

|            |                                                                                  |                |                                          |     |      |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------|-----|------|
| 授業科目       | 検定対策Ⅵ〔PH3〕                                                                       | 担当教員           | 今井 由美子                                   |     |      |
| 対象年次・学期    | 3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       | フィットネスクラブ・マネジメント技能士に必要な知識を学び、検定合格を目指す。                                           |                |                                          |     |      |
| 到達目標       | フィットネスクラブ・マネジメント技能士合格に向け、理解し検定前の模擬試験で合格する。                                       |                |                                          |     |      |
| テキスト・参考図書等 | フィットネスクラブマネジメント公式テキスト Vol.4、過去問題                                                 |                |                                          |     |      |
| 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                                                                             | 60             |                                          |     |      |
|            | 提出物                                                                              | 30             |                                          |     |      |
|            | その他                                                                              | 10             |                                          |     |      |
| 履修上の留意事項   | 各講義毎にテキストに沿った講義形式にて板書等、説明を交えながら授業を展開する。実務に繋がれるよう即実践できる内容にしていきます。役立てられるよう習得しましょう。 |                |                                          |     |      |
| 履修主題・履修内容  | 回                                                                                | 履修主題           | 履修内容                                     |     |      |
|            | 1                                                                                | ガイダンス、過去問題、第1章 | 授業の趣旨、内容説明、第1章1節フィットネス産業の現状              |     |      |
|            | 2                                                                                | 第1章 フィットネス産業   | 第1章 第2節フィットネス業界の歴史、第3節フィットネス産業の特徴        |     |      |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|                |                     |             |      |        |       |
|----------------|---------------------|-------------|------|--------|-------|
| 授業科目           | ボランティア活動Ⅲ〔ト<br>レ 3〕 |             | 担当教員 | 教員 未登録 |       |
| 対象年次・学<br>期    |                     | 必修・選択区<br>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・<br>参考図書等 |                     |             |      |        |       |
| 評価方法・<br>評価基準  | 評価方法                | 評価割合<br>(%) | 評価基準 |        |       |
|                | 評価内容                |             |      |        |       |
|                | 評価内容                |             |      |        |       |
|                | 評価割合                |             |      |        |       |
|                | 評価割合                |             |      |        |       |
| 履修上の<br>留意事項   |                     |             |      |        |       |
| 履修主題・<br>履修内容  | 回                   | 履修主題        | 履修内容 |        |       |
|                |                     |             |      |        |       |

|         |                |              |  |  |
|---------|----------------|--------------|--|--|
| 授業科目    | ボランティア活動Ⅲ〔トレ3〕 | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
| 対象年次・学期 |                | 担当教員         |  |  |
| 授業形態    |                | 実務経験         |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |
|         |                | 担当教員<br>実務経験 |  |  |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                   |                   |                                  |       |     |      |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------|-------|-----|------|
| 授業科目       | スポーツマッサージ<br>〔MT3・PH3・TR2〕                                                                        |                   | 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。<br>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                                                                                                | 0                 | 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                                                                                              | 60                |                                  |       |     |      |
|            | 提出物                                                                                               | 0                 |                                  |       |     |      |
|            | その他                                                                                               | 40                |                                  |       |     |      |
| 履修上の留意事項   | トレーナーズルームを使用し、毎週各部位を変えながら実技講習を行う。<br>生徒同士でお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                |       |     |      |



[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                     |                              |      |     |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------------|------|-----|
| 授業科目       | スポーツコンディショニングⅡ〔MT3・PH3〕                                                                                                                                                                                                                                                                         |                     | 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 |
| 授業目的       | 本講義では、運動指導者として必要となるスポーツコンディショニングの理論と実践的知識を理解することを目的とする。コンディショニングの基本概念を踏まえ、体力の維持・向上、傷害予防、疲労管理および回復など、運動を安全かつ効果的に実施するための理論について学ぶ。また、ウォーミングアップ、クーリングダウン、ストレッチング、筋力トレーニングなどの基本的手法について、その目的や実施方法、指導上の留意点を理解する。さらに、対象者の体力レベルや目的に応じたコンディショニングの考え方を学び、健康づくりや競技力向上の現場において適切な運動指導を行うための基礎的能力を身につけることを目指す。 |                     |                              |      |     |
| 到達目標       | 1) スポーツコンディショニングの基本概念および体力向上・傷害予防における役割を理解し、説明できる。<br>2) ウォーミングアップ、クーリングダウン、ストレッチング、筋力トレーニングなどのコンディショニング手法について、その目的と実施方法を理解する。<br>3) 疲労や回復、環境条件など、運動時のコンディションに影響を及ぼす要因について理解する。<br>4) 対象者の体力レベルや目的に応じて、安全かつ効果的なコンディショニングの基本的な指導方法を考えることができる。                                                    |                     |                              |      |     |
| 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                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 0                   | 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                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 60                  |                              |      |     |
|            | 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おける基礎知識            |      |     |
|            | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                               | コンディショニングのプログラムデザイン | コンディショニングにおける基礎知識            |      |     |
|            | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                               | コンディショニングのプログラムデザイン | コンディショニングにおける基礎知識            |      |     |
|            | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                               | コンディショニングのプログラムデザイン | コンディショニングにおける基礎知識            |      |     |
|            | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                               | コンディショニングのプログラムデザイン | コンディショニングプログラム               |      |     |
|            | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                               | コンディショニングのプログラムデザイン | コンディショニングプログラム               |      |     |
|            | 8                                                                                                                                                                                                                                                                                               | コンディショニングのプログラムデザイン | トレーニング負荷のモニタリング              |      |     |
|            | 9                                                                                                                                                                                                                                                                                               | コンディショニングのプログラムデザイン | ウォーミングアップとリカバリー              |      |     |
|            | 10                                                                                                                                                                                                                                                                                              | コンディショニングのプログラムデザイン | ウォーミングアップとリカバリー              |      |     |

|  |    |                     |                                  |
|--|----|---------------------|----------------------------------|
|  | 11 | 競技特性の分析             | 競技特性の運動生理学, バイオメカニクスの分析          |
|  | 12 | 競技特性の分析             | 競技特性の運動生理学, バイオメカニクスの分析          |
|  | 13 | 競技特性の分析             | 競技特性の運動生理学, バイオメカニクスの分析          |
|  | 14 | 総復讐                 |                                  |
|  | 15 | 前期 期末テスト            |                                  |
|  | 16 | トレーニング各論            | 基本動作・専門動作の習得（運動連鎖の考え方）           |
|  | 17 | トレーニング各論            | トレーニング各論 1                       |
|  | 18 | トレーニング各論            | トレーニング各論 2                       |
|  | 19 | トレーニング各論            | トレーニング各論 3                       |
|  | 20 | トレーニング各論            | ストレッチング 1                        |
|  | 21 | トレーニング各論            | ストレッチング 2                        |
|  | 22 | コンディショニングに影響する様々な要因 | 外的環境への対策                         |
|  | 23 | コンディショニングに影響する様々な要因 | 女性アスリートの特徴                       |
|  | 24 | コンディショニングに影響する様々な要因 | 成長期の特性                           |
|  | 25 | コンディショニングに影響する様々な要因 | 高齢者の特性                           |
|  | 26 | コンディショニングに影響する様々な要因 | 障がい者                             |
|  | 27 | コンディショニングに影響する様々な要因 | 減量, 増量                           |
|  | 28 | コンディショニングに影響する様々な要因 | ICT および各種テクノロジーを活用したコンディショニングの事例 |
|  | 29 | 総復習                 |                                  |
|  | 30 | 後期 期末テスト            |                                  |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|                |                                                                                                                                        |                |                                                                    |               |             |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------|---------------|-------------|
| 授業科目           | ジュニアスポーツ指導の<br>実際〔PH3〕                                                                                                                 |                | 担当教員                                                               | 今北 雄太         |             |
| 対象年次・学<br>期    | 2年・後期                                                                                                                                  |                | 必修・選択区<br>分                                                        | 選択(PH)／<br>必修 | 単位数         |
| 授業形態           |                                                                                                                                        |                | 授業回数                                                               | 15回           | 時間数<br>30時間 |
| 授業目的           | ①「スポーツ」を多角的視野から学ぶことにより、ジュニアスポーツ指導者の役割について理解し、ジュニアスポーツにおける指導ができる力を養う。<br>②子どもたちの将来に良い影響を与える運動指導の在り方とは何かを理解する。<br>③ジュニアスポーツ指導員資格の取得を目指す。 |                |                                                                    |               |             |
| 到達目標           | ジュニア期の特徴とスポーツ指導者の役割について理解し、適切な運動プログラムを作成し実際に指導することが出来る。                                                                                |                |                                                                    |               |             |
| テキスト・<br>参考図書等 | 公認ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト                                                                                                                  |                |                                                                    |               |             |
| 評価方法・<br>評価基準  | 評価方法                                                                                                                                   | 評価割合<br>(%)    | 評価基準                                                               |               |             |
|                | 試験                                                                                                                                     | 0              | 授業内で課す提出物(課題・指導案等)や小テスト(知識確認・指導実践等)の結果およびその他(出席状況、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                                                                                                                                    | 40             |                                                                    |               |             |
|                | その他                                                                                                                                    | 20             |                                                                    |               |             |
| 履修上の<br>留意事項   | 教本やワークブックを中心に授業展開します。グループワークを重ね指導方法について理解を深めていきます。その中での成果物を評価していきます。また指導実践を行い、その内容を小テストとして評価します。毎時間楽しみながら実践力を身につけていきましょう！！             |                |                                                                    |               |             |
| 履修主題・<br>履修内容  | 回                                                                                                                                      | 履修主題           | 履修内容                                                               |               |             |
|                | 1                                                                                                                                      | 第6章 栄養①        | 成長期における食事のあり方／ジュニアスポーツにおける食事の意義                                    |               |             |
|                | 2                                                                                                                                      | 第6章 栄養②        | 栄養摂取の過不足で起こる問題とその予防／栄養障害／熱中症                                       |               |             |
|                | 3                                                                                                                                      | 第6章 栄養③        | スポーツ食育の勧め方／水分補給                                                    |               |             |
|                | 4                                                                                                                                      | 第7章 スポーツ医学①    | からだの構造と成長発達                                                        |               |             |
|                | 5                                                                                                                                      | 第7章 スポーツ医学②    | スポーツと内科的障害／スポーツによる外傷と障害                                            |               |             |
|                | 6                                                                                                                                      | 第7章 スポーツ医学③    | スポーツ外傷・障害予防への取り組み                                                  |               |             |
|                | 7                                                                                                                                      | 第8章 女性とスポーツ①   | 女性の身体的・体力的特徴                                                       |               |             |
|                | 8                                                                                                                                      | 第8章 女性とスポーツ②   | 女性において起こりやすい諸問題／摂食障害／貧血                                            |               |             |
|                | 9                                                                                                                                      | 第8章 女性とスポーツ③   | 月経とコンディショニング                                                       |               |             |
|                | 10                                                                                                                                     | 実技編 運動遊び・スポーツ① | 発達段階に応じた運動遊び・スポーツの選択                                               |               |             |
|                | 11                                                                                                                                     | 実技編 運動遊び・スポーツ② | スポーツ指導における運動遊びの活用                                                  |               |             |
|                | 12                                                                                                                                     | 実技編 運動遊び・スポーツ③ | アイスブレイクの必要性                                                        |               |             |
|                | 13                                                                                                                                     | 実技編 運動遊び・スポーツ④ | 運動遊びをアレンジする必要性                                                     |               |             |

|  |    |                   |                |
|--|----|-------------------|----------------|
|  | 14 | 指導プログラム作成と<br>実践① | プログラムを作成し実践する① |
|  | 15 | 指導プログラム作成と<br>実践② | プログラムを作成し実践する② |

|             |                        |                          |                              |         |
|-------------|------------------------|--------------------------|------------------------------|---------|
| 授業科目        | ジュニアスポーツ指導の実<br>際〔PH3〕 | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 | 今北雄太<br><br>有：■      無：<br>□ | スポーツ指導員 |
| 対象年次・学<br>期 | 2 年・後期                 | 担当<br>教員                 |                              |         |
| 授業形態        |                        | 実務<br>経験                 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |
|             |                        | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |         |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                                                                                               |           |                                |        |      |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------|--------|------|
| 授業科目       | 障がいとスポーツ<br>〔MT3・PH3〕                                                                                                                                                         |           | 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 web 上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        | 障がいとスポーツ<br>〔MT3・PH3〕 | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 | 小笠原鷹介<br><br>有：■      無：<br>□ | 中学、高校教師 |
| 対象年次・学<br>期 | 3 年・通年                | 担当<br>教員                 |                               |         |
| 授業形態        |                       | 実務<br>経験                 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |         |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                             |               |                                            |       |     |      |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------|-------|-----|------|
| 授業科目       | ボディメイク実践Ⅱ<br>〔PH3〕                                                                                          |               | 担当教員                                       | 雨宮 隆史 |     |      |
| 対象年次・学期    | 3年・全期                                                                                                       |               | 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       | 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。また、様々なトレーニングやセット法などを通してどのような場面で活用するか考え取り組んでもらうこと。 |               |                                            |       |     |      |
| 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。<br>また、目標を立ててもらいそれを達成できるよう取り組みができ主体性をもって行動できる人物になれるよう頑張りましょう。             |               |                                            |       |     |      |
| テキスト・参考図書等 | JATIの教科書などを用います。※その際は事前に告知いたします。                                                                            |               |                                            |       |     |      |
| 評価方法・評価基準  | 評価方法                                                                                                        | 評価割合 (%)      | 評価基準                                       |       |     |      |
|            | 試験                                                                                                          |               | 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                                                                                                        |               |                                            |       |     |      |
|            | 小テスト                                                                                                        |               |                                            |       |     |      |
|            | 提出物                                                                                                         |               |                                            |       |     |      |
|            | 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！<br>去年の復習をしつつより深く知識を追求し頑張ってください。                   |               |                                            |       |     |      |
| 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<br>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 | 姿勢について/姿勢の評価                               |       |     |      |
|            | 3                                                                                                           | ボディメイクトレーニング③ | 体組成の活用・評価                                  |       |     |      |
|            | 4                                                                                                           | ボディメイクトレーニング② | 大胸筋トレーニング①                                 |       |     |      |
|            | 5                                                                                                           | ボディメイクトレーニング③ | 大胸筋トレーニング②                                 |       |     |      |
|            | 6                                                                                                           | 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                        |       |     |      |
|            | 7                                                                                                           | ボディメイクトレーニング⑤ | 腰背部トレーニング①                                 |       |     |      |
|            | 8                                                                                                           | ボディメイクトレーニング⑥ | 腰背部トレーニング②                                 |       |     |      |
|            | 9                                                                                                           | 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                        |       |     |      |
|            | 10                                                                                                          | ボディメイクトレーニング⑧ | 上腕/前腕トレーニング①                               |       |     |      |
|            | 11                                                                                                          | ボディメイクトレーニング⑨ | 上腕/前腕トレーニング②                               |       |     |      |
|            | 12                                                                                                          | 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                      |       |     |      |
|            | 13                                                                                                          | ボディメイクトレーニング⑪ | 三角筋トレーニング①(前部)                             |       |     |      |

|  |    |               |                                                           |
|--|----|---------------|-----------------------------------------------------------|
|  | 14 | ボディメイクトレーニング⑫ | 三角筋トレーニング②(中部)                                            |
|  | 15 | ボディメイクトレーニング⑬ | 三角筋トレーニング③(後部)                                            |
|  | 16 | ボディメイクトレーニング⑭ | 三角筋トレーニングのメニュー作成・実践                                       |
|  | 17 | ボディメイクトレーニング⑮ | 脚トレーニング①(大腿四頭筋)                                           |
|  | 18 | ボディメイクトレーニング⑯ | 脚トレーニング②(ハムストリングス)                                        |
|  | 19 | ボディメイクトレーニング⑰ | 脚トレーニングのメニュー作成・実践                                         |
|  | 20 | ボディメイクトレーニング⑱ | 腹部のトレーニング                                                 |
|  | 21 | ボディメイクトレーニング⑲ | 腹部のトレーニングメニュー作成・実践                                        |
|  | 22 | ボディメイクトレーニング⑳ | スーパーセット法を用いたトレーニング                                        |
|  | 23 | ボディメイクトレーニング㉑ | コンパウンドセット法を用いたトレーニング                                      |
|  | 24 | ボディメイクトレーニング㉒ | トライセット法を用いたトレーニング                                         |
|  | 25 | ボディメイクトレーニング㉓ | ジャイアントセット法を用いたトレーニング                                      |
|  | 26 | ボディメイクトレーニング㉔ | プレエグゼーション法を用いたトレーニング                                      |
|  | 27 | ボディメイクトレーニング㉕ | マルチ・パウンデッジ法を用いたトレーニング                                     |
|  | 28 | ボディメイクトレーニング㉖ | フラット・ピラミッド法を用いたトレーニング                                     |
|  | 29 | ボディメイクトレーニング㉗ | ダブル・ピラミッド法を用いたトレーニング                                      |
|  | 30 | ボディメイクトレーニング㉘ | High Intensity Interval Training (高強度インターバルトレーニング)の活用法・実践 |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                           |             |                                                         |       |     |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------|-------|-----|
| 授業科目       | カレッジイベントⅢ〔トレ3〕                                                                                            |             | 担当教員                                                    | 土岐 政義 |     |
| 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 |
| 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%<br>提出物 20%<br>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   |                                                         |       |     |



[illegible]

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                          |                 |                                                                                                                 |      |     |       |
|------------|----------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----|-------|
| 授業科目       | フィジカルトレーニングⅡ<br>〔PH3〕                                    |                 | 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。<br>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。<br>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 1     | ジャンプ力向上に特化したトレーニングの実践。           |
|  | 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。 |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|                |                                                           |             |                               |        |     |       |
|----------------|-----------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------|--------|-----|-------|
| 授業科目           | 水泳コーチⅠ対策理論〔ト<br>レ 3〕                                      |             | 担当教員                          | 今井 由美子 |     |       |
| 対象年次・学<br>期    | 3 年／2 年・集中                                                |             | 必修・選択区<br>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           | 水の特性・効果等を理解し、実際の泳ぎに結び付ける。水泳コーチⅠ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           | 模擬試験④で 6 割以上の点数を取る。                                       |             |                               |        |     |       |
| テキスト・<br>参考図書等 | 水泳指導教本                                                    |             |                               |        |     |       |
| 評価方法・<br>評価基準  | 評価方法                                                      | 評価割合<br>(%) | 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<br>留意事項   | 3 科目ある学科の模擬試験を全て 6 割以上取れるように、教本をよく読み、問題を理解しよう。            |             |                               |        |     |       |
| 履修主題・<br>履修内容  | 回                                                         | 履修主題        | 履修内容                          |        |     |       |
|                | 1                                                         | 小テスト        | 復習とまとめ                        |        |     |       |
|                | 2                                                         | 模擬試験①       | 模擬試験                          |        |     |       |
|                | 3                                                         | 模擬試験①解答・復習  | 解答・間違えた問題の分析                  |        |     |       |
|                | 4                                                         | 第 2 章 水泳指導  | 記述問題対策                        |        |     |       |
|                | 5                                                         | 第 3 章 水泳の安全 | 出題傾向の多い箇所の復習                  |        |     |       |
|                | 6                                                         | 第 4 章 水泳の化学 | 出題傾向の多い箇所の復習                  |        |     |       |
|                | 7                                                         | 模擬試験②       | 模擬試験                          |        |     |       |
|                | 8                                                         | 模擬試験②解答・復習  | 解答・間違えた問題の分析                  |        |     |       |
|                | 9                                                         | 特別対策①       | 苦手な部分の傾向と対策①                  |        |     |       |
|                | 10                                                        | 特別対策②       | 苦手な部分の傾向と対策②                  |        |     |       |
|                | 11                                                        | 特別対策③       | 苦手な部分の傾向と対策③                  |        |     |       |
|                | 12                                                        | 模擬試験③       | 模擬試験                          |        |     |       |
|                | 13                                                        | 模擬試験③解答・復習  | 解答・間違えた問題の分析                  |        |     |       |
|                | 14                                                        | 模擬試験④       | 模擬試験                          |        |     |       |
|                | 15                                                        | 模擬試験④解答・復習  | 解答・間違えた問題の分析                  |        |     |       |

|         |                     |                          |                               |  |
|---------|---------------------|--------------------------|-------------------------------|--|
| 授業科目    | 水泳コーチⅠ対策理論<br>〔トレ3〕 | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 | 今井由美子<br><br>有：□      無：<br>■ |  |
| 対象年次・学期 | 3 年／2 年・集中          | 担当<br>教員                 |                               |  |
| 授業形態    |                     | 実務<br>経験                 |                               |  |
|         |                     | 担当<br>教員                 |                               |  |
|         |                     | 実務<br>経験                 |                               |  |
|         |                     | 担当<br>教員                 |                               |  |
|         |                     | 実務<br>経験                 |                               |  |
|         |                     | 担当<br>教員                 |                               |  |
|         |                     | 実務<br>経験                 |                               |  |
|         |                     | 担当<br>教員                 |                               |  |
|         |                     | 実務<br>経験                 |                               |  |
|         |                     | 担当<br>教員                 |                               |  |
|         |                     | 実務<br>経験                 |                               |  |

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                                                                        |                 |                                               |           |          |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------|-----------|----------|
| 授業科目       | ジュニアスポーツ指導の基礎〔PH3〕                                                                                     |                 | 担当教員                                          | 今北 雄太     |          |
| 対象年次・学期    | 2年・前期                                                                                                  |                 | 必修・選択区分                                       | 選択(PH)／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       | 子どもスポーツの指導者としての基礎を学びます。各年齢で行うべき運動とは何か？子どものやる気を引き出し、運動能力を高めるコミュニケーション方法や指導方法を学びます。ジュニアスポーツ指導員の合格を目指します。 |                 |                                               |           |          |
| 到達目標       | 今日の子どもの現状、発育発達期の身体的・心理的特徴を理解し説明する事が出来る。                                                                |                 |                                               |           |          |
| テキスト・参考図書等 | 公認ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト                                                                                  |                 |                                               |           |          |
| 評価方法・評価基準  | 評価方法                                                                                                   | 評価割合(%)         | 評価基準                                          |           |          |
|            | 試験                                                                                                     | 0               | 小テストの結果および提出物の内容、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                                                                                                   | 0               |                                               |           |          |
|            | 小テスト                                                                                                   | 50              |                                               |           |          |
|            | 提出物                                                                                                    | 20              |                                               |           |          |
|            | その他                                                                                                    | 30              |                                               |           |          |
| 履修上の留意事項   | 教本やワークブックを中心に授業展開します。小テストを行います。ノートを使いますので用意してください。ジュニアスポーツ指導員資格の出題範囲にもなっています。毎時間きっちり楽しみながら勉強しましょう！！    |                 |                                               |           |          |
| 履修主題・履修内容  | 回                                                                                                      | 履修主題            | 履修内容                                          |           |          |
|            | 1                                                                                                      | 第1章 概論①         | 子どもにおける運動、スポーツの意義・価値<br>子どもを取り巻く環境、体力の現状と課題   |           |          |
|            | 2                                                                                                      | 第1章 概論②         | 子どもの身体活動ガイドライン／アクティブチャイルドプログラム                |           |          |
|            | 3                                                                                                      | 第1章 概論③         | 子どものスポーツ活動の現状と課題／発育発達期の遅速と競技成績／ジュニアスポーツ指導員の役割 |           |          |
|            | 4                                                                                                      | 第2章 コーチング①      | 子どもスポーツ／コミュニケーションスキル／良い指導者としての観点              |           |          |
|            | 5                                                                                                      | 第2章 コーチング②      | ジュニア期のコーチングの目指すもの／指導の留意点                      |           |          |
|            | 6                                                                                                      | 第2章 コーチング③      | 発達に応じたコーチング／プログラム作成時のポイント                     |           |          |
|            | 7                                                                                                      | 第2章 コーチング④      | 安全管理上の配慮事項／コーチングの実践事例／ケーススタディ                 |           |          |
|            | 8                                                                                                      | 第3章 体力①         | 発育期の体格と体力／からだ（形態）の発育・発達                       |           |          |
|            | 9                                                                                                      | 第3章 体力②         | 運動能力（機能）の発育・発達／体力の測定と評価                       |           |          |
|            | 10                                                                                                     | 第4章 動きの発達①      | 発育期（幼児・児童・思春期以降）における動きの発達／動きの獲得               |           |          |
|            | 11                                                                                                     | 第4章 動きの発達②      | 発達特性と個人差／動きの質的評価                              |           |          |
|            | 12                                                                                                     | 第4章 動きの発達③      | 動きの評価から指導へ／指導への応用                             |           |          |
|            | 13                                                                                                     | 第5章 心理①         | 運動能力の構成／こころの発達                                |           |          |
|            | 14                                                                                                     | 第5章 心理②         | 子どもの心理的特徴／心理的アプローチ                            |           |          |
| 15         | 第5章 心理③                                                                                                | 子ども達のストレスマネジメント |                                               |           |          |



[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                                                                                 |          |                                                                                                                 |       |     |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|
| 授業科目       | スポーツマーケティング論<br>〔PH3〕                                                                                                                                           |          | 担当教員                                                                                                            | 塩崎 高仁 |     |
| 対象年次・学期    | 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       | スポーツビジネス初心者を対象に「スポーツを売る」仕組みを体系的に理解することを目的とし<br>マーケティングの本質や顧客心理、SNS 活用、データ分析を網羅し、スポーツ産業の集客と価値提供の構造を学ぶ。                                                           |          |                                                                                                                 |       |     |
| 到達目標       | 学習したマーケティング手法を活用し、独自の集客アイデアやプロモーション戦略を自ら企画・立案できるようになること。さらに、構築した戦略を実行に移すための論理的なプレゼンテーション能力を身につける。                                                               |          |                                                                                                                 |       |     |
| テキスト・参考図書等 | なし 配布資料参照<br>なし 配布資料参照                                                                                                                                          |          |                                                                                                                 |       |     |
| 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・レポートは実施しない。毎回の講義で作成するワークの「考案内容・発表」と授業への参加姿勢といった「その他（普段の授業の取り組み）」をベースに評価する。<br>自ら考え、アウトプットする主体性ある授業参加を重視します。 |       |     |
|            | レポート                                                                                                                                                            | 0        |                                                                                                                 |       |     |
|            | 小テスト                                                                                                                                                            | 0        |                                                                                                                 |       |     |
|            | 提出物                                                                                                                                                             | 50       |                                                                                                                 |       |     |
|            | その他                                                                                                                                                             | 50       |                                                                                                                 |       |     |
| 履修上の留意事項   | 毎回の授業でアイデア創出や企画立案などのワークを行うため、受け身の姿勢ではなく<br>自ら考えてアウトプットする積極的な参加が不可欠である。<br>また、第 13-15 講義では自身が考えた集客アイデアの最終プレゼンテーションを実施する。<br>日々のワークが最終発表につながるため、毎回の課題に主体的に取り組むこと。 |          |                                                                                                                 |       |     |
| 履修主題・履修内容  | 回                                                                                                                                                               | 履修主題     | 履修内容                                                                                                            |       |     |
|            | 1                                                                                                                                                               | マーケの本質   | スポーツは「体験」を売っているように見えるが、実際に売れているのは感情や変化である。                                                                      |       |     |
|            | 2                                                                                                                                                               | 環境分析     | 同じスポーツでも、チーム・スクール・イベントなど様々なビジネスがある。                                                                             |       |     |
|            | 3                                                                                                                                                               | ターゲット設計  | 同じスポーツでも、子供向け・初心者向け・プロ向けでサービスは変わる。                                                                              |       |     |
|            | 4                                                                                                                                                               | 顧客心理     | 人は「必要だから」ではなく「楽しそうだから」参加する。                                                                                     |       |     |
|            | 5                                                                                                                                                               | ブラン戦略    | 強いチームや人気クラブには、共通する"イメージ"がある。                                                                                    |       |     |
|            | 6                                                                                                                                                               | SNS マーケ① | 今のスポーツ集客はアマチュアもプロも SNS が中心になっている。                                                                               |       |     |
|            | 7                                                                                                                                                               | SNS マーケ② | スポーツは動画と相性が良い。なぜか？                                                                                              |       |     |
|            | 8                                                                                                                                                               | コミュニティ   | スポーツは人と人を繋げる。なぜスポーツに人が集まるか。                                                                                     |       |     |
|            | 9                                                                                                                                                               | 行動心理学    | 人は「今だけ」[期間限定]という言葉で行動する。スポーツチームにどう落とし込むか。                                                                       |       |     |
|            | 10                                                                                                                                                              | 商品企画     | スポーツビジネスには様々な商品がある。設計・戦略を練る。                                                                                    |       |     |
|            | 11                                                                                                                                                              | イベントマーケ  | イベントは新しいファンを作るきっかけになる。                                                                                          |       |     |
|            | 12                                                                                                                                                              | データ分析    | スポーツビジネスを数字で改善する。                                                                                               |       |     |
|            | 13                                                                                                                                                              | マーケ企画①   | マーケティングはバラバラではなく戦略になる。                                                                                          |       |     |

|  |    |           |                          |
|--|----|-----------|--------------------------|
|  | 14 | マーケ企画②    | 戦略は計画にすると実行できる。          |
|  | 15 | 最終発表 プレゼン | 戦略は実行して初めて意味がある。ワーク & 発表 |

|             |                       |                          |                              |                                            |
|-------------|-----------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------------------------|
| 授業科目        | スポーツマーケティング論<br>〔PH3〕 | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 | 塩崎嵩仁<br><br>有：■      無：<br>□ | ブラジंगा合同会社 代表<br>社員・(一社)真栄スポーツ<br>クラブ 代表理事 |
| 対象年次・学<br>期 | 前期                    | 担当<br>教員                 |                              |                                            |
| 授業形態        |                       | 実務<br>経験                 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|             |                       | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                           |                 |                               |        |      |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|--------|------|
| 授業科目       | 情報基礎〔トレ3〕                                                                                 |                 | 担当教員                          | 宮野 ゆかり |      |
| 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、Word・PowerPointならびにExcel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 | 授業時に適宜プリントまたはPDF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                                                                                        | 30              | 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                                                                                       | 50              |                               |        |      |
|            | 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、授業時に指定する方法を用いて課題を提出することで、上記「提出物」の評価とする。<br>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         | PCの基本操作やキーボードについて             |        |      |
|            | 3                                                                                         | Wordの基本操作       | 文字入力練習<br>編集操作                |        |      |
|            | 4                                                                                         | Wordの基礎         | 表の作成<br>レイアウト調整               |        |      |
|            | 5                                                                                         | Wordの基礎         | 画像の挿入<br>ワードアートの挿入            |        |      |
|            | 6                                                                                         | Wordの活用         | ビジネス文書の基礎<br>あいさつ文            |        |      |
|            | 7                                                                                         | Wordの活用         | 印刷設定<br>ヘッダーフッターについて          |        |      |
|            | 8                                                                                         | Wordの活用         | ビジネス文書<br>案内状の作成              |        |      |
|            | 9                                                                                         | Wordの活用         | ビジネス文書<br>請求書の作成              |        |      |
|            | 10                                                                                        | Wordの活用         | デザイン文書<br>パンフレットの作成           |        |      |
|            | 11                                                                                        | Wordの活用         | デザイン文書<br>チラシの作成              |        |      |
|            | 12                                                                                        | Wordの活用         | デザイン文書<br>はがきの作成              |        |      |
|            | 13                                                                                        | powerpointの基礎   | シート作成とデザイン                    |        |      |
|            | 14                                                                                        | powerpointの活用   | プレゼンテーション資料の作成                |        |      |

|  |    |             |                            |
|--|----|-------------|----------------------------|
|  | 15 | 情報リテラシー     | AI とインターネットの安全利用           |
|  | 16 | Excel の基本操作 | シート入力・オートフィル               |
|  | 17 | Excel の基礎   | 四則演算                       |
|  | 18 | Excel の基礎   | 関数の利用（合計・平均・個数・最大値・最小値）    |
|  | 19 | Excel の基礎   | 相対参照と絶対参照                  |
|  | 20 | Excel の基礎   | 関数の利用（順位付け・四捨五入・切り上げ・切り捨て） |
|  | 21 | Excel の基礎   | グラフの作成                     |
|  | 22 | Excel の基礎   | 関数の利用（判定・表検索）              |
|  | 23 | Excel の基礎   | データベース機能<br>並び替えと抽出        |
|  | 24 | Excel の基礎   | 印刷設定<br>ヘッダーフッター           |
|  | 25 | Excel の活用   | 集計表の作成                     |
|  | 26 | Excel の活用   | 家計簿の作成                     |
|  | 27 | Excel の活用   | 住所録の作成                     |
|  | 28 | Excel の活用   | 名簿の作成                      |
|  | 29 | Excel の活用   | 請求書の作成                     |
|  | 30 | まとめ         | Word Excel powerPoint の連携  |

|         |           |          |                  |  |
|---------|-----------|----------|------------------|--|
| 授業科目    | 情報基礎〔トレ3〕 | 担当<br>教員 | 宮野ゆかり            |  |
|         |           | 実務<br>経験 | 有：■      無：<br>□ |  |
| 対象年次・学期 | 3年／2年・通年  | 担当<br>教員 |                  |  |
| 授業形態    |           | 実務<br>経験 |                  |  |
|         |           | 担当<br>教員 |                  |  |
|         |           | 実務<br>経験 |                  |  |
|         |           | 担当<br>教員 |                  |  |
|         |           | 実務<br>経験 |                  |  |
|         |           | 担当<br>教員 |                  |  |
|         |           | 実務<br>経験 |                  |  |
|         |           | 担当<br>教員 |                  |  |
|         |           | 実務<br>経験 |                  |  |
|         |           | 担当<br>教員 |                  |  |

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                                  |             |                                         |        |      |
|------------|------------------------------------------------------------------|-------------|-----------------------------------------|--------|------|
| 授業科目       | スノーボード・スキー実習Ⅲ〔トレ3〕                                               |             | 担当教員                                    | 田中 いぶき |      |
| 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。<br>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<br>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                |        |      |



[illegible]

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                                                                                              |                   |                                                   |                           |     |      |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------|---------------------------|-----|------|
| 授業科目       | ジュニアスポーツ指導実習〔PH3・IN2・CO2・SB2〕                                                                                                |                   | 担当教員                                              | 小笠原 鷹介                    |     |      |
| 対象年次・学期    | 2年・3年前期                                                                                                                      |                   | 必修・選択区分                                           | 選択（TR・SBⅡ・PHⅢ）／必修（IN・COⅡ） | 単位数 |      |
| 授業形態       |                                                                                                                              |                   | 授業回数                                              | 30回                       | 時間数 | 60時間 |
| 授業目的       | 子どもへの体育指導、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。<br>夏にイベントとして運動教室を開催し、その幼児・児童・生徒募集等の広報活動も含めて学ぶ。 |                   |                                                   |                           |     |      |
| 到達目標       | グループワークを通して、インストラクター・コーチングの役割への理解。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                                                                                                                           | 0                 | 当日の運営・事前準備等総合的にみて判断する。<br>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                                                                                                                         | 0                 |                                                   |                           |     |      |
|            | 提出物                                                                                                                          | 20                |                                                   |                           |     |      |
|            | その他                                                                                                                          | 60                |                                                   |                           |     |      |
| 履修上の留意事項   | 体育教室に向けて準備し、子どもたちにケガがないよう留意する。                                                                                               |                   |                                                   |                           |     |      |
| 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／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 A①－1                                           |                           |     |      |
|            | 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 A①－2                                           |                           |     |      |
|            | 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 A①－3                                           |                           |     |      |
|            | 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 A②－1                                           |                           |     |      |

|  |    |          |                     |
|--|----|----------|---------------------|
|  | 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 A②-2             |
|  | 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 A②-3             |
|  | 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 A③-1             |
|  | 22 | 指導実習     | 幼児 B①               |
|  | 23 | 指導実習     | 幼児 A③-2             |
|  | 24 | 指導実習     | 幼児 B②               |
|  | 25 | 指導実習     | 幼児 A③-3             |
|  | 26 | 指導実習     | 幼児 B③               |
|  | 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                |

|         |                                   |                  |                               |           |
|---------|-----------------------------------|------------------|-------------------------------|-----------|
| 授業科目    | ジュニアスポーツ指導実習<br>〔PH3・IN2・CO2・SB2〕 | 担当教員<br><br>実務経験 | 小笠原鷹介<br><br>有：■      無：<br>□ | 中・高保健体育教論 |
| 対象年次・学期 | 2 年・3 年前期                         | 担当教員             | 中根望                           | インストラクター  |
| 授業形態    |                                   | 実務経験             | 有：■      無：<br>□              |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |
|         |                                   | 担当教員<br><br>実務経験 |                               |           |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                |          |                          |       |     |       |
|------------|------------------------------------------------|----------|--------------------------|-------|-----|-------|
| 授業科目       | BRSO 対策〔トレ 3・IN2・TR2・CO2〕                      |          | 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                                             | 0        | 受講姿勢、受講態度、出欠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                                            | 100      |                          |       |     |       |
| 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               |       |     |       |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|               |                                            |                         |                                              |        |     |       |
|---------------|--------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------|--------|-----|-------|
| 授業科目          | スポーツプログラマー対策<br>〔トレ 3・健康 2〕                |                         | 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<br>必要に応じて、資料を配布         |                         |                                              |        |     |       |
| 評価方法・<br>評価基準 | 評価方法                                       | 評価割合<br>(%)             | 評価基準                                         |        |     |       |
|               | 試験                                         | 0                       | 小テスト 50%<br>その他 50%（受講姿勢、受講態度等 30%、担当所見 20%） |        |     |       |
|               | レポート                                       | 0                       |                                              |        |     |       |
|               | 小テスト                                       | 50                      |                                              |        |     |       |
|               | 提出物                                        | 0                       |                                              |        |     |       |
|               | その他                                        | 50                      |                                              |        |     |       |
| 履修上の<br>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・<br>履修内容 | 回                                          | 履修主題                    | 履修内容                                         |        |     |       |
|               | 1                                          | 運動と健康                   | 運動と健康                                        |        |     |       |
|               | 2                                          | 運動と健康                   | スポーツプログラマーの役割                                |        |     |       |
|               | 3                                          | フィットネス・エクササイズ<br>の理論と実際 | フィットネス・トレーニング                                |        |     |       |
|               | 4                                          | フィットネス・エクササイズ<br>の理論と実際 | マシーントレーニング                                   |        |     |       |
|               | 5                                          | フィットネス・エクササイズ<br>の理論と実際 | ヘルス・エクササイズ                                   |        |     |       |
|               | 6                                          | フィットネス・エクササイズ<br>と健康管理  | フィットネス・エクササイズと体調                             |        |     |       |
|               | 7                                          | フィットネス・エクササイズ<br>と健康管理  | ウォーミングアップとクーリングダウン                           |        |     |       |
|               | 8                                          | 体力測定と評価                 | 体力測定の方法、測定結果の処理、体力評価とスポーツプログラム               |        |     |       |
|               | 9                                          | フィットネスプログラムの<br>実際      | フィットネスプログラムの基本的<br>方法                        |        |     |       |
|               | 10                                         | フィットネスプログラムの<br>実際      | 子ども・中年のフィットネスプログラム                           |        |     |       |
|               | 11                                         | フィットネスプログラムの<br>実際      | 高齢者・女性・障害者のフィットネスプログラム                       |        |     |       |
|               | 12                                         | スポーツ相談の実際               | スポーツ相談の意義、スポーツ相談の実際                          |        |     |       |
|               | 13                                         | 確認テスト①                  | 過去問題①、解答、説明                                  |        |     |       |
|               | 14                                         | 確認テスト②                  | 過去問題②、解答、説明                                  |        |     |       |
|               | 15                                         | 確認テスト③                  | 過去問題③、解答、説明                                  |        |     |       |



[illegible]

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                                                                                                                                                                                   |               |                                     |       |     |      |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------------------------------|-------|-----|------|
| 授業科目       | テーピングテクニックⅡ<br>〔MT3・PH3〕                                                                                                                                                                                          |               | 担当教員                                | 土岐 政義 |     |      |
| 対象年次・学期    | 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       | 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 |                                                                                                                                                                                                                   |               |                                     |       |     |      |
| 評価方法・評価基準  | 評価方法                                                                                                                                                                                                              | 評価割合(%)       | 評価基準                                |       |     |      |
|            | 試験                                                                                                                                                                                                                | 0             | 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                                                                                                                                                                                                              | 0             |                                     |       |     |      |
|            | 小テスト                                                                                                                                                                                                              | 50            |                                     |       |     |      |
|            | 提出物                                                                                                                                                                                                               | 0             |                                     |       |     |      |
|            | その他                                                                                                                                                                                                               | 50            |                                     |       |     |      |
| 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。テーピング部位に関しての解剖学、運動学、外傷学の知識習得も同時に行う。、①実技試験は授業にて実施、②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                                                                                                                                                                                                                 | 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①          |       |     |      |
|            | 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②          |       |     |      |
|            | 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            | 母趾過伸展捻挫、種子骨障害、踵部挫傷                  |       |     |      |
|            | 8                                                                                                                                                                                                                 | 足部            | 足底腱膜炎のテーピング(①非伸縮、②伸縮)               |       |     |      |
|            | 9                                                                                                                                                                                                                 | 実技試験          | 足底腱膜炎、母趾過伸展捻挫、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、前脛腓靱帯損傷       |       |     |      |
|            | 11                                                                                                                                                                                                                | 足関節(背屈制限)     | フットボーラーズアングル、アキレス腱炎、前脛腓靱帯損傷         |       |     |      |
|            | 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、シンシプリント<br>(小テスト) |
|  | 16 | 膝関節  | ACL、MCL,LCL 靱帯損傷                   |
|  | 17 | 膝関節  | ACL、MCL,LCL 靱帯損傷                   |
|  | 18 | 膝関節  | ACL、MCL,LCL 靱帯損傷                   |
|  | 19 | 膝関節  | ACL、MCL,LCL 靱帯損傷                   |
|  | 20 | 膝関節  | ACL、MCL,LCL 靱帯損傷                   |
|  | 21 | 実技試験 | ACL、MCL,LCL 靱帯損傷 (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  | 肘関節過伸展捻挫、肘関節内側側副靱帯損傷               |
|  | 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)                     |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                   |                         |                                         |        |      |
|------------|---------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------|--------|------|
| 授業科目       | 検定対策Ⅴ〔PH3〕                                        |                         | 担当教員                                    | 小野寺 良太 |      |
| 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       | トレーニング指導者として相応しい知識や技術の習得を目指す                      |                         |                                         |        |      |
| 到達目標       | JATI トレーニング指導者の資格概要を理解し、多様なトレーニングプログラムを立案することができる |                         |                                         |        |      |
| 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、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                                                |                         | 授業内におけるレポートや所見、出席状況进行评估する               |        |      |
|            | レポート                                              | 30                      |                                         |        |      |
|            | 小テスト                                              |                         |                                         |        |      |
|            | 提出物                                               |                         |                                         |        |      |
|            | その他                                               | 70                      |                                         |        |      |
| 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                                                 | オリエンテーション               | 授業説明、評価や諸注意、トレーニング指導者について               |        |      |
|            | 2                                                 | JATI トレーニング指導者受験を終えての反省 | JATI トレーニング指導者 1 回目の受験を終えて反省・改善点のレポート作成 |        |      |
|            | 3                                                 | 模擬試験                    | 模擬試験（理論編）                               |        |      |
|            | 4                                                 | 模擬試験                    | 模擬試験（実践編）                               |        |      |
|            | 5                                                 | トレーニングの実技と指導法           | レジスタンストレーニングの実技と指導法                     |        |      |
|            | 6                                                 | トレーニングの実技と指導法           | レジスタンストレーニングの実技と指導法                     |        |      |
|            | 7                                                 | トレーニングの実技と指導法           | パワートレーニングの実技と指導法                        |        |      |
|            | 8                                                 | トレーニングの実技と指導法           | パワートレーニングの実技と指導法                        |        |      |
|            | 9                                                 | トレーニングの実技と指導法           | 持久力向上トレーニングの実技と指導法                      |        |      |
|            | 10                                                | トレーニングの実技と指導法           | 持久力向上トレーニングの実技と指導法                      |        |      |
|            | 11                                                | トレーニングの実技と指導法           | スピードトレーニングの実技と指導法                       |        |      |
|            | 12                                                | トレーニングの実技と指導法           | スピードトレーニングの実技と指導法                       |        |      |
|            | 13                                                | トレーニングの実技と指導法           | ウォームアップと柔軟性トレーニング<br>その他のトレーニングの実技と指導法  |        |      |
|            | 14                                                | トレーニングの実技と指導法           | ウォームアップと柔軟性トレーニング<br>その他のトレーニングの実技と指導法  |        |      |

|  |    |           |           |
|--|----|-----------|-----------|
|  | 15 | 前期復習      |           |
|  | 16 | 前期復習      |           |
|  | 17 | 問題作成      |           |
|  | 18 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 19 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 20 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 21 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 22 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 23 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 24 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 25 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 26 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 27 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 28 | 問題作成、問題実施 |           |
|  | 29 | 模擬試験      | 模擬試験（理論編） |
|  | 30 | 模擬試験      | 模擬試験（実践編） |

|         |            |                          |                              |           |
|---------|------------|--------------------------|------------------------------|-----------|
| 授業科目    | 検定対策Ⅴ〔PH3〕 | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 | 菊地健太<br><br>有：■      無：<br>□ | トレーニング指導者 |
| 対象年次・学期 | 3 年・通年     | 担当<br>教員                 |                              |           |
| 授業形態    |            | 実務<br>経験                 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |
|         |            | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |           |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                          |                           |                                                            |       |     |      |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------------------------------|-------|-----|------|
| 授業科目       | 生活習慣病の知識<br>〔MT3・PH3・MT2〕                                                                                |                           | 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       | 生活習慣病における疾患名やその病態、危険因子、治療やどのような経過を辿るか理解すること。<br>また、幅広い知識を習得することで資格取得向上に繋げ、より高度な指導ができるトレーナーや医療人となれるようにする。 |                           |                                                            |       |     |      |
| 到達目標       | 生活習慣病に繋がる疾患名とその病態を理解する。                                                                                  |                           |                                                            |       |     |      |
| 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                                                                                                       | 50                        | 受講姿勢、受講態度等を総合的に評価します。                                      |       |     |      |
|            | 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   | 配布プリントに沿った講義展開を行います。<br>課題を提出してもらうこともあります。（そ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                 | 授業内容説明・生活習慣病に関わる就職先や仕事内容、生活習慣病の定義                          |       |     |      |
|            | 2                                                                                                        | 生活習慣病概要                   | 生活習慣病の原因と起因する疾病・歴史・現状                                      |       |     |      |
|            | 3                                                                                                        | メタボリックシンドローム①             | 概念、判断基準、運動の意義、予防、治療、問題                                     |       |     |      |
|            | 4                                                                                                        | 肥満・肥満症①                   | 定義、判断基準、減量の考え方、予防、治療、運動療法の適応と禁忌、問題                         |       |     |      |
|            | 5                                                                                                        | 肥満・肥満症②                   | 定義、判断基準、減量の考え方、予防、治療、運動療法の適応と禁忌、問題                         |       |     |      |
|            | 6                                                                                                        | 高血圧①                      | 定義、診断基準、分類、合併症、自然歴、治療、減量、問題                                |       |     |      |
|            | 7                                                                                                        | 高血圧②                      | 定義、診断基準、分類、合併症、自然歴、治療、減量、問題                                |       |     |      |
|            | 8                                                                                                        | 確認小テスト①                   | 履修した内容の確認テスト                                               |       |     |      |
|            | 9                                                                                                        | 脂質異常症                     | 定義、分類、予防、治療、運動療法の指針、問題                                     |       |     |      |
|            | 10                                                                                                       | 耐糖能異常・糖尿病①                | 概念、分類、診断基準、病態、有病率、合併症、治療の基本と実際、問題                          |       |     |      |
|            | 11                                                                                                       | 耐糖能異常・糖尿病②                | 概念、分類、診断基準、病態、有病率、合併症、治療の基本と実際、問題                          |       |     |      |
|            | 12                                                                                                       | 虚血性心疾患とリハビリテーションにおける運動処方① | 心疾患の理解、定義、概念、病態理解、分類、冠危険因子、心血管リハの効果、機序、適応、禁忌、内容を理解し、問題を解く。 |       |     |      |
|            | 13                                                                                                       | 虚血性心疾患とリハビリテーションにおける運動処方② | 疾患の理解、定義、概念、病態理解、分類、冠危険因子、心血管リハの効果、機序、適応、禁忌、内容を理解し、問題を解く。  |       |     |      |

|  |    |                          |                                          |
|--|----|--------------------------|------------------------------------------|
|  | 14 | ロコモティブシンドローム①            | 定義、概念、運動器疾患と障害、判定基準、サルコペニア、フレイル、対処方法、問題  |
|  | 15 | ロコモティブシンドローム②            | 定義、概念、運動器疾患と障害、判定基準、サルコペニア、フレイル、対処方法、問題  |
|  | 16 | 確認小テスト②                  | 履修した内容の確認テスト                             |
|  | 17 | 運動器退行性疾患                 | 概念、有病率、危険因子、運動指導、治療ガイドライン、問題             |
|  | 18 | 骨粗鬆症                     | 概念、定義、病態理解、分類、治療や予防を理解する。                |
|  | 19 | 呼吸器疾患①                   | COPD を理解する。                              |
|  | 20 | 呼吸器疾患②                   | COPD を理解し、問題を解く。                         |
|  | 21 | 悪性新生物（がん）①               | 成因、病態、罹患数、検診、対策、運動と食事の意義、問題              |
|  | 22 | 悪性新生物（がん）②               | 成因、病態、罹患数、検診、対策、運動と食事の意義、問題              |
|  | 23 | 認知症①                     | 分類、危険因子、軽度認知障害の重要性、運動の意義、問題              |
|  | 24 | 認知症②                     | 分類、危険因子、軽度認知障害の重要性、運動の意義、問題              |
|  | 25 | 確認小テスト③                  | 履修した内容の確認テスト                             |
|  | 26 | 高尿酸血症                    | 概念、定義、病態理解、分類、治療や予防を理解する。                |
|  | 27 | 脳卒中                      | 概念、定義、病態理解、分類、治療や予防を理解する。                |
|  | 28 | 生活習慣に関連する生活習慣病を全体的に再理解する | 食習慣、運動習慣、飲酒習慣、喫煙習慣、ストレスと休養習慣の5つに着眼して理解する |
|  | 29 | 年間復習                     | 学習してきた内容を復習                              |
|  | 30 | 確認小テスト④                  | 履修した内容の確認テスト                             |

|             |                           |                          |                               |                   |
|-------------|---------------------------|--------------------------|-------------------------------|-------------------|
| 授業科目        | 生活習慣病の知識<br>〔MT3・PH3・MT2〕 | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 | 上田 竜也<br><br>有：■      無：<br>□ | 柔道整復師、健康運動指導<br>士 |
| 対象年次・学<br>期 | 3 年・通年                    | 担当<br>教員                 |                               |                   |
| 授業形態        |                           | 実務<br>経験                 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |
|             |                           | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                               |                   |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                |               |                               |        |     |      |
|------------|--------------------------------|---------------|-------------------------------|--------|-----|------|
| 授業科目       | 三年次研究課題Ⅱ〔トレ3〕                  |               | 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 | 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                             | 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・靱帯の構造              |        |     |      |
|            | 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    | 全身持久力とアスリハ①                   |        |     |      |

|  |    |               |                      |
|--|----|---------------|----------------------|
|  |    | 用語            |                      |
|  | 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           |

[illegible]

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                |                |                        |        |     |      |
|------------|--------------------------------|----------------|------------------------|--------|-----|------|
| 授業科目       | 三年次研究課題Ⅰ〔トレ3〕                  |                | 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 | 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                             | 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 | A C L 損傷               |        |     |      |
|            | 2                              | 下肢のスポーツ外傷・障害 2 | P C L 損傷               |        |     |      |
|            | 3                              | 下肢のスポーツ外傷・障害 3 | M C L 損傷、L C L 損傷      |        |     |      |
|            | 4                              | 下肢のスポーツ外傷・障害 4 | 大腿部打撲、膝蓋靱帯炎            |        |     |      |
|            | 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、偏平足障害          |        |     |      |
|            | 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M C L 損傷              |        |     |      |
|            | 11                             | 上肢のスポーツ外傷・障害 5 | 突き指、T F C C 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・<br>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<br>用語   | 全身持久力とアスリハ①          |
|  | 17 | 運動療法の基礎知識と<br>用語   | 全身持久力とアスリハ②          |
|  | 18 | 運動療法の基礎知識と<br>用語   | 身体組成とアスリハ①           |
|  | 19 | 運動療法の基礎知識と<br>用語   | 身体組成とアスリハ②           |
|  | 20 | 再発防止と外傷予防の<br>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<br>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<br>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<br>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<br>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<br>動作   | 動作・姿勢の観察と評価①         |
|  | 26 | 再発防止と外傷予防の<br>動作   | 動作・姿勢の観察と評価②         |
|  | 27 | 物理療法と装具・イン<br>ソール  | 物理療法                 |
|  | 28 | 物理療法と装具・イン<br>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<br>ソール  | 歩行と足底挿板              |
|  | 30 | まとめ・後期試験につ<br>いて   | 後期まとめ・試験対策           |

|         |               |              |                      |         |
|---------|---------------|--------------|----------------------|---------|
| 授業科目    | 三年次研究課題Ⅰ〔トレ3〕 | 担当教員<br>実務経験 | 齋藤敬男<br>有：■      無：□ | スポーツ指導者 |
| 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<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                |                                                                  |     |      |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------|-----|------|
| 授業科目       | パーソナルトレーナー実践〔PH3〕                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 担当教員           | 村岡 直哉                                                            |     |      |
| 対象年次・学期    | 3年・前期                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 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       | この授業は、パーソナルトレーナーとして現場で必要とされるスキルを実践的に学び、多様なクライアントのニーズに対応できる指導力を育成することを目的とします。これにより、専門性を活かしてクライアントの健康とフィットネス目標を達成するサポートができるプロフェッショナルを育てます。                                                                                                                                                              |                |                                                                  |     |      |
| 到達目標       | ①トレーナーとしての基本的な役割と倫理を理解し、適切なコミュニケーションが取れるようになること。<br>②筋力トレーニング、有酸素運動、ストレッチなどの基本的なトレーニング技術を安全かつ効果的に指導できるスキルを身に付けること。<br>③クライアントの評価とトレーニングプラン作成を実践的に行い、個別化された指導ができる能力を習得すること。<br>④多様なニーズを持つクライアント（例：高齢者、妊婦、既往症を持つ方）に適切に対応できる専門知識と実践力を養うこと。<br>⑤グループセッションの運営やマーケティングを通じて、トレーナーとしての自己ブランド構築に必要なスキルを習得すること。 |                |                                                                  |     |      |
| テキスト・参考図書等 | 手持ちのテキストを使用し、実技メインの授業を実施致します。<br>手持ちの参考書を使用し、実技メインの授業を実施致します。                                                                                                                                                                                                                                         |                |                                                                  |     |      |
| 評価方法・評価基準  | 評価方法                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 評価割合 (%)       | 評価基準                                                             |     |      |
|            | 評価内容                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 実技試験           | 提出物内容や、授業の取り組み姿勢を評価基準とする。                                        |     |      |
|            | 評価内容                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | レポート課題         |                                                                  |     |      |
|            | 評価割合                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 50             |                                                                  |     |      |
|            | 評価割合                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 50             |                                                                  |     |      |
|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                |                                                                  |     |      |
| 履修上の留意事項   | 実技内容がメインとなるため、しっかりと授業に積極的に参加する事、わからない事などはそのままにせずに自発的に行動をすることを留意点とする。                                                                                                                                                                                                                                  |                |                                                                  |     |      |
| 履修主題・履修内容  | 回                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 履修主題           | 履修内容                                                             |     |      |
|            | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | パーソナルトレーナーの基礎  | 内容: 役割と基本スキルの説明、ペアワークでのコミュニケーション練習。<br>目的: トレーナーとしての基礎を学ぶ。       |     |      |
|            | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | フィットネス評価技術     | 内容: 基本的な評価方法（柔軟性、筋力、持久力テスト）の実技。<br>目的: クライアントの状態を評価するスキルを習得。     |     |      |
|            | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | レジスタンストレーニング技術 | 内容: 器具別のトレーニング方法（ダンベル、バーベルなど）の実践。<br>目的: 安全で効果的な筋力トレーニング指導を学ぶ。   |     |      |
|            | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 有酸素運動の指導       | 内容: 実際の有酸素運動（サーキットトレーニングやランニング）の体験。<br>目的: クライアントに合った運動強度の調整を習得。 |     |      |
|            | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 柔軟性とストレッチの指導   | 内容: 動的ストレッチ、静的ストレッチをペアで実践。<br>目的: クライアントの柔軟性向上を支援するスキルを習得。       |     |      |
|            | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | グループセッション運     | 内容: グループ形式の模擬トレーニングセッション                                         |     |      |

|  |    |                 |                                                                |
|--|----|-----------------|----------------------------------------------------------------|
|  |    | 営               | の実施。<br>目的: 複数のクライアントを効果的に指導する技術を学ぶ。                           |
|  | 7  | 特殊なクライアントへの対応 1 | 内容: 高齢者や妊婦向けのトレーニング方法を模擬体験。<br>目的: 特殊なニーズを持つクライアントに対応するスキルを磨く。 |
|  | 8  | 特殊なクライアントへの対応 2 | 内容: スポーツ選手や既往症を持つ人へのトレーニング指導実技。<br>目的: 多様なケースに対応する柔軟性を養う。      |
|  | 9  | 栄養とサプリメント       | 内容: クライアントへの基本的な栄養指導の実践。<br>目的: トレーニング効果を高めるためのサポートスキルを学ぶ。     |
|  | 10 | トレーニングプラン作成     | 内容: クライアントごとの目標設定とプラン作成の実施。<br>目的: 実用的なプログラムデザインスキルを強化。        |
|  | 11 | トレーニング進行管理      | 内容: プログラムの進行管理と修正方法を模擬体験。<br>目的: 長期的なトレーニングサポート技術を習得。          |
|  | 12 | ケーススタディと課題解決    | 内容: ケーススタディに基づいた模擬セッションとディスカッション。<br>目的: 実践的な問題解決能力を鍛える。       |
|  | 13 | 13 週目: 実践演習 1   | 内容: 模擬トレーニングセッションを他の受講者で行う。<br>目的: 指導スキルを実践的に磨く。               |
|  | 14 | 実践演習 2          | 内容: さらに発展をさせたシナリオで模擬セッションを実施。<br>目的: スキルの応用力を確認。               |
|  | 15 | 振り返りとキャリア計画     | 内容: これまでの学びを振り返り、今後のキャリア設計をグループで議論。<br>目的: 自己評価と今後の目標設定を行う。    |

|         |                   |                          |  |  |
|---------|-------------------|--------------------------|--|--|
| 授業科目    | パーソナルトレーナー実践〔PH3〕 | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
| 対象年次・学期 | 3 年・前期            | 担当<br>教員                 |  |  |
| 授業形態    |                   | 実務<br>経験                 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|         |                   | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                                                      |                           |                                                                |       |      |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------|-------|------|
| 授業科目       | メディカルリハビリテーション〔MT3・PH3〕                                                              |                           | 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。<br>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                                                                                   | 50                        | 講義中における受講姿勢、受講態度等を含め総合的に評価します。                                 |       |      |
|            | 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   | 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）                                            |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                     |                    |                                                                                  |       |     |      |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|------|
| 授業科目       | スポーツ栄養学Ⅱ<br>〔MT3・PH3〕                                                               |                    | 担当教員                                                                             | 小松 信隆 |     |      |
| 対象年次・学期    | 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       | スポーツ栄養学の基本、食事からの栄養摂取方法やタイミングを理解し、スポーツ種目の特性や選手の特徴に対応した、実践的なスポーツ栄養学を学ぶ。               |                    |                                                                                  |       |     |      |
| 到達目標       | スポーツ栄養学の基本を理解し、様々な状況に対応した具体的なスポーツ栄養コンディショニングの計画を立てられるようになる。<br>また、選手の栄養評価ができるようになる。 |                    |                                                                                  |       |     |      |
| テキスト・参考図書等 | Reference Book(公益財団法人日本スポーツ協会)<br>公認アスレティックトレーナー 専門科目テキスト 9<br>新ビジュアル食品成分表          |                    |                                                                                  |       |     |      |
| 評価方法・評価基準  | 評価方法                                                                                | 評価割合 (%)           | 評価基準                                                                             |       |     |      |
|            | 試験                                                                                  | 50                 | 講義毎の小レポートまたは小テストで45%、実習時のレポートで5%、試験50%で評価。<br>但し、実習時のレポート提出がない場合は他の点数に関わらず不可とする。 |       |     |      |
|            | レポート                                                                                | 5                  |                                                                                  |       |     |      |
|            | 小テスト                                                                                | 30                 |                                                                                  |       |     |      |
|            | 提出物                                                                                 | 0                  |                                                                                  |       |     |      |
|            | その他                                                                                 | 15                 |                                                                                  |       |     |      |
| 履修上の留意事項   | やむを得ず講義を欠席した場合は他の受講者（同グループ）より講義内容を確認の上、自習して次の講義に臨むこと。                               |                    |                                                                                  |       |     |      |
| 履修主題・履修内容  | 回                                                                                   | 履修主題               | 履修内容                                                                             |       |     |      |
|            | 1                                                                                   | スポーツ種目の特性とエネルギー代謝① | 具体的なスポーツ種目を設定し、エネルギー代謝の特性を理解し説明できるようになる。                                         |       |     |      |
|            | 2                                                                                   | スポーツ種目の特性とエネルギー代謝② | 具体的なスポーツ種目を設定し、エネルギー代謝の特性を理解し説明できるようになる。                                         |       |     |      |
|            | 3                                                                                   | スポーツ選手の栄養評価        | スポーツ選手の栄養評価方法について理解し説明できるようになる。                                                  |       |     |      |
|            | 4                                                                                   | スポーツ選手の栄養指導        | 栄養評価した内容を基に、食事指導について理解し説明できるようになる。                                               |       |     |      |
|            | 5                                                                                   | 調理実習ガイダンス          | 調理実習①②のガイダンス                                                                     |       |     |      |
|            | 6                                                                                   | 献立作成①              | 献立作成の方法について理解し献立作成ができるようになる。                                                     |       |     |      |
|            | 7                                                                                   | 献立作成②              | テーマ別の献立作成（エネルギー補給）                                                               |       |     |      |
|            | 8                                                                                   | 献立作成③              | テーマ別の献立作成（身体づくり・リカバリー）                                                           |       |     |      |
|            | 9                                                                                   | 作業工程表作成①           | 調理実習①作業工程を作成する。                                                                  |       |     |      |
|            | 10                                                                                  | 作業工程表作成②           | 調理実習②作業工程を作成する。                                                                  |       |     |      |
|            | 11                                                                                  | スポーツ栄養学のまとめ        | 1～10回の講義のまとめ                                                                     |       |     |      |
|            | 12                                                                                  | 調理実習①              | アスリートメニューを作成し、実際に食べた時の感覚を確認し、説明できるようになる。                                         |       |     |      |
|            | 13                                                                                  | 調理実習①              | 調理実習①のまとめとレポート作成                                                                 |       |     |      |
|            | 14                                                                                  | 調理実習②              | アスリートメニューを作成し、実際に食べた時の感覚を確認し、説明できるようになる。                                         |       |     |      |
|            | 15                                                                                  | 調理実習②              | アスリートメニューを作成し、実際に食べた時の感覚を確認し、説明できるようになる。                                         |       |     |      |



|         |                   |              |                          |       |
|---------|-------------------|--------------|--------------------------|-------|
| 授業科目    | スポーツ栄養学Ⅱ〔MT3・PH3〕 | 担当教員<br>実務経験 | 小松信隆<br>有：■      無：<br>□ | 管理栄養士 |
| 対象年次・学期 | 2 年・後期            | 担当教員         |                          |       |
| 授業形態    |                   | 実務経験         |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |
|         |                   | 担当教員<br>実務経験 |                          |       |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                                                                                                                |            |                                                     |        |      |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------|--------|------|
| 授業科目       | スイミングスキル〔PH3〕                                                                                                                                                                                  |            | 担当教員                                                | 今井 由美子 |      |
| 対象年次・学期    | 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       | 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。                                                                                        |            |                                                     |        |      |
| 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。<br>到達目標③<br>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)<br>到達目標②<br>指導法を理解し実践できる(第15回授業終了時)<br>到達目標①<br>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                                                                                                                                                                                             | 0          | 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                                                                                                                                                                                            | 0          |                                                     |        |      |
|            | 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                                                                                                                                                                                              | 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／持久力トレーニング／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／持久力トレーニング／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／持久力トレーニング／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／持久力トレーニング／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                         |
|  | 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、スピード持久力トレーニング、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、スピード持久力トレーニング、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、スピード持久力トレーニング、横泳ぎ、潜行、飛び込み |
|  | 22 | タイム計測①      | 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、スピード持久力トレーニング、飛び込み        |
|  | 24 | 各種泳法・トレーニング | 個人メドレー、スピード持久力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、スピード持久力トレーニング、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②      | 100m個人メドレータイム計測                  |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                          |           |                                                         |        |     |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------|--------|-----|
| 授業科目       | コミュニケーションⅢ<br>〔PH3〕                                                                                      |           | 担当教員                                                    | 今井 由美子 |     |
| 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 |
| 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%<br>提出物 20%<br>その他 60%（受講姿勢、受講態度等 30%、担当所見 30%） |        |     |
|            | 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   | 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<br>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<br>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）                                       |        |     |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                     |             |                                |        |     |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------|--------|-----|
| 授業科目       | 水泳コーチⅠ対策実技〔トレ3〕                                                                     |             | 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 |                                |        |     |



[illegible]

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                |                       |                               |        |          |
|------------|--------------------------------|-----------------------|-------------------------------|--------|----------|
| 授業科目       | 三年次研究課題Ⅲ〔トレ3〕                  |                       | 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                          | 30回    | 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                             | 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   | ストレスの概要、ABC理論について             |        |          |

|  |    |                  |                        |
|--|----|------------------|------------------------|
|  |    | 容                |                        |
|  | 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 |
|  | 16 | 研究課題①            |                        |
|  | 17 | 研究課題②            |                        |
|  | 18 | 研究課題③            |                        |
|  | 19 | 研究課題④            |                        |
|  | 20 | 研究課題⑤            |                        |
|  | 21 | 研究課題⑥            |                        |
|  | 22 | 研究課題⑦            |                        |
|  | 23 | 研究課題⑧            |                        |
|  | 24 | 研究課題⑨            |                        |
|  | 25 | 研究課題⑩            |                        |
|  | 26 | 研究課題⑪            |                        |
|  | 27 | 研究課題⑫            |                        |
|  | 28 | 研究課題⑬            |                        |
|  | 29 | 研究課題⑭            |                        |
|  | 30 | 研究課題⑮            |                        |

|         |               |              |                      |         |
|---------|---------------|--------------|----------------------|---------|
| 授業科目    | 三年次研究課題Ⅲ〔トレ3〕 | 担当教員<br>実務経験 | 齋藤敬男<br>有：■      無：□ | スポーツ指導者 |
| 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<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |
|         |               | 担当教員<br>実務経験 |                      |         |

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                                                      |                                                 |                                                   |            |           |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------|-----------|
| 授業科目       | 外国語〔トレ 3・健康 2〕                                                                       |                                                 | 担当教員                                              | 斉藤 恵       |           |
| 対象年次・学期    | 2 年・通年                                                                               |                                                 | 必修・選択区分                                           | 必修 (SB)・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       | 外国語を学びながら言語や文化に関する理解を深め、さまざまな分野でのコミュニケーション能力を身につけるとともに、英語を将来の自分の仕事に役立てていきたいという意識を養う。 |                                                 |                                                   |            |           |
| 到達目標       | 1) 挨拶からビジネスシーンでも使える自然な英語表現を理解する<br>2) 日常のやさしい会話を聞き、理解する<br>3) 単語を正確に理解し語彙力を高める       |                                                 |                                                   |            |           |
| テキスト・参考図書等 | 英会話 1000 本ノック (コスモピア) / プリント教材 / アプリ教材                                               |                                                 |                                                   |            |           |
| 評価方法・評価基準  | 評価方法                                                                                 | 評価割合 (%)                                        | 評価基準                                              |            |           |
|            | 試験                                                                                   | 0                                               | 成績評価は各ユニットの小テスト、その他授業態度等を合わせて総合的に評価します。           |            |           |
|            | レポート                                                                                 | 0                                               |                                                   |            |           |
|            | 小テスト                                                                                 | 50                                              |                                                   |            |           |
|            | 提出物                                                                                  | 20                                              |                                                   |            |           |
|            | その他                                                                                  | 30                                              |                                                   |            |           |
| 履修上の留意事項   | グループワークが多いので、積極的な参加や学生間で協力する姿勢を高く評価します。                                              |                                                 |                                                   |            |           |
| 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                                       | 授業の進め方、取り組み方 / 自己紹介作成、発表                          |            |           |
|            | 2                                                                                    | chapter 1 コミュニケーション力の基礎固め<br>短いひとこと             | unit 1-3 世界共通挨拶/初対面挨拶/出会いと別れ際の連続 Thanks           |            |           |
|            | 3                                                                                    | chapter 1                                       | unit 4-6 間違いやすいあいさつ イントネーション 別れ際の定番               |            |           |
|            | 4                                                                                    | chapter 1                                       | unit 7-9 出会い頭定番表現 サウンドノック 数字ノック                   |            |           |
|            | 5                                                                                    | chapter 1                                       | unit 10-11 スポーツジムでの模擬会話 まずはあいさつ / 名前をしっかりと伝えよう    |            |           |
|            | 6                                                                                    | chapter 1                                       | unit 11 challenge 模擬会話 保険の登録/入会特典の案内              |            |           |
|            | 7                                                                                    | chapter 2 ひとこと + 簡単一文                           | unit 12-13 返事 + How about you? 褒められて Thanks プラス 1 |            |           |
|            | 8                                                                                    | chapter 2                                       | unit 14-15 質問で聞き返す Spell it out! スペル伝達ノック         |            |           |
|            | 9                                                                                    | chapter 2                                       | unit16- (17) Yes/No に補足 1 文プラスノック                 |            |           |
|            | 10                                                                                   | chapter 2                                       | unit18-19 名前を上手に伝える (日→英) 道案内の基本表現 (道を教える)        |            |           |
|            | 11                                                                                   | chapter 2                                       | unit20 (日→英) 道案内の基本表現 (道を聞く) / unit 22 会話実践①道案内   |            |           |
|            | 12                                                                                   | chapter 2                                       | unit 22 会話実践②③道案内                                 |            |           |
|            | 13                                                                                   | chapter 3 ひとこと + 補足の一文 (二刀流) Yes も No もどちらでも返す技 | unit 23-24 ホテル定番/オンラインやり取り                        |            |           |

|  |    |                                            |                                                              |
|--|----|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
|  | 14 | chapter 3                                  | unit 25-26 レストラン定番（オーダー編）（食事編） まとめ                           |
|  | 15 | 前期 復習                                      |                                                              |
|  | 16 | chapter 3                                  | unit 27-28 ショッピング定番 Friend 定番ノック                             |
|  | 17 | chapter 3                                  | unit 30 天気や自然の質問（テンボ良く、淡々と）                                  |
|  | 18 | chapter 3                                  | unit 33 会話実践 会話①② challenge③ はじめてのオンライントーク                   |
|  | 19 | chapter 4 中級編Ⅰ<br>ひとこと＋補足２文<br>自分の好みや身近なこと | unit 34 Do you...？ 現在形 Round 1, Round 2 and Round 3          |
|  | 20 | chapter 4                                  | unit 35 Was, Did, Were...？ 過去形 Round 1, Round 2 and Round 3  |
|  | 21 | chapter 4                                  | unit 36 Have you ever...？ 現在完了形 Round 1, Round 2 and Round 3 |
|  | 22 | chapter 4                                  | unit 36 Have you ever...？ 現在完了形 Round 1, Round 2 and Round 3 |
|  | 23 | chapter 5 中級編Ⅱ<br>ひとこと＋補足２文<br>情報や感想を伝える   | unit 40 Who...？ ～はだれですか？ Round 1, Round 2                    |
|  | 24 | chapter 5                                  | unit 41What...？ ～は何ですか？ Round 1, Round 2                     |
|  | 25 | chapter 5                                  | unit 42 Where ...？ ～はどこですか？ Round 1, Round 2                 |
|  | 26 | chapter 5                                  | unit 43 When...？ ～はいつですか？ Round 1, Round 2                   |
|  | 27 | chapter 5                                  | unit 44 How...？ どれくらい～ですか？ Round 1, Round 2                  |
|  | 28 | review                                     | 振り返り まとめ                                                     |
|  | 29 | review                                     | 振り返り まとめ                                                     |
|  | 30 | review                                     | 振り返り まとめ                                                     |
|  | 31 |                                            |                                                              |

[illegible]

|                          |  |  |
|--------------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |  |  |
|--------------------------|--|--|

|            |                                                                                                                                                                                                                      |                                  |                                                |       |     |       |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------|-------|-----|-------|
| 授業科目       | フィジカルコンディショニング〔PH3・TR2〕                                                                                                                                                                                              |                                  | 担当教員                                           | 小倉 大生 |     |       |
| 対象年次・学期    | PH3 年・TR2 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       | フィジカルコンディショニングの基本概念を理解し、クライアント様の健康・パフォーマンス向上のために適切な評価、プログラム設計、実践ができるスキルを身につける。本授業では、身体評価・コンディショニングアプローチを実技形式で学び、現場で即戦力となるトレーナーの育成を目指す。                                                                               |                                  |                                                |       |     |       |
| 到達目標       | クライアントの身体を適切に評価し、必要な介入方法を選択できるようになる。ストレッチ・モビリティ・アクティベーション・リカバリー手法をわかりやすく、実践・指導できるようになる。コンディショニングの理論と実技を統合し、各種競技やライフステージに対応したプログラムを作成できるようになる。                                                                        |                                  |                                                |       |     |       |
| 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                                                                                                                                                                                                                   |                                  | 試験の点数、小テスト、授業態度、意欲、姿勢で判断する。                    |       |     |       |
|            | レポート                                                                                                                                                                                                                 |                                  |                                                |       |     |       |
|            | 小テスト                                                                                                                                                                                                                 | 40                               |                                                |       |     |       |
|            | 提出物                                                                                                                                                                                                                  |                                  |                                                |       |     |       |
|            | その他                                                                                                                                                                                                                  | 60                               |                                                |       |     |       |
| 履修上の留意事項   | この授業はトレーナーズルームの治療ベッドを活用し、実技を中心に進めます。授業中に評価や施術を行うため、半袖、短パンを着用してください。（ジャージ生地に限る）解剖学・生理学の基礎知識を前提とした授業内容となるため、必要に応じて復習を行ってください。ペアワークが多いため、積極的なコミュニケーションを心がけ、相手への配慮を持って授業に臨んでください。実技中の安全管理を徹底し、正しい判断でアプローチを行う習慣を身につけましょう。 |                                  |                                                |       |     |       |
| 履修主題・履修内容  | 回                                                                                                                                                                                                                    | 履修主題                             | 履修内容                                           |       |     |       |
|            | 1                                                                                                                                                                                                                    | ガイダンス                            | 授業評価について                                       |       |     |       |
|            | 2                                                                                                                                                                                                                    | フィジカルコンディショニングとは                 |                                                |       |     |       |
|            | 3                                                                                                                                                                                                                    | ピリオダイゼーション                       | ピリオダイゼーション・目標に対するピークの作り方                       |       |     |       |
|            | 4                                                                                                                                                                                                                    | ピリオダイゼーション                       | ピリオダイゼーション・目標に対するピークの作り方                       |       |     |       |
|            | 5                                                                                                                                                                                                                    | ピリオダイゼーションを用いたトレーニング計画とコンディショニング | ピリオダイゼーション・目標に対するピークの作り方・トレーニングメニュー作成（グループワーク） |       |     |       |
|            | 6                                                                                                                                                                                                                    | ピリオダイゼーションを用いたトレーニング計画とコンディショニング | ピリオダイゼーション・目標に対するピークの作り方・トレーニングメニュー作成（グループワーク） |       |     |       |
|            | 7                                                                                                                                                                                                                    | コンディション評価                        | コンディション指標                                      |       |     |       |
|            | 8                                                                                                                                                                                                                    | 関節可動域と柔軟性                        | 関節可動域評価・正常関節可動域把握                              |       |     |       |

|  |    |                       |                                      |
|--|----|-----------------------|--------------------------------------|
|  | 9  | 関節可動域と柔軟性             | 関節可動域評価・正常関節可動域把握・改善エクササイズ・正常可動域小テスト |
|  | 10 | 動作評価                  | 正常可動域小テスト・基本的なトレーニング種目の動作評価          |
|  | 11 | 動作評価                  | 基本的なトレーニング種目の動作評価・スプリント動作評価          |
|  | 12 | 動作評価                  | 繰り返し動作評価・様々なスポーツ動作評価                 |
|  | 13 | 動作評価                  | 様々なスポーツ動作評価                          |
|  | 14 | 前期の復習                 |                                      |
|  | 15 | テスト                   | 筆記試験・コンディショニングメニュー発表                 |
|  | 16 | フィジカルテスト              | フィジカルテスト評価                           |
|  | 17 | フィジカルテスト・ストレッチ法       | フィジカルテスト評価・ストレッチ方法                   |
|  | 18 | ストレッチ法                | ストレッチ方法・実践・パートナーストレッチ                |
|  | 19 | ストレッチボール              | ストレッチボール実践                           |
|  | 20 | ストレッチボール              | ストレッチボール実践                           |
|  | 21 | フォームローラー              | フォームローラー実践                           |
|  | 22 | フォームローラー              | フォームローラー実践                           |
|  | 23 | リカバリー法                | クーリングダウン・アイシング                       |
|  | 24 | 睡眠・脱水・水分補給            | 睡眠・脱水・水分補給の基本                        |
|  | 25 | 睡眠                    | 睡眠・時差について                            |
|  | 26 | トレーニング計画とコンディショニング    | グループワーク                              |
|  | 27 | トレーニング計画とコンディショニング    | グループワーク                              |
|  | 28 | トレーニング計画とコンディショニング    | グループワーク                              |
|  | 29 | トレーニング計画とコンディショニング・復習 | グループ発表・復習                            |
|  | 30 | テスト                   | 筆記試験                                 |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|            |                                                                                                                                                             |                |                                                                                                                 |       |     |
|------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----|
| 授業科目       | スポーツビジネス論Ⅰ<br>〔PH3〕                                                                                                                                         |                | 担当教員                                                                                                            | 塩崎 嵩仁 |     |
| 対象年次・学期    | 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       | スポーツビジネス初心者を対象に「スポーツを仕事にする」仕組みを理解する競技視点だけでなく「支える・売る・運営する」という事業構造として捉え、収益・コスト構造からマーケティングまでスポーツビジネスの全体像を理解する。                                                 |                |                                                                                                                 |       |     |
| 到達目標       | 顧客理解や価値づくり、集客などの知識を総合し、スポーツ事業のアイデアを形にする。<br>最終的に、実現可能で持続可能な「スポーツ事業計画書」を作成し、第三者へ向けて説得力のある提案ができるようになる。                                                        |                |                                                                                                                 |       |     |
| テキスト・参考図書等 | なし 配布資料参照<br>なし 配布資料参照                                                                                                                                      |                |                                                                                                                 |       |     |
| 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・レポートは実施しない。毎回の講義で作成するワークの「考案内容・発表」と授業への参加姿勢といった「その他（普段の授業の取り組み）」をベースに評価する。<br>自ら考え、アウトプットする主体性ある授業参加を重視します。 |       |     |
|            | レポート                                                                                                                                                        | 0              |                                                                                                                 |       |     |
|            | 小テスト                                                                                                                                                        | 0              |                                                                                                                 |       |     |
|            | 提出物                                                                                                                                                         | 50             |                                                                                                                 |       |     |
|            | その他                                                                                                                                                         | 50             |                                                                                                                 |       |     |
| 履修上の留意事項   | 毎回の授業でアイデア創出や企画立案などのワークを行うため、受け身の姿勢ではなく自ら考えてアウトプットする積極的な参加が不可欠である。<br>また、第 14-15 講義では自身が考えた集客アイデアの最終プレゼンテーションを実施する。<br>日々のワークが最終発表につながるため、毎回の課題に主体的に取り組むこと。 |                |                                                                                                                 |       |     |
| 履修主題・履修内容  | 回                                                                                                                                                           | 履修主題           | 履修内容                                                                                                            |       |     |
|            | 1                                                                                                                                                           | スポーツビジネスの全体像   | 競技が好きだけでは仕事にならず、スポーツ産業の構造を知る                                                                                    |       |     |
|            | 2                                                                                                                                                           | スポーツを支える関係者の構造 | スポーツ事業のステークホルダーは誰か                                                                                              |       |     |
|            | 3                                                                                                                                                           | 顧客理解とターゲット     | 良いサービスでも顧客の悩みを理解しないと選ばれない。顧客分析とは。                                                                               |       |     |
|            | 4                                                                                                                                                           | 価値づくりと商品設計     | 「得られる価値」を伝えたときに選ばれるようになる価値設計                                                                                    |       |     |
|            | 5                                                                                                                                                           | 収益モデル          | スポーツビジネスの収益源は何があるか                                                                                              |       |     |
|            | 6                                                                                                                                                           | コスト構造          | 売上があっても利益が残らない？事業コストとは                                                                                          |       |     |
|            | 7                                                                                                                                                           | 集客の仕組み         | 良いサービスでも知られなければ存在しない。知ってもらう重要性とは。                                                                               |       |     |
|            | 8                                                                                                                                                           | 信とブランディング      | 強みを言語化すると選ばれる。他社との差別化はどこにある？                                                                                    |       |     |
|            | 9                                                                                                                                                           | 営業と提案          | 営業はお願いではなく価値提案。企業が「買うもの」とは                                                                                      |       |     |
|            | 10                                                                                                                                                          | イベント設計         | イベントビジネスで[熱狂]は狙って生み出せるか？                                                                                        |       |     |
|            | 11                                                                                                                                                          | 組織づくり          | 組織運営と「ヒット」の重要性と難しさ                                                                                              |       |     |
|            | 12                                                                                                                                                          | リスク管理          | トラブル対応の初手とリスクマネジメントの重要性                                                                                         |       |     |
|            | 13                                                                                                                                                          | 事業アイデア設計       | ビジネスモデル×アイデア どう整理すれば事業になるか                                                                                      |       |     |

|  |    |           |                               |
|--|----|-----------|-------------------------------|
|  | 14 | 事業計画書作成   | 事業計画書の作成とロードマップ               |
|  | 15 | 最終発表 プレゼン | 事業は PDCA を早く回して改善・実行する。ワーク&発表 |

|                          |                     |                          |                              |                                            |
|--------------------------|---------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------------------------|
| 授業科目                     | スポーツビジネス論Ⅰ<br>〔PH3〕 | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 | 塩崎嵩仁<br><br>有：■      無：<br>□ | ブラジंगा合同会社 代表<br>社員・(一社)真栄スポーツ<br>クラブ 代表理事 |
| 対象年次・学<br>期              | 前期                  | 担当<br>教員                 |                              |                                            |
| 授業形態                     |                     | 実務<br>経験                 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
|                          |                     | 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                              |                                            |
| 担当<br>教員<br><br>実務<br>経験 |                     |                          |                              |                                            |

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

|                |                                                                                                          |                         |                                                   |                |     |      |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------|----------------|-----|------|
| 授業科目           | ジュニアスポーツ指導員<br>対策〔PH3〕                                                                                   |                         | 担当教員                                              | 今北 雄太          |     |      |
| 対象年次・学<br>期    | 2年・集中                                                                                                    |                         | 必修・選択区<br>分                                       | 必修／選択<br>(TRⅡ) | 単位数 |      |
| 授業形態           |                                                                                                          |                         | 授業回数                                              | 15回            | 時間数 | 30時間 |
| 授業目的           | ジュニアスポーツ指導員と必要な知識（発育発達、体力、心理、栄養、医学、性差）<br>を理解し、検定合格を目指す。                                                 |                         |                                                   |                |     |      |
| 到達目標           | 子どもの発育発達段階に沿った運動プログラムを作成し指導実践できる。                                                                        |                         |                                                   |                |     |      |
| テキスト・<br>参考図書等 | 公認ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト                                                                                    |                         |                                                   |                |     |      |
| 評価方法・<br>評価基準  | 評価方法                                                                                                     | 評価割合<br>(%)             | 評価基準                                              |                |     |      |
|                | 試験                                                                                                       | 70                      | 模擬試験の他、提出物、受講姿勢等で総合的に評価する。                        |                |     |      |
|                | レポート                                                                                                     | 0                       |                                                   |                |     |      |
|                | 小テスト                                                                                                     | 0                       |                                                   |                |     |      |
|                | 提出物                                                                                                      | 10                      |                                                   |                |     |      |
|                | その他                                                                                                      | 20                      |                                                   |                |     |      |
| 履修上の<br>留意事項   | ジュニアスポーツ指導員は子ども達にとって憧れの存在です！運動技能はもちろん、<br>心の成長を目の当たりにすることが出来る素晴らしいさがあります。ジュニア<br>スポーツ指導員合格を目指して頑張りましょう！！ |                         |                                                   |                |     |      |
| 履修主題・<br>履修内容  | 回                                                                                                        | 履修主題                    | 履修内容                                              |                |     |      |
|                | 1                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 1  | 第1章 概論 子どもの体力・運動能力の現状と課<br>題～ジュニアスポーツ指導員の<br>役割など |                |     |      |
|                | 2                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 2  | 第2章 コーチング 発達に応じたコーチングとコ<br>ーチングにおける留意点            |                |     |      |
|                | 3                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 3  | 第3章 体力 発育期発達期の体格、体力、体力テ<br>スト                     |                |     |      |
|                | 4                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 4  | 第4章 動きの発達 幼児期、児童期、思春期以降                           |                |     |      |
|                | 5                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 5  | 第5章 心理 有能感の発達、運動遊びと認知的発<br>達                      |                |     |      |
|                | 6                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 6  | 第6章 栄養 ジュニア期の栄養バランス                               |                |     |      |
|                | 7                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 7  | 第7章 医学 小児の成長、安全で科学的な運動指<br>導                      |                |     |      |
|                | 8                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 8  | 第8章 医学 ジュニア期のスポーツ外傷・障害の<br>実際                     |                |     |      |
|                | 9                                                                                                        | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 9  | 第9章 女性とスポーツ 女性において起こりやす<br>い諸問題                   |                |     |      |
|                | 10                                                                                                       | ジュニアスポーツ指導<br>員 対策理論 10 | 第10章 運動遊び 遊び、アイスブレイクとレパ<br>ートリーアレンジ               |                |     |      |
|                | 11                                                                                                       | ジュニアスポーツ指導<br>員 模擬試験 1  | 第1章と2章                                            |                |     |      |
|                | 12                                                                                                       | ジュニアスポーツ指導<br>員 模擬試験 2  | 第3章と4章                                            |                |     |      |
|                | 13                                                                                                       | ジュニアスポーツ指導<br>員 模擬試験 3  | 第5章と6章                                            |                |     |      |

|  |    |                    |             |
|--|----|--------------------|-------------|
|  | 14 | ジュニアスポーツ指導員 模擬試験 4 | 第 7 章と 8 章  |
|  | 15 | ジュニアスポーツ指導員 模擬試験 5 | 第 9 章と 10 章 |

[illegible]

|                      |  |  |
|----------------------|--|--|
| 担当<br>教員<br>実務<br>経験 |  |  |
|----------------------|--|--|

