

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)	企業実習 19t420 / 19t331 / 19s231		担当教員 (実務経験)	企業(実習先)の担当者 有 ☒ 無 ☐		
対象年次・学期	各学科就職学年(4年、3年、2年)・集中		必修・選択区分	選択	単位数	最大8単位(該当分振替)
授業形態	実習		授業回数(1回90分)	最大120(該当分振替)	時間数	最大240時間(該当分振替)
授業目的	企業実習を通じて、直接的に実践力を身につける。					
到達目標	企業(実習先)の週間業務目標を達成できるように、業務(研修)遂行に努力し、実務を通じて技術力の向上を図る。					
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	%	企業(実習先)の担当者に、業務(研修)遂行状況について、相対的な判断にて評価してもらう。 「週間研修状況報告書」の提出をもって、外部研修の状況を把握する。			
	レポート	%				
	小テスト	%				
	提出物	%				
	その他	100%				
履修上の 留意事項	学外での実習であり、企業における実際の仕事を通じて学習するため、各自の目標設定やスケジュール管理が大変重要となります。実習期間が有意義なものとなるように、コミュニケーションをしっかりと取りながら、目標達成を目指してください。					
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容			
	1～15	企業(実習先)における業務(研修)遂行	企業(実習先)の担当業務(研修)について、実務を通じて学習する			
	16～30	企業(実習先)における業務(研修)遂行	企業(実習先)の担当業務(研修)について、実務を通じて学習する			
	31～45	企業(実習先)における業務(研修)遂行	企業(実習先)の担当業務(研修)について、実務を通じて学習する			
	46～60	企業(実習先)における業務(研修)遂行	企業(実習先)の担当業務(研修)について、実務を通じて学習する			
	61～75	企業(実習先)における業務(研修)遂行	企業(実習先)の担当業務(研修)について、実務を通じて学習する			
	76～90	企業(実習先)における業務(研修)遂行	企業(実習先)の担当業務(研修)について、実務を通じて学習する			
	91～105	企業(実習先)における業務(研修)遂行	企業(実習先)の担当業務(研修)について、実務を通じて学習する			
	106～120	企業(実習先)における業務(研修)遂行	企業(実習先)の担当業務(研修)について、実務を通じて学習する			

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
SMⅣ／AT・MTⅢ／SP・PE・SCⅡ 専攻

授業科目 (科目ID)	水泳指導員対策理論 19s212		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 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	水の特性・効果等を理解し、実際の泳ぎに結びつける。水泳指導員検定に必要な専門分野の知識を学び、検定合格を目指す。				
到達目標	水泳指導員合格に向けて、模擬試験を6割以上の点数が取れる。				
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	%	その他、小テストは模擬試験、受講姿勢等で評価する		
	レポート	%			
	小テスト	70%			
	提出物	%			
	その他	30%			
履修上の 留意事項	5科目ある学科の模擬試験を全て6割以上取れるように、教本をよく読み、問題を理解しよう。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	第1章～第9章①	復習とまとめ		
	2	第1章～第9章②	復習とまとめ		
	3	模擬試験①	模擬試験		
	4	模擬試験①解答・復習	解答・間違えた問題の分析		
	5	模擬試験②	模擬試験		
	6	模擬試験②解答復習	解答・間違えた問題の分析		
	7	心肺蘇生法①	実技		
	8	心肺蘇生法②	実技		
	9	対策①	苦手な部分への傾向と対策①		
	10	対策②	苦手な部分への傾向と対策②		
	11	対策③	苦手な部分への傾向と対策③		
	12	模擬試験③	模擬試験		
	13	模擬試験③解答復習	解答・間違えた問題の分析		
	14	模擬試験④	模擬試験		
15	模擬試験④解答復習	解答・間違えた問題の分析			

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理論 19t433 / 19s248 / 19s211		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	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	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	エアロビックについて学び、論述できる					
テキスト・ 参考図書等	エアロビック指導教本					
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準			
	試験	%	小テストは理論模擬試験で6割以上の点数を取る事 その他は受講姿勢等で評価する。			
	レポート	%				
	小テスト	80%				
	提出物	%				
	その他	20%				
履修上の 留意事項	例題や模擬試験を行う事で、エアロビックを学び、指導の幅を広げる					
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容			
	1	エアロビックと障害とスポーツ①	エアロビックの起源と歴史			
	2	エアロビックと障害とスポーツ②	生涯スポーツとエアロビック			
	3	エアロビックの基本構造①	運動特性と領域区分			
	4	エアロビックの基本構造②	エアロビックの定義、エアロビック技術の基本要素			
	5	エアロビックの基本構造③	エアロビックの技術段階、アーム及びフットワーク			
	6	エアロビックと体カトレーニング①	エアロビックとフィットネス			
	7	エアロビックと体カトレーニング②	トレーニングの原理、トレーニング実施の要素			
	8	エアロビック指導法	指導計画時案、指導の隊形、指導の手段とその留意点			
	9	エアロビック指導の実際	初心者への指導上の留意点、高齢者のエアロビック、目的別指導			
	10	健康安全管理	エアロビックで「起こりやすい障害、熱障害、RICE			
	11	記述練習	200字程度3問			
	12	記述練習	200字程度3問			
	13	記述練習	200字程度3問			
	14	模擬試験	選択式、○×式、記述式			
15	模擬試験	選択式、○×式、記述式				

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)	スポーツプログラマー対策 19t434 / 19s247 / 19s209		担当教員 (実務経験)	北村 和弘 有 ☒ 無 ☐ スポーツ指導員		
対象年次・学期	4年／3年／2年・集中		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	スポーツプログラマー検定の合格及び資格取得に向けて論理的に理解する。					
到達目標	スポーツプログラマー検定の合格及び資格取得に向けて、得点平均8割台を目標とする。					
テキスト・ 参考図書等	スポーツプログラマー専門科目テキスト 必要に応じて、資料を配布					
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 50% その他 50%(受講姿勢、受講態度等30%、担当所見20%)			
	レポート	%				
	小テスト	50%				
	提出物	%				
	その他	50%				
履修上の 留意事項	教本、資料を参考に論理的に授業を進め、模擬試験で理解度を確認する。					
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容			
	1	運動と健康	運動と健康			
	2		スポーツプログラマーの役割			
	3	フィットネス・エクササイズの理論と実際	フィットネス・トレーニング			
	4		マシーントレーニング			
	5		ヘルス・エクササイズ			
	6	フィットネス・エクササイズと健康管理	フィットネス・エクササイズと体調			
	7		ウォーミングアップとクーリングダウン			
	8	体力測定と評価	体力測定の方法、測定結果の処理、体力評価とスポーツプログラム			
	9	フィットネスプログラムの実際	フィットネスプログラムの基本的な方法			
	10		子ども・中年のフィットネスプログラム			
	11		高齢者・女性・障害者のフィットネスプログラム			
	12	スポーツ相談の実際	スポーツ相談の意義、スポーツ相談の実際			
	13	確認テスト①	過去問題①、解答、説明			
	14	確認テスト②	過去問題②、解答、説明			
15	確認テスト③	過去問題③、解答、説明				

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)	JATIトレーニング指導者対策 19t435 / 19s251 / 19s214		担当教員 (実務経験)	田口清輝・千保大聖 有 ☒ 無 ☐ トレーニング指導者	
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 2単位
授業形態	講義		授業回数(1回90分)	15回	時間数 30時間
授業目的	スポーツ選手や一般人を対象としたトレーニング指導の専門家として活動する為の知識を学ぶ。				
到達目標	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とされる知識を習得する。				
テキスト・ 参考図書等	トレーニング指導者テキスト理論編／トレーニング指導者テキスト実践編／				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	70%	模擬試験の他、提出物、その他(受講姿勢等)を総合的に評価する。		
	レポート	%			
	小テスト	%			
	提出物	10%			
	その他	20%			
履修上の 留意事項	各章に対しての出題				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	JATI認定トレーニング指導者 練習問題 1	トレーニング指導者論／各種トレーニング法の理論とプログラム(筋力・パワー・持久力)		
	2	JATI認定トレーニング指導者 練習問題 2	各種トレーニング法の理論とプログラム(スピード・柔軟性・特別な対象)		
	3	JATI認定トレーニング指導者 練習問題 3	各種トレーニング法の実際(筋力トレーニングの実際)		
	4	JATI認定トレーニング指導者 練習問題 4	各種トレーニング法の実際(パワー・持久力・スピード・柔軟性向上)		
	5	JATI認定トレーニング指導者 練習問題 5	トレーニングの効果の測定と評価(測定データの活用)		
	6	JATI認定トレーニング指導者 練習問題 6	体力総論／機能解剖／バイオメカニクス／運動生理学／栄養		
	7	JATI認定トレーニング指導者 練習問題 7	運動と栄養／運動と心理／運動と医学／運動指導の科学		
	8	JATI認定トレーニング指導者 模擬試験 1	一般科目 1		
	9	JATI認定トレーニング指導者 模擬試験 1	専門科目 1		
	10	JATI認定トレーニング指導者 模擬試験 2	一般科目 2		
	11	JATI認定トレーニング指導者 模擬試験 2	専門科目 2		
	12	JATI認定トレーニング指導者 模擬試験 3	一般科目 3		
	13	JATI認定トレーニング指導者 模擬試験 3	専門科目 3		
	14	JATI認定トレーニング指導者 模擬試験 4	一般科目 4		
15	JATI認定トレーニング指導者 模擬試験 4	専門科目 4			