

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)	水泳コーチ 対策実技		担当教員 (実務経験)	今井 由美子 有 無 <input checked="" type="checkbox"/>		
対象年次・学期	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し、水泳コーチ1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	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	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	Fr / スピードトレーニング			
	4	各種泳法スキルアップ	Ba / スピードトレーニング			
	5	各種泳法スキルアップ	Br / スピードトレーニング			
	6	各種泳法スキルアップ	Fly / スピードトレーニング			
	7	各種泳法スキルアップ	IMターン / スピードトレーニング			
	8	タイム測定	個人メドレータイム測定			
	9	各種泳法スキルアップ	個人メドレー、スピードトレーニング、飛び込み			
	10	各種泳法スキルアップ	個人メドレー、スピードトレーニング、飛び込み			
	11	各種泳法スキルアップ	個人メドレー、スピードトレーニング、飛び込み			
	12	各種泳法スキルアップ	個人メドレー、スピードトレーニング、飛び込み			
	13	泳法確認	個人メドレー、潜行、横泳ぎ、飛び込み			
	14	タイム測定	個人メドレータイム測定			
15	タイム測定	個人メドレータイム測定				

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)	エアロビックコーチ 対策実技		担当教員 (実務経験)	大嶋 春香 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> スタジオインストラクター		
対象年次・学期	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	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	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	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	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	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	実技試験			
	7	実技模擬試験	実技試験			
	8	指導実習試験対策	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	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	指導実習			
	11	指導実習試験対策	指導実習			
	12	指導実習試験対策	指導実習			
	13	指導実習模擬試験	指導実習試験			
	14	指導実習模擬試験	指導実習試験			
15	指導実習模擬試験	指導実習試験				

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)	スノーボード・スキー宿泊実習	担当教員 (実務経験)	齋藤 敬男 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 基礎スキー技術員		
対象年次・学期	3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
AT・MT・PH / TR・IN・CO・SB コース

授業科目 (科目ID)	情報基礎	担当教員 (実務経験)	亀山 裕樹 有 無 ✓		
対象年次・学期	3年 / 2年・通年	必修・選択区分	必修	単位数	2単位
授業形態	実習(オンデマンド型・課題型)	授業回数(1回90分)	30	時間数	60時間
授業目的	ビジネスの場面に必要とされる、PC操作と情報の扱い方を学習する。				
到達目標	資料作成およびデータの整理と活用に向けて、ドキュメントならびにスプレッドシートの基本操作方法を理解し、場面に応じて使用できる。				
テキスト・ 参考図書等	詳細は授業時に紹介する。				
評価方法・ 評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	20%	提出物、試験課題、その他(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	60%			
	その他	20%			
履修上の 留意事項	毎回の授業では、各自が使用するPCを用いて、クラスルーム内等に設定した提出先に締切までに課題を提出することで、上記「提出物」の評価とする。第15・30回目の授業でも、同様の方法で締切までに試験課題を提出することで上記「試験」の評価とする。				
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と授業の導入	講義の進め方と試験方法、成績評価等のガイダンス		
	2	PCの基本操作	ログインをはじめとするPCの基本操作方法の確認		
	3	ドキュメントの基本操作	キーボードを用いた文字入力力の基礎		
	4	ドキュメントの基本操作	タッチタイピングの練習		
	5	ドキュメントの基本操作	タッチタイピングの練習		
	6	ドキュメントの基本操作	タッチタイピングの練習		
	7	ドキュメントの活用	表・グラフ・画像の挿入、書式の変更		
	8	ドキュメントの活用	資料の作成		
	9	ドキュメントの活用	ビジネス文章の作成		
	10	ドキュメントの活用	共同編集、Word・PDF形式のダウンロード		
	11	ドキュメントの活用	電子メールの利用、Word・PDFファイルの送付		
	12	ドキュメントの活用	実習問題による操作方法の確認と復習		
	13	スプレッドシートの基本操作	シートへのデータ入力		
	14	スプレッドシートの基本操作	シートの編集と応用		
15	前期のまとめ	前期の授業内容のまとめと復習、試験課題			

履修主題・履修内容	16	スプレッドシートの基本操作	関数を用いた計算とデータの活用
	17	スプレッドシートの機能	関数の使用 (合計、平均、個数、最大値、最小値)
	18	スプレッドシートの機能	関数の使用 (順位づけ、四捨五入、判定)
	19	スプレッドシートの機能	関数の使用 (条件による集計、表の検索)
	20	スプレッドシートの機能	データの検索・並び替え、ピボットテーブルの使用
	21	スプレッドシートの活用	グラフと表の作成
	22	スプレッドシートの活用	グラフと表の作成
	23	スプレッドシートの活用	グラフと表の作成
	24	スプレッドシートの活用	共同編集、Excel・PDF形式のダウンロード
	25	スプレッドシートの活用	実習問題による操作方法の確認と復習
	26	ドキュメント・スプレッドシートの応用	プレゼンテーションソフトへの活用
	27	ドキュメント・スプレッドシートの応用	インターネットを利用した情報の活用と倫理
	28	ドキュメント・スプレッドシートの応用	データの整理と活用の実践
	29	ドキュメント・スプレッドシートの応用	データの整理と活用の実践
30	後期のまとめ	後期の授業内容のまとめと復習、試験課題	

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)	就職実務	担当教員 (実務経験)	齋藤 敬男 有 無 <input checked="" type="checkbox"/>		
対象年次・学期	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. 就職活動の流れを理解し、早期内定を得るよう円滑な就職活動へと繋げる。 2. 就職決定に向け自分自身を理解すること、客観的視野で自己分析を行うことへと繋げる。				
到達目標	就職内定を目標とした社会人基礎力を身に付け、様々な考え方を学び、社会人としての行動、判断、表現をすることができる。				
テキスト・参考図書等	必要に応じて資料・プリント配布などを行う				
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(履歴書作成)、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	パワーポイントや配布資料を中心として授業を実施をします。メモをとる習慣をこの授業内でも身に付けましょう。毎回、数名の学生に時事問題についての発表を行っていただきます。全員が発表対象となりますので、しっかりと準備しましょう。				
履修主題・履修内容	回数	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス	就職の現状、就活スケジュール、受験報告書の作成・提出 求人票の見方、求職票の書き方、履歴書台本作り【パソコン持参】		
	2	就活準備(1)	履歴書の書き方(練習用紙への記入、下書き作成、筆記用具・定規必須)		
	3	就活準備(2)【課題授業】	履歴書完成【期日までに2枚提出】		
	4	就活対策(1)	志望動機の作成について(自己PR作成、長所・短所)【パソコン持参】		
	5	就活対策(2)	道スポドリルの活用(適性検査)【WEB提出、パソコン持参】 企業へのアポイントの取り方		
	6	選考試験対策(1)	選考試験の種類と対策 面接試験対策(基本動作・身だしなみ・事前準備)		
	7	選考試験対策(2)	面接試験対策(成功例と失敗例、質問内容) 面接試験対策(グループディスカッション、集団面接)		
	8	企業説明会の参加と企業研究	企業説明会とは(参加準備・企業研究)		
	9	学内企業説明会【レポート提出】	学内企業説明会参加、企業研究レポートの作成		
	10	選考試験対策(3)	内定礼状の作成 筆記試験対策(時事問題・一般常識テスト・小論文・レポート)		
	11	選考試験対策(4)【課題授業】	筆記試験対策課題(一般常識テスト・小論文・レポート提出)		
	12	就職に向けて(1)	社会人基礎力とは(身に付けるべき必要なこと) プレゼンテーション力を身につける		
	13	就職に向けて(2)	グループディスカッション		
	14	就職に向けて(3)	就職法規の基礎知識について 未決定者の今後の取り組み		
15	就職に向けて(4)	就職への心構え(内定後の学校生活、未決定者の今後の取り組み)			

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)	コミュニケーション		担当教員 (実務経験)	土岐 政義、小笠原 鷹介 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> スポーツ指導者	
対象年次・学期	3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、すぐ実践できることを目的とする。				
到達目標	2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 20% 提出物 20% 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 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	履歴書の記入方法		
	2	就職活動に向けて	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	業界研究 進みたい分野においての調査		
	4	就職活動に向けて	就職情報サイトの利用方法		
	5	面接試験に向けて	心構え、様々な面接試験について		
	6	面接試験に向けて	入退室、面接試験体験		
	7	面接試験に向けて	入退室、面接試験体験		
	8	一般常識	漢字(読み・書き)		
	9	一般常識	丁寧語、敬語		
	10	一般常識	挨拶、接遇		
	11	一般常識	マナー、一般常識(応用)		
	12	一般常識	ペア対話、グループ対話		
	13	まとめ	確認テスト(読み・書き・丁寧語・敬語)		
	14	まとめ	確認テスト(挨拶・接遇)		
15	まとめ	確認テスト(マナー・一般常識応用)			

