礎情報①

授業形態	講義	科目名	フィットネスマーケティングII		
必修選択	選択	(学則表記)	フィットネスマーケティングII		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	2	30
使用教材	1からのマーケティング<第4版>		出版社	碩学社 同文館出版	

科目の基礎情報②

授業のねらい	マーケティングの基本とトレーナーとして必要なフィットネス業界のマーケティングを学ぶ				
到達目標	マーケティングの基礎知識を習得する フィットネス業界とトレーナーとしてのマーケティング、ブランディングを理解し実践する				
評価基準	授業内提出物：50% 授業態度：30% テスト：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					
関連科目	フィットネスマーケティング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	富澤 洋一	実務経験		○	
実務内容	株式会社コラボコーポレーション代表取締役。フィットネスジム、スタジオ施設・岩盤浴サロンの経営に携わる 他、運動指導員派遣事業や地方自治体予防介護事業等に取り組む。				

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	前期振り返り	前期マーケティング全般の振り返りを行う
2	フィットネス業界トレンド①	日本のフィットネスクラブ業界のトレンドの理解
3	フィットネス業界トレンド②	日本のフィットネスクラブ業界のトレンドの理解
4	マーケティングリサーチ①	製品・サービスに合わせたマーケティングリサーチの実践 やめさせない

5	マーケティングリサーチ②	製品・サービスに合わせたマーケティングリサーチの実践 やめさせない
6	マーケティングリサーチ③	マーケティングリサーチ結果の発表
7	マーケティング立案①	製品・サービスに合わせたマーケティングの取り組みを考える
8	マーケティング立案②	製品・サービスに合わせたマーケティングの取り組みを考える
9	マーケティング立案③	マーケティングの取り組みの発表
10	顧客満足実践①	集客、継続の施策立案
11	顧客満足実践②	集客、継続の施策立案
12	ブランド構築実践①	ブランド構築のための取り組み
13	ブランド構築実践②	ブランド構築のための取り組み
14	まとめ①	テスト レポート提出など
15	まとめ②	後期の振り返り、テスト・レポートのフィードバック

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Ⅲ		
必修選択	選択	(学則表記)	インターンシップ実習Ⅲ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	3	96
使用教材	なし		出版社	なし	

科目の基礎情報②

授業のねらい	授業で得たものを活かしつつ、「対人基礎力」、「対人自己基礎力」、「対課題基礎力」、「専門知識・技術」の4項目、10の力をスポーツ現場での活動の取り組みによって身に付ける。				
到達目標	自信の強みを伸ばしていくことや課題を自らみつけチャレンジできるようになる。 組織の一員として動くことで周囲と協力して取り組むことができるようになる。				
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	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	狩野 芳明	実務経験			
実務内容					

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Ⅲ		
必修選択	選択	(学則表記)	総合演習Ⅲ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	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	スポーツ業界において、トレーナーのエントリーレベルに求められる専門的スキルを学習する。				
到達目標	授業のねらいに記載のエントリーレベルに求められる要素として下記の4項目を習得することを目標とする。 1)クライアントから、運動指導に必要な情報をカウンセリングや体力測定などから収集する方法を理解すること。 2)収集された情報からクライアントに対する運動指導のプログラムを立案・指導について理解すること。 3)立案したプログラムの見直し・再構築を行い、最適な運動指導プログラムの作成方法について理解すること。				
評価基準	提出物の提出状況：30%、個人発表（運動指導実践力/プレゼンテーション）：30%、授業態度：40%				
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	全ての資格				
関連科目	全ての科目				
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	鈴木 舞子 他1名	実務経験	○		
実務内容	アスレティックトレーナーとはり師・きゅう師を有し、高校生～実業団のスポーツチームに帯同していた。				

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	本授業の目的、方向性、到達点の確認 グルーピング、カウンセリング・トレーニングシートを作成する
2	セッション指導内容の立案	カウンセリングシートをもとにカウンセリングと評価、エクササイズのプログラミングの実施方法について学習する。
3	指導実践①	パーソナルセッション（カウンセリング、評価、指導内容の説明）を実施する
4	トレーニングプログラミング①	カウンセリングシートをもとに評価を実施し、次週の指導に向けてトレーニングプログラムを作成する

5	指導実践②	パーソナルセッション（セッションで指導するエクササイズ・ホームエクササイズ指導、内容解説）を実施する
6	指導実践③	単元1～5の内容をもとに在校生から運動に向けたカウンセリングと評価を受ける
7	トレーニングプログラミング②	指導実践③のカウンセリング情報をもとに、指導を受けた内容をもとにトレーニングプログラムを作成する
8	指導実践④	トレーニングプログラミング②、指導実践④の内容をもとに指導を受ける
9	指導実践⑤	トレーニングプログラミング②の内容をもとに指導を受ける
10	指導実践⑥	指導実践③、④の内容をもとに指導を実践する（AT2年からAT3年学生を指導する）
11	実践報告・検討会	指導実践③、④、⑤の内容について、症例の類似するグループで報告・検討（振り返り）を実施する
12	プログラミング再学習	トレーニング指導についてカウンセリングから指導までの流れについて再度学習する
13	症例報告会①	担当クライアントに関する症例報告の実施
14	症例報告会②	担当クライアントに関する症例報告の実施
15	まとめ	前期授業の振り返り

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Ⅳ		
必修選択	選択	(学則表記)	総合演習Ⅳ		
		開講	単位数	時間数	
年次	3年次	学科	アスレティックトレーナー科	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	1年生の総合演習Ⅰに関わることで、今まで学んだ知識をアウトプットすることがねらい。また、AT科として縦の関係性を築いていくことにより、資格への勉強方法、キャリアイメージ構築を円滑に進めることを目標とする。				
到達目標	総合演習Ⅳにて1年生へAT教育の流れを行うことが目標。3年生から1年生に対して、試験に向けての勉強方法、現場実習、キャリアイメージ構築（就職活動）について日々の学習との相乗効果を発揮し、授業での学びを1年生に還元出来る仕組みを主体的に考えられるような状態を目指す。				
評価基準	提出物の提出状況：30%、プレゼンテーション：30%、授業態度：40%				
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	全ての資格				
関連科目	全ての科目				
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	鈴木 舞子	実務経験	○		
実務内容	アスレティックトレーナーとはり師・きゅう師を有し、高校生～実業団のスポーツチームに帯同していた。				

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	本授業の目的、方向性、到達点の確認 グルーピングごとにテーマ設定・資料作成を行う

2		
3	プレゼンテーション準備	①AT試験に向けての勉強方法について ②AT現場実習について ③各資格取得を通じて得たスキルの活用方法 ④キャリアイメージ構築（就職活動）について 各グループごとに分かれて、設定したプレゼンテーションの準備を行う
4		
5		
6		
6	ブレ発表	①AT試験に向けての勉強方法について ②AT現場実習について ③各資格取得を通じて得たスキルの活用方法 ④キャリアイメージ構築（就職活動）について 各グループごとに分かれて、クラス内でブレ発表を行う
7		
8		
9		
10	1年生に向けて発表	①AT試験に向けての勉強方法について ②AT現場実習について ③各資格取得を通じて得たスキルの活用方法 ④キャリアイメージ構築（就職活動）について 各グループごとに分かれて、1年生に対してプレゼンテーションを行う
11		
12		
13		
14	振り返り	プレゼンテーション発表のフィードバック、振り返りを行う
15	総括	総合演習の総括