

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)	二次研究課題Ⅰ 19t225 / 19s227	担当教員 (実務経験)	濱田 光・齋藤 敬男・北村 和弘 他 有 ☐ 無 ☒		
対象年次・学期	2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	評価の目的、意義および役割	現場に必要な評価		
	2	姿勢・アライメント・筋委縮	姿勢の評価基準・指標、スポーツ活動と姿勢		
	3	姿勢・アライメント・筋委縮	筋委縮の観察、計測の目的と意義		
	4	関節弛緩性	関節弛緩性検査の目的、意義および検査方法		
	5	体力測定	体力測定(概論)、一般青年、成人を対象		
	6	体力測定	少年を対象、中・高齢者を対象		
	7	筋タイトネス	筋柔軟性・筋タイトネスとその検査測定の意義		
	8	全身持久力と敏捷性	全身持久力の目的と意義および手技と測定指標		
	9	全身持久力と敏捷性	敏捷性・協調性の目的と意義および具体的手法		
	10	関節可動域	関節可動域測定の目的、意義および検査方法、留意点		
	11	徒手筋力検査	徒手筋力検査の目的と意義		
	12	徒手筋力検査	判定基準、検査上の留意点、検査手順		
	13	身体組成	目的と意義、および具体的手法		
	14	筋力および筋パワー	目的と意義および検査測定方法		
	15	筋力および筋パワー	機器による筋力評価		

[illegible]

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)	二次研究課題Ⅱ 19t226 / 19s228	担当教員 (実務経験)	濱田 光・齋藤 敬男・北村 和弘 他 有 ☐ 無 ☒		
対象年次・学期	2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	アスリハの基本的な考え方(1)	段階的なプログラム処方		
	2	アスリハの基本的な考え方(2)	リスク管理／競技特性(体力特性・動作特性)		
	3	アスリハの基本的な考え方(3)	再発予防への配慮		
	4	アスリハの基本的な考え方(4)	安定性、可動性、協調性		
	5	足関節捻挫へのアスリハ(1)	概要説明		
	6	足関節捻挫へのアスリハ(2)	デモンストレーション及び指導		
	7	足関節捻挫へのアスリハ(3)	アスリハプログラムの立案		
	8	大腿後面肉離れへのアスリハ(1)	概要説明		
	9	大腿後面肉離れへのアスリハ(2)	デモンストレーション及び指導		
	10	大腿後面肉離れへのアスリハ(3)	アスリハプログラムの立案		
	11	前十字靱帯損傷へのアスリハ(1)	概要説明		
	12	前十字靱帯損傷へのアスリハ(2)	デモンストレーション及び指導		
	13	前十字靱帯損傷へのアスリハ(3)	アスリハプログラムの立案		
	14	肩関節前方脱臼へのアスリハ(1)	概要説明		
	15	肩関節前方脱臼へのアスリハ(2)	デモンストレーション及び指導、アスリハプログラムの立案		

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

別紙1

[illegible]

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)	二次研究課題Ⅲ 19t227 / 19s229	担当教員 (実務経験)	濱田 光・齋藤 敬男・北村 和弘 他 有 ☐ 無 ☒		
対象年次・学期	2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	コンディショニングの概念	コンディショニングの概念とその要素		
	2	トレーニングの基礎	超回復、ATP産生について		
	3	トレーニングの基礎	筋繊維タイプ、筋収縮様式について		
	4	トレーニングの原則	7原則の確認		
	5	ピリオダイゼーション	GAS理論、期分けの分類		
	6	トレーニングカテゴリー	トレーニングの分類		
	7	レジスタンスTr・プライオメトリクス	具体的種目の確認、その目的と効果		
	8	パワーエクササイズ	具体的種目の確認、その目的と効果		
	9	アジリティーTr	具体的種目の確認、その目的と効果		
	10	エンデュランストレーニング	具体的種目の確認、その目的と効果		
	11	コーディネーショントレーニング	具体的種目の確認、その目的と効果		
	12	サーキットトレーニング	具体的種目の確認とその目的と効果		
	13	フィットネスチェック	筋力、筋持久力、筋パワーの測定方法、全身持久力、アジリティーの各種測定方法		
	14	クーリングダウン	クーリングダウンの方法と実際		
	15	ウォーミングアップ	ウォーミングアップの方法と実際		

[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／スポーツ健康 学科
SMⅣ／AT・MTⅢ／SP・PE・SCⅡ 専攻

授業科目 (科目ID)	ボランティア活動 19t419 / 19t330 / 19s230	担当教員 (実務経験)	ボランティア先の担当者およびクラス担任 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	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	ボランティア活動を通じて、直接的に実践力を身につける。				
到達目標	ボランティア活動先における実務遂行を通じてボランティア精神や各種能力・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	%	ボランティア活動先の担当者に、実務遂行状況について、相対的な判断にて評価してもらう。(ボランティア活動先の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。) 「ボランティア活動報告書」の提出をもって、活動状況を把握する。		
	レポート	%			
	小テスト	%			
	提出物	%			
	その他	100%			
履修上の 留意事項	学外での活動であり、ボランティア活動先において学習するため、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。活動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	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	2	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	3	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	4	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	5	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	6	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	7	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	8	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	9	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	10	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	11	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	12	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	13	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	14	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、実務を通じて学習する		
	15	ボランティア活動先における実務遂行	ボランティア活動内容について、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)	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

スポーツ健康 学科
SC 専攻

授業科目 (科目ID)	サッカー演習		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	2年・集中		必修・選択区分	必修	単位数	1単位
授業形態	講義・実技		授業回数(1回90分)	15	時間数	30時間
授業目的	サッカー指導者としての心得や、サッカーの概念を学び活かすことを目的とする。					
到達目標	サッカーの指導法や接し方等、現場で通用する指導者を目指す。					
テキスト・ 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	50%	試験 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	%				
	提出物	%				
	その他	50%				
履修上の 留意事項	サッカー指導者を志す上で必要な資質や指導法を身につけることが重要であり、いつでも実践できる高い意識を持ちながら授業へ参加をすること。					
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容			
	1	指導者理論	指導者の役割①			
	2		指導者の役割②			
	3		サッカーとは			
	4		キッズ年代の指導について①			
	5		キッズ年代の指導について②			
	6	指導者実技	ゲームとコーディネーション、ゴールキーパー			
	7		ボールフィーリング&ドリブル			
	8		パス&コントロール			
	9		多彩なパス			
	10		シュート			
	11		守備 ボールを奪う			
	12		攻撃 ボールポゼッション			
	13	指導案作成	W-UP→TR1→TR2→GAMEまでのメニューを作成する			
	14	指導実践模評価擬試験	指導実践① 改善ポイントの確認			
15	指導実践評価試験	指導実践②				

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
SC 専攻

授業科目 (科目ID)	サッカー総合演習		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	2年・集中		必修・選択区分	必修	単位数	1単位
授業形態	実技		授業回数(1回90分)	15	時間数	30時間
授業目的	1回のスクールでの上達や満足度を高めるための変化を学ぶ目的とする。					
到達目標	スクール生の特徴・特性を理解し、一人一人に見合った指導が出来る事を目標とする。					
テキスト・ 参考図書等	必要の応じて資料を配布					
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準			
	試験	%	提出物 50% その他 50%(受講姿勢、受講態度30% 担当所見20%)			
	レポート	%				
	小テスト	%				
	提出物	50%				
	その他	50%				
履修上の 留意事項	スクール生を第一に考え、保護者やスクール生の満足度が高くなるよう心がけ現場経験を積む。					
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容			
	1	コンサドーレジュニアサッカースクール実習①	アシスタントコーチ① 振り返り、報告書作成・提出			
	2	コンサドーレジュニアサッカースクール実習②	アシスタントコーチ② 振り返り、報告書作成・提出			
	3	コンサドーレジュニアサッカースクール実習③	アシスタントコーチ③ 振り返り、報告書作成・提出			
	4	コンサドーレジュニアサッカースクール実習④	アシスタントコーチ④ 振り返り、報告書作成・提出			
	5	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑤	アシスタントコーチ⑤ 振り返り、報告書作成・提出			
	6	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑥	アシスタントコーチ⑥ 振り返り、報告書作成・提出			
	7	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑦	アシスタントコーチ⑦ 振り返り、報告書作成・提出			
	8	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑧	アシスタントコーチ⑧ 振り返り、報告書作成・提出			
	9	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑨	アシスタントコーチ⑨ 振り返り、報告書作成・提出			
	10	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑩	アシスタントコーチ⑩ 振り返り、報告書作成・提出			
	11	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑪	アシスタントコーチ⑪ 振り返り、報告書作成・提出			
	12	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑫	アシスタントコーチ⑫ 振り返り、報告書作成・提出			
	13	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑬	アシスタントコーチ⑬ 振り返り、報告書作成・提出			
	14	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑭	アシスタントコーチ⑭ 振り返り、報告書作成・提出			
15	コンサドーレジュニアサッカースクール実習⑮	メインコーチとして担当 振り返り、報告書作成・提出				

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
SC 専攻

授業科目 (科目ID)	バスケットボール演習 19s258		担当教員 (実務経験)	今井 由美子 有 ☐ 無 ☒		
対象年次・学期	2年・前期		必修・選択区分	選択必修	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	ミニバス少年団に対し、適切な言葉や表現で指導できるよう指導経験を行う。					
到達目標	メインコーチとして、小学生に対しバスケットボールを指導できる。					
テキスト・ 参考図書等	必要に応じて資料等配布いたします。					
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準			
	試験	%	レポートとレポート内容等により評価する			
	レポート	50%				
	小テスト	%				
	提出物	%				
	その他	50%				
履修上の 留意事項	個々人のスキルアップに向けて、積極的な取り組みを期待します。					
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	講義の進め方・試験等のガイダンス			
	2	ミニバス指導①	北光ミニバス少年団指導①、指導振り返り			
	3	ミニバス指導②	北光ミニバス少年団指導②、指導振り返り			
	4	ミニバス指導③	北光ミニバス少年団指導③、指導振り返り			
	5	ミニバス指導④	北光ミニバス少年団指導④、指導振り返り			
	6	ミニバス指導⑤	北光ミニバス少年団指導⑤、指導振り返り			
	7	ミニバス指導⑥	北光ミニバス少年団指導⑥、指導振り返り			
	8	ミニバス指導⑦	北光ミニバス少年団指導⑦、指導振り返り			
	9	ミニバス指導⑧	北光ミニバス少年団指導⑧、指導振り返り			
	10	ミニバス指導⑨	北光ミニバス少年団指導⑨、指導振り返り			
	11	ミニバス指導⑩	北光ミニバス少年団指導⑩、指導振り返り			
	12	ミニバス指導⑪	北光ミニバス少年団指導⑪、指導振り返り			
	13	ミニバス指導⑫	北光ミニバス少年団メインコーチ指導①、指導振り返り			
	14	ミニバス指導⑬	北光ミニバス少年団メインコーチ指導②、指導振り返り			
15	ミニバス指導⑭	北光ミニバス少年団メインコーチ指導③、指導振り返り				

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
SC 専攻

授業科目 (科目ID)	バスケットボール総合演習 19s259	担当教員 (実務経験)	今井 由美子 有 ☐ 無 ☒		
対象年次・学期	2年・後期	必修・選択区分	選択必修	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	レバンガアカデミーの生徒たちに対し、適切な言葉や表現で指導できるよう指導経験を行う。				
到達目標	メインコーチとして、レバンガアカデミーの生徒に対しバスケットボールを指導できる。				
テキスト・ 参考図書等	必要に応じて資料等配布いたします。				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	%	レポートとレポート内容等により評価する		
	レポート	50%			
	小テスト	%			
	提出物	%			
	その他	50%			
履修上の 留意事項	個々人のスキルアップに向けて、積極的な取り組みを期待します。				
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	実習の進め方、指導の仕方		
	2	レバンガアカデミー指導①	レバンガアカデミー指導①、指導振り返り		
	3	レバンガアカデミー指導②	レバンガアカデミー指導②、指導振り返り		
	4	レバンガアカデミー指導③	レバンガアカデミー指導③、指導振り返り		
	5	レバンガアカデミー指導④	レバンガアカデミー指導④、指導振り返り		
	6	レバンガアカデミー指導⑤	レバンガアカデミー指導⑤、指導振り返り		
	7	レバンガアカデミー指導⑥	レバンガアカデミー指導⑥、指導振り返り		
	8	レバンガアカデミー指導⑦	レバンガアカデミー指導⑦、指導振り返り		
	9	レバンガアカデミー指導⑧	レバンガアカデミー指導⑧、指導振り返り		
	10	レバンガアカデミー指導⑨	レバンガアカデミー指導⑨、指導振り返り		
	11	レバンガアカデミー指導⑩	レバンガアカデミー指導⑩、指導振り返り		
	12	レバンガアカデミー指導⑪	レバンガアカデミー指導⑪、指導振り返り		
	13	レバンガアカデミー指導⑫	レバンガアカデミーメインコーチ指導①、指導振り返り		
	14	レバンガアカデミー指導⑬	レバンガアカデミーメインコーチ指導②、指導振り返り		
	15	レバンガアカデミー指導⑭	レバンガアカデミーメインコーチ指導③、指導振り返り		