

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツトレーナー 学科
AT 専攻

授業科目 (科目ID)	スポーツ外傷学Ⅱ 19t333		担当教員 (実務経験)	谷本 光 有 ☒ 無 ☐ アスレティックトレーナー、柔道整復師		
対象年次・学期	3年・通年		必修・選択区分	必修	単位数	4単位
授業形態	講義		授業回数(1回90分)	30	時間数	60時間
授業目的	スポーツによる外傷を専門に研究する学問である「スポーツ外傷学」を学ぶことにより、アスレティックトレーナーとしての知識をより深め、幅広い視野と専門的知識を持ってトレーナー活動、スポーツ指導を行えるようにする。					
到達目標	各スポーツ外傷・障害の概要を説明できる。 スポーツ外傷・障害の予防策を述べることができる。					
テキスト・ 参考図書等	アスレティックトレーナー専門テキスト③					
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準			
	試験	80%	試験、その他(受講姿勢、受講態度等)を総合的に評価する。			
	レポート	%				
	小テスト	%				
	提出物	%				
	その他	20%				
履修上の 留意事項	テキスト及び配付プリントにそった授業展開。パワーポイントを使用しての授業が中心となる。これまで学習してきた部位・疾患別のスポーツ外傷・障害について、より深く学習していきます。授業だけではテキスト全てを網羅できませんので、積極的な自己学習を期待します。 ☆1・2年次で使用したノート・プリントを用意して下さい☆					
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題		履修内容		
	1	ガイダンス／スポーツ外傷学総論		講義の説明、その他／スポーツ外傷学とは何か		
	2	スポーツ外傷学総論(1)		アスリートの外傷・障害と対策		
	3	スポーツ外傷学総論(2)		スポーツ外傷学とは何か 目的と活動		
	4	スポーツ外傷学総論(3)		スポーツ外傷発生要因を考える／足部機能について		
	5	スポーツ外傷学総論(4)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症		
	6	スポーツ外傷学総論(5)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症《ジャンプ動作》		
	7	スポーツ外傷学総論(6)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症《キック動作》		
	8	スポーツ外傷学総論(7)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症《スイム動作》		
	9	スポーツ外傷学総論(8)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症《投球動作》 絞扼性神経障害		
	10	スポーツ外傷学総論(9)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症、インピンジメント症候群etc		
	11	スポーツ外傷学総論(10)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症《ストップ・方向転換》		
	12	スポーツ外傷学総論(11)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症《歩行動作》《走動作》		
	13	スポーツ外傷学総論(12)		代表的なスポーツ動作を考える／骨端症《コンタクトと頭部外傷》		
	14	前期のまとめ		前期のまとめ／試験対策		
15	前期のまとめ		前期のまとめ／試験解答・解説			

16	スポーツ外傷学総論(13)	コンタクトと頭部外傷①
17	スポーツ外傷学総論(14)	コンタクトと頭部外傷②
18	スポーツ外傷学総論(15)	コンタクトと頭部外傷③
19	スポーツ外傷学 各論(1)	腸脛靭帯炎
20	スポーツ外傷学 各論(2)	鼠径部痛症候群①
21	スポーツ外傷学 各論(3)	鼠径部痛症候群②
22	スポーツ外傷学 各論(4)	鼠径部痛症候群③
23	スポーツ外傷学 各論(5)	TFCC損傷
24	スポーツ外傷学 各論(6)	肩関節前方脱臼、インピンジメント症候群①
25	スポーツ外傷学 各論(7)	肩関節前方脱臼、インピンジメント症候群②
26	スポーツ外傷学 各論(8)	下腿部 シンスプリント・コンパートメント症候群
27	スポーツ外傷学 各論(9)	主訴、主症状から想定すべき疾患①
28	スポーツ外傷学 各論(10)	主訴、主症状から想定すべき疾患②
29	まとめ	1年のまとめ／試験対策、練習問題配布
30	まとめ	1年のまとめ

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー 学科
SM／AT・MT 専攻

授業科目 (科目ID)	スポーツマッサージ 19t310		担当教員 (実務経験)	高田 健介 有 ☒ 無 ☐ 鍼灸師	
対象年次・学期	3年・前期		必修・選択区分	必修	単位数 1単位
授業形態	実習		授業回数(1回90分)	15	時間数 30時間
授業目的	スポーツの現場における安心・安全の知識とケア技術を実技を通して学びましょう				
到達目標	体表解剖を理解し、安全に人の身体に触る事ができる。				
テキスト・ 参考図書等	実技テストは、人の身体安全に扱える扱えるか、目的の筋肉を動かせるか。 その他は、受講態度や出席率などの平常点。				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	60%	試験、その他(受講姿勢、受講態度等)を総合的に評価する。		
	レポート	%			
	小テスト	%			
	提出物	%			
	その他	40%			
履修上の 留意事項	トレーナーズルームを使用し、毎週各部位を変えながら実技講習を行う。 生徒同士でお互いに身体を借りて、体表解剖の知識を学びながら気持ち良く普段の疲れも癒し体験しながら楽しい授業にしましょう。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	オリエンテーション	手技の説明、適応、禁忌など		
	2	下肢(下腿三頭筋)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	3	下肢(足底)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	4	下肢(ハムストリングス)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	5	下肢(大腿四頭筋)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	6	腰・背中・臀部(臀部)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	7	腰・背中・臀部(腰)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	8	腰・背中・臀部(背中)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	9	頸・肩・腕(肩・肩甲骨)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	10	頸・肩・腕(頸・頭)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	11	頸・肩・腕(上腕・前腕・手)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	12	頸・肩・腕(仰臥位の頸・肩)	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	13	テスト対策	復習		
	14	実技テスト	個別実技テスト		
15	その他マッサージ+実技テスト予備日	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点			

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー 学科
SM／AT／MT 専攻

授業科目 (科目ID)	テーピングテクニックⅡ 19t311		担当教員 (実務経験)	濱田 光 ・ 千保 大聖 有 ☐ 無 ☒	
対象年次・学期	3年・通年		必修・選択区分	必修	単位数 2単位
授業形態	実習		授業回数(1回90分)	30	時間数 60時間
授業目的	基本的な機能解剖学およびスポーツ外傷学の知識をベースとした各部位におけるテーピング技術を学ぶ。				
到達目標	トレーナー、スポーツ指導者として、正確で、素早い、機能的なテーピングを行うことができる。				
テキスト・ 参考図書等	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑥「予防とコンディショニング」 身体運動の機能解剖				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	60%	実技試験の結果およびその他(受講姿勢、受講態度等)を総合的に評価する。		
	レポート	%			
	小テスト	%			
	提出物	%			
	その他	40%			
履修上の 留意事項	デモンストレーション後、各人に実技練習をしてもらいます。テーピング部位に関する解剖学、運動学、外傷学の知識習得も同時に行う。、①実技試験は授業にて実施、②テーピングを行う部位により、Tシャツ、ハーフパンツ着用の指示あり、トレーナー、スポーツ指導者にとってテーピングテクニックは、絶対に身につけなければならない手技の一つです。何度も反復練習し自身のバリエーションを増やしましょう。皆さんの積極的な取組を期待しています。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス／テーピング総論	講義の説明、その他／テーピング実施時の注意事項		
	2	足部	足底腱膜炎のテーピング①		
	3	足部	足底腱膜炎のテーピング②		
	4	足関節	母趾過伸展捻挫、種子骨障害、踵部挫傷のテーピング		
	5	足関節	足関節内返し捻挫のテーピング①		
	6	足関節	足関節内返し捻挫のテーピング②		
	7	足関節	足関節外返し捻挫、応急処置のテーピング		
	8	足関節	有痛性三角骨、距骨後突起障害、前脛骨筋腱炎、前脛腓靭帯損傷のテーピング		
	9	足関節	フットボーラーズアングル、アキレス腱炎、前脛腓靭帯損傷のテーピング		
	10	足関節	アキレス腱炎、アキレス腱周囲炎、アキレス腱部滑液包炎のテーピング		
	11	下腿部	下腿三頭筋肉ばなれ、シンスプリントのテーピング		
	12	前期実技試験			
	13	前期実技試験			
	14	前期実技試験			
	15	前期実技試験			
	16	膝関節	膝関節内側側副靭帯損傷のテーピング		
17	膝関節	膝関節外側側副靭帯損傷のテーピング			

	18	膝関節	膝関節前十字靱帯損傷のテーピング
	19	大腿部	大腿部打撲・肉ばなれのテーピング
	20	股関節	股関節内転筋損傷・腸腰筋損傷のテーピング
	21	腰部・胸部	腰部筋筋膜症、腰部捻挫、腸骨稜打撲、肋軟関節分離のテーピング
	22	肩関節	肩鎖関節捻挫のテーピング
	23	肩関節	肩関節反復性前方脱臼のテーピング
	24	肘関節	肘関節内側側副靱帯損傷のテーピング
	25	肘関節	肘関節過伸展捻挫のテーピング
	26	手関節	手関節捻挫、指捻挫のテーピング
	27	後期実技試験	
	28	後期実技試験	
	29	後期実技試験	
	30	後期実技試験	

[illegible]

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー 学科
SMIV／AT・MTⅢ 専攻

授業科目 (科目ID)	テーピングテクニックⅢ 19t312／19t408	担当教員 (実務経験)	土岐 政義 有 ☒ 無 ☐ アスレティックトレーナー		
対象年次・学期	4年／3年・通年	必修・選択区分	必修	単位数	2単位
授業形態	実習	授業回数(1回90分)	30	時間数	60時間
授業目的	競技特性に応じて求められる頻度の高い部位別・障害別テーピング法の習得を目的・目標とする。また、ATテキストの復習も兼ねる。(足部、足・膝・肘関節を主に復習)				
到達目標	スポーツ外傷・障害に対するテーピング(キネシオロジーテーピングを使用)が実施出来る。				
テキスト・参考図書等	部活ですぐ使える！基本のスポーツテーピング				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	60%	実技試験、その他(受講姿勢、受講態度等)を総合的に評価する。		
	レポート	%			
	小テスト	%			
	提出物	%			
	その他	40%			
履修上の留意事項	特になし。				
履修主題・履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	オリエンテーション／復習	授業内容説明、諸注意、その他／前年度までの復習		
	2	テーピングの復習①	非伸縮テープを用いての復習(足部・足関節)		
	3	テーピングの復習②	非伸縮テープを用いての復習(足部・足関節)		
	4	総論	スポーツとテーピング、特徴・効果・使い方の基本		
	5	足部・下肢のキネシオテーピング	①足関節捻挫 ②アキレス腱炎		
	6	足部・下肢のキネシオテーピング	前回の復習、③シンスプリント ④下腿部肉離れ		
	7	足部・下肢のキネシオテーピング	前回の復習、⑤足底筋膜炎 ⑥オスグッドシュラッター病		
	8	下肢・腰部のキネシオテーピング	前回の復習、⑦ハムストリングス肉離れ(再発予防2種類)		
	9	下肢・腰部のキネシオテーピング	前回の復習、⑧腰部の痛み(3種類)		
	10	前期復習①・試験対策	①～③の復習		
	11	前期復習②・試験対策	④～⑥の復習		
	12	前期復習③・試験対策	⑦・⑧の復習		
	13	実技試験	実技試験①		
	14	実技試験	実技試験②		
15	実技試験	実技試験③			

16	復習	前期の復習
17	テーピングの復習③	非伸縮テープを用いての復習(肘・膝関節)
18	テーピングの復習④	非伸縮テープを用いての復習(肘・膝関節)
19	下肢のキネシオテーピング	⑨内側側副靱帯損傷 ⑩半月板損傷
20	下肢のキネシオテーピング	前回の復習、⑪腸脛靱帯炎 ⑫前十字靱帯損傷
21	下肢のキネシオテーピング	前回の復習、⑬ジャンパーズニー ⑭内側上顆炎(2種類)
22	肩・上肢のキネシオテーピング	前回の復習、⑮外側上顆炎(2種類) ⑯腱板炎
23	テーピングの併用	非伸縮テープとキネシオテーピングの併用の実践(上肢)
24	テーピングの併用	非伸縮テープとキネシオテーピングの併用の実践(下肢)
25	後期復習①・試験対策	⑨・⑩の復習
26	後期復習②・試験対策	⑪～⑬の復習
27	後期復習③・試験対策	⑭～⑯の復習
28	実技試験	実技試験①
29	実技試験	実技試験②
30	実技試験	実技試験③

授業科目 (科目ID)	テーピングテクニックⅢ 19t312／19t408	担当教員 (実務経験)	千保 大聖 有 ☒ 無 ☐
対象年次・学期	4年／3年・通年	担当教員 (実務経験)	有 ☒ 無 ☐
授業形態	実習		
	担当教員 (実務経験)		
	担当教員 (実務経験)		
	担当教員 (実務経験)		
	担当教員 (実務経験)		
	担当教員 (実務経験)		
	担当教員 (実務経験)		
	担当教員 (実務経験)		

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー 学科
SM／AT・MT 専攻

授業科目 (科目ID)	スポーツスキル 19t313		担当教員 (実務経験)	喜多 奎介 有 ☒ 無 ☐ スポーツ指導員		
対象年次・学期	3年・前期		必修・選択区分	必修	単位数	1単位
授業形態	実習		授業回数(1回90分)	15	時間数	30時間
授業目的	指導に関する留意点を学ぶ。各運動種目の特性を学ぶ。					
到達目標	安全面に配慮しながら、自分のアイデア、工夫を生かして運動指導を説明、実演できること。					
テキスト・ 参考図書等						
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準			
	試験	70%	試験、その他(受講姿勢、受講態度等)を総合的に評価する。			
	レポート	%				
	小テスト	%				
	提出物	%				
	その他	30%				
履修上の 留意事項	体育館にて授業を行います。怪我や体調不良、忘れ物等で授業に参加できない場合はレポートを作成し提出してもらいます。(授業時間内:400字×2枚)、積極的に授業に参加しましょう。 用意:運動に適した服装・着替え・上靴、禁止事項:体育館内は飲食不可。携帯電話の持ち込み不可。アクセサリ禁止。					
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容			
	1	ガイダンス	授業の説明			
	2	種目1～7のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点 【種目】 1. フットサル 2. バスケットボール 3. バドミントン 4. バレーボール 5. ハンドボール 6. ニュースポーツ 7. レクリエーションスポーツ ※種目1～7の実施順を入れ替える場合があります	1. フットサル			
	3		1. フットサル			
	4		2. バスケットボール			
	5		2. バスケットボール			
	6		3. バドミントン			
	7		3. バドミントン			
	8		4. バレーボール			
	9		4. バレーボール			
	10		5. ハンドボール			
	11		5. ハンドボール			
	12		6. ニュースポーツ			
	13		6. ニュースポーツ			
	14		7. レクリエーションスポーツ			
15	7. レクリエーションスポーツ					

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー 学科
SMIV／AT・MTⅢ 専攻

授業科目 (科目ID)	スイミングスキルⅡ 19t314 / 19t409		担当教員 (実務経験)	今井 由美子 有 ☐ 無 ☒	
対象年次・学期	4年／3年・通年		必修・選択区分	選択	単位数 2単位
授業形態	実習		授業回数(1回90分)	30	時間数 60時間
授業目的	各種泳法の基本技術を向上させ、指導員として模範となる泳ぎを習得する。効率よく泳ぐ方法を習得し、各種泳法のタイムアップを目指すし、潜行・日本泳法等の新しい技術や安全水泳の技術を習得する。水泳指導員の取得を目指す。				
到達目標	泳法を改善することで、より速い個人メドレーを泳ぐ事が出来る。				
テキスト・ 参考図書等	水泳指導教本・プリント				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	80%	試験(実技)の結果、その他(受講姿勢、受講態度等)を総合的に評価する。		
	レポート	%			
	小テスト	%			
	提出物	%			
	その他	20%			
履修上の 留意事項	プールでの実技中心。必要な時はプリント配布。、各種泳法等の技術習得は、様々な指導をする上での自信になりますし、幅広く活用できます。最終目標は個人によって様々ですが、それぞれの目標に向かって頑張りましょう。体調を万全にして授業に臨んでください。水泳指導員を受験する学生は、必ず履修してください。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	オリエンテーション	泳法確認		
	2	能力確認	タイム計測・基本技術確認・安全水泳		
	3	各種泳法スキルアップ	Fr／持久カトレニング／スカリング		
	4	各種泳法スキルアップ	Fr／持久カトレニング／スカリング		
	5	各種泳法スキルアップ	Ba／持久カトレニング／スカリング		
	6	各種泳法スキルアップ	Ba／持久カトレニング／スカリング		
	7	各種泳法スキルアップ	Ba／持久カトレニング／スカリング		
	8	各種泳法スキルアップ	Br／持久カトレニング／スカリング		
	9	各種泳法スキルアップ	Br／持久カトレニング／スカリング		
	10	各種泳法スキルアップ	Fly／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	11	各種泳法スキルアップ	Fly／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	12	各種泳法スキルアップ	IMターン／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	13	各種泳法スキルアップ	IMターン／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	14	各種泳法スキルアップ	IMターン／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
15	前期末試験	個人メドレータイム測定			

	16	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、潜行、飛び込み
	17	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、潜行、飛び込み
	18	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、潜行、飛び込み
	19	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、潜行、飛び込み
	20	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、潜行、飛び込み
	21	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、飛び込み
	22	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、飛び込み
	23	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、飛び込み
	24	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、飛び込み
	25	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピード持久カトレーニング、横泳ぎ、飛び込み
	26	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピードトレーニング、潜行、横泳ぎ
	27	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピードトレーニング、潜行、横泳ぎ
	28	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピードトレーニング、潜行、横泳ぎ
	29	各種泳法・トレーニング	個人メドレー、スピードトレーニング、潜行、横泳ぎ
	30	後期末試験	個人メドレータイム測定

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー／スポーツ健康 学科
SMⅣ／AT・MTⅢ／SP・PE・SCⅡ 専攻

授業科目 (科目ID)	水泳指導員対策実技 19s219 / 19t315 / 19t410	担当教員 (実務経験)	今井 由美子 有 ☐ 無 ☒		
対象年次・学期	4年／3年／2年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	1単位
授業形態	実習	授業回数(1回90分)	15	時間数	30時間
授業目的	各種泳法の基本技術を向上させ、指導員として模範となる泳ぎを習得する。効率よく泳ぐ方法を習得し、各種泳法のタイムアップを目指すし、潜行・日本泳法等の新しい技術や安全水泳の技術を習得する。水泳指導員の取得を目指す。				
到達目標	泳法を改善することで、より速い個人メドレーを泳ぐ事が出来る。				
テキスト・参考図書等	水泳指導教本・プリント				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	%	小テスト、その他(受講姿勢、受講態度等)を総合的に評価する。		
	レポート	%			
	小テスト	80%			
	提出物	%			
	その他	20%			
履修上の留意事項	各種泳法等の技術習得は、様々な指導をする上での自信になりますし、幅広く活用できます。最終目標は個人メドレーのタイムを切る事です。体調を万全にして授業に臨んでください。				
履修主題・履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	能力確認①	個人メドレータイム計測・基本技術確認・横泳ぎ		
	2	能力確認②	タイム計測・基本技術確認・横泳ぎ		
	3	各種泳法スキルアップ①	Fr／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	4	各種泳法スキルアップ②	Ba／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	5	各種泳法スキルアップ③	Br／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	6	各種泳法スキルアップ④	Fly／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	7	各種泳法スキルアップ⑤	IMターン／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	8	各種泳法スキルアップ⑥	IMターン／スピードトレーニング／潜行／横泳ぎ		
	9	各種泳法スキルアップ⑦	個人メドレー、スピードトレーニング、潜行、横泳ぎ、飛び込み		
	10	各種泳法スキルアップ⑧	個人メドレー、スピードトレーニング、潜行、横泳ぎ、飛び込み		
	11	各種泳法スキルアップ⑨	個人メドレー、スピードトレーニング、潜行、横泳ぎ、飛び込み		
	12	各種泳法スキルアップ⑩	個人メドレー、スピードトレーニング、潜行、横泳ぎ、飛び込み		
	13	タイム測定	個人メドレータイム測定		
	14	泳法確認	個人メドレー、潜行、横泳ぎ、飛び込み		
	15	泳法確認	個人メドレー、潜行、横泳ぎ、飛び込み		

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー／スポーツ健康 学科
SMⅣ／AT・MTⅢ／SP・PE・SCⅡ 専攻

授業科目 (科目ID)	エアロビック指導員対策実技 19t411 / 19t316 / 19s218	担当教員 (実務経験)	大嶋 春香 有 ☒ 無 ☐ スタジオインストラクター		
対象年次・学期	4年／3年／2年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	1単位
授業形態	実習	授業回数(1回90分)	15	時間数	30時間
授業目的	エアロビック指導員取得に向け、実技試験と指導実習試験を合格できるレベルになる。				
到達目標	実技試験と指導実習試験を合格できるレベルになる。				
テキスト・ 参考図書等	必要に応じて資料等配布する。				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	%	小テストは実技試験、指導実習試験を実際に行い、 その他(受講姿勢、受講態度等)を総合的に評価する。		
	レポート	%			
	小テスト	80%			
	提出物	%			
	その他	20%			
履修上の 留意事項	基礎をしっかりと覚え、身に付け指導できるようにする。まずは自身が楽しんで学ぶこと				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	実技試験対策①	エアロビック技能検定4級ベーシックルーティンA～Dパート		
	2	実技試験対策②	エアロビック技能検定4級ベーシックルーティンA～Dパート		
	3	実技試験対策③	エアロビック技能検定4級ベーシックルーティンA～Dパート		
	4	実技試験対策④	エアロビック技能検定4級ベーシックルーティンA～Dパート		
	5	実技試験対策⑤	エアロビック技能検定4級ベーシックルーティンA～Dパート		
	6	実技模擬試験①	実技試験		
	7	実技模擬試験②	実技試験		
	8	指導実習試験対策①	エアロビック技能検定5級Dパート		
	9	指導実習試験対策②	エアロビック技能検定5級Dパート		
	10	指導実習試験対策③	指導実習		
	11	指導実習試験対策④	指導実習		
	12	指導実習試験対策⑤	指導実習		
	13	指導実習模擬試験①	指導実習試験		
	14	指導実習模擬試験②	指導実習試験		
	15	指導実習模擬試験③	指導実習試験		

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー 学科
SM／AT・MT 専攻

授業科目 (科目ID)	スキー・スノーボード宿泊研修Ⅲ 19t317	担当教員 (実務経験)	田口 清輝 有 ☒ 無 ☐ トレーニング指導者		
対象年次・学期	3年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	2単位
授業形態	実習	授業回数(1回180分)	15	時間数	60時間
授業目的	スキー・スノーボードにおける、基礎技術・知識の習得と向上を目指す。 スキー・スノーボード検定受験により、資格取得を目指す。				
到達目標	冬山における、怪我の予防、ゲレンデマナー及びリスクマネジメントを理解し、指導者としての資質を身に付ける。				
テキスト・ 参考図書等	必要に応じて資料等配布する。				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	%	レポート・提出物等の状況を総合的に評価する その他は受講姿勢等で評価する		
	レポート	10%			
	小テスト	%			
	提出物	10%			
	その他	80%			
履修上の 留意事項	宿泊研修という決まりの中で、自己管理、時間管理を徹底して行う事。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	事前説明会	目的、注意事項伝達		
	2	1日目午後レッスン開始	各班に分かれ道具の特性・理論等を学ぶ		
	3	1日目ミーティング	1日目学んだことを各班で話し合い、日誌に記入する		
	4	1日目ナイター練習	1日目に学んだことを復習する。		
	5	2日目午前レッスン開始	1日目より難易度の高い事を学ぶ		
	6	2日目午後レッスン開始	1日目より難易度の高い事を学ぶ		
	7	2日目ミーティング	2日目学んだことを各班で話し合い、日誌に記入する		
	8	2日目ナイター練習	2日目に学んだことを復習する。		
	9	3日目午前レッスン開始	2日目より難易度の高い事を学ぶ		
	10	3日目午後レッスン開始	2日目より難易度の高い事を学ぶ		
	11	3日目ミーティング	3日目学んだことを各班で話し合い、日誌に記入する		
	12	3日目ナイター練習	3日目に学んだことを復習する。		
	13	4日目午前レッスン開始	各班に分かれ、検定へ向けてレッスンをする		
	14	4日目検定	今まで学んだことを踏まえて検定に臨む		
15	4日目ミーティング	4日目学んだことを各班で話し合い、日誌に記入する			

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツトレーナー／スポーツ健康 学科
SMⅢ／AT・MTⅢ／SP・PE・SCⅠ 専攻

授業科目 (科目ID)	ビジネススキル 19t318		担当教員 (実務経験)	高橋 真大 有 ☒ 無 ☐ スイミングインストラクター	
対象年次・学期	3年・前期 1年・後期		必修・選択区分	必修	単位数 2単位
授業形態	講義		授業回数(1回90分)	15	時間数 30時間
授業目的	就職活動の開始に先立って、社会・組織の一員として必要不可欠な社会常識やビジネスマナーの理解を目的とする。就職後を見据え、社内外で信頼を得、円滑により良い人間関係を構築するために必要となる初歩的なビジネス技能を学ぶ。				
到達目標	学習の成果として「社会人常識マナー検定」を受験し合格が目標となるが、検定を合格するだけが最終目標ではなく、その先として社会に通用する人になること。				
テキスト・ 参考図書等	教科書(社会人常識マナー検定テキスト2・3級)、プリント配布				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	%	社会人常識マナー検定の可否と、授業内の姿勢(授業態度、過去問など)を評価の対象とする。		
	レポート	%			
	小テスト	%			
	提出物	%			
	その他	100%			
履修上の 留意事項	板書形式の授業を通し上記の知識を高めていく。必要に応じプリント教材などを使用する。、この授業を通し、一人の社会人として必要な心構えを身に付け、ビジネス社会へはばたくための準備をしてください。ここで身に付けたスキルは学校生活においても即実践可能なものも多いため、有効に活用すればより充実した学校生活につながるでしょう。最終的な目標は「社会人常識マナー検定」合格です。資格取得をめざし、頑張りましょう。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題		履修内容	
	1	社会常識		社会と組織	
	2			仕事と成果	
	3			一般知識① 政治経済の基礎用語／漢字の読み書き／カタカナ用語	
	4			一般知識② 各都道府県／欧文略語／世界の国名と首都	
	5			ビジネス計算	
	6	コミュニケーション		ビジネスコミュニケーション／敬語	
	7			ビジネス文書の活用	
	8	ビジネスマナー		職場のマナー／来客応対／電話応対	
	9			交際業務	
	10			文書類の受け取りと発想／会議／発送	
	11	検定対策		過去問 問題練習／解答解説	
	12				
	13				
	14				
15					