

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
AT・MT・PH コース

授業科目 (科目ID)	テーピングテクニック	担当教員 (実務経験)	土岐 政義・千保 大聖・田中 いぶき 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> アスレティックトレーナー		
対象年次・学期	2年・通年	必修・選択区分	必修		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	基本的な機能解剖学およびスポーツ外傷学の知識をベースとした各部位におけるテーピング技術を学ぶ。				
到達目標	トレーナー、スポーツ指導者として、正確で、素早い、機能的なテーピングを行うことができる。				
テキスト・ 参考図書等	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト 「予防とコンディショニング」 身体運動の機能解剖 改訂版				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	40%	実技試験の結果およびその他(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	30%			
	提出物	%			
	その他	30%			
履修上の 留意事項	デモンストレーション後、各人に実技練習をしてもらいます。テーピング部位に於ける解剖学、運動学、外傷学の知識習得も同時に行う。実技試験は授業にて実施。テーピングを行う部位により、Tシャツ、ハーフパンツ着用の指示あり。トレーナー、スポーツ指導者にとってテーピングテクニックは、絶対に身につけなければならない手技の一つです。何度も反復練習し自身のバリエーションを増やしましょう。皆さんの積極的な取組を期待しています。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス / テーピング総論	講義の説明、その他 / テーピング実施時の注意事項		
	2	足関節	足関節内返し捻挫 復習		
	3	足関節	伸縮テーピングを用いた足関節内返し捻挫のテーピング		
	4	足関節	伸縮テーピングを用いた足関節内返し捻挫のテーピング		
	5	足関節	足関節外返し捻挫、応急処置のテーピング		
	6	実技試験	足関節 (小テスト)		
	7	足部	母趾過伸屈捻挫、種子骨障害、踵部挫傷		
	8	足部	足底腱膜炎のテーピング(非伸縮、伸縮)		
	9	実技試験	足底腱膜炎、母趾過伸屈捻挫、種子骨障害、踵部挫傷 (小テスト)		
	10	足関節(底屈制限)	有痛性三角骨、距骨後突起障害、前脛骨筋腱炎、前脛腓靭帯損傷		
	11	足関節(背屈制限)	フットボールーズアングル、アキレス腱炎、前脛腓靭帯損傷		
	12	実技試験	底屈制限、背屈制限 (小テスト)		
	13	足関節	アキレス腱炎、アキレス腱周囲炎、アキレス腱部滑液包炎		
	14	下腿部	下腿三頭筋肉ばなれ、シンスプリント		
15	実技試験	アキレス腱炎(3種)、下腿肉離れ、シンスプリント (小テスト)			
履修主題・ 履修内容	16	膝関節	ACL、MCL、LCL靭帯損傷		
	17	膝関節	ACL、MCL、LCL靭帯損傷		
	18	膝関節	ACL、MCL、LCL靭帯損傷		
	19	膝関節	ACL、MCL、LCL靭帯損傷		
	20	膝関節	ACL、MCL、LCL靭帯損傷		
	21	実技試験	ACL、MCL、LCL靭帯損傷(小テスト)		
	22	大腿部	大腿部打撲・肉ばなれ		
	23	大腿部	大腿部打撲・肉ばなれ		
	24	実技試験	大腿部打撲・肉ばなれ (小テスト)		
	25	肩関節	肩関節反復性前方脱臼、肩鎖関節捻挫		
	26	肩関節	肩関節反復性前方脱臼、肩鎖関節捻挫		
	27	実技試験	肩関節反復性前方脱臼、肩鎖関節捻挫 (小テスト)		
	28	肘関節	肘関節過伸屈捻挫、肘関節内側副靭帯損傷		
	29	手関節	手関節捻挫、指捻挫		
	30	実技試験	肘関節、手関節 (小テスト)		

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)	各種トレーニング法の実践	担当教員 (実務経験)	大菅 貴広、菊池 諒 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> トレーニング指導者		
対象年次・学期	2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	トレーニング理論と実践を様々な視点から学び、実技能力の向上を目指す				
到達目標	同上				
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 改訂版 トレーニング指導者テキスト実践編 改訂版				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	50%	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。オンラインの場合は小テストなどに変更して評価する		
	レポート	%			
	小テスト	%			
	提出物	%			
	その他	50%			
履修上の留意事項	配布資料の保管等、管理を徹底すること				
履修主題・履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス	年間計画・評価方法確認・自己紹介		
	2	体力測定	各種体力測定・測定結果分析・目標設定		
	3	BIG3の習得・修正	基本のBIG3のフォーム確認		
	4	上肢のトレーニングテクニック 胸部	胸部を中心とした内容		
	5	上肢のトレーニングテクニック 背部・肩部	背部・肩部を中心とした内容		
	6	上肢のトレーニングテクニック 上腕部・前腕部	上腕部・前腕部を中心とした内容		
	7	下肢のトレーニングテクニック 大腿部・臀部	大腿部・臀部を中心とした内容		
	8	下肢のトレーニングテクニック 大腿部・臀部	大腿部・臀部を中心とした内容		
	9	下肢のトレーニングテクニック 大腿部・下腿部	大腿部・下腿を中心とした内容		
	10	体幹のトレーニングテクニック	スタビリティ・回旋・伸展系		
	11	体幹のトレーニングテクニック	スタビリティ・回旋・伸展系		
	12	体幹のトレーニングテクニック	競技特異的		
	13	前期復習			
	14	実技試験	前期内容からの実技試験		
15	合同トレーニング				
16	胸椎回旋に着目したトレーニング	スポーツパフォーマンスに欠かせない胸椎に着目した内容			
17	胸椎回旋に着目したトレーニング	スポーツパフォーマンスに欠かせない胸椎に着目した内容			

履修主題・履修内容	18	股関節に着目したトレーニング	スポーツパフォーマンスに欠かせない股関節に着目した内容
	19	股関節に着目したトレーニング	スポーツパフォーマンスに欠かせない股関節に着目した内容
	20	スピード向上のためのトレーニング	スタート・加速局面・最大スピード局面など
	21	スピード向上のためのトレーニング	スタート・加速局面・最大スピード局面など
	22	オリンピックリフティング	パワークリーンの動作習得
	23	オリンピックリフティング	パワークリーンの動作習得
	24	オリンピックリフティング	パワークリーンの動作習得
	25	実技試験	パワークリーンの実技試験
	26	パワー向上トレーニング	プライオメトリクス
	27	パワー向上トレーニング	プライオメトリクス
	28	パワー向上トレーニング	メディシンボール
	29	パワー向上トレーニング	メディシンボール
	30	合同トレーニング	

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)	健康運動実践指導者対策実技		担当教員	今井 由美子、喜多 奎介、田中 いびき	
			(実務経験)	有 <input checked="" type="checkbox"/>	無
対象年次・学期	2年・前期		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	健康運動実践指導者検定合格に向けて、陸上運動は、レジスタンストレーニング及びエアロビックダンス指導の基礎から学び、水中運動は、水中レジスタンストレーニング及び水中ウォーキングの基礎から学び、指導実践ができるようになる。				
到達目標	健康運動実践指導者実技試験を合格するレベルで指導できる。				
テキスト・参考図書等	プリント、DVD				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	%	小テストでは模擬試験での評価とする その他は積極的な受講姿勢等で評価する		
	レポート	%			
	小テスト	50%			
	提出物	10%			
その他	40%				
履修上の留意事項	スタジオ・プールでの指導実践が中心となる。健康運動実践指導者に必要な指導能力を理解し、指導者としての資質向上を目指し取り組んでいきましょう。皆さん自身の指導実演能力が問われる資格です。この授業で100%合格できる自信をつけられるよう学んでください。				
履修主題・履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	(共通)ガイダンス	(共通)授業の進め方について説明・検定内容の説明、ステップの確認、W-up・C-down		
	2	(陸上)ガイダンス (水中)水中ウォーキング・レジスタンス運動	(陸上)W-up・C-down、カウント取り、各ステップの分解方法の説明・キュー出し (水中)DVD視聴および内容の把握・暗記、陸上での実演、W-up・C-down		
	3	(陸上)指導練習 (水中)水中ウォーキング	(陸上)ストレッチ、グレイプバイン・Vステップ・前後4(個人練習)、ウォーキングの特性 (水中)プールでの実演練習、ウォーキングの特性		
	4	(陸上)指導練習 (水中)水中ウォーキング	(陸上)ストレッチ、グレイプバイン・Vステップ・前後4(ペア練習)、レッグカール・ヒールタッチ・Aステップ(個人練習)、ジョギングの特性 (水中)プールでの実演練習、ジョギングの特性		
	5	(陸上)指導練習 (水中)水中ウォーキング	(陸上)レジスタンストレーニング5種目 指導及び留意点、ウォーキング・ジョギング (水中)プールでの実演練習、ウォーキング・ジョギング		
	6	(陸上)指導練習 (水中)水中ウォーキング、水中レジスタンス運動	(陸上)レジスタンストレーニング5種目 指導及び留意点、ウォーキング・ジョギング (水中)ウォーキング・ジョギング、ストレッチ、プールでの実演練習、		
	7	(陸上)ルーティンの指導練習 (水中)水中レジスタンス運動	(陸上)前4後4+Vステップ+グレイプバイン+レッグカール(個人練習・ペア練習) (水中)ストレッチ、プールでの実演練習		
	8	(陸上)プログラム作成 (水中)水中レジスタンス運動	(陸上)各自作成 チェック (水中)プールでの実演練習		
	9	(共通)指導練習	(陸上)各自のプログラムの指導練習 (水中)水中ウォーキング・レジスタンス運動の通し練習		
	10	(共通)指導練習	(陸上)各自のプログラムの指導練習 特性の説明作成 (水中)水中ウォーキング・レジスタンス運動の通し練習		
	11	(共通)指導練習	(陸上)各自のプログラムの指導練習 まとめの作成 (水中)水中ウォーキング・レジスタンス運動の通し練習		
	12	(共通)指導練習	(陸上)各自のプログラムの指導練習 練習 暗記 (水中)水中ウォーキング・レジスタンス運動の通し練習		
	13	(共通)模擬試験	(共通)検定試験と同様の形で実技試験の実施		
	14	(共通)模擬試験	(共通)検定試験と同様の形で実技試験の実施		
15	(共通)模擬試験	(共通)検定合格基準に満たない学生対象の再試験実施			

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
PH コース

授業科目 (科目ID)	フィジカルトレーニング		担当教員 (実務経験)	菊池 諒 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> トレーニング指導者	
対象年次・学期	2年・通年		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)	30	時間数 60時間
授業目的	自身のフィジカル能力向上、スポーツ動作に活かせるトレーニングの実践。				
到達目標	スポーツにおける基本的動作に必要なフィジカル能力向上のトレーニングが実践出来る。				
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	%	「レポート」...各テーマごとにトレーニングメニューを立案し、それを記入したレポートを評価する。 「小テスト」...各テーマごとにトレーニング実践を行い、その内容を評価する。 「その他」...授業への取り組み姿勢を評価する。		
	レポート	40%			
	小テスト	40%			
	提出物	%			
	その他	20%			
履修上の 留意事項	トレーニングを通じてお互いにフィジカル能力を高めあって行きましょう！				
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	授業内容の説明、諸注意、その他		
	2	筋肥大トレーニング実践1	下肢トレーニング1(適切なスクワットとは)		
	3	筋肥大トレーニング実践2	下肢トレーニング2(スクワット実践)		
	4	筋肥大トレーニング実践3	下肢トレーニング3(適切なデッドリフトとは)		
	5	筋肥大トレーニング実践4	下肢トレーニング4(デッドリフト実践)		
	6	筋肥大トレーニング実践5	上肢トレーニング(適切なベンチプレスとは)		
	7	筋肥大トレーニング実践6	上肢トレーニング(ベンチプレス実践)		
	8	筋肥大トレーニング実践7	上肢トレーニング(適切なベントオーバーローとは)		
	9	筋肥大トレーニング実践8	上肢トレーニング(ベントオーバーロー実践)		
	10	筋肥大トレーニング実践9	下肢補助種目		
	11	筋肥大トレーニング実践10	上肢補助種目		
	12	トレーニングバリエーション1	スーパーセット法等		
	13	トレーニングバリエーション2	コンパウンドセット法等		
	14	前期まとめ	前期の復習(下肢筋肥大プログラム作成・実践)		
15	前期まとめ	前期の復習(上肢筋肥大プログラム作成・実践)			
16	筋力向上トレーニング実践1	下肢の筋力向上トレーニング			
17	筋力向上トレーニング実践2	上肢の筋力向上トレーニング			

履修主題・履修内容	18	パワー向上トレーニング実践1	下肢のパワー向上トレーニング
	19	パワー向上トレーニング実践2	上肢のパワー向上トレーニング
	20	体幹部トレーニング1	スタビライゼーショントレーニングの実践
	21	体幹部トレーニング2	腹筋群をターゲットにしたトレーニングの実践
	22	プライオメトリクストレーニング1	ジャンプ力向上に特化したトレーニングの実践
	23	プライオメトリクストレーニング2	ジャンプ力向上に特化したトレーニングの実践
	24	アジリティートレーニング1	アジリティー能力向上に特化したトレーニングの実践
	25	アジリティートレーニング2	アジリティー能力向上に特化したトレーニングの実践
	26	ファンクショナルトレーニング1	競技特性を踏まえたトレーニングの実践
	27	ファンクショナルトレーニング2	競技特性を踏まえたトレーニングの実践
	28	ファンクショナルトレーニング3	競技特性を踏まえたトレーニングの実践
	29	後期まとめ	これまでの復習(自由テーマでトレーニングプログラム作成・実践)
	30	後期まとめ	これまでの復習(自由テーマでトレーニングプログラム作成・実践)

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)	スポーツスキル / スポーツスキル		担当教員 (実務経験)	小笠原鷹介 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 中・高保健体育教諭	
対象年次・学期	2年・通年		必修・選択区分	必修	単位数 2単位
授業形態	講義(一部実習を含む)		授業回数(1回90分)	30	時間数 60時間
授業目的	指導に関する留意点を学ぶ。各運動種目の特性を学ぶ。				
到達目標	様々なスポーツの特性を理解し、指導に役立てることができる。				
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	%	毎授業で出題するミニテスト、課題の出題状況、内容をもって評価とする。		
	レポート	%			
	小テスト	40%			
	提出物	40%			
	その他	20%			
履修上の 留意事項	オンデマンド型教材や課題を用いながら進めていきます。皆さんの運動欲求を満たすための授業ではありません。各運動種目の特性、指導方法、その留意点について学ぶ内容です。それに伴う提出物を中心に評価を行います。				
履修主題・ 履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス	授業の説明		
	2	種目1～6のスポーツにおける 運動指導、及び安全管理 運動指導における留意点 [種目] 1. フットサル 2. バスケットボール 3. バドミントン 4. バレーボール 5. ハンドボール 6. 世界の様々なスポーツ 7. スポーツの祭典オリンピックについて 種目1～7の実施順を入れ替える場合があります	1. フットサル		
	3		1. フットサル		
	4		2. サッカー		
	5		2. サッカー		
	6		3. バスケットボール		
	7		3. バスケットボール		
	8		4. バレーボール		
	9		4. バレーボール		
	10		5. ハンドボール		
	11		5. ハンドボール		
	12		6. 世界の様々なスポーツ		
	13		6. 世界の様々なスポーツ		
	14		7. スポーツの祭典オリンピックについて		
15	7. スポーツの祭典オリンピックについて				

履修主題・履修内容	16	ガイダンス	後期授業の説明
	17	種目1～6のスポーツにおける 運動指導、及び安全管理 運動指導における留意点 【種目】 1. 野球 2. テニス 3. バドミントン 4. 卓球 5. ラグビー 6. 世界の様々なスポーツ 7. まとめ 種目1～7の実施順を入れ替える場合があります	1. 野球
	18		1. 野球
	19		2. テニス
	20		2. テニス
	21		3. バドミントン
	22		3. バドミントン
	23		4. 卓球
	24		4. 卓球
	25		5. ラグビー
	26		5. ラグビー
	27		6. 世界の様々なスポーツ
	28		6. 世界の様々なスポーツ
	29		7. まとめ
30	7. まとめ		

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
PH / TR・IN・CO・SB コース

授業科目 (科目ID)	スイミングスキル	担当教員 (実務経験)	今井 由美子 有 無 ✓		
対象年次・学期	2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、各種泳法のスピードアップを目指すことで水泳コーチ1の取得を目指す。また指導の仕方も習得し、実践能力を身に付ける。				
最終到達目標	水泳コーチ1を合格するための基準タイムをクリアし、泳力、テクニックを身につけ、今よりもより効率的な泳ぎができる。				
到達目標	個人メドレーのタイムを計測し、基準タイムプラス5秒以内泳ぐことができる(第22回授業終了時)				
到達目標	指導法を理解し実践できる(第15回授業終了時)				
到達目標	4泳法を正しく泳ぐことができる(第11回終了時授業)				
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	%	授業内にて行う小テスト、レポート(提出期日、内容)、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	80%			
	提出物	%			
	その他	10%			
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すが、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。水泳コーチ1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	100m個人メドレータイム計測・基本技術確認・安全水泳		
	3	各種泳法スキルアップ	Fr / 持久カトレーニング / スカリング		
	4	各種泳法スキルアップ	Fr / スピードトレーニング / スカリング		
	5	各種泳法スキルアップ	Ba / 持久カトレーニング / スカリング		
	6	各種泳法スキルアップ	Ba / スピードトレーニング / スカリング		
	7	各種泳法スキルアップ	Br / 持久カトレーニング / スカリング		
	8	各種泳法スキルアップ	Br / スピードトレーニング / スカリング		
	9	各種泳法スキルアップ	Fly / 持久カトレーニング / 潜行 / 横泳ぎ		
	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	泳法確認テスト	4泳法の確認テスト		
	12	指導実習	指導法実習		
	13	指導実習	個人指導		
	14	指導実習	集団指導		
15	指導法確認テスト	指導法確認テスト			

履修主題・履修内容	16	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
	17	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
	18	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
	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、潜行、飛び込み
	22	タイム計測	100m個人メドレータイム計測
	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、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、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、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、飛び込み
	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、飛び込み
	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、飛び込み
30	タイム計測	100m個人メドレータイム計測	

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)	スノーボード・スキー宿泊実習		担当教員	齋藤 敬男	
			(実務経験)	有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/>	基礎スキー技術員
対象年次・学期	2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・提出物等の状況を総合的に評価する その他は受講姿勢等で評価する		
	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			

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
PH / TR・IN・CO・SB コース

授業科目 (科目ID)	ジュニアスポーツ指導実習	担当教員 (実務経験)	小笠原 鷹介・菊地健太・喜多 奎介 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 中・高保健体育教諭		
対象年次・学期	2年・前期	必修・選択区分	選択(PH) / 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	子どもへのスイミングレッスンまたは体育指導、運動遊びを計画 実施 反省を行うことで、指導技術を習得する。また、実際に子どもと関わることで、実践的な子どもへのスポーツ指導法を学ぶ。				
到達目標	グループワークを通して、インストラクターの役割への理解。実習を通して、レッスンの計画方法の立案、子ども達への対応ができる。				
テキスト・参考図書等	必要に応じて資料等配布				
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・提出物の内容や期日がいかり守られ、提出されたら評価する。 その他は指導案作成中や指導中の姿勢で評価する。		
	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	指導計画案の作成や反省会は教室で実施し、グループワークを中心に進めます。班別指導実習が中心です。実習後には反省、日誌の記入、提出となります。初回は教室でオリエンテーションを行います。水泳指導においては、水に慣れていない子どもも多いので、計画の段階から責任感を強く持って授業に臨んでください。実習が始まれば、毎日が本番となります。常に緊張感を忘れず、実習を行ってください。				
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 / 指導計画の作成	オリエンテーション / 指導計画・指導案作成		
	2	指導計画の作成	指導実習計画・指導案作成		
	3	指導計画案の作成	指導実習計画・指導案見直し		
	4	指導計画案の作成	指導実習計画・指導案見直し		
	5	指導計画案の予行演習	指導技術(補助・道具の利用方法)の練習		
	6	指導計画案の予行演習	指導技術(補助・道具の利用方法)の練習		
	7	指導計画案の予行演習	指導実習の練習・指導案見直し		
	8	指導計画案の予行演習	指導実習の練習・指導案見直し		
	9	指導実習	幼児A - 1		
	10	指導実習	保育園、スクール指導実習予定		
	11	指導実習	幼児A - 2		
	12	指導実習	保育園、スクール指導実習予定		
	13	指導実習	幼児A - 3		
	14	指導実習	保育園、スクール指導実習予定		
	15	指導実習	幼児A - 1		
	16	指導実習	保育園、スクール指導実習予定		
17	指導実習	幼児A - 2			

履修主題・履修内容	18	指導実習	保育園、スクール指導実習予定
	19	指導実習	幼児A - 3
	20	指導実習	保育園、スクール指導実習予定
	21	指導実習	幼児A - 1
	22	指導実習	幼児B
	23	指導実習	幼児A - 2
	24	指導実習	幼児B
	25	指導実習	幼児A - 3
	26	指導実習	幼児B
	27	指導実習振り返り	幼児AB実習反省まとめ各班資料作成
	28	指導実習振り返り	幼児AB実習反省まとめ各班資料作成
	29	指導実習振り返り	幼児AB実習反省まとめ各班資料作成
	30	指導実習振り返り	全体発表

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)	就職セミナー	担当教員 (実務経験)	齋藤 敬男 有 無 ✓		
対象年次・学期	各学科就職学年前年・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・ 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。) 「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	就職活動と社会人		
	3				
	4				
	5	セミナー	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)		
	6				
	7				
	8	セミナー	就活・スーツ・見出しなみについて		
	9				
	10	セミナー	就活本番に向けて		
	11				
	12	セミナー	本当に必要な人材とは		
	13				
	14	セミナー	就活に向けての大切な第一歩!		
15					
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			