

2023年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツトレーナー 学科
MT/PH コース

授業科目 (科目ID)	インターンシップ/インターンシップ		担当教員 (実務経験)	今北 雄太 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 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	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	運動指導者として、実践現場で使える指導方法が出来る。						
到達目標	運動指導者として幅広い対象者への指導が出来る。						
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	%	受講姿勢、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	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	年間スケジュール、実習内容の説明				
	2	指導実習の事前学習(Jrスイミング)	Jrスイミングの指導方法、留意点、基礎知識を学ぶ。				
	3	指導実習の事前学習(Jr体育)	Jr体育指導方法、留意点、基礎知識を学ぶ。				
	4	実習(スイミング・体育)	Jrスイミング指導。実際のスクールにサブコーチとして入水する。				
	5		Jrスイミング指導。実際のスクールにサブコーチとして入水する。				
	6		Jrスイミング指導。実際のスクールにサブコーチとして入水する。				
	7		Jrスイミング指導。実際のスクールにサブコーチとして入水する。				
	8		Jr体育スクール指導。実際のスクールに補助員として参加する。				
	9		Jr体育スクール指導。実際のスクールに補助員として参加する。				
	10		Jr体育スクール指導。実際のスクールに補助員として参加する。				
	11		Jr体育スクール指導。実際のスクールに補助員として参加する。				
	12		実習報告書の作成(スイミング・体育・イベント)	各スクールを振り返っての実施内容、反省、まとめを作成。			
	13		iBスタジオレッスンの受講	45分間のスタジオレッスンに参加。			
	14	45分間のスタジオレッスンに参加。					
15	45分間のスタジオレッスンに参加。						

履修主題・履修内容	16	iBスタジオレッスンの受講	45分間のスタジオレッスンに参加。
	17	スタジオプログラムの計画	班編成を組み、テーマ決定。
	18	スタジオプログラムの計画	メニュー構成
	19	スタジオプログラムの計画	メニュー構成
	20	スタジオプログラムの計画	メニュー構成、掲示ポスターの作成。
	21	スタジオプログラムの計画	リハーサル実施。
	22	スタジオプログラムの計画	リハーサル実施。
	23		一般の方を対象に実施。
	24	スタジオプログラムの実演	一般の方を対象に実施。
	25		一般の方を対象に実施。
	26	スタジオプログラム実習報告書作成	実施内容、反省、まとめを作成。
	27	講義実習	スポーツクラブ運営について。(顧客管理)
	28	講義実習	水泳指導の実際について。(4泳法について、施設管理について)
	29	講義実習	トレーニングについて。(BIG3、指導方法)
30	まとめ	全行程を振り返り、反省、まとめを作成。	

2023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・PH/TR・IN・CO・SB コース

授業科目 (科目ID)	一年次研究課題	担当教員 (実務経験)	今北 雄太 有 <input checked="" type="checkbox"/> 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		
	2	基礎概論	アスリハの概要・考え方・用語説明・機能解剖		
	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	筋力エクササイズについて		
	5	運動療法の基礎知識と用語	筋力エクササイズについて		
	6	運動療法の基礎知識と用語	可動域訓練について		
	7	運動療法の基礎知識と用語	神経-筋協調性エクササイズ		
	8	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ		
	9	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ		
	10	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント		
	11	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント		
	12	再発防止と外傷予防の動作	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	動作・姿勢の観察と評価		
	14	物理療法と装具・インソール	物理療法		
15	物理療法と装具・インソール	リハビリテーションに用いる装具、歩行と足底挿板			

履修主題・履修内容	16	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ
	17	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ
	18	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ
	19	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ
	20	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	21	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	22	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	23	再発防止と外傷予防の動作	受傷機転とダイナミックアライメント
	24	再発防止と外傷予防の動作	受傷機転とダイナミックアライメント
	25	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価
	26	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価
	27	物理療法と装具・インソール	物理療法
	28	物理療法と装具・インソール	リハビリテーションに用いる装具
	29	物理療法と装具・インソール	歩行と足底挿板
30	まとめ・後期試験について	後期まとめ・試験対策	

2023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・PH/TR・IN・CO・SB コース

授業科目 (科目ID)	一年次研究課題	担当教員 (実務経験)	今北 雄太 有 <input checked="" type="checkbox"/> 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	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、アイスバック作り		
	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			

履修主題・履修内容	16	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ
	17	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ
	18	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ
	19	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ
	20	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	21	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	22	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	23	再発防止と外傷予防の動作	受傷機転とダイナミックアライメント
	24	再発防止と外傷予防の動作	受傷機転とダイナミックアライメント
	25	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価
	26	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価
	27	物理療法と装具・インソール	物理療法
	28	物理療法と装具・インソール	リハビリテーションに用いる装具
	29	物理療法と装具・インソール	歩行と足底挿板
30	まとめ・後期試験について	後期まとめ・試験対策	

2023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・PH/TR・IN・CO・SB コース

授業科目 (科目ID)	一年次研究課題	担当教員 (実務経験)	今北 雄太 有 <input checked="" type="checkbox"/> 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	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、アイスバック作り		
	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			

履修主題・履修内容	16	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ
	17	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ
	18	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ
	19	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ
	20	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	21	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	22	再発防止と外傷予防の動作	スポーツ動作とダイナミックアライメント
	23	再発防止と外傷予防の動作	受傷機転とダイナミックアライメント
	24	再発防止と外傷予防の動作	受傷機転とダイナミックアライメント
	25	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価
	26	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価
	27	物理療法と装具・インソール	物理療法
	28	物理療法と装具・インソール	リハビリテーションに用いる装具
	29	物理療法と装具・インソール	歩行と足底挿板
30	まとめ・後期試験について	後期まとめ・試験対策	

2023年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
CO コース サッカー 専攻

授業科目 (科目ID)	サッカーコーチ実習		担当教員	喜多 奎介		
			(実務経験)	有 <input checked="" type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	スポーツ指導員
対象年次・学期	1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)	15	時間数	60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	コーチ実習 での経験を活かし、より質の高い指導が提供できるよう意欲的に取り組むこと。					
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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	アシスタントコーチ	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	メインコーチとして担当	振り返り、報告書作成・提出			

2023年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
CO コース バスケットボール 専攻

授業科目 (科目ID)	バスケットボールコーチ実習		担当教員	小笠原 鷹介		
			(実務経験)	有 <input checked="" type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	中学・高校教員
対象年次・学期	1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)	15	時間数	60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	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	3	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	4	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	5	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	6	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	7	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	8	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	9	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	10	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	11	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	12	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミー指導、指導振り返り			
	13	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミーメインコーチ指導、指導振り返り			
	14	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミーメインコーチ指導、指導振り返り			
15	レバンガアカデミー指導	レバンガアカデミーメインコーチ指導、指導振り返り				

2023年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
CO コース 野球 専攻

授業科目 (科目ID)	野球コーチ実習		担当教員 (実務経験)	菊地 健太 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> トレーニング指導者		
対象年次・学期	1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)	15	時間数	60時間
授業目的	野球指導者としての心得や、野球の概念を学び活かすことを目的とする。					
到達目標	野球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等配					
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80%、その他20%(受講姿勢、受講態度等)			
	レポート	80%				
	小テスト					
	提出物					
その他	20%					
履修上の 留意事項	野球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			
	2		指導者の役割			
	3		野球とは			
	4		キッズ年代の指導について			
	5		キッズ年代の指導について			
	6	指導者実技	キャッチボール基礎			
	7		キャッチボール応用			
	8		バッティング基礎			
	9		バッティング応用			
	10		守備基礎			
	11		守備応用			
	12		基礎指導実践			
	13		指導案作成	W UP TR2 GAMEまでのメニューを作成する		
	14	現場指導	指導案を元に指導実践、反省			
15	現場指導	指導案を元に指導実践、反省				

2023年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
CO コース バドミントン 専攻

授業科目 (科目ID)	バドミントンコーチ実習 22s174		担当教員 (実務経験)	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無	
対象年次・学期	1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)	15	時間数 60時間
授業目的	バドミントン指導者としての心得や、バドミンの概念を学び活かすことを目的とする。				
到達目標	バドミン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	必要に応じて資料等を等配				
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	バドミントン指導者を志す上で必要な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		
	2		指導者の役割		
	3		バドミントンとは		
	4		キッズ年代の指導について		
	5		キッズ年代の指導について		
	6	指導者実技	フットワーク		
	7		フットワーク		
	8		基礎打ち		
	9		基礎打ち		
	10		技術系練習		
	11		複合系練習		
	12		基礎指導実践		
	13	指導案作成	W UP TR2 GAMEまでのメニューを作成する		
	14	現場指導	指導実践 改善ポイントの確認		
15	現場指導	指導実践			

2023年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
CO コース バレーボール 専攻

授業科目 (科目ID)	バレーボールコーチ実習		担当教員 (実務経験)	田中 いぶき 有 無 ✓		
対象年次・学期	1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)	15	時間数	60時間
授業目的	バレーボール指導者としての心得や、バレーボールの概念を学び活かすことを目的とする。					
到達目標	バレーボール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	必要に応じて資料等を等配					
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	バレーボール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			
	2		指導者の役割			
	3		バレーボールとは			
	4		キッズ年代の指導について			
	5		キッズ年代の指導について			
	6	指導者実技	基本ドリル オーバーパス、アンダーパスのステップ/ハンドリング			
	7		基本ドリル サーブ&レセプション			
	8		基本ドリル オフェンス&ディグ			
	9		基本ドリル スパイク&ブロック			
	10		試合を想定したゲーム練習			
	11		試合を想定したゲーム練習			
	12		基礎指導実践			
	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 改善ポイントの確認			
15	指導実践評価試験	指導実践				

2023年度

北海道スポーツ専門学校

スポーツ健康 学科
CO コース 陸上競技 専攻

授業科目 (科目ID)	陸上競技コーチ実習	担当教員 (実務経験)	今北 雄太 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> スポーツ指導員		
対象年次・学期	1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)	15	時間数	60時間
授業目的	陸上指導者としての心得や、陸上の概念を学び活かすことを目的とする。				
到達目標	陸上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	必要に応じて資料等を等配				
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	陸上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		
	2		指導者の役割		
	3		陸上とは		
	4		キッズ年代の指導について		
	5		キッズ年代の指導について		
	6	指導者実技	トレーニングの仕方(走る)		
	7		トレーニングの仕方(走る)		
	8		トレーニングの仕方(跳ぶ)		
	9		トレーニングの仕方(跳ぶ)		
	10		トレーニングの仕方(投げる)		
	11		トレーニングの仕方(投げる)		
	12		基礎指導実践		
	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 改善ポイントの確認		
15	指導実践評価試験	指導実践			