

授業科目	JATI トレーニング指導者対策		担当教員		
対象年次・学期	3年/2年・集中		必修・選択区分	必修 (PHIII・TRII)・選択	単位数
授業形態		授業回数	15回	時間数	30時間
授業目的	スポーツ選手や一般人を対象としたトレーニング指導の専門家として活動する為の知識を学ぶ。				
到達目標	対象や目的に応じて、科学的根拠に基づく適切な運動プログラムを作成・指導するために必要とされる知識を習得し、JATI トレーニング指導者の資格試験に合格する。				
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/トレーニング指導者テキスト実践編/その他配布プリント等				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	0	その他(受講姿勢等)を総合的に評価する。		
	レポート	0			
	小テスト	0			
	提出物	0			
その他	100				
履修上の留意事項	各章に対しての出題				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	JATI 認定トレーニング指導者 練習問題 1	トレーニング指導者論/各種トレーニング法の理論とプログラム (筋力・パワー持久力)		
	2	JATI 認定トレーニング指導者 練習問題 2	各種トレーニング法の理論とプログラム (スピード・柔軟性・特別な対象)		
	3	JATI 認定トレーニング指導者 練習問題 3	各種トレーニング法の実際 (筋力トレーニングの実際)		
	4	JATI 認定トレーニング指導者 練習問題 4	各種トレーニング法の実際 (パワー・持久力・スピード・柔軟性向上)		
	5	JATI 認定トレーニング指導者 練習問題 5	トレーニングの効果の測定と評価 (測定データの活用)		
	6	JATI 認定トレーニング指導者 練習問題 6	体力総論/機能解剖/バイオメカニクス/運動生理学/栄養		
	7	JATI 認定トレーニング指導者 練習問題 7	運動と栄養/運動と心理/運動と医学/運度指導の科学		
	8	JATI 認定トレーニング指導者 模擬試験 1	一般科目 1		
	9	JATI 認定トレーニング指導者 模擬試験 1	専門科目 1		
	10	JATI 認定トレーニング指導者 模擬試験 2	一般科目 2		
	11	JATI 認定トレーニング指導者 模擬試験 2	専門科目 2		
	12	JATI 認定トレーニング指導者 模擬試験 3	一般科目 3		
	13	JATI 認定トレーニング指導者 模擬試験 3	専門科目 3		
	14	JATI 認定トレーニング指導者 模擬試験 4	一般科目 4		
15	JATI 認定トレーニング指導者 模擬試験 4	専門科目 4			



授業科目	インターンシップII	担当教員	千保 大聖		
対象年次・学期		必修・選択区分		単位数	
授業形態		授業回数	30回	時間数	60時間
授業目的					
到達目標					
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				
	小テスト				
	提出物				
その他					
履修上の留意事項					
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		



授業科目	カレッジイベントⅢ	担当教員	齋藤 敬男		
対象年次・学期	3年・集中	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	15回	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	0	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	0			
	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	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			

授業科目	カレッジイベントⅢ	担当 教員 実務 経験	若松直斗  有：■ 無：□	アスレティックトレーナー、健康 運動実践指導者
対象年次・学期	3年・集中	担当 教員		
授業形態		実務 経験		
	担当 教員 実務 経験			
	担当 教員 実務 経験			
	担当 教員 実務 経験			
	担当 教員 実務 経験			
	担当 教員 実務 経験			
	担当 教員 実務 経験			
	担当 教員 実務 経験			
	担当 教員 実務 経験			
	担当 教員 実務 経験			

授業科目	コミュニケーションⅢ	担当教員	齋藤 敬男		
対象年次・学期	3年・集中	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	15回	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	0	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	0			
	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	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 進みたい分野における調査		
	4	就職活動に向けて④	就職情報サイトの利用方法		
	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	一般常識①	漢字 (読み・書き)		
	9	一般常識②	丁寧語、敬語		
	10	一般常識③	挨拶、接遇		
	11	一般常識④	マナー、一般常識 (応用)		
	12	一般常識⑤	ペア対話、グループ対話		
	13	まとめ①	確認テスト (読み・書き・丁寧語・敬語)		
	14	まとめ②	確認テスト (挨拶・接遇)		
15	まとめ③	確認テスト (マナー・一般常識応用)			





授業科目	スイミング理論		担当教員	今井 由美子		
対象年次・学期	3年／2年・通年		必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	30回	時間数	60時間	
授業目的	水の特性・効果等を理解し、実際の泳ぎに結びつける。水泳コーチ1検定に必要な専門分野の知識を学び、検定合格を目指す。					
到達目標	水泳コーチ1合格に向けて、理解し述べる事が出来る。					
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	0	各章終了後の小テスト、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	0				
	小テスト	70				
	提出物	20				
その他	10					
履修上の留意事項	各講義のテーマ毎にプリントを配布、水泳指導教本を使用し講義形式にて板書、説明を交えながら授業を展開する。覚えることがたくさんあって大変ですが、実技のレベルアップのためにも重要な内容です。また、水泳指導をおこなう上でも必要な基本的知識なので、実際の指導に役立てられるように頑張って習得しましょう。水泳コーチ1を受験する学生は、必ず履修してください。また、まだ迷っているという学生も履修してください。実技にも役立ちます。					
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容			
	1	ガイダンス 第1章 水泳の歴史	授業の趣旨、内容説明 1-1. 水泳の起源と発展			
	2	第1章 水泳の歴史	1-2. 日本水泳の歴史と発展			
	3	第2章 水泳指導	2-1. 水泳指導者			
	4	第2章 水泳指導	2-2. スポーツとモラル			
	5	第2章 水泳指導	2-2. スポーツとモラル 2-3. 指導法			
	6	第2章 水泳指導	2-3. 指導法			
	7	小テスト				
	8	第3章 水泳の安全	3-1. 水泳事故総論 3-2. 水泳プール事故			
	9	第3章 水泳の安全	3-2. 水泳プール事故 3-3 自然の水域における事故			
	10	第3章 水泳の安全	3-4. 水泳プールの管理			
	11	第3章 水泳の安全	3-4. 水泳プールの管理			
	12	小テスト				
	13	第4章 水泳の科学	4-1. 水泳・水中の科学			
	14	第4章 水泳の科学	4-2. 水泳のバイオメカニクス			
	15	第4章 水泳の科学	4-2. 水泳のバイオメカニクス			
	16	第4章 水泳の科学	4-3. 水泳の生理学			
	17	第4章 水泳の科学	4-4. 水泳の心理学			
	18	小テスト				
	19	第4章 水泳の科学	4-5. 水泳のトレーニング			
	20	第4章 水泳の科学	4-5. 水泳のトレーニング			
21	第4章 水泳の科学	4-6. 水泳の医学 4-7. 水泳の栄養学				

22	小テスト	
23	メニュー立案	個人指導
24	メニュー立案	集団指導
25	第 5 章 水泳の技術	5-1. 共通技術
26	第 5 章 水泳の技術	5-1. 共通技術
27	第 5 章 水泳の技術	5-2. 各種泳法
28	第 5 章 水泳の技術	5-2. 各種泳法
29	競泳競技規則	各種泳法規則
30	小テスト	



授業科目	スポーツコンディショニングⅡ		担当教員	石川 凌	
対象年次・学期	3年・通年		必修・選択区分	必修	単位数
授業形態			授業回数	30回	時間数 60時間
授業目的	スポーツ選手のみならず、ジュニアから高齢者までどのような対象者でも対応できるコンディショニング方法を実践し、指導方法を理解することを目的とする。				
到達目標	アスリートに対するコンディショニング（特にトレーニング）が出来る。ジュニア、高齢者への運動指導が出来る。				
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6 予防とコンディショニング				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	60	試験、その他(出席および授業態度等)を総合的に評価する。		
	レポート	0			
	小テスト	0			
	提出物	0			
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	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	概論	コンディショニングに関する基本的な知識を学習します		
	3	膝関節の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習		
	4	膝関節の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習		
	5	膝関節のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践		
	6	膝関節のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践		
	7	足関節の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習		
	8	足関節の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習		
	9	足関節のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践		
	10	足関節のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践		
	11	股関節の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習		
	12	股関節の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習		
	13	股関節のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践		
	14	股関節のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践		
	15	まとめ1			
	16	前期復習			
	17	肩関節の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習		
	18	肩関節の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習		
19	肩関節のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践			

20	肩関節のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践
21	脊柱の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習
22	脊柱の解剖と機能および傷害	コンディショニング指導に必要な基礎知識の復習
23	脊柱周囲のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践
24	脊柱周囲のコンディショニング	解剖や傷害特性を踏まえたコンディショニング指導の実践
25	コンディショニングトレーニングの立案および実践1	目的に応じたコンディショニングトレーニングの立案および実践
26	コンディショニングトレーニングの立案および実践2	目的に応じたコンディショニングトレーニングの立案および実践
27	コンディショニングトレーニングの立案および実践3	目的に応じたコンディショニングトレーニングの立案および実践
28	コンディショニングトレーニングの立案および実践4	目的に応じたコンディショニングトレーニングの立案および実践
29	コンディショニングトレーニングの立案および実践5	目的に応じたコンディショニングトレーニングの立案および実践
30	総復習	



授業科目	スポーツスキルII	担当教員	小笠原 鷹介		
対象年次・学期	3年・通年	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	30回	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深く理解し、それらを活用し適切な指導をする事ができる。				
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	0	試験(指導実践)、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	40			
	小テスト	0			
	提出物	30			
その他	30				
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。各運動種目の特性、指導方法、留意点について学び、それらを活用し適切な指導方法についてグループ毎に考えていきます。指導方法に関する提出物、指導実践の内容を中心に評価を行います。				
履修主題・履修内容	回	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 ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	1. フットサル		
	3	種目1~6のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	2. サッカー		
	4	種目1~6のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	3. バスケットボール		
	5	種目1~6のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	4. バレーボール		
	6	種目1~6のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	5. ハンドボール		
	7	種目1~6のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	6. ニュースポーツ		
	8	種目1~6のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導案作成		
	9	種目1~6のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導案作成		
10	種目1~6のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理	指導実践			

	②運動指導における留意点	
11	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導実践
12	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導実践振り返り
13	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導案修正
14	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導実践
15	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導実践
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 ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	1. 野球
18	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	2. テニス
19	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	3. バドミントン
20	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	4. 卓球
21	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	5. ラグビー
22	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	6. 陸上
23	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導案作成
24	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導案作成
25	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導実践
26	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導実践
27	種目 1~6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理	指導実践振り返り



		②運動指導における留意点	
	28	種目 1～6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導案修正
	29	種目 1～6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導実践
	30	種目 1～6 のスポーツにおける ①運動指導、及び安全管理 ②運動指導における留意点	指導実践



授業科目	スポーツマッサージ	担当教員	高田 健介		
対象年次・学期	3年／2年・前期	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	30時間
授業目的	スポーツの現場における安心・安全の知識とケア技術を実技を通して学びましょう				
到達目標	体表解剖を理解し、安全に人の身体を触る事ができる。				
テキスト・参考図書等	実技テストは、人の身体安全に扱える扱えるか、目的の筋肉を動かせるか。 その他は、受講態度や出席率などの平常点。				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	30	試験、その他(受講姿勢、理解度、出席率など)を総合的に評価する。		
	レポート	0			
	小テスト	0			
	提出物	0			
その他	70				
履修上の留意事項	トレーナズルームを使用し、毎週各部位を変えながら実技講習を行う。 生徒同士で互いに身体を借りて、体表解剖の知識を学びながら気持ち良く普段の疲れも癒し体験しながら楽しい授業にしましょう。				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	オリエンテーション	手技の説明、適応、禁忌など		
	2	下肢（下腿三頭筋）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	3	下肢（足底）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	4	下肢（ハムストリングス）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	5	下肢（大腿四頭筋）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	6	腰・背中・臀部（臀部）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	7	腰・背中・臀部（腰）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	8	腰・背中・臀部（背中）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	9	頸・肩・腕（肩・肩甲骨）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	10	頸・肩・腕（頸・頭）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	11	頸・肩・腕（上腕・前腕・手）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	12	頸・肩・腕（仰臥位の頸・肩）	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点		
	13	テスト対策	復習		
	14	実技テスト	個別実技テスト		
15	その他マッサージ+実技テスト予備日	筋肉の動かし方・圧のかけ方・注意点			



授業科目	スポーツ心理学		担当教員	吉田 聡美	
対象年次・学期	3年・通年		必修・選択区分	必修	単位数
授業形態			授業回数	30回	時間数 60時間
授業目的	スポーツ心理学の歴史から競技者に必要な心理的スキルをより効果的に活用するために、実践例や実技を交えて体感しながら学んでいきます。よき指導者であるためには、自分を知ること、伝える、聴く技術が大切になります。自己分析をしながら、プレーヤーと同様に困難な状況でも最善の方策を考え表現できるように、コミュニケーションのスキルについても学習していきます。				
到達目標	①知識：スポーツ競技者に必要な心理的スキルや対処法を説明できる ②技能：スポーツ場面で起こる様々な心理的な諸問題を分析し、対処法を考え実施できる。③他：スポーツ場面のみならず、日常生活においても心理的スキルを応用し活用できる。				
テキスト・参考図書等	基礎から学ぶスポーツ心理学 資格に役立つスポーツ心理学・コーチングワークブック 参考文献：スポーツメンタルトレーニング教本				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	0	授業内での小テスト、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	50			
	提出物	20			
その他	10				
履修上の留意事項	ワークブックに記入したり、プリントを配布（小テスト含む）し授業を行います。また、プロジェクトを活用したり実際に心理的技法を実習します。実技や心理分析を通じて、心理的スキルの理解を深めます。理解の状況によって内容が前後する場合があります。実技を行う際、グループワークをしたり、教室を移動して行う場合があります。積極的に参加する姿勢を評価ポイントとします。実際の競技場面の心理的質問をどんどんしてください。また、状況により内容が前後することがあります。				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	スポーツ心理学の概要	スポーツ心理学の概説、歴史、意義と自己理解		
	2	発育発達心理①	ジュニア期特徴と対応、学習理論について		
	3	発育発達心理②	成人期、高齢者の対応・アジェンダ設定		
	4	摂食障害と競技	摂食障害の概要と症状及び対応方法		
	5	スポーツ選手への心理的サポートの実際	バーンアウトの心理的過程と対応方法		
	6	個人差に応じた指導	リーダーシップの要素 能力差、個人差の対応		
	7	心理的サポートの必要性	心理サポートを求める選手の特徴と傾向		
	8	心理検査の種類と活用方法	自己分析心理テストの種類と目的、注意するポイント		
	9	競技場面でのあがり	あがりの概要、兆候、あがりやすい競技者の特徴		
	10	心理的技法の理解	リラクゼーション・イメージトレーニング等の効果と実技		
	11	心のコンディショニング① 覚醒水準の違い	最適な覚醒水準の違い・ピークパフォーマンスについて		
	12	心のコンディショニング② セルフモニタリング	セルフモニタリングの種類・最適な自分の情動状態を知る		
	13	対象者に合わせた指導の心理	スポーツスキル・運動指導の対象分析とミスマッチとは		
	14	行動変容理論	自己効力感、変容ステージ、変容過程への理解		
	15	メンタルマネジメント、ストレスと認知変容	ストレスの概要、ABC理論について		
	16	コーチングの心理①基本概念	コーチングの基本の理解と基本スキルとは		
	17	指導者による心理的サポート①非言語表現	非言語的・準言語コミュニケーションの理解と実際		
18	指導者による心理的サポート②言語表現	言語的コミュニケーションの理解と実際			

19	指導者による心理的サポート③演習	コミュニケーションを用いた演習・傾聴スキルとは
20	スポーツカウンセリング①基本姿勢	カウンセリングの基本姿勢、アセスメント・ラポールについて
21	スポーツカウンセリング②質問他	質問のねらいと種類、感情の転移・逆転移の理解・アンビバレンス
22	スポーツ選手の受傷後の心理の実際	スランプ、オーバートレーニング等の対応・POMS の実際
23	自己決定理論と目標	人間の欲求の段階や外発的動機づけの段階と目標の関係、SMART の法則
24	チームワーク①集団とチーム	チームワークと集団の違い、チーム形成のプロセス
25	チームワーク②チームミーティング	チームミーティング 役割を分担の理解と相互依存関係について
26	チームワーク③チームビルディング	チームビルディングの概要と効果的なアプローチ
27	運動学習と学習理論	学習過程と運動学習 フィードバック制御、オペラント条件づけ
28	セルフトークとリフレーミング	人の物事のみかたと意味の変化、認知的クセを知る
29	メンタルトレーニングの活用の実際	メンタルトレーニング活用方法とサポートの実際
30	トレーナーとしてのスポーツ心理	これまでの確認と未来を見据えた対応

授業科目	スポーツ心理学	担当 教員  実務 経験	吉田聡美  有：■ 無：□	スポーツメンタルメンタルトレーナー
対象年次・学期	3年・通年	担当 教員		
授業形態		実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		
		担当 教員  実務 経験		

授業科目	テーピングテクニックⅢ		担当教員	土岐 政義	
対象年次・学期	3年・通年		必修・選択区分	必修	単位数
授業形態			授業回数	30回	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	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。		
	レポート	0			
	小テスト	0			
	提出物	0			
	その他	50			
履修上の留意事項	特になし。				
履修主題・履修内容	回	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内側側副靭帯損傷 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腸脛靭帯炎 ⑫前十字靭帯損傷		
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



授業科目	トレーニング		担当教員	平間 康允	
対象年次・学期	3年・通年		必修・選択区分	必修	単位数
授業形態			授業回数	30回	時間数 60時間
授業目的	トレーナーとして安全で効果的なエクササイズテクニック習得・クライアントに合わせた適切な指導ができる。また、現場を重視し計画的な指導や、個人目標に合わせたメニュー作成をできるようになる。				
到達目標	様々なクライアントのメニュー作成ができる				
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	70	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	0			
	小テスト	0			
	提出物	0			
その他	30				
履修上の留意事項	マシニング内での実技が中心です。視聴覚機器を使用する事もあります。スマートフォン等を使用して、動作のチェック、フィードバックも行います。クライアントの立場に立って、自分の動作を認識してもらう事も必要と考えます。教科書通りにいかない事も、現場では多々あります。フォームやテクニックを的確に伝えるためには、実際に自分が動けなくてははいけません。トレーニング指導者として自らの身体をしっかりと鍛え、自信を持って指導に当たれるよう、積極的な行動を期待します。トレーニング実技能力の向上を目指します。				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス・体力測定	年間授業計画／評価方法／自己紹介		
	2	1RM測定	筋力測定／重量設定		
	3	競技別トレーニング作成①	野球①		
	4	競技別トレーニング作成②	野球②		
	5	競技別トレーニング作成③	野球③		
	6	競技別トレーニング作成④	サッカー①		
	7	競技別トレーニング作成⑤	サッカー②		
	8	競技別トレーニング作成⑥	サッカー③		
	9	競技別トレーニング作成⑦	バスケットボール①		
	10	競技別トレーニング作成⑧	バスケットボール②		
	11	競技別トレーニング作成⑨	バスケットボール③		
	12	競技別トレーニング作成⑩	バレーボール①		
	13	競技別トレーニング作成⑪	バレーボール②		
	14	競技別トレーニング作成⑫	バレーボール③		
	15	復習トレーニング	各競技ごとトレーニングメニュー作成・実施		
	16	パーソナルトレーニング①	高齢者へのメニュー作成・実施		
	17	パーソナルトレーニング②	高齢者へのメニュー作成・実施		
	18	パーソナルトレーニング③	高齢者へのメニュー作成・実施		
	19	パーソナルトレーニング④	高齢者へのメニュー作成・実施		
	20	パーソナルトレーニング⑤	高齢者へのメニュー作成・実施		
21	パーソナルトレーニング⑥	高齢者へのメニュー作成・実施			

	22	パーソナルトレーニング⑦	アスリートへのメニュー作成・実施
	23	パーソナルトレーニング⑧	アスリートへのメニュー作成・実施
	24	パーソナルトレーニング⑨	アスリートへのメニュー作成・実施
	25	パーソナルトレーニング⑩	アスリートへのメニュー作成・実施
	26	パーソナルトレーニング⑪	アスリートへのメニュー作成・実施
	27	パーソナルトレーニング⑫	アスリートへのメニュー作成・実施
	28	パーソナルトレーニング⑬	個人メニュー作成・実施
	29	パーソナルトレーニング⑭	個人メニュー作成・実施
	30	1年間まとめ	総復習



授業科目	トレーニングにおけるエクササイズテクニック		担当教員	大菅 貴広	
対象年次・学期	2年・3年・後期		必修・選択区分	必修	単位数
授業形態		授業回数	15回	時間数	30時間
授業目的	トレーニングテクニックについて理論と実践を交えて学び、より深くトレーニングを理解する				
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	0	小テストを5回実施予定、その他受講態度、出席状況を考慮して評価する。オンライン授業の際は提出部を重要視し、評価の対象とする		
	レポート	0			
	小テスト	50			
	提出物	0			
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	履修主題	履修内容		
	1	オリエンテーション・トレーニング業界	学習到達目標、トレーニング業界について		
	2	筋力トレーニングの実際 (筋力トレーニングの実施にあたって)	基本的な筋力トレーニングに関わる基礎知識		
	3	胸部エクササイズ	胸部エクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	4	背部エクササイズ	背部エクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	5	肩部エクササイズ	肩部エクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	6	腕部エクササイズ	腕部エクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	7	大腿部・臀部エクササイズ①	大腿部・臀部エクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	8	大腿部・臀部エクササイズ②	大腿部・臀部エクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	9	体幹部エクササイズ①	体幹部エクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	10	体幹部エクササイズ②	体幹部エクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	11	パワー向上エクササイズ①	パワーエクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	12	パワー向上エクササイズ②	パワーエクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	13	スピード向上エクササイズ①	スピードエクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
	14	スピード向上エクササイズ②	スピードエクササイズについて解剖学・動作・指導法などを中心に学ぶ		
15	授業のまとめ				

授業科目	トレーニングにおけるエクササイズテクニック	担当 教員 実務 経験	大菅貴広  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・3年・後期	担当 教員		
授業形態		実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		
		担当 教員 実務 経験		

授業科目	フィジカルトレーニングII	担当教員	菊池 諒		
対象年次・学期	3年・通年	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	30回	時間数	60時間
授業目的	フィジカル能力向上のためのトレーニング立案、指導実践を行う。				
到達目標	スポーツにおけるフィジカル能力向上のために必要なトレーニングの立案、指導実践が出来る。				
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	0	①「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。②「小テスト」…各テーマごとに指導実践を行い、その内容を評価する。③「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	0			
	その他	20			
履修上の留意事項	トレーニング実践のみならず、立案、指導実践をお互いに行い、指導現場で即戦力となるような人材を目指していきましょう！				
履修主題・履修内容	回	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立案	下肢における筋肥大メニューを立案する。		
	3	筋肥大トレーニング指導実践1	下肢トレーニング指導実践。		
	4	筋肥大トレーニング指導実践2	〃		
	5	筋肥大トレーニング立案	上腕における筋肥大メニューを立案する。		
	6	筋肥大トレーニング指導実践1	上腕トレーニング指導実践。		
	7	筋肥大トレーニング指導実践2	〃		
	8	筋肥大トレーニング立案	肩における筋肥大メニューを立案する。		
	9	筋肥大トレーニング指導実践1	肩トレーニング指導実践。		
	10	筋肥大トレーニング指導実践2	〃		
	11	筋肥大トレーニング立案	背部における筋肥大メニューを立案する。		
	12	筋肥大トレーニング指導実践1	背部トレーニング指導実践。		
	13	筋肥大トレーニング指導実践2	〃		
	14	前期まとめ	クライアントのニーズに合わせたトレーニングプログラムの立案。		
	15	前期まとめ	クライアントのニーズに合わせたトレーニングプログラムの指導実践。		
	16	体幹部トレーニング立案	スタビライゼーショントレーニングを立案する。		
	17	体幹部トレーニング指導実践1	スタビライゼーショントレーニング指導実践。		
	18	体幹部トレーニング指導実践2	〃		
	19	体幹部トレーニング立案			
20	体幹部トレーニング指導実践	ジャンプ力向上に特化したトレーニングの実践。			



	践 1	
21	体幹部トレーニング指導実践 2	〃
22	アジリティートレーニング立案	アジリティートレーニングを立案する。
23	アジリティートレーニング 1	アジリティートレーニング指導実践。
24	アジリティートレーニング 2	〃
25	プライオメトリクストレーニング立案	プライオメトリクストレーニングを立案する。
26	プライオメトリクストレーニング実践 1	プライオメトリクストレーニング指導実践。
27	プライオメトリクストレーニング実践 2	〃
28	振り返り	1年間のトレーニング指導の振り返り。
29	後期まとめ	クライアントのニーズに合わせたトレーニングプログラムの立案。
30	後期まとめ	クライアントのニーズに合わせたトレーニングプログラムの指導実践。



授業科目	ボディメイク	担当教員	宮崎 隆史		
対象年次・学期	3年・半期	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	30時間
授業目的	実際にトレーニングを実施し、目的や効果、フォームなどを身につけてもらい現場や自分のトレーニングに活かしてもらうこと。				
到達目標	学習したことを継続してもらい、一つでも多くの知識を増やしていくこと。				
テキスト・参考図書等	プリントを配布します。 JATIの教科書などを用います。				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	0	出席日数、受講態度や積極的に取り組んでいるかなど総合的に評価いたします。		
	レポート	0			
	小テスト	0			
	提出物	0			
	その他	100			
履修上の留意事項	実技がメインになるので様々な種目をこなし、しっかり追い込みボディメイクについて学び有意義な時間にしていきましょう！				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	ボディメイクトレーニング①	オリエンテーション 自己紹介/授業の進め方について/ボディメイクについての説明		
	2	ボディメイクトレーニング②	大胸筋トレーニング①		
	3	ボディメイクトレーニング③	大胸筋トレーニング②		
	4	ボディメイクトレーニング④	大胸筋トレーニングのメニュー作成・実践		
	5	ボディメイクトレーニング⑤	腰背部トレーニング①		
	6	ボディメイクトレーニング⑥	腰背部トレーニング②		
	7	ボディメイクトレーニング⑦	腰背部のトレーニングメニュー作成・実践		
	8	ボディメイクトレーニング⑧	上腕/前腕トレーニング①		
	9	ボディメイクトレーニング⑨	上腕/前腕トレーニング②		
	10	ボディメイクトレーニング⑩	上腕/前腕トレーニングのメニュー作成・実践		
	11	ボディメイクトレーニング⑪	三角筋トレーニング①		
	12	ボディメイクトレーニング⑫	三角筋トレーニングのメニュー作成・実践		
	13	ボディメイクトレーニング⑬	脚トレーニング①		
	14	ボディメイクトレーニング⑭	脚トレーニングのメニュー作成・実践		
15	ボディメイクトレーニング⑮	腹部のトレーニングメニュー作成・実践			



授業科目	メディカルリハビリテーション	担当教員	上田 竜也		
対象年次・学期	3年・通年	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	30回	時間数	60時間
授業目的	解剖・外傷・障害・疾患・評価に基づいたリハビリテーションについて学習する。実際に病院やデイサービス等で行われているリハビリテーションに関しても理解を深める。				
到達目標	外傷・障害・疾病を考慮し、リスク管理の重要性を理解する。インシデント・アクシデントに関しても理解する。回復期もしくは維持期に関するリハビリテーションを立案・指導できる。				
テキスト・参考図書等	プリントを用意します。 解剖学に関するテキスト（各自）				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	0	講義中における小テスト、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	10			
	小テスト	40			
	提出物	0			
	その他	50			
履修上の留意事項	配付プリントにそった授業展開。実技を行うこともありますので、ジャージ等動ける服装の準備をお願いします。(実技の際は事前に通達します)				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	オリエンテーション	学習達成目標、講義進行にあたり諸注意の説明、成績評価、その他、メディカルリハビリテーションとは、		
	2	メディカルリハビリテーション総論①	解剖学中心に復習		
	3	メディカルリハビリテーション総論②	医療保険と介護保険について		
	4	メディカルリハビリテーション総論③	歩行について理解する。		
	5	整形外科的疾患に対するメディカルリハビリテーション	上肢中心に整形外科的疾患を理解し、メディカルリハビリテーションの立案指導する。		
	6	整形外科的疾患に対するメディカルリハビリテーション	下肢中心に整形外科的疾患を理解し、メディカルリハビリテーションの立案指導する。		
	7	整形外科的疾患に対するメディカルリハビリテーション	上肢下肢以外の整形外科的疾患を理解し、メディカルリハビリテーションの立案指導する。		
	8	高齢者に対するメディカルリハビリテーション	高齢者に対するリハビリテーションの基本的な考え方やリスク管理について理解する。		
	9	高齢者に対するメディカルリハビリテーション	高齢者特有の特性を理解し、メディカルリハビリテーションの立案、指導を行う。		
	10	高齢者に対するメディカルリハビリテーション	高齢者の体力・筋力増進に関する具体的な指導内容を検討し、リスク管理をした上でメディカルリハビリテーションの立案、指導を行う。		
	11	廃用症候群に対するメディカルリハビリテーション	廃用症候群について学習し、ディスカッションの実施。		
	12	廃用症候群に対するメディカルリハビリテーション	廃用症候群に対するメディカルリハビリテーションの立案と指導を行う。		
	13	廃用症候群に対するメディカルリハビリテーション	廃用症候群に対するリスク管理、運動指導内容についてディスカッションを行う。		
	14	前期のまとめ	前期授業のまとめ		
	15	前期のまとめ	前期まとめテスト		
	16	テーピング療法	テーピング療法の効果について学ぶ。実技あり		
17	テーピング療法	テーピング療法の効果について学ぶ。実技あり			

18	添書を理解する。	医療現場における添書の内容を理解する。
19	MMT 上肢	徒手筋力テストにおける筋力評価を実施。
20	MMT 下肢	徒手筋力テストにおける筋力評価を実施。
21	ADL について理解する。	ADL、IADL の理解を深める。
22	バイタルサイン、バイタルチェックについて	基本的なバイタルサイン、バイタルチェックについて理解、実施できるようにする。
23	スポーツ障害について理解する。	サッカーにおける特有のスポーツ障害に対してディスカッション含め、メディカルリハビリテーションの立案、指導を行う。
24	スポーツ障害について理解する。	バレーボールにおける特有のスポーツ障害に対してディスカッション含め、メディカルリハビリテーションの立案、指導を行う。
25	スポーツ障害について理解する。	野球における特有のスポーツ障害に対してディスカッション含め、メディカルリハビリテーションの立案、指導を行う。
26	脳血管疾患について理解する。	脳血管疾患について理解し、メディカルリハビリテーションの立案、指導を行う。
27	脳血管疾患について理解する。	脳血管疾患について理解し、メディカルリハビリテーションの立案、指導を行う。
28	後期のまとめ	小テスト、後期のまとめ
29	まとめ	グループワーク
30	まとめ	グループワーク発表（後期試験）



授業科目	各種トレーニング法の理論とプログラム	担当教員	千保 大聖		
対象年次・学期	3年/2年・後期	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	30時間
授業目的	トレーニング指導者として、科学的根拠に基づいた、筋力トレーニングのプログラム作成をできるようにする。JATI認定トレーニング指導者に必要な知識を習得する。				
到達目標	科学的根拠に基づいたトレーニングプログラムを作成できること。				
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】、【実践編】				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	20	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	0			
	小テスト	40			
	提出物	0			
その他	40				
履修上の留意事項	講義形式にて、テキストを中心に、パワーポイントなど説明を交えながら授業を展開していきます。トレーナー、インストラクターにとって、科学的根拠に基づいたトレーニングプログラム作成能力は必要不可欠な要素です。トレーニングを自分で実践できることは勿論、対象者のニーズに合ったプログラム作成能力が求められます。この授業を通じて、「分かる」ことの楽しさや、「できるようになる」ことの充実感を味わってほしいと思います。普段の授業の取り組みや小テストを中心に評価をしていきます。理解度を深めましょう。				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	オリエンテーション、トレーニング計画の立案1	授業の目的、到達目標、JATI認定試験について、超回復、フィットネス-疲労理論、デイトレーニング		
	2	トレーニング計画の立案2 小テスト	オーバーロード、特異性、プログラム変数		
	3	筋力トレーニングのプログラム作成1	エクササイズの種類、マシンの種類、エクササイズの配列		
	4	筋力トレーニングのプログラム作成2	RM、様々なセット法、トレーニングシステム		
	5	筋力トレーニングのプログラム作成3	セットの組み方、特殊なトレーニングシステム		
	6	筋力トレーニングのプログラム作成4 小テスト	スローリフティング、スピードリフティング、専門的エクササイズ		
	7	模擬試験	JATI-ATI 模擬問題の実施		
	8	筋力トレーニングのプログラム作成ディスカッション1	トレーニングプログラムの作成1		
	9	筋力トレーニングのプログラム作成ディスカッション2	トレーニングプログラムの作成2		
	10	パワー向上トレーニング理論1	パワーの概念、要素、RFD		
	11	パワー向上トレーニング理論2 小テスト	トレーニングプログラム変数、パワー向上エクササイズ		
	12	持久力向上トレーニング理論	エネルギー供給機構、適応について、プログラム作成		
	13	スピード向上トレーニング理論 小テスト	アジリティ、オープンスキル、トレーニング変数		
	14	総復習	後期内容の復習		
15	まとめ	定期試験に向けたまとめ			





授業科目	就職実務	担当教員	齋藤 敬男		
対象年次・学期	3年／2年・前期	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	
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	0	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	0			
	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まいります。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	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）			



授業科目	障がいとスポーツ	担当教員	小笠原 鷹介		
対象年次・学期	3年・通年	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	30回	時間数	60時間
授業目的	障がい者の心身を理解し、障がい者に対するスポーツ・運動指導技術や導入の仕方を習得する。				
到達目標	実際に障がいを持つ方に対して運動指導が出来る。				
テキスト・参考図書等	障がい者スポーツ指導教本（初級・中級）				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	0	テスト、その他(受講姿勢、受講態度等を)考慮し、評価します。		
	レポート	60			
	小テスト	0			
	提出物	0			
その他	40				
履修上の留意事項	毎回の授業ではクラスルーム内に設定した提出先に課題を提出することで評価対象とします。「障害者スポーツ指導教本（初級・中級）」のテキストより課題等を配布し、授業を展開していきます。必要に応じて各自で用意するものもあります。その都度指示します。様々な障がいについて、対象者に合わせたスポーツの導入の仕方などを学んでいき、楽しく授業を行っていきましょう。				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	ガイダンス	授業内容と説明		
	2	障がいの理解①	障がい及び障がい者とは		
	3	障がいの理解①	障がい者福祉施策の理解		
	4	障がいの理解①	障がい者スポーツの意義と理念		
	5	障がいの理解①	身体障がい①（聴覚障がい、視覚障がい）		
	6	障がいの理解①	身体障がい②（内部障がい）		
	7	障がいの理解①	身体障がい③（肢体障がい）		
	8	障がいの理解①	知的障がい①		
	9	障がいの理解①	知的障がい②		
	10	障がいの理解①	発達障がい		
	11	障がいの理解①	精神障がい		
	12	障がいとスポーツ①	コミュニケーションスキルの基礎①		
	13	障がいとスポーツ①	コミュニケーションスキルの基礎②		
	14	障がいとスポーツ①	全国障がい者スポーツ大会の概要		
	15	障がいとスポーツ①	各地域の障がい者スポーツ推進の取り組み		
	16	障がいの理解②	高齢者の障がいについて①		
	17	障がいの理解②	高齢者の障がいについて②		
	18	障がいとスポーツ②	スポーツのインテグリティと指導者に求められる資質		
	19	安全管理	リスクマネジメント		
	20	安全管理	応急手当、救急手当		
21	各障がいのスポーツ指導上の留意点と工夫	身体障がい者とスポーツ、レクリレーション			

22	各障がい者のスポーツ指導上の留意点と工夫	知的障がい、精神障がい者とスポーツ、レクリエーション
23	障がい者スポーツとレクリエーション	レクリエーションの基礎（実習）
24	障がい者スポーツとレクリエーション	レクリエーションの応用（実習）
25	障がい者スポーツとレクリエーション	レクリエーション総合演習（実習）
26	障がいの理解③	障がい者スポーツ総合演習①（実習）
27	障がいの理解③	障がい者スポーツ総合演習②（実習）
28	障がいの理解③	障がい者スポーツ総合演習③（実習）
29	障がいの理解③	障がい者スポーツ総合演習④（実習）
30	まとめ	レポートの作成



授業科目	情報基礎	担当教員	亀山 裕樹		
対象年次・学期	3年／2年・通年	必修・選択区分	必修	単位数	
授業形態		授業回数	30回	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	0			
	小テスト	0			
	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。 授業内容は進度によって変更になる場合があります。				
履修主題・履修内容	回	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	売上報告書作成		
	3	ドキュメントの基本操作	社内アンケート作成		
	4	ドキュメントの基本操作	研修会開催の通知作成		
	5	ドキュメントの基本操作	アンケート集計結果広告書作成		
	6	ドキュメントの基本操作	記念パーティーの案内文書作成		
	7	ドキュメントの基本操作	町内清掃の通知文作成		
	8	ドキュメントの基本操作	メンバー募集用紙作成		
	9	ドキュメントの活用	インターネットに潜む危険文書作成・画像の挿入		
	10	ドキュメントの活用	記念プラン作成・ワードアートや画像の挿入		
	11	ドキュメントの活用	メンバー募集文書作成・ワードアートや図形、アイコンの挿入		
	12	ドキュメントの活用	施設利用申込書作成・表の作成		
	13	ドキュメントの活用	町内清掃の通知・テキストボックスや画像の挿入		
	14	ドキュメントの活用	ビジネスメールの書き方・ファイルの添付方法など		
	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		
	16	スプレッドシートの基本操作	売上一覧表の作成・数式の活用		
	17	スプレッドシートの基本操作	送付先リスト作成・関数の活用		
	18	スプレッドシートの基本操作	売上集計表・数式と関数の活用		
	19	スプレッドシートの基本操作	身体測定結果・関数の活用		
20	スプレッドシートの活用	アルバイト勤務表作成・シートの連携			

21	スプレッドシートの活用	セミナーアンケート結果作成・条件付き書式の操作
22	スプレッドシートの活用	支店別売上表・条件付き書式の操作
23	スプレッドシートの活用	店舗別売上推移・グラフの作成
24	スプレッドシートの活用	栄養成分表・グラフの作成
25	スプレッドシートの活用	セミナーアンケート結果作成・図形の活用
26	スプレッドシートの活用	英会話コース一覧・ワードアートとグラフィックの挿入
27	スプレッドシートの応用	栄養成分表・データの並び替え
28	スプレッドシートの応用	売上一覧表・テーブルへの変換やデータの抽出
29	情報倫理	インターネットを利用した情報の活用と倫理
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





授業科目	測定と評価Ⅱ		担当教員	平間 康允	
対象年次・学期	3年・通年		必修・選択区分	必修	単位数
授業形態			授業回数	30回	時間数
授業目的	測定者と測定対象者の両方の立場を体験し、スポーツ指導者による測定と評価の目的・意義及び役割を理解する。体力測定を通して、測定技術及び自身の体力の向上を目指す。				
到達目標	各種測定の目的・方法・留意点・評価基準について説明できる。 自ら環境を整え測定を実施できる。測定結果を的確に判断し、相手にアドバイスできる。				
テキスト・参考図書等	特に使用しない。資料を配布する。 特になし。				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	40	試験も実施予定であるが、レポート、提出物、その他(受講姿勢、受講態度等)によって大部分を総合的に評価する。		
	レポート	20			
	小テスト	0			
	提出物	20			
	その他	20			
履修上の留意事項	教科書、配布プリントを中心に講義を進める。定期的な各種体力測定を含む実技も毎回実施し、体験的に学習していく。スポーツ指導者として必要不可欠な測定と評価について、配布資料を中心に、重要な部分は繰り返し行います。毎回実技を行いますので、上靴・ジャージ・ハーフパンツ等を忘れないようにして下さい。体力測定を行う際は、測定対象者(選手役)としても記録向上を目指す姿勢を期待します。何事も「楽しく、一生懸命に」取り組んでいきましょう！				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	オリエンテーション、復習	オリエンテーション、2年次の復習		
	2	体力測定(1)	・股関節の柔軟性測定①		
	3	体力測定(2)	・股関節の柔軟性測定② (※前時のフィードバック含む)		
	4	体力測定(3)	・瞬発力の測定① (※前時のフィードバック含む)		
	5	体力測定(4)	・瞬発力の測定② (※前時のフィードバック含む)		
	6	体力測定(5)	・スプリント測定① (※前時のフィードバック含む)		
	7	体力測定(6)	・スプリント測定② (※前時のフィードバック含む)		
	8	体力測定(7)	・瞬発力&スプリント測定③ (※前時のフィードバック含む)		
	9	体力測定(8)	・筋持久力の測定① (※前時のフィードバック含む)		
	10	体力測定(9)	・筋持久力の測定② (※前時のフィードバック含む)		
	11	体力測定(10)	・全身持久力の測定① (※前時のフィードバック含む)		
	12	体力測定(11)	・全身持久力の測定② (※前時のフィードバック含む)		
	13	体力測定(12)	・基礎体力の測定① (※前時のフィードバック含む)		
	14	体力測定(13)	・基礎体力の測定② (※前時のフィードバック含む)		
	15	前期のまとめ	・テスト対策		
	16	体力測定(14)	・敏捷性の測定①		
	17	体力測定(15)	・敏捷性の測定② (※前時のフィードバック含む)		
	18	体力測定(16)	・敏捷性の測定③ (※前時のフィードバック含む)		
	19	体力測定(17)	・敏捷性の測定④ (※前時のフィードバック含む)		
	20	体力測定(18)	・平衡性の測定① (※前時のフィードバック含む)		
21	体力測定(19)	・平衡性の測定② (※前時のフィードバック含む)			

22	体力測定 (20)	・測定種目の考案・改善 (※前時のフィードバック含む)
23	体力測定 (21)	・肩関節の柔軟性測定① (※前時のフィードバック含む)
24	体力測定 (22)	・肩関節の柔軟性測定② (※前時のフィードバック含む)
25	体力測定 (23)	・全身のパワーの測定① (※前時のフィードバック含む)
26	体力測定 (24)	・全身のパワーの測定② (※前時のフィードバック含む)
27	体力測定 (25)	・スポーツビジョン測定① (※前時のフィードバック含む)
28	体力測定 (26)	・スポーツビジョン測定② (※前時のフィードバック含む)
29	まとめ	・テスト対策
30	総括	・講義全体のまとめ



授業科目	スポーツプログラマー対策	担当教員	小笠原 鷹介		
対象年次・学期	3年／2年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	30時間
授業目的	スポーツプログラマー検定の合格及び資格取得に向けて論理的に理解する。				
到達目標	スポーツプログラマー検定の合格及び資格取得に向けて、得点平均8割台を目標とする。				
テキスト・参考図書等	スポーツプログラマー専門科目テキスト 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	0	小テスト 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					
履修上の 留意事項	教本、資料を参考に論理的に授業を進め、模擬試験で理解度を確認する。				
履修主題・ 履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	運動と健康	運動と健康		



授業科目	BRSO 対策		担当教員	高田 健介	
対象年次・学期	3年／2年・集中		必修・選択区分	選択	単位数
授業形態			授業回数	15回	時間数 30時間
授業目的	安心・安全にリラクゼーションを行う為の試験対策				
到達目標	BRSO 検定合格				
テキスト・参考図書等	リラクゼーションセラピストのための教科書 ボディリラクゼーション従事者安全・安心機構 静風社				
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、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	0			
	小テスト	0			
	提出物	0			
その他	20				
履修上の留意事項	検定対策で模試と解答を中心に講義をします。				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	模試 1回目	本番を想定した過去問や練習問題 1回目		
	2	解答・解説	模試の解答・解説		
	3	実技対策	基本手技の練習		
	4	模試 2回目	本番を想定した過去問や練習問題 2回目		
	5	解答・解説	模試の解答・解説		
	6	実技対策	基本手技の練習		
	7	模試 3回目	本番を想定した過去問や練習問題 3回目		
	8	解答・解説	模試の解答・解説		
	9	実技対策	実技試験の流れの練習		
	10	模試 4回目	本番を想定した過去問や練習問題 4回目		
	11	解答・解説	模試の解答・解説		
	12	実技対策	実技試験の流れの練習		
	13	模試 5回目	本番を想定した過去問や練習問題 5回目		
	14	解答解説	模試の解答・解説		
15	実技対策	実技試験の流れの練習			





授業科目	ボランティア活動		担当教員		
対象年次・学期	各学科就職学年（3年、2年）・集中		必修・選択区分	選択	単位数
授業形態			授業回数	15回	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	0	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	0			
	小テスト	0			
	提出物	0			
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	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			



授業科目	エアロビックコーチⅠ対策理論	担当教員	大嶋 春香		
対象年次・学期	3年／2年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	15回	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	エアロビックについて学び、論述できる				
テキスト・参考図書等	エアロビック指導教本				
評価方法・評価基準	評価方法	評価割合(%)	評価基準		
	試験	0	小テストは理論模擬試験で6割以上の点数を取る事 その他は受講姿勢等で評価する。		
	レポート	0			
	小テスト	80			
	提出物	0			
その他	20				
履修上の留意事項	例題や模擬試験を行う事で、エアロビックを学び、指導の幅を広げる				
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		
	1	エアロビックと障害とスポーツ①	エアロビックの起源と歴史		
	2	エアロビックと障害とスポーツ②	生涯スポーツとエアロビック		
	3	エアロビックの基本構造①	運動特性と領域区分		
	4	エアロビックの基本構造②	エアロビックの定義、エアロビック技術の基本要素		
	5	エアロビックの基本構造③	エアロビックの技術段階、アーム及びフットワーク		
	6	エアロビックと体力トレーニング①	エアロビックとフィットネス		
	7	エアロビックと体力トレーニング②	トレーニングの原理、トレーニング実施の要素		
	8	エアロビック指導法	指導計画時案、指導の隊形、指導の手段とその留意点		
	9	エアロビック指導の実際	初心者の指導上の留意点、高齢者のエアロビック、目的別指導		
	10	健康安全管理	エアロビックで「起こりやすい障害、熱障害、RICE		
	11	記述練習	200字程度3問		
	12	記述練習	200字程度3問		
	13	記述練習	200字程度3問		
	14	模擬試験	選択式、○×式、記述式		
15	模擬試験	選択式、○×式、記述式			



授業科目	水泳コーチⅠ対策理論		担当教員	今井 由美子	
対象年次・学期		必修・選択区分		単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	30時間
授業目的					
到達目標					
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				
	小テスト				
	提出物				
その他					
履修上の留意事項					
履修主題・履修内容	回	履修主題	履修内容		



授業科目	エアロビックコーチⅠ対策実技	担当教員	大嶋 春香		
対象年次・学期	3年／2年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	15回	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	0	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	0			
	小テスト	80			
	提出物	0			
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	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			





授業科目	水泳コーチⅠ対策実技	担当教員	今井 由美子		
対象年次・学期	3年／2年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	15回	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Ⅰ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	0	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	0			
	小テスト	80			
	提出物	0			
	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	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		
	4	各種泳法スキルアップ②	Ba/スピードトレーニング		
	5	各種泳法スキルアップ③	Br/スピードトレーニング		
	6	各種泳法スキルアップ④	Fly/スピードトレーニング		
	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		
	8	タイム測定①	個人メドレータイム測定		
	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、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、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、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、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②	個人メドレータイム測定		
15	タイム測定③	個人メドレータイム測定			



授業科目	スノーボード・スキー宿泊実習Ⅲ	担当教員	小笠原 鷹介		
対象年次・学期	3年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	15回	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	0	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	0			
	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	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			



授業科目	三年次研究課題Ⅰ	担当教員	教員 未登録		
対象年次・学期	3年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	
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	0	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	0			
	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	履修主題	履修内容		
	1	下肢のスポーツ外傷・障害 1	ACL 損傷		
	2	下肢のスポーツ外傷・障害 2	PCL 損傷		
	3	下肢のスポーツ外傷・障害 3	MCL 損傷、LCL 損傷		
	4	下肢のスポーツ外傷・障害 4	大腿部打撲、膝蓋靭帯炎		
	5	下肢のスポーツ外傷・障害 5	アキレス腱断裂		
	6	下肢のスポーツ外傷・障害 6	足関節内反捻挫、扁平足障害		
	7	上肢のスポーツ外傷・障害 1	肩関節脱臼（コンタクト）		
	8	上肢のスポーツ外傷・障害 2	肩鎖関節脱臼		
	9	上肢のスポーツ外傷・障害 3	肩インピンジメント症候群		
	10	上肢のスポーツ外傷・障害 4	肘MCL 損傷		
	11	上肢のスポーツ外傷・障害 5	突き指、TFCC 損傷		
	12	体幹のスポーツ外傷・障害 1	腰椎椎間板ヘルニア		
	13	体幹のスポーツ外傷・障害 2	腰椎分離症		
	14	体幹のスポーツ外傷・障害 3	筋膜性腰痛		
	15	体幹のスポーツ外傷・障害 4	頸椎捻挫、頸椎椎間板ヘルニア		
	16	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ①		
	17	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ②		
	18	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ①		
19	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ②			

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①
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②
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③
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①
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②
25	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価①
26	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価②
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



授業科目	三年次研究課題II	担当教員	教員 未登録		
対象年次・学期	3年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	
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	0	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	0			
	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	履修主題	履修内容		
	1	解剖学的用語の確認	体表の区分・運動の表し方		
	2	骨・関節の構造と機能	骨の構造・関節の構造・靭帯の構造		
	3	筋・腱の構造と機能	筋に関する生理学		
	4	骨格筋の神経支配と反射	筋に関する生理学		
	5	脳（運動発現プログラム）①	運動プログラム①		
	6	脳（運動発現プログラム）②	運動プログラム②		
	7	消化器と栄養吸収	咀嚼・胃・小腸・肝臓		
	8	消化器と栄養吸収	咀嚼・胃・小腸・肝臓		
	9	呼吸器と呼吸運動	鼻腔～肺の構造と働き		
	10	循環器系と血液	心臓の構造と働き、血液		
	11	上肢帯の運動：肩・肘・手	肩関節に関する運動、肘関節に関する運動、手関節に関する運動		
	12	下肢帯の運動：足・膝	足関節の運動、膝関節の運動		
	13	体幹+下肢帯の運動：股関節	腰椎と股関節の運動		
	14	体幹の基礎解剖と運動：頸椎	体幹の基礎解剖と運動、頸椎の運動		
	15	体幹の基礎解剖と運動：胸椎	胸椎と胸郭の運動		
	16	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ①		
	17	運動療法の基礎知識と用語	全身持久力とアスリハ②		
	18	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ①		
	19	運動療法の基礎知識と用語	身体組成とアスリハ②		
	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①		
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②			



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③
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①
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②
25	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価①
26	再発防止と外傷予防の動作	動作・姿勢の観察と評価②
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



授業科目	三年次研究課題Ⅲ	担当教員	教員 未登録		
対象年次・学期	3年・集中	必修・選択区分	選択	単位数	
授業形態		授業回数	15回	時間数	
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	0	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	0			
	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	履修主題	履修内容		
	1	チームワーク①集団とチーム	チームワークと集団の違い、チーム形成のプロセス		
	2	チームワーク②チームミーティング	チームミーティング 役割を分担の理解と相互依存関係について		
	3	チームワーク③チームビルディング	チームビルディングの概要と効果的なアプローチ		
	4	心理的サポートの必要性	心理サポートを求める選手の特徴と傾向		
	5	指導者による心理的サポート①非言語表現	非言語的・準言語コミュニケーションの理解と実際		
	6	指導者による心理的サポート②言語表現	言語的コミュニケーションの理解と実際		
	7	指導者による心理的サポート③演習	コミュニケーションを用いた演習・傾聴スキルとは		
	8	スポーツカウンセリング①基本姿勢	カウンセリングの基本姿勢、アセスメント・ラポールについて		
	9	スポーツカウンセリング②質問他	質問のねらいと種類、感情の転移・逆転移の理解		
	10	心のコンディショニング①覚醒水準の違い	最適な覚醒水準の違い・ピークパフォーマンスについて		
	11	心のコンディショニング②セルフモニタリング	セルフモニタリングの種類・最適な自分の情動状態を知る		
	12	発育発達の心理①	ジュニア期特徴と対応、学習理論について		
	13	発育発達の心理②	思春期の対応と青年期以降の対応		
	14	メンタルマネジメント、ストレスと認知変容	ストレスの概要、ABC理論について		
15	メンタルトレーニングの活用の実際	メンタルトレーニング活用方法とサポートの実際			

