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・MTⅡ／SP・PE・SCⅠ　専攻

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 就職セミナー<br>19t350 / 19t220 / 4G61 | 担当教員<br>（実務経験） | 濱田 光<br>有 ☐ 無 ☑ | | |
| 対象年次・学期 | 各学科就職学年前年（3年、2年、1年）・集中 | 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 | 就職への意識づけ、意欲向上を目的とする。 | | | | |
| 到達目標 | 各種セミナーに積極的に参加することで、社会人に必要な知識・能力について理解を深めることができる。 | | | | |
| テキスト・<br>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 | % | セミナー担当者に、各プログラムに対する取り組み状況について、相対的な判断にて評価してもらう。（セミナー担当者と当該クラス担任間において情報交換し評価する場合もある。）<br>「レポート（感想、アンケート含む）」の提出をもって、取り組み状況を把握する。 |
| | レポート | % | |
| | 小テスト | % | |
| | 提出物 | % | |
| | その他 | 100% | |

| 履修上の留意事項 |
|---|
| セミナー参加に対する各自の目標設定等が大変重要となります。就職活動がより充実したものとなるように、積極的にコミュニケーションを図りながら、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 | オリエンテーション | 就職セミナーの目的説明、挨拶練習、その他 |
| | 2 | セミナー① | 就職活動と社会人 |
| | 3 | | |
| | 4 | セミナー② | シンポジウム（就職活動開始から内定まで、各種試験、その他） |
| | 5 | | |
| | 6 | | |
| | 7 | セミナー③ | 就活・スーツ・見出しなみについて |
| | 8 | | |
| | 9 | セミナー④ | 就活本番に向けて |
| | 10 | | |
| | 11 | セミナー⑤ | 本当に必要な人材とは |
| | 12 | | |
| | 13 | セミナー⑥ | 就活に向けての大切な第一歩！ |
| | 14 | | |
| | 15 | まとめ | レポート作成、就職に関する意識調査、各種アンケート等 |

2019年度　　北海道スポーツ専門学校　　スポーツトレーナー／スポーツ健康　学科
AT・MT／SP・PE・SC　専攻

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | カレッジイベントⅠ<br>19t119 / 19s118 | 担当教員<br>（実務経験） | 北村　和弘／千保　大聖／高橋　真大／今井　由美子<br>有 ☐　無 ☑ | | |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 必修・選択区分 | 必修 | 単位数 | 1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 | イベントを楽しく成功させる為の方法をディスカッションを通じ企画する事を目的とする。 | | | | |
| 到達目標 | 誰もが楽しめるイベントを目指す。 | | | | |
| テキスト・<br>参考図書等 | 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 | % | レポート 20%<br>提出物　20%<br>その他　60%（受講姿勢、受講態度等30%、担当所見30%） |
| | レポート | 20% | |
| | 小テスト | % | |
| | 提出物 | 20% | |
| | その他 | 60% | |

| | |
|---|---|
| 履修上の<br>留意事項 | プリント・視聴覚機器等を活用しながら進めていきます。、人との信頼関係を築くためのツールとして『コミュニケーション』はとても大切です。社会人に向けての大切な要素を学ぶ期間として、真剣に自分と向き合ってみましょう。 |

| 履修主題・履修内容 | 回数 | 履修主題 | 履修内容 |
|---|---|---|---|
| | 1 | カレッジイベント内容① | イベントの内容説明 |
| | 2 | 役割分担 | 執行部、委員、種目担当、種目参加者の決定 |
| | 3 | リハーサル | 各種目のルール、及び実践確認 |
| | 4 | イベント実施 | スポーツ大会 |
| | 5 | 振り返り | レポート作成、提出 |
| | 6 | カレッジイベント内容② | イベントの内容説明 |
| | 7 | 役割分担 | 執行部、委員、種目担当、種目参加者の決定 |
| | 8 | リハーサル | 各種目のルール、及び実践確認 |
| | 9 | イベント実施 | スポーツフェスティバル |
| | 10 | 振り返り | レポート作成、提出 |
| | 11 | カレッジイベント内容③ | イベントの内容説明 |
| | 12 | 役割分担 | 執行部、委員、イベント参加者、展示担当者の決定 |
| | 13 | リハーサル | 執行部、委員、イベント参加者、展示担当者　当日準備 |
| | 14 | イベント実施 | 学園祭 |
| | 15 | 振り返り | レポート作成、提出 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | カレッジイベントⅠ<br>19t119 / 19s118 | 担当教員<br>（実務経験） | 北村 和弘<br>有 ☑ 無 ☐ スポーツ指導員 |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 担当教員<br>（実務経験） | 千保 大聖<br>有 ☑ 無 ☐ トレーニング指導者 |
| 授業形態 | 講義 | 担当教員<br>（実務経験） | 高橋 真大<br>有 ☑ 無 ☐ トレーニング指導者 |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 今井 由美子<br>有 ☐ 無 ☑ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |

2019年度　　北海道スポーツ専門学校　　スポーツトレーナー／スポーツ健康　学科
AT・MT／SC　専攻

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 見学実習<br>19t121 / 19s120 | 担当教員<br>（実務経験） | 綿谷　美佐子・鎌倉　一・佐田　裕彰・橋場　晋也<br>濱田　光・土岐　政義・髙田　涼介<br>有 ☐　無 ☑ | | |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 必修・選択区分 | 必修 | 単位数 | 1単位 |
| 授業形態 | 講義・実習 | 授業回数（1回90分） | 15 | 時間数 | 30時間 |
| 授業目的 | プロの現場を見学し、今後のトレーナー実習に活かす。 | | | | |
| 到達目標 | プロの現場を見学し、今後の目指すべき方向性を説明できる。 | | | | |
| テキスト・<br>参考図書等 | なし | | | | |

| 評価方法・評価基準 | 評価方法 | 評価割合（%） | 評価基準 |
|---|---|---|---|
| | 試験 | % | 受講姿勢、出席状況を評価基準とする。 |
| | レポート | % | |
| | 小テスト | % | |
| | 提出物 | % | |
| | その他 | 100% | |

| | |
|---|---|
| 履修上の<br>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（濱田） | AT見学実習について概要説明 |
| | 2 | プロサッカー見学実習（土岐） | プロの現場、トレーナーの動きについて見学する。 |
| | 3 | プロ野球見学実習（髙田） | プロの現場、トレーナーの動きについて見学する。 |
| | 4 | プロバスケットボール見学実習（濱田） | プロの現場、トレーナーの動きについて見学する。 |
| | 5 | プロフットサル見学実習（土岐） | プロの現場、トレーナーの動きについて見学する。 |
| | 6 | 病院・治療院実習　1（綿谷・鎌倉・佐田・橋場・濱田・土岐・髙田） | 病院・治療院内のトレーナーの動きについて見学する。 |
| | 7 | 病院・治療院実習　2（綿谷・鎌倉・佐田・橋場・濱田・土岐・髙田） | 病院・治療院内のトレーナーの動きについて見学する。 |
| | 8 | 講義実習　1（土岐） | トレーナー・指導者が講義を実施する。 |
| | 9 | 講義実習　2（髙田） | トレーナー・指導者が講義を実施する。 |
| | 10 | 講義実習　3（濱田） | トレーナー・指導者が講義を実施する。 |
| | 11 | 講義実習　4（土岐） | トレーナー・指導者が講義を実施する。 |
| | 12 | 講義実習　5（髙田） | トレーナー・指導者が講義を実施する。 |
| | 13 | 講義実習　6（濱田） | トレーナー・指導者が講義を実施する。 |
| | 14 | 講義実習　7（土岐） | トレーナー・指導者が講義を実施する。 |
| | 15 | 講義実習　8（髙田） | トレーナー・指導者が講義を実施する。 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 見学実習<br>19t121 / 19s120 | 担当教員<br>（実務経験） | 綿谷　美佐子<br>有 ☑ 無 ☐ アスレティックトレーナー、理学療法士 |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 担当教員<br>（実務経験） | 鎌倉　一<br>有 ☑ 無 ☐ アスレティックトレーナー、鍼灸師、作業療法士 |
| 授業形態 | 講義・実習 | | |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 佐田　裕彰<br>有 ☑ 無 ☐ アスレティックトレーナー |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 橋場　晋也<br>有 ☑ 無 ☐ アスレティックトレーナー、鍼灸師 |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 濱田　光<br>有 ☐ 無 ☑ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 土岐　政義<br>有 ☑ 無 ☐ アスレティックトレーナー |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 髙田　涼介<br>有 ☑ 無 ☐ アスレティックトレーナー、鍼灸師 |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |

2019年度　　北海道スポーツ専門学校　　スポーツトレーナー／スポーツ健康　学科
AT・MT／SP・PE・SC　専攻

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 特別研修<br>19t120 / 19s121 | 担当教員<br>（実務経験） | 田口　清輝・土岐　政義<br>有 ☐　無 ☑ | | |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 必修・選択区分 | 必修 | 単位数 | 1単位 |
| 授業形態 | 講義・実習 | 授業回数（1回90分） | 15 | 時間数 | 30時間 |
| 授業目的 | 学校生活や社会人として必要な、コミュニケーションスキル向上を目指す。スポーツ指導者について理解を深める。 | | | | |
| 到達目標 | 社会人としてのコミュニケーションを取ることが出来る。スポーツ指導者とはどのような職業か説明が出来る。 | | | | |
| テキスト・<br>参考図書等 | なし | | | | |

| 評価方法・評価基準 | 評価方法 | 評価割合（%） | 評価基準 |
|---|---|---|---|
| | 試験 | % | 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 | 100% | |

| | |
|---|---|
| 履修上の<br>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（土岐） | 特別研修の目的、内容について説明 |
| | 2 | 挨拶練習（土岐） | 気を付け・礼の仕方、発声練習 |
| | 3 | 感想文記入方法について（土岐） | 記入方法（5W1H、語尾の統一、構成、見栄え） |
| | 4 | スポーツ指導者を目指すにあたり 1（土岐） | 社会人として必要な能力について（コミュニケーション） |
| | 5 | スポーツ指導者を目指すにあたり 2（土岐） | スポーツ指導者に必要な能力（解剖・生理学、コンディショニング、測定・評価、リハビリテーション、救急処置） |
| | 6 | スポーツ指導者を目指すにあたり 3（土岐） | 業界にはどのような人材が必要とされているか。 |
| | 7 | コミュニケーション能力向上講座 1（田口） | コミュニケーションの手法 |
| | 8 | コミュニケーション能力向上講座 2（田口） | コミュニケーションの実践（少数に対するもの） |
| | 9 | コミュニケーション能力向上講座 3（田口） | コミュニケーションの実践（多数に対するもの） |
| | 10 | トレーニング・主働筋について 1（土岐） | トレーニング方法（下半身）、主働筋の暗記 |
| | 11 | トレーニング・主働筋について 2（土岐） | トレーニング方法（上半身）、主働筋の暗記 |
| | 12 | 全体交流会 1（田口） | スポーツリズムトレーニングの実践 |
| | 13 | 全体交流会 2（田口） | スポーツリズムトレーニングの実践 |
| | 14 | まとめ（田口） | 履修主題4～13のまとめ |
| | 15 | 感想文記入（土岐） | 履修主題4～13の感想文の記入（記入方法の再確認も実施） |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 特別研修<br>19t120 / 19s121 | 担当教員<br>（実務経験） | 土岐 政義<br>有 ☑ 無 ☐ アスレティックトレーナー |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 担当教員<br>（実務経験） | 田口 清輝<br>有 ☑ 無 ☐ トレーニング指導者 |
| 授業形態 | 講義・実習 | | |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |

2019年度　　北海道スポーツ専門学校　　スポーツ健康　学科
SP・PE・SC　専攻

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目（科目ID） | インターンシップⅠ<br>19s122 | 担当教員<br>（実務経験） | 田口　清輝・古本　真希・髙橋　真大・千保　大聖・今井　由美子<br>有 ☐　無 ☑ | | |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 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 | レッスン（スタジオ、プール）の体験をし、スポーツ業界の仕事イメージを持てるようにする。また、レッスン補助に入り、現場経験を積むことを目的とする。 | | | | |
| 到達目標 | スポーツの仕事について説明が出来る。 | | | | |
| テキスト・参考図書等 | なし | | | | |

| 評価方法・評価基準 | 評価方法 | 評価割合（%） | 評価基準 |
|---|---|---|---|
| | 試験 | % | レポート内容、提出物および受講姿勢を総合的に評価する。 |
| | レポート | 20% | |
| | 小テスト | % | |
| | 提出物 | 20% | |
| | その他 | 60% | |

| | |
|---|---|
| 履修上の留意事項 | 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 | 実習内容、運動指導の心構えについて |
| | 2 | 子どもへの運動指導方法 | 子どもの特徴（スキャモンの発育曲線）について |
| | 3 | | 子どものやる気（声かけ方法、引きつけ方）について |
| | 4 | 指導実践の事前学習 | 現場指導の注意点、ルールについて |
| | 5 | 体育スクール（ジュニア年代）指導補助 | ジュニア年代の運動指導 |
| | 6 | | ジュニア年代の運動指導 |
| | 7 | スイミングスクール（ジュニア年代）指導補助 | ジュニア年代の運動指導 |
| | 8 | | ジュニア年代の運動指導 |
| | 9 | スタジオレッスン | スタジオレッスンの体験 |
| | 10 | 体育スクール（ジュニア年代）指導計画 | 体育スクール内で指導する内容を計画 |
| | 11 | 体育スクール（ジュニア年代）指導実践 | 指導計画を基に実践 |
| | 12 | | 指導計画を基に実践 |
| | 13 | スイミングスクール（ジュニア年代）指導計画 | スイミングスクール内で指導する内容を計画 |
| | 14 | スイミングスクール（ジュニア年代）指導実践 | 指導計画を基に実践 |
| | 15 | | 指導計画を基に実践 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | インターンシップⅠ<br>19s122 | 担当教員<br>（実務経験） | 田口　清輝<br>有 ☑ 無 ☐ トレーニング指導者 |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 担当教員<br>（実務経験） | 古本　真希<br>有 ☐ 無 ☑ |
| 授業形態 | 実習 | | |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 髙橋　真大<br>有 ☑ 無 ☐ トレーニング指導者 |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 千保　大聖<br>有 ☑ 無 ☐ トレーニング指導者 |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 今井　由美子<br>有 ☐ 無 ☑ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |

2019年度　　北海道スポーツ専門学校　　スポーツトレーナー／スポーツ健康　学科
AT・MT／SP・PE・SC　専攻

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目（科目ID） | 一年次研究課題Ⅰ<br>19t122 / 19s123 | 担当教員<br>（実務経験） | 濱田 光・齋藤 敬男・北村 和弘 他<br>有 ☐ 無 ☑ | | |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 必修・選択区分 | 選択 | 単位数 | 4単位 |
| 授業形態 | 講義 | 授業回数（1回180分） | 15 | 時間数 | 60時間 |
| 授業目的 | 与えられた課題や問題を学問的に深く考え、調べ、明らかにする。 | | | | |
| 到達目標 | 調べ、明らかにした内容をレポート等としてまとめあげる。 | | | | |
| 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 | % | レポートや提出物等の状況を総合的に評価する。 |
| | レポート | 60% | |
| | 小テスト | % | |
| | 提出物 | 20% | |
| | その他 | 20% | |

| 履修上の留意事項 | |
|---|---|

| 履修主題・履修内容 | 回数 | 履修主題 | 履修内容 |
|---|---|---|---|
| | 1 | 基礎概論 | アスリハの概要・考え方・用語説明・機能解剖① |
| | 2 | 基礎概論 | アスリハの概要・考え方・用語説明・機能解剖② |
| | 3 | 基礎概論 | リスク管理について |
| | 4 | 運動療法の基礎知識と用語① | 筋力エクササイズについて① |
| | 5 | 運動療法の基礎知識と用語② | 筋力エクササイズについて② |
| | 6 | 運動療法の基礎知識と用語③ | 可動域訓練について |
| | 7 | 運動療法の基礎知識と用語④ | 神経ー筋協調性エクササイズ |
| | 8 | 運動療法の基礎知識と用語⑤ | 全身持久力とアスリハ |
| | 9 | 運動療法の基礎知識と用語⑥ | 身体組成とアスリハ |
| | 10 | 再発防止と外傷予防の動作① | スポーツ動作とダイナミックアライメント① |
| | 11 | 再発防止と外傷予防の動作② | スポーツ動作とダイナミックアライメント② |
| | 12 | 再発防止と外傷予防の動作③ | 受傷機転とダイナミックアライメント |
| | 13 | 再発防止と外傷予防の動作④ | 動作・姿勢の観察と評価 |
| | 14 | 物理療法と装具・インソール① | 物理療法 |
| | 15 | 物理療法と装具・インソール② | リハビリテーションに用いる装具、歩行と足底挿板 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 一年次研究課題Ⅰ<br>19t122 / 19s123 | 担当教員<br>（実務経験） | 濱田 光<br>有 ☐ 無 ☑ |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 担当教員<br>（実務経験） | 齋藤 敬男<br>有 ☐ 無 ☑ |
| 授業形態 | 講義 | | |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 北村 和弘<br>有 ☑ 無 ☐ スポーツ指導員 |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |

2019年度　　北海道スポーツ専門学校　　スポーツトレーナー／スポーツ健康　学科
AT・MT／SP・PE・SC　専攻

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 一年次研究課題Ⅱ<br>19t123 / 19s124 | 担当教員<br>（実務経験） | 濱田 光・齋藤 敬男・北村 和弘 他<br>有 ☐ 無 ☑ | | |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 必修・選択区分 | 選択 | 単位数 | 4単位 |
| 授業形態 | 講義 | 授業回数（1回180分） | 15 | 時間数 | 60時間 |
| 授業目的 | 与えられた課題や問題を学問的に深く考え、調べ、明らかにする。 | | | | |
| 到達目標 | 調べ、明らかにした内容をレポート等としてまとめあげる。 | | | | |
| テキスト・<br>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 | % | レポートや提出物等の状況を総合的に評価する。 |
| | レポート | 60% | |
| | 小テスト | % | |
| | 提出物 | 20% | |
| | その他 | 20% | |

| 履修上の留意事項 | |
|---|---|

| 履修主題・履修内容 | 回数 | 履修主題 | 履修内容 |
|---|---|---|---|
| | 1 | アスリートの健康管理について | 健康管理体制、メディカルチェック |
| | 2 | アスリートの内科的障害と対策 | 急性障害の種類とその対策 |
| | 3 | アスリートの内科的障害と対策 | 慢性障害の種類とその対策 |
| | 4 | アスリートの外傷・障害と対策 | 基礎知識、部位別にみる外傷・障害 |
| | 5 | アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画 | アスリハの概説と留意点 |
| | 6 | アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画 | アスリハの進め方と組み立て |
| | 7 | アスリートの栄養摂取と食生活 | 5大栄養素の概要 |
| | 8 | コンディショニングの手法 | ストレッチングの種類と方法 |
| | 9 | コンディショニングの手法 | テーピングの目的と効果、注意事項 |
| | 10 | アスリートの栄養摂取と食生活 | 栄養障害と対処法、サプリメント |
| | 11 | 特殊環境下での対応 | 水分補給、暑熱、寒冷対策 |
| | 12 | 特殊環境下での対応 | 高地、時差、感染症対策 |
| | 13 | コンディショニングの手法 | アイシングの効果、アイスパック作り |
| | 14 | コンディショニングの手法 | スポーツマッサージの目的と効果、手技の種類 |
| | 15 | コンディショニングの手法 | 集中力のトレーニング |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 一年次研究課題Ⅱ<br>19t123 / 19s124 | 担当教員<br>（実務経験） | 濱田 光<br>有 ☐ 無 ☑ |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 担当教員<br>（実務経験） | 齋藤 敬男<br>有 ☐ 無 ☑ |
| 授業形態 | 講義 | | |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 北村 和弘<br>有 ☑ 無 ☐ スポーツ指導員 |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |

2019年度　　北海道スポーツ専門学校　　スポーツトレーナー／スポーツ健康　学科
AT・MT／SP・PE・SC　専攻

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 授業科目（科目ID） | 一年次研究課題Ⅲ<br>19t124 / 19s125 | 担当教員<br>（実務経験） | 濱田 光・齋藤 敬男・北村 和弘 他<br>有 ☐ 無 ☑ | | |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 必修・選択区分 | 選択 | 単位数 | 4単位 |
| 授業形態 | 講義 | 授業回数（1回180分） | 15 | 時間数 | 60時間 |
| 授業目的 | 与えられた課題や問題を学問的に深く考え、調べ、明らかにする。 | | | | |
| 到達目標 | 調べ、明らかにした内容をレポート等としてまとめあげる。 | | | | |
| 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 | % | レポートや提出物等の状況を総合的に評価する。 |
| | レポート | 60% | |
| | 小テスト | % | |
| | 提出物 | 20% | |
| | その他 | 20% | |

| | |
|---|---|
| 履修上の留意事項 | |

| 履修主題・履修内容 | 回数 | 履修主題 | 履修内容 |
|---|---|---|---|
| | 1 | 基礎：重心と床反力 | バイオメカニクスを学ぶ上で必要な基礎力学について |
| | 2 | 基礎：関節モーメント | 各種運動時、人体の中でどのようなことが起きているのか |
| | 3 | 基礎：跳躍動作 | 跳躍動作に必要な力学について |
| | 4 | 基礎：歩行① | 最も基本と言える動作、歩行について |
| | 5 | 基礎：歩行② | 良い歩行とは何なのか |
| | 6 | 応用：走動作 | 走る動作について |
| | 7 | 応用：跳動作 | 跳ぶ動作について |
| | 8 | 下肢のスポーツ外傷・障害（1） | 大腿ハムストリングス肉ばなれ／HQ比 |
| | 9 | 下肢のスポーツ外傷・障害（2） | 大腿部打撲／骨化性筋炎／股関節脱臼（脱臼骨折） |
| | 10 | 下肢のスポーツ外傷・障害（3） | 膝PCL損傷 |
| | 11 | 下肢のスポーツ外傷・障害（4） | 膝MCL損傷 |
| | 12 | 下肢のスポーツ外傷・障害（5） | 膝半月板損傷 |
| | 13 | 上肢のスポーツ外傷・障害（1） | 肩関節前方脱臼、コンタクトでの外傷・障害（顔面・目・鼻） |
| | 14 | 上肢のスポーツ外傷・障害（2） | 肩鎖関節脱臼、肘MCL損傷、TFCC損傷 |
| | 15 | 体幹のスポーツ外傷・障害 | 腰椎椎間板ヘルニア、整形外科的メディカルチェック／メディカルチェックの概要 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 授業科目<br>（科目ID） | 一年次研究課題Ⅲ<br>19t124 / 19s125 | 担当教員<br>（実務経験） | 濱田 光<br>有 ☐ 無 ☑ |
| 対象年次・学期 | 1年・集中 | 担当教員<br>（実務経験） | 齋藤 敬男<br>有 ☐ 無 ☑ |
| 授業形態 | 講義 | | |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 北村 和弘<br>有 ☑ 無 ☐ スポーツ指導員 |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |
| | | 担当教員<br>（実務経験） | 有 ☐ 無 ☐ |