

文化・教養分野 専門課程 スポーツ健康学科 パーソナルトレーナー専攻

(No.1)

区分	科 目 名	単位	年間授業時間数		総授業 時間数	備 考
			第1学年	第2学年		
理論 科目	スポーツと社会	2	30		30	
	スポーツの心理	2	30		30	
	スポーツと指導者	4	60		60	
	身体の解剖と機能	4	60		60	
	スポーツ外傷・障害の基礎	4	60		60	
	運動生理学	4	60		60	
	救急処置法特別講習	1	30		30	
	スポーツ栄養学	2		30	30	
	健康運動理論	4		60	60	
	健康プログラムⅠ	2		30	30	
	健康プログラムⅡ	2		30	30	
	ジュニアスポーツ指導の基礎	2		30	30	
	ジュニアスポーツ指導の実際	2		30	30	
	救急処置法	2		30	30	
	健康運動実践指導者対策理論	2		30	30	
	スイミング理論	4		60	60	選択
	各種トレーニング法の理論とプログラム	2		30	30	
	トレーニングにおける エクササイズテクニック	2		30	30	
	トレーニング指導者理論	2		30	30	
実技 科目	ベーシックトレーニング	2	60		60	
	ベーシックスイミング	2	60		60	
	ベーシックエアロビックダンス	2	60		60	
	テーピングテクニック	2	60		60	
	スポーツスキルⅠ	2	60		60	
	スキー・スノーボード宿泊研修Ⅰ	2	60		60	選択
	スポーツスキルⅡ	1		30	30	
	スイミングスキル	2		60	60	選択
	健康運動実践指導者対策実技	1		30	30	
	エアロビック指導員対策実技	1		30	30	選択
	水泳指導員対策実技	1		30	30	選択
	スキー・スノーボード宿泊研修Ⅱ	2		60	60	選択
	各種トレーニング法の実際	2		60	60	
	パーソナルトレーニング	2		60	60	
一般 科目	基礎学習	2	30		30	
	ビジネススキル	2	30		30	
	コミュニケーションⅠ	2	30		30	
	就職セミナー	1	30		30	
	カレッジイベントⅠ	1	30		30	
	就職実務	2		30	30	
	情報基礎	2		60	60	
	カレッジイベントⅡ	1		30	30	
	コミュニケーションⅡ	2		30	30	

文化・教養分野 専門課程 スポーツ健康学科 パーソナルトレーナー専攻

(No.2)

区分	科 目 名	単位	年間授業時間数		総授業時間数	備 考
			第1学年	第2学年		
実習科目	スポーツクラブ見学・体験実習	1	30		30	
	特別研修	1	30		30	
	インターンシップⅠ	1	30		30	
	ジュニアスポーツ指導実習	2		60	60	
	インターンシップⅡ	2		60	60	
特別科目	一年次研究課題Ⅰ	4	60		60	選択
	一年次研究課題Ⅱ	4	60		60	選択
	一年次研究課題Ⅲ	4	60		60	選択
	二年次研究課題Ⅰ	4		60	60	選択
	二年次研究課題Ⅱ	4		60	60	選択
	二年次研究課題Ⅲ	4		60	60	選択
	ボランティア活動	1		30	30	選択
振替科目	企業実習	8		240	240	該当者振替
選択必修科目	Ⅰ スポーツプログラマー対策	2		30	30	Ⅰ～Ⅴの いずれか1つ 以上を選択
	Ⅱ エアロビック指導員対策理論	2		30	30	
	Ⅲ 水泳指導員対策理論	2		30	30	
	Ⅳ ジュニアスポーツ指導員対策	2		30	30	
	Ⅴ J A T I トレーニング指導者対策	2		30	30	
総 合 計		85 ～130	870 ～1,110	840 ～1,410	1,710 ～2,520	

※合計に振替科目分は含めない。