

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来 学科
SM 専攻

授業科目 (科目ID)	トレーニングⅡ 19t405		担当教員 (実務経験)	山際 雄也 有 ☒ 無 ☐ トレーニング指導者	
対象年次・学期	4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	目的に応じた効果的なプログラムデザインの作成と適切なインストラクションの確立				
到達目標	各測定を正確に行う事。また自らのプログラムデザインの改善提案が出来る。				
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	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	マシンジムでの実技授業として展開します。 自らトレーニング実践する事、測定データを有効活用しトレーニングプログラムのバリエーションを増やせる様に頑張りましょう。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス	授業内容の説明、諸注意、その他		
	2	各種測定1	形態測定／柔軟性測定、目標設定		
	3	各種測定1	筋力測定／敏捷性測定、目標設定		
	4	各種測定1	筋力測定／敏捷性測定、目標設定		
	5	各種測定1	筋力測定／敏捷性測定、目標設定		
	6	ピリオダイゼーション	各ピリオダイゼーションの概要		
	7	プログラム作成1	目標達成する為のプログラムの作成		
	8	プログラム実践1	プログラムの実践と記録		
	9	プログラム実践1	プログラムの実践と記録		
	10	プログラム実践1	プログラムの実践と記録		
	11	プログラム実践1	プログラムの実践と記録		
	12	プログラム実践1	プログラムの実践と記録		
	13	プログラム実践1	プログラムの実践と記録		
	14	各種測定2／プログラム作成2	測定結果をもとにプログラムの更新と改善		
15	各種測定2／プログラム作成2	測定結果をもとにプログラムの更新と改善			

	16	プログラム実践2	プログラムの実践と記録
	17	プログラム実践2	プログラムの実践と記録
	18	プログラム実践2	プログラムの実践と記録
	19	プログラム実践2	プログラムの実践と記録
	20	プログラム実践2	プログラムの実践と記録
	21	プログラム実践2	プログラムの実践と記録
	22	各種測定3／プログラム作成3	測定結果をもとにプログラムの更新と改善
	23	各種測定3／プログラム作成3	測定結果をもとにプログラムの更新と改善
	24	プログラム実践3	プログラムの実践と記録
	25	プログラム実践3	プログラムの実践と記録
	26	プログラム実践3	プログラムの実践と記録
	27	プログラム実践3	プログラムの実践と記録
	28	各種測定4	目標達成度／測定データまとめ
	29	各種測定4	目標達成度／測定データまとめ
	30	まとめ	年間総括

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来／スポーツ健康 学科
SMIV／SPⅡ 専攻

授業科目 (科目ID)	エアロビックダンスインストラクション 19t406		担当教員 (実務経験)	樋口 敬勇 有 ☒ 無 ☐ スタジオインストラクター	
対象年次・学期	4年／2年・通年		必修・選択区分	必修／選択必修(SPⅡ)	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	エアロビックダンスエクササイズインストラクターとしての役割を理解し、初級エアロビクス(45分間)のレッスン指導を可能にすることを旨とする。				
到達目標	エアロビックダンスインストラクターとして動きを説明でき、実施する。				
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	60%	試験、その他(受講姿勢、受講態度等)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	スタジオでの実技、講義を基本とし、指導者役、受講者役に分かれた指導練習を行う。 インストラクターとしての技術を身につけることはもちろん、人前に立つ人間としてのスキルアップも目指し、即戦力となる人材を目指しましょう！				
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	授業について、諸注意		
	2	エアロビクスの基礎知識	レッスン各パートの理解		
	3	基本ステップの習得	デモレッスン、動作スキルアップ		
	4	基本ステップの習得	デモレッスン、動作スキルアップ		
	5	キューイング	音楽の理解、動きの分類		
	6	キューイング	音楽の理解、動きの分類		
	7	エアロビクスパート	目的とプログラミング		
	8	エアロビクスパート	運動強度、難易度の理解、レイヤリング		
	9	エアロビクスパート	運動強度、難易度の理解、レイヤリング		
	10	エアロビクスパート	運動強度、難易度の理解、レイヤリング		
	11	エアロビクスパート	運動強度、難易度の理解、レイヤリング		
	12	ウォーミングアップ	目的とプログラミング		
	13	ウォーミングアップ	目的とプログラミング		
	14	ウォーミングアップ	目的とプログラミング		
15	前期試験				

	16	筋コンディショニング	目的とプログラミング
	17	筋コンディショニング	目的とプログラミング
	18	筋コンディショニング	目的とプログラミング
	19	クールダウン	目的とプログラミング
	20	クールダウン	目的とプログラミング
	21	クールダウン	目的とプログラミング
	22	総合指導練習	ウォーミングアップ～エアロビクスパート
	23	総合指導練習	ウォーミングアップ～エアロビクスパート
	24	総合指導練習	ウォーミングアップ～エアロビクスパート
	25	総合指導練習	ウォーミングアップ～エアロビクスパート
	26	総合指導練習	ウォーミングアップ～エアロビクスパート
	27	総合指導練習	ウォーミングアップ～エアロビクスパート
	28	総合指導練習	ウォーミングアップ～エアロビクスパート
	29	後期試験	45分間のレッスンプログラム
	30	後期試験	45分間のレッスンプログラム

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／MTⅡ／SPⅡ 専攻

授業科目 (科目ID)	スタジオプログラム 19t230 / 19t407		担当教員 (実務経験)	前期:大嶋 春香／後期:齋藤 真弓 有 ☒ 無 ☐ スタジオインストラクター	
対象年次・学期	4年／2年・通年		必修・選択区分	必修／選択必修(SPⅡ)	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	《前期》格闘系のグループエクササイズ。簡単な指導法までを到達目標とする。スポーツ施設等で需要の多いヨガ(フローヨガ、リラクゼーションヨガ)を体験する。《後期》ピラティス、ジャイロキネシス、フェルデンクライスメソッドのレッスンを通して、頭だけではなく実際に自分の体で感じ理解することを深めていく。				
到達目標	《前期》基本の動きを組み合わせ初心者向けのプログラムを作成できる。太陽礼拝・基本のポーズ・ヨガの心得を実施し、述べることができる。 《後期》誰でもできる動きで、自分の体をオーガナイズすることを実施する。				
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	(前)30％／(後)20％	《前期》 「試験」は太陽礼拝をおこなう 「小テスト」はグループ発表とする。 「その他(受講姿勢、受講態度等)」を総合的に評価する。 《後期》 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	(前)30％／(後)0％			
	提出物	％			
	その他	(前)40％／(後)80％			
履修上の 留意事項	《前期》スタジオでの実技・講義 《後期》講義30～45分、レッスン45～60分、ピラティス、フェルデンクライスメソッド→マット使用、ジャイロキネシス→マット・イス使用、・ホワイトボード使用・プリント配布				
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(格闘系)		授業内容説明・体感。	
	2	パンチ・キック・コンビネーション		基本的なテクニック。2人1組。	
	3	パンチ・キック・コンビネーション		基本的なテクニック。2人1組。	
	4	パンチ・キック・コンビネーション		基本的なテクニック。2人1組。キューイング	
	5	パンチ・キック・コンビネーション		基本的なテクニック。2人1組。キューイング	
	6	パンチ・キック・コンビネーション		コリオ作成・練習	
	7	パンチ・キック・コンビネーション		発表会	
	8	オリエンテーション(フローヨガ)		体感	
	9	オリエンテーション(リラクゼーションヨガ)		体感	
	10	太陽礼拝		2人1組	
	11	太陽礼拝		1つ1つのポーズの確認	
	12	ヨーガ概論		筆記用具準備	
	13	試験対策①		2人1組	
	14	試験対策②		2人1組	
15	実技試験		テスト		

16	マットピラティス①	歴史・呼吸 実技:初級
17	マットピラティス②	呼吸・センタリング 実技:初級
18	マットピラティス③	原理原則 実技:初級
19	マットピラティス④	スパイナルメカニクス 実技:初級
20	マットピラティス⑤	解剖学① 実技:モディフィケーション
21	フェルデンクライス①	動きの解剖学と体の繋がりがり①
22	フェルデンクライス②	動きの解剖学と体の繋がりがり②
23	フェルデンクライス③	動きの解剖学と体の繋がりがり③
24	マットピラティス⑥	解剖学② 実技:モディフィケーション
25	マットピラティス⑦	解剖学③ 実技:中級
26	マットピラティス⑧	解剖学④ 実技まとめ
27	マットピラティス⑨	実技テスト対策
28	マットピラティステスト/ジャイロキネシス①	実技テスト/ジャイロキネシスイントロダクション
29	ジャイロキネシス②	実技初級①
30	ジャイロキネシス③	実技初級②

[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

[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)	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しょうが、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 学科
SM 専攻

授業科目 (科目ID)	スキー・スノーボード宿泊研修Ⅳ 19t412		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	4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、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	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／スポーツ健康 学科
SMIV／AT・MTⅢ／SP・PE・SCⅡ 専攻

授業科目 (科目ID)	就職実務 19t413 / 19t320 / 19s221		担当教員 (実務経験)	濱田 光 有 ☐ 無 ☒ アスレティックトレーナー	
対象年次・学期	4年／3年／2年・前期		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	1. 就職決定に向け自分自身を振り返り、客観的視野で自己分析を行う。 2. 就職活動の流れを理解し、円滑な活動へと繋げる。				
到達目標	社会人としての考え方や対応手法を学び、それらを説明・表現することができる。				
テキスト・ 参考図書等	就職サポートテキスト				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	%	レポートおよび提出課題、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	30%			
	小テスト	%			
	提出物	30%			
	その他	40%			
履修上の 留意事項	就職実務のテキスト及びプリント等を配布し授業を行う。、ここ数年の新卒就職戦線は売り手市場の傾向にありますが、その反面、雇用形態などの多様化も進み、仕事選びも難しくなっています。まずは自分自身を知り、社会傾向を知って悔いのない就職活動をする為に、客観的に自己評価を行うよう取り組んでください。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス	就活スケジュール・就活マナー・心構えなど、就活に向けた基本的な流れを学ぶ		
	2	就活対策(1)	エントリーシート(求職票)の書き方		
	3	就活対策(2)	履歴書の書き方①(練習用紙への記入)		
	4	就活対策(3)	履歴書の書き方②(本用紙への下書き)、線引き→下書き→チェック→本書き 完成品1枚回収		
	5	自己を知る	学生と社会人の違いを把握 自己分析・自己PRの作		
	6	就活対策(1)	求人票のチェック方法および志望動機の作成		
	7	就活対策(2)	PC室にてリクナビ、マイナビの説明、登録作業		
	8	就活対策(3)	企業へのアポイントの取り方、各提出書類の準備方法		
	9	選考試験対策(1)	選考試験の種類と対策		
	10	選考試験対策(2)	面接試験対策(基本動作・身だしなみ・事前準備)		
	11	選考試験対策(3)	面接試験対策(成功例と失敗例、質問内容)		
	12	選考試験対策(4)	面接試験対策(グループディスカッション、集団面接)		
	13	就職に向けて(1)	受験報告書の作成、提出		
	14	就職に向けて(2)	内定礼状の作成		
15	就職に向けて(3)	就職への心構え			

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来 学科
SM 専攻

授業科目 (科目ID)	コミュニケーションⅣ 19t414		担当教員 (実務経験)	高田 涼介 有 ☒ 無 ☐ アスレティックトレーナー、訪問治療		
対象年次・学期	4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	社会人として「どうあるべきか？」を理解し、実践できることを目的とする。					
到達目標	3年次からの積み上げとして、社会人としての在り方を確認し実践(応用)できることを目標とする。					
テキスト・ 参考図書等	必要に応じて、資料を配布する。					
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、その他(受講姿勢、受講態度)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	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	就職活動に向けて①		履歴書の記入方法		
	2	就職活動に向けて②		自己分析 自分の強み、弱さ、今後どのように成長していくか、どのような職業人でありたいか		
	3	就職活動に向けて③		業界研究① 進みたい分野においての調査		
	4	就職活動に向けて④		業界研究② 進みたい分野においての調査		
	5	面接試験に向けて①		心構え、様々な面接試験について		
	6	面接試験に向けて②		入退室、面接試験体験①		
	7	面接試験に向けて③		入退室、面接試験体験②		
	8	各業界について①		職業分野、各職業について①		
	9	各業界について②		職業分野、各職業について②		
	10	各業界について③		職業分野、各職業について③		
	11	文章力①		語彙・文法		
	12	文章力②		手紙力		
	13	文章力③		意見文		
	14	社会人として①		心構え①		
15	社会人として②		心構え②			

2019年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ未来 学科
SM 専攻

授業科目 (科目ID)	カレッジイベントⅣ 19t415	担当教員 (実務経験)	高田 涼介 有 ☒ 無 ☐ アスレティックトレーナー、訪問治療		
対象年次・学期	4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・ 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、提出物、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	20%			
	小テスト	%			
	提出物	20%			
	その他	60%			
履修上の 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			

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)	アスレティックリハビリテーション実習 19t428 / 19t324	担当教員 (実務経験)	濱田 光・土岐 政義・ 高田 涼介 有 ☐ 無 ☒		
対象年次・学期	4年/3年・集中	必修・選択区分	必修・選択(SMIV、MTⅢ)	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	アスレティックトレーナーとして、競技復帰・再発防止へ向けた、アスレティックリハビリテーションを立案・実践することを目的とする。				
到達目標	スポーツ外傷・障害に応じた、アスレティックリハビリテーションを計画・実践出来る。				
テキスト・ 参考図書等	公認ATテキスト⑦				
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(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 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	アスレティックリハビリテーション実習 1(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対する、アスレティックリハビリテーションの計画		
	2	アスレティックリハビリテーション実習 2(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	3	アスレティックリハビリテーション実習 3(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	4	アスレティックリハビリテーション実習 4(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	5	アスレティックリハビリテーション実習 5(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	6	アスレティックリハビリテーション実習 6(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	7	アスレティックリハビリテーション実習 7(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	8	アスレティックリハビリテーション実習 8(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	9	アスレティックリハビリテーション実習 9(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	10	アスレティックリハビリテーション実習 10(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	11	アスレティックリハビリテーション実習 11(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	12	アスレティックリハビリテーション実習 12(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	13	アスレティックリハビリテーション実習 13(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	14	アスレティックリハビリテーション実習 14(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		
	15	アスレティックリハビリテーション実習 15(濱田・土岐・高田)	スポーツ外傷・障害に対するアスレティックリハビリテーションの実践・評価		

[illegible]