

スポーツトレーナー科

2025 入学

授業概要

科目名	キャリア教育講座IA	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	熊澤 直美		
サブ科目名		学年	1年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間
【授業を通じての到達目標】									
プロとして必要な知識・技術・情報を習得し、自立した職業人になるためのスキルを高める 社会人としての基礎的なスキルを身につける 目標・目的を設定し、達成に向けての仕組みを作り、挑戦する									
【学習内容】									
社会人としての基礎力を身につける授業を行う 自ら考える力、問題解決力を身につけ、スポーツ現場または社会で必要とされる人間になるためのマインドを身につける									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
iPad,PC等のデバイス handbook of Life Style 必要であれば授業にてプリントを配布					学校行事の準備を授業外で行う場合がある 積極的に参加すること				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1	【授業単元】 授業オリエンテーション キャリアサポートアンケート 【到達目標】 キャリア教育講座の目的を理解して、1年生の過ごし方を理解できる	9	【授業単元】 パソコン授業② 【到達目標】 Excelの基本的な操作を理解し、操作できる						
2	【授業単元】 将来像を考える 【到達目標】 自分の将来像を言語化できる	10	【授業単元】 学園祭の準備(目的・概要の理解) パソコン授業③ 【到達目標】 学園祭の目的を理解できる PowerPointの基本的な操作を理解し、操作できる						
3	【授業単元】 ITリテラシー 【到達目標】 ITリテラシーについて学び、理解する	11	【授業単元】 パソコン授業④ 【到達目標】 PowerPointでスライドを作成できる						
4	【授業単元】 目標シート記入 【到達目標】 トップダウン式に目標を決め、未来を想像することができる 目標を考え、今やらなければいけないことを明確化する	12	【授業単元】 自己分析・他己分析 【到達目標】 自己分析・他己分析をして、自分の強みを知る 自分と向き合い、考える力を持つ						
5	【授業単元】 卒業生講話 【到達目標】 現場で活躍する卒業生から話を聞き、AT資格取得へのモチベーションをあげる 業界を知り、卒業後をイメージして学校生活を送ることができる	13	【授業単元】 現場見学実習前教育 【到達目標】 現場見学実習における気構え・身構え・心構えを理解する						
6	【授業単元】 球技大会の準備をする(出場種目決定) 【到達目標】 クラスで協力して楽しむためのキーワード・ルールを決め言語化できる	14	【授業単元】 卒業生講話 【到達目標】 現場で活躍する卒業生から話を聞き、自身の目標や将来像を改めて考え明確にする 明確化した上で、夏休みの過ごし方を考えることができる						
7	【授業単元】 球技大会の振り返りを行う 【到達目標】 球技大会を振り返り、クラスメイトを「報い、讃え、認め合う」ことができる	15	【授業単元】 前期振り返り/定期試験 【到達目標】 前期の学びを振り返り、定期試験で発揮することができる						
8	【授業単元】 パソコン授業① 【到達目標】 Wordの基本的な操作が理解し、操作をすることができます		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。						
【履修に当たっての心構え・留意点】									
社会人基礎力を育てる科目です。主体的に参加してください。									

授業概要

授業概要

科目名	JSPO-ATの役割	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	尾垣 孝博							
サブ科目名		学年	1年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー(以下、AT)資格取得に向けて、ATの歴史や倫理、各競技におけるコンディショニングについてどのように活動されているかを理解できる														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
アスレティックトレーナーとして10年以上に渡って、スポーツ現場に携わってきた教員が、ATの役割や業務内容について経験談を交えながら実際のスポーツ現場を想像させ、机上の空論となる実践的な授業を展開する														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
日本スポーツ協会専門科目テキスト①アスレティックトレーナーの役割					前日までに該当授業の予習をし、授業後は復習すること									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1	【授業単元】 オリエンテーション	9	【授業単元】 ATの役割⑤:検査・測定と評価											
	【到達目標】 授業の進め方、授業ルールなどを共有し、評価について理解する		【到達目標】 スポーツ現場における検査・測定と評価について目的や方法を理解できる											
2	【授業単元】 アスレティックトレーナーの歴史・諸外国のトレーナー制度の理解	10	【授業単元】 ATの役割⑥:健康管理と組織運営											
	【到達目標】 アスレティックトレーナーの歴史と諸外国のATについて理解できる		【到達目標】 スポーツ現場における健康管理と組織運営について目的や方法を理解できる											
3	【授業単元】 アスレティックトレーナーの業務	11	【授業単元】 ATの役割⑦:教育的指導											
	【到達目標】 スポーツ現場におけるATの業務を理解できる		【到達目標】 スポーツ現場における教育的指導について目的や方法を理解できる											
4	【授業単元】 アスレティックトレーナーの任務と役割	12	【授業単元】 アスレティックトレーナーの業務①:合宿・遠征・試合											
	【到達目標】 スポーツ現場におけるATの任務と役割が理解できる		【到達目標】 スポーツ現場における合宿・遠征・試合を円滑に運営するための準備や心構えなどを理解できる											
5	【授業単元】 ATの役割①:スポーツ外傷・障害の予防	13	【授業単元】 アスレティックトレーナーの業務②:競技別ATの活動											
	【到達目標】 スポーツ現場におけるスポーツ外傷・障害の予防について目的や方法を理解できる		【到達目標】 各競技におけるATの活動の違いを理解し、それぞれの競技のATの考え方を理解する											
6	【授業単元】 ATの役割②:スポーツ現場における救急処置	14	【授業単元】 期末テスト											
	【到達目標】 スポーツ現場における救急処置について目的や方法を理解できる		【到達目標】 60点満点を取る											
7	【授業単元】 ATの役割③:アスレティックリハビリテーション	15	【授業単元】 振り返り											
	【到達目標】 スポーツ現場におけるコンディショニングについて目的や方法を理解できる		【到達目標】 テストの返却および振り返りとこれまでの学習内容の確認をし、アスレティックトレーナーの役割が身に付いているかを確認する											
8	【授業単元】 ATの役割④:コンディショニング		【成績評価の方法と基準】											
	【到達目標】 スポーツ現場におけるアスレティックリハビリテーションについて目的や方法を理解できる		-授業点:40点満点 出席によって評価、欠席1回につき3点減点、遅刻は1回につき1点減点 定期試験:60点満点 14回目の定期試験(筆記)によって評価、授業内の内容で出題 -合計100点満点											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
アスレティックトレーナーの資格取得のために必要不可欠な内容となる														

授業概要

科目名	スポーツ心理学	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	酒井 佑						
サブ科目名													
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	1年	授業形態	演習	総単位数	1 単位	総時間数	15 時間				
【授業を通じての到達目標】													
トレーナーがクライエントへ指導する際に有用な心理学的知見を学習し、その知識・技術・態度を身につける。 さらに、メンタルトレーニングの1つである目標設定技法を実施し、スポーツにおける効果的な目標設定について理解することができる。													
【学習内容】													
スポーツ心理学を専門とし、研究を行っている教員が、スポーツ心理学の概要を講義する。 講義の前半では、運動を指導する際に有用な指導者の心理について講義を行う。 講義の後半では、メンタルトレーニングの1つである目標設定技法を実施し、スポーツにおける効果的な目標設定について学習する。													
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】								
1) 日本スポーツ心理学会編(2016)スポーツメンタルトレーニング教本 三訂版、大修館書店. 2) 國部雅大・雨宮伶・江田香織・中須賀 編(2023)これからの体育・スポーツ心理学 講談社. 3) 特定非営利活動法人 NSCAジャパン(2013)NSCAパーソナルトレーナーのための基礎知識 第2版、pp137-160.					適宜課題を課す。 課題の内容は講義内容について、日常生活やトレーナーの実践活動に応用可能であると考えた点や、自身の意見や事例を述べるものであり、正解・不正解は存在しない。日々、講義内容の応用可能性や自身の意見について考えておき、課題に回答することが求められる。								
コマ	授業計画				コマ	授業計画							
1	【授業単元】 スポーツ心理学とは 【到達目標】 トレーナーを目指すにあたり、スポーツ心理学を学ぶ必要性を理解することができる				9	【授業単元】 【到達目標】							
2	【授業単元】 指導者の心理 【到達目標】 指導場面における指導者と学習者の心理について理解することができる 現在求められているコーチング像について意見を述べることができる コーチングのダークサイドや体罰についての現状を理解することができる				10	【授業単元】 【到達目標】							
3	【授業単元】 リーダーシップ1 【到達目標】 グループワークを通して、リーダーシップの基本的理論について理解を深めることができる 身近なリーダーについて意見交換を行い、リーダーシップの諸理論に関する理解を深めることができる				11	【授業単元】 【到達目標】							
4	【授業単元】 リーダーシップ2 【到達目標】 様々なリーダーシップ理論について説明することができる リーダーシップに関する心理尺度への回答を行い、自己理解を深めることができる リーダーシップのダークサイドやそれに関連する要因について理解することができる				12	【授業単元】 【到達目標】							
5	【授業単元】 メンタルトレーニング1(目標設定) 【到達目標】 メンタルトレーニングの1つである、目標設定技法を実践し、理解を深めることができる 根拠に基づいた、効果的な目標設定を理解し、実践することができる				13	【授業単元】 【到達目標】							
6	【授業単元】 スポーツと目標設定 【到達目標】 達成目標理論について説明することができる スポーツの場面における有効な目標設定技法について理解することができる トレーナーとして、クライエントの目標設定に携わる際の注意点を理解することができる				14	【授業単元】 【到達目標】							
7	【授業単元】 運動の心理的効果 【到達目標】 運動による様々な心理的効果を説明することができる 運動による心理的効果の限界を説明することができる				15	【授業単元】 【到達目標】							
8	【授業単元】 前半の講義のまとめ 【到達目標】 運動を指導する職業であるトレーナーにとって、前半の講義がどのように活用できるか考えることができる				【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、小課題の評価を20点、定期試験の評価を60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況・コメントペーパーなど)を20点の配点とし、それぞれの合計点でA～Fの6段階で評価する。								
【履修に当たっての心構え・留意点】					適宜講義内容について、参加者に意見を求める(感じたこと、意見、身近な事例など)。 正解・不正解はないため、積極的な参加が求められる。								

授業概要

科目名	トレーニング実技とコーチング	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	永井泰助										
サブ科目名		学年	1年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
ウェイトトレーニング以外のトレーニング法(プライオメトリクス、スピードトレーニング、柔軟性トレーニングなど)を実践し、様々なニーズに向けたトレーニング指導、実技デモンストレーション、コーチング法などを習得していく																	
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)																	
社会人ラグビー部アスレティックトレーナー、パーソナルトレーナーとしてアスリートから一般の方まで10年以上幅広い年齢層を指導してきた教員が、各分野を解説し実技を示しながら講義を進めていく、また学生が科学的なトレーニングの実践を通して、トレーニングの知識に対しての習熟度を上げる。																	
【使用教科書・教材・参考図書】				【授業時間外における学習】													
日本スポーツ協会公認テキスト6「予防とコンディショニング」 NSCA決定版 ストレングストレーニング&コンディショニング				授業外においても、週に1~2回のトレーニングの実践を行う事を推奨。													
コマ	授業計画	コマ	授業計画														
1	【授業単元】 オリエンテーション・トレーニングの基礎 【到達目標】 コーチング・ティーチングの違い	9	【授業単元】 スピードトレーニングの実践 【到達目標】 スピードトレーニングの実践を通じスピードアップに必要な手法を学ぶ														
2	【授業単元】 ウォーミングアップについて 【到達目標】 ウォーミングアップについて生理学的に理解する	10	【授業単元】 コアトレーニングの基礎 【到達目標】 コアトレーニングの一般的な原理原則を学び実践する														
3	【授業単元】 ウォーミングアップについて② 【到達目標】 ウォーミングアップを指導し実践する	11	【授業単元】 コアトレーニングの実践 【到達目標】 コアトレーニングを実践し正しい手法を理解する														
4	【授業単元】 プライオメトリクスの基礎 【到達目標】 プライオメトリクスのガイドラインを理解しプライオメトリクスを実践する	12	【授業単元】 アジャリティートレーニングの基礎 【到達目標】 アジャリティートレーニングの原理原則を学ぶ														
5	【授業単元】 プライオメトリクスの実践① 【到達目標】 低強度~中強度のプライオメトリクスの実践を通じ正しいフォームを身につける	13	【授業単元】 アジャリティートレーニングの実践 【到達目標】 アジャリティートレーニングの実践を通じ正しい手法を理解する														
6	【授業単元】 プライオメトリクスの実践② 【到達目標】 高強度のプライオメトリクスを適切なフォームで指導できるように実践する	14	【授業単元】 後期実施した内容についての復習 【到達目標】 後期実施した内容を思い出す														
7	【授業単元】 プライオメトリクスの実践③ 【到達目標】 上半身のプライオメトリクスについて適切なフォームを指導できるように実践する	15	【授業単元】 定期試験&定期試験振り返り 【到達目標】 筆記試験を実施														
8	【授業単元】 スピードトレーニングの基礎 【到達目標】 スピードトレーニングの基礎的な原理原則を学ぶ		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(出席率)を40点の配点とし、両方の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験(選択式)で行う。														
【履修に当たっての心構え・留意点】																	
指導上、自身も適切な動きを見せられるよう実技内容を正確に習得する。 授業内容はメモ及びタブレット・PCで資料を確認すること。 授業の進行状況、理解度を鑑み、単元を変更することもあり得る。 運動ができる服装で出席すること。																	

授業概要

科目名	コーチング論	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	干泥 公吉		
サブ科目名									
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	1年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間
【授業を通じての到達目標】									
トレーニングの成果を生み出すための基礎となる科学的知識を習得し活用できる 全身の各筋肉を主働筋としたトレーニング種目名を理解している トレーニングにおける身体反応を踏まえ、その有効性や有用性を科学的に説明できる									
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) 現役のパーソナルトレーナーとして一般の方からトップアスリートまで広く運動指導を行っている講師が、トレーニングの成果を生み出すための理論についてトレーニングの科学的根柢に基に詳しい講義を実施する。 トレーナーにとって確実な効果を導くための基盤となる内容であるため十分に取り組むことを願う。 座学中心の授業の中で現場での現実的な状況を想定しながら進行する授業である。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
Teams上で授業用資料を提示					より高い理解のためにトレーニング学のみならず運動生理学的な内容についても十分な予習を行うことが望ましい。				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1	【授業単元】 ガイダンス 基本的種目の理解⑩前腕部 【到達目標】 授業の目的的理解と評価基準を理解している 前腕部を主働筋とするトレーニング種目名を理解している	9	【授業単元】 オーバートレーニング 【到達目標】 オーバートレーニングとは何か、その原因や身体反応を知りオーバートレーニングを見抜くための判断指標となる知識を獲得している オーバートレーニングのタイプと特徴を説明できる						
2	【授業単元】 サイズの原理 基本的種目の理解⑪頸部 【到達目標】 サイズの原理とはどういうものか、理解し説明できる 頸部を主働筋とする様々なトレーニング種目名について理解している	10	【授業単元】 サルコペニア(高齢者のトレーニング) 【到達目標】 高齢者に発生しやすいサルコペニアとは何か、詳しい知識を理解している 高齢者の身体的特徴を踏まえた運動指導のための方法を獲得している						
3	【授業単元】 筋線維の特性と筋肥大 【到達目標】 筋線維にはどのようなものがあり、どのような特性を持つのか説明できる 筋肥大のためにはどのようなトレーニングを行うべきかを理解している	11	【授業単元】 高地トレーニング 【到達目標】 高地トレーニングとは何か、その求められた背景や具体的方法、身体反応について詳しく理解している 高地トレーニングによる刺激効果をどのように競技に反映させるのか説明できる						
4	【授業単元】 筋力アップトレーニングの考え方 【到達目標】 筋力アップは絶対必要なのか、また、どのようなトレーニングを行うべきか、さらに筋肥大トレーニングとの違いを理解し説明できる	12	トレーニングの身体反応①血管 【到達目標】 血管の役割とその働きについて詳しく説明できる トレーニングが及ぼす血管反応について詳しく知り、血管に対する運動効果を深く伝えられる知識を得ている						
5	【授業単元】 パワーアップトレーニングの考え方 【到達目標】 パワーアップのためのトレーニングはどのような内容を行うべきか、また、前提となる体力的要素を理解し説明できる	13	【授業単元】 トレーニングの身体反応②筋肉と生理活性物質の分泌 【到達目標】 筋肉から分泌される生理活性物質とは何か、また、どのような働きを持つのかを理解している 筋肉の分泌器官としての役割を知り、トレーニングの有効性を深く説明できる						
6	【授業単元】 期分け(ビリオダイゼーション)トレーニング 【到達目標】 トレーニングは、1年を通じて同じ内容で行うべきなのか、期分け(ビリオダイゼーション)の考え方を理解し、応用できる知識を獲得している	14	【授業単元】 まとめ 【到達目標】 今まで学んだ内容を振り返ることで自己の習得状況を確認するとともに、未習得部分の克服を図り期末テストに備える						
7	【授業単元】 まとめ 【到達目標】 前期前半までの内容を振り返ることで自己の習得状況を確認するとともに、未習得部分の克服を図り中間テストに備える	15	【授業単元】 期末試験と解説 【到達目標】 理解できていない課題部分の習得状況を明確にし、解説により最終確認を行う						
8	【授業単元】 中間試験と解説 【到達目標】 理解できていない課題部分の習得状況を明確にし、解説により最終確認を行う		【成績評価の方法と基準】 授業点40点(中間試験15点含む)、期末テスト60点の合計100点で判定する。 評価はA~Fの6段階で評価する。 授業点は小テスト(2~3点)を実施し、都度授業の理解度を確認する。 中間試験と期末試験は筆記試験を実施し、専門的知識の習得度を確認する。						
【履修に当たっての心構え・留意点】					レジュメの完成のみならず、必要と認められる内容については口頭説明であっても積極的にメモをとること。				

授業概要

授業概要

科目名	コンディショニング(トレーニング論)	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	石郷岡 旭		
サブ科目名									
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	1年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間
【授業を通じての到達目標】									
JSPO-ATの役割としてのコンディショニング(トレーニング論)の内容を学び、各種トレーニングのプログラムデザインを行うことができる。 また、プログラムデザインのみならず、考案したプログラムについて、対選手を想定し、相手に対して分かりやすく適切な言葉およびデモンストレーションを用いて指導することができる。									
【学習内容】									
JSPO-ATとして、幼児～高齢者、運動愛好者～スポーツ選手など、多世代・多志向・多種目の指導経験がある教員が、コンディショニングの要素における各種理論について講義するとともに、現場で用いる実際のコンディショニング方法(トレーニング関連を中心に)を実技形式で紹介しながら授業を行う。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
アスレティックトレーナー専門科目テキスト3巻 コンディショニング					コンディショニング(トレーニング論)における各種実技授業を行うにあたり、当該テキストを参考し事前に予習する。また授業で習った各種実技を自身で正確に行えるようにするため復習する。				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1	【授業単元】 基本動作・専門動作の評価 【到達目標】 各種スクリーニング方法を体験し、自身の動きの課題を理解するとともに、客観的な動きの評価ができるようにする。	9	【授業単元】 アジリティトレーニングの実技 【到達目標】 アジリティトレーニングの動きを実技を踏まえて経験することで、動きの特性等を理解する。						
2	【授業単元】 トレーニングの理論 【到達目標】 トレーニングにおける生理学的観点、筋の適応、ニーズアセスメントについて理解する。	10	【授業単元】 エンデュランストレーニングの理論 【到達目標】 エンデュランストレーニングの理論について理解する。						
3	【授業単元】 トレーニングの理論 【到達目標】 トレーニングにおける種目の選択、エクササイズの順序について理解する。	11	【授業単元】 エンデュランストレーニングの実技 【到達目標】 エンデュランストレーニングの動きを実技を踏まえて経験することで、動きの特性等を理解する。						
4	【授業単元】 トレーニングの理論 【到達目標】 トレーニングにおける負荷、回数、量等について理解する。	12	【授業単元】 神経・筋協調性トレーニングの理論 【到達目標】 神経・筋協調性トレーニングの理論について理解する。						
5	【授業単元】 トレーニングのプログラムデザイン 【到達目標】 トレーニングのプログラムデザインを実際にを行い、作成した内容について協議し課題を抽出し精度を向上する。	13	【授業単元】 神経・筋協調性トレーニングの実技 【到達目標】 神経・筋協調性トレーニングの動きを実技を踏まえて経験することで、動きの特性等を理解する。						
6	【授業単元】 スプリントトレーニングの理論 【到達目標】 スプリントトレーニングの理論について理解する。	14	【授業単元】 各スポーツ競技に必要なトレーニングのプログラムデザインおよび指導(定期テスト) 【到達目標】 各競技におけるウォーミングアップのプログラムをグループにて実践し、自身の授業到達度を理解するとともに課題を明確にする。						
7	【授業単元】 スプリントトレーニングの実技 【到達目標】 スプリントトレーニングの動きを実技を踏まえて経験することで、動きの特性等を理解する。	15	【授業単元】 各スポーツ競技に必要なトレーニングのプログラムデザインおよび指導(定期テスト) 【到達目標】 各競技におけるウォーミングアップのプログラムをグループにて実践し、自身の授業到達度を理解するとともに課題を明確にする。						
8	【授業単元】 アジリティトレーニングの理論 【到達目標】 アジリティトレーニングの理論について理解する。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況※授業態度含・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。 試験は単元15のグループワークの内容を踏まえて評価する。						
【履修に当たっての心構え・留意点】									
指導上、自身も適切な動きを見せられるよう実技内容を正確に習得する。 スマートフォンの使用は原則禁止。授業内容はメモ及びタブレット・PCで資料を確認すること。 授業の進行状況、理解度を鑑み、単元を変更することもあり得る。 運動ができる服装で出席すること。									

授業概要

科目名	スポーツ栄養学	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	平井 英子							
サブ科目名		学年	1年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
アスレティックトレーナーとして栄養素の種類と役割を理解し、選手・クライアントに説明、指導することが出来る。														
【学習内容】														
管理栄養士、公認スポーツ栄養士としてジュニアから育成年代、社会人、ランナーなどスポーツ現場に携わってきた教員が、基礎栄養学についてスポーツ現場での情報を交えながら授業を行う。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
「Reference Book」公益財団法人日本スポーツ協会 栄養の基本が分かる図解辞典					授業後は範囲について復習を行い、理解を深めた上で次回受講することが望ましい。									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1	【授業単元】 オリエンテーション・スポーツ栄養の仕事の実際について 【到達目標】 スポーツ栄養の仕事の実際を知り、トレーナーとして行う栄養サポートをイメージすることでこれからの学びに繋げることができる。	9	【授業単元】 栄養素の消化と吸収について 【到達目標】 栄養素の消化と吸収のしくみや栄養素ごとの違いを説明することができる。											
2	【授業単元】 栄養・栄養素について 【到達目標】 栄養・栄養素について知り、栄養素同士の関係を説明することができる。 日本人の食事摂取基準(2025年版)、栄養表示について理解する。	10	【授業単元】 代謝の仕組みについて 【到達目標】 糖質、脂質、たんぱく質、ビタミン、ミネラルがからだでどの様に使われているかを説明することができる。											
3	【授業単元】 エネルギーに関わる栄養素について① 【到達目標】 エネルギーに関わる糖質の種類と役割を説明することができる。	11	【授業単元】 水分補給について 【到達目標】 体内での水分の役割と適切な水分摂取、熱中症対策について説明することができる。											
4	【授業単元】 エネルギーに関わる栄養素について② 【到達目標】 エネルギーに関わる脂質の種類と役割を説明することができる。	12	【授業単元】 自分を知る。 【到達目標】 自分の身長、体重を使い、BMIや標準体重、推定エネルギー必要量を算出し、何をどのくらい食べたら良いかを知る。											
5	【授業単元】 エネルギーに関わる栄養素について③ からだ作りに関わる栄養素について 【到達目標】 エネルギー、からだ作りに関わるたんぱく質の種類と役割を説明することができる。	13	【授業単元】 自分の食事内容、栄養摂取状況を知る。 【到達目標】 食事記録を通して、栄養摂取状況を把握し、課題の抽出、改善案を考えることができる。											
6	【授業単元】 からだの調子を整える栄養素について① 【到達目標】 からだの調子を整えるビタミンの種類と役割を説明することができる。	14	【授業単元】 食事記録発表、グループワーク 【到達目標】 対象者の食事摂取状況から課題を抽出し、改善策を考え目標の提示ができる。											
7	【授業単元】 からだの調子を整える栄養素について② 【到達目標】 からだの調子を整えるミネラルの種類と役割を説明することができる。	15	【授業単元】 定期試験、解説・授業振り返り 【到達目標】 試験をすることで苦手分野について課題を抽出し、アスレティックトレーナー試験までの勉強に繋げる											
8	【授業単元】 前半振り返り 【到達目標】 中間テストを行い、前半の重要な事項を再確認する。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期試験を60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況・中間テスト・課題など)を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。(中間テストは追・再試を行わない。) D以上で合格として単位認定する。 70%以上の出席率に満たない場合は定期試験の受験資格を喪失しEとする。 試験は筆記試験で行う。											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
現場に栄養スタッフがいなくてもトレーナーとして栄養・食事について何が出来るか考えながら学び、実際の指導に繋げてほしい。														

授業概要

科目名	スポーツ科学(スポーツ科学)	必修 選択の別	選択	開講 区分	後期	担当 教員	土黒 秀則									
サブ科目名	トレーニング科学	学年	1年	授業 形態	演習	総単位数	2	単位	総時間数	30	時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科															
【授業を通じての到達目標】																
将来、トレーナーとしてスポーツ活動を行うプレーヤーに対して新しい時代にふさわしいコーチングを行えるように、トレーニング理論の学びを通してグッドコーチとしての資質能力(思考、態度、行動、知識、技能)を修得する。加えて現場指導に直結するトレーニング実技指導に活かせるようにしていく。																
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するかも記載する)																
実業団バスケットボールチームや国立スポーツ科学センターでオリンピックメダリストに対してのトレーニングおよびコンディショニング指導を行ってきた教員がアスレティックトレーナーの役割・業務について現場に直結した内容を提供する。トレーナーの仕事は一言で言うと「怪我をさせないこと」。体および健康に関わる仕事なので正しい理論に基づく現場指導を実施できるように真摯に受講してほしい。																
【使用教科書・教材・参考図書】						【授業時間外における学習】										
・JSPO-「Reference Book」第2章 1、2 ・旧AT教本「予防とコンディショニング」など						授業で学んだことを是非、授業時間外の自主トレーニングを行うことで指導に役立てて欲しい。										
コマ	授業計画	コマ	授業計画													
1	【授業単元】 オリエンテーション;コーチングとは 【到達目標】 コンディショニングを理解する。 トレーニングの基礎知識を理解する。	9	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系⑧ 【到達目標】 8. トレーニングと休養のバランスを理解し修得する。													
2	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系① 【到達目標】 1. スポーツトレーニングサイクルを理解し修得する。	10	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系⑨ 【到達目標】 9. トレーニング環境の整備と効果的遂行の条件を理解し修得する。													
3	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系② 【到達目標】 2. スポーツパフォーマンス構造論を理解し修得する。	11	【授業単元】 体力のトレーニング① 【到達目標】 1. 身体のしくみと動きを理解し修得する。													
4	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系③ 【到達目標】 3. トレーニング目標論を理解し修得する。	12	【授業単元】 体力のトレーニング② 【到達目標】 2. 呼吸循環器系の働きとエネルギーを理解し修得する。													
5	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系④ 【到達目標】 4. トレーニング手段・方法論を理解し修得する。	13	【授業単元】 体力のトレーニング③ 【到達目標】 3. 体力を構成する要素の体系を理解し修得する。													
6	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系⑤ 【到達目標】 5. トレーニング計画論を理解し修得する。	14	【授業単元】 体力のトレーニング④ 【到達目標】 4. 体力トレーニングの原理・原則を理解し修得する。													
7	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系⑥ 【到達目標】 6. 試合行動論を理解し修得する。	15	【授業単元】 体力のトレーニング⑤ 【到達目標】 5. トレーニングの種類および各種トレーニング法を理解し、修得する。													
8	【授業単元】 スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系⑦ 【到達目標】 7. トレーニングアセスメントを理解し修得する。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 定期試験評価は「筆記試験」にて行う。													
【履修に当たっての心構え・留意点】						グッドコーチ像である「成長の仕方を自ら探求し、自分自身の成長に主体的に取り組んで行く。」心構えで授業に取り組んでもらいたい。										

授業概要

【授業を通じての到達目標】

将来、トレーナーとして現場での指導に繋げるためにバイオメカニクスの知識をしっかりと習得し、理解できるようにする。さらに、機能解剖、運動学の知識も加えてトレーナーの最も重要な資質である「観察力」を高めてもらいたい。

【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)

実業団バスケットボールチームや国立スポーツ科学センターでオリンピックメダリストに対してのトレーニングおよびコンディショニング指導を行ってきた教員がパーソナルトレーナーの役割・業務について現場に直結した内容を提供する。トレーナーの仕事は一言で言うと「怪我をさせないこと」。体および健康に関わる仕事なので正しい理論に基づく現場指導を実施できるように真摯に受講してほしい。

【使用教科書・教材・参考図書】

- ・オリジナル学習プリントを配布
 - ・「基礎バイオメカニクス」、「使えるバイオメカニクス」
 - ・「エッセンシャルキネシオロジー」、「アナトミートレイン」など

【授業時間外における学習】

授業で学んだことを是非、クラブTSRのセクションなど授業時間外の指導に役立てて欲しい。

コマ	授業計画	コマ	授業計画	
1	<p>【授業単元】 オリエンテーション。「バイオメカニクスとは」</p> <p>【到達目標】 トレーナーの重要な観察能力の基礎となる「バイオメカニクス」を理解する。</p>	9	<p>【授業単元】 競技別バイオメカニクスの発表のためのグループワーク①</p> <p>【到達目標】 競技を決めてグループワークを行い、発表(定期試験)のための準備を行う。</p>	
	<p>【授業単元】 「スクワット」のバイオメカニクス</p> <p>【到達目標】 スクワットトレーニングを通してバイオメカニクスの要因である「重心線」、「モーメント」、「床反力」などを理解する。</p>		<p>【授業単元】 競技別バイオメカニクスの発表のためのグループワーク②</p> <p>【到達目標】 競技を決めてグループワークを行い、発表(定期試験)のための準備を行う。</p>	
3	<p>【授業単元】 「ベンチプレス」のバイオメカニクス</p> <p>【到達目標】 バイオメカニクスの観点からベンチプレスを詳細に理解する。</p>	11	<p>【授業単元】 競技別バイオメカニクスの発表のためのグループワーク③</p> <p>【到達目標】 競技を決めてグループワークを行い、発表(定期試験)のための準備を行う。</p>	
	<p>【授業単元】 「デッドリフト」のバイオメカニクス</p> <p>【到達目標】 バイオメカニクスの観点からデッドリフトを詳細に理解する。</p>		<p>【授業単元】 競技別バイオメカニクスの発表①=「定期試験」</p> <p>【到達目標】 発表内容、質疑応答を通してその競技に対して共有して今後の現場指導に役立てられるようにする。</p>	
5	<p>【授業単元】 背中のトレーニングのバイオメカニクス</p> <p>【到達目標】 バイオメカニクスの観点から背中のトレーニングを詳細に理解する。</p>	13	<p>【授業単元】 競技別バイオメカニクスの発表②=「定期試験」</p> <p>【到達目標】 発表内容、質疑応答を通してその競技に対して共有して今後の現場指導に役立てられるようにする。</p>	
	<p>【授業単元】 肩のトレーニングのバイオメカニクス</p> <p>【到達目標】 バイオメカニクスの観点から肩のトレーニングを詳細に理解することで肩の障害予防に繋げる。</p>		<p>【授業単元】 競技別バイオメカニクスの発表③=「定期試験」</p> <p>【到達目標】 発表内容、質疑応答を通してその競技に対して共有して今後の現場指導に役立てられるようにする。</p>	
7	<p>【授業単元】 体幹トレーニングのバイオメカニクス</p> <p>【到達目標】 バイオメカニクスの観点から体幹トレーニングを通して脊柱の機能と働きを理解する。</p>	15	<p>【授業単元】 競技別バイオメカニクス④「定期試験」</p> <p>【到達目標】 発表内容、質疑応答を通してその競技に対して共有して今後の現場指導に役立てられるようにする。</p>	
	<p>【授業単元】 歩行、走動作のバイオメカニクス</p> <p>【到達目標】 運動の基礎となる「歩行」と「走動作」のバイオメカニクスを理解する。</p>		<p>【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。</p> <p>試験は「発表内容」で評価する。</p>	
【履修に当たっての心構え・留意点】				
授業では眠らずに、真摯に受講してもらいたい。 進捗状況によって臨機応変に内容を変更していく。				

授業概要

科目名	スポーツ科学(運動生理学) I	必修選択の別	選択	開講区分	通年(前期)	担当教員	南俊行			
サブ科目名		学年	1年	授業形態	演習	総単位数	2	単位	総時間数	30 時間
学科・専攻	スポーツトレーナー科									

【授業を通じての到達目標】

筋収縮とエネルギー供給系、筋線維の種類とその特徴に関する基本的事項を理解する

【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)

学生(大学)時代からトレーナーとして活動し、整形外科でのリハビリスタッフ経験(3年間)を活かしながら、育成年代(小学～大学)を中心にトレーナー活動を行なっている教員が、エネルギーの生産、神経系の働きなど人体の運動に関わる運動生理学について講義を中心に授業を進めていく。

【使用教科書・教材・参考図書】

入門運動生理学 第4版 杏林書院 勝田 茂編著

コマ 授業計画

1 【授業単元】
イントロダクション・運動生理学とは

【到達目標】
運動生理学の必要性について学ぶ

2 【授業単元】
筋収縮とエネルギー供給①

【到達目標】
横紋筋と平滑筋について理解する

3 【授業単元】
筋収縮とエネルギー供給②

【到達目標】
タンパク質・糖質・脂質それぞれの特徴を理解する

4 【授業単元】
筋収縮とエネルギー供給③

【到達目標】
ATP産生のメカニズムを理解する

5 【授業単元】
筋収縮とエネルギー供給④

【到達目標】
筋収縮とクロスブリッジなどの基本事項を理解する

6 【授業単元】
筋線維の種類と特徴

【到達目標】
速筋と遅筋の基本事項を理解する

7 【授業単元】
筋の収縮様式と筋力

【到達目標】
等尺性・等張性(短縮・伸張)・等速性など筋収縮の基本事項を理解する

8 【授業単元】
神経系の役割①

【到達目標】
神經細胞と運動単位の基礎を理解する

【履修に当たっての心構え・留意点】

特になし

【授業時間外における学習】

予めテキストを読み、他の科目との関わりを予習しておく

コマ 授業計画

9 【授業単元】
神経系の役割②

【到達目標】
中枢神経系の基本事項を理解する

10 【授業単元】
神経系の役割③

【到達目標】
記憶や言語の仕組みを理解する

11 【授業単元】
神経系の役割④

【到達目標】
運動神経の仕組み

12 【授業単元】
神経系の役割⑤

【到達目標】
知覚神経の基本事項を理解する

13 【授業単元】
神経系の役割⑥

【到達目標】
自律神経の働きを理解する

14 【授業単元】
定期試験

【到達目標】
第1～13回までの範囲による問題

15 【授業単元】
定期試験の振り返り

【到達目標】
定期試験をもとに解説し、内容を理解できるようになる

【成績評価の方法と基準】

講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況などを)を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。
試験は筆記で行う。

授業概要

科目名	スポーツ社会学	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	干泥公吉							
サブ科目名		学年	1年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
日本スポーツ協会公認スポーツ指導員として求められる知識を理解している コーチングの内容を軸に現代における指導者としてのモラルや倫理を獲得する スポーツにおける様々な問題点に目を向け、指導者として今後の国際的な活動を見据えた視野を広げる														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するかも記載する) 現役のパーソナルトレーナーとして一般の方からトップアスリートまで広く運動指導を行っている講師が、指導を円滑に行い成果を生み出すためのコーチングについて詳しい講義を実施する。 コーチングは、現代の大きく変化する運動指導の現場において必須内容であると考えられるため、十分に取り組むことを願う。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
Teamsにて提示					より高い理解につなげるために資料の内容に目を通し、十分な予習を行うことが望ましい。									
コマ	授業計画			コマ	授業計画									
1	【授業単元】 ガイダンス、パラスポーツと問題点 【到達目標】 授業の目的的理解と評価基準を理解している パラスポーツの様々な問題点を知り、より良い状態にするための指導者の視点を獲得する			9	【授業単元】 スポーツと教育 【到達目標】 スポーツと体育の関係性、学校の課外活動におけるスポーツのあり方等を国内外の事例から検討する。									
2	【授業単元】 パラスポーツとドーピング 【到達目標】 パラスポーツにおけるドーピングの事例や現状を確認し、治療のための使用と治療使用特例(TUE)について理解する			10	【授業単元】 スポーツと地域社会 【到達目標】 地域におけるスポーツのあり方を、社会学的観点から理解する。									
3	【授業単元】 パラスポーツと共生社会 【到達目標】 パラスポーツとは何か、その歴史と魅力を知るとともに実施により次世代に受け継がれるレガシーを理解する			11	【授業単元】 スポーツ政策とスポーツ振興 【到達目標】 我が国のスポーツ政策とスポーツ振興に関する問題を、諸外国の事例と比較して検討する。									
4	【授業単元】 地球温暖化とスポーツ 【到達目標】 地球温暖化による環境問題が、どのようにスポーツに影響を与えてくるのか、指導者として考えを及ぼし具体的行動や対策を周知する			12	【授業単元】 日本社会とスポーツ 【到達目標】 日本社会におけるスポーツ文化の発展形態や、その特色について考える。									
5	【授業単元】 スポーツと人種差別 【到達目標】 スポーツにおける人種差別の歴史を理解するとともに、今後の指導活動において公平・公正な判断ができる能力の基礎となる考え方を獲得する			13	【授業単元】 スポーツ社会学研究の国際比較 【到達目標】 スポーツ社会学研究の国際的な傾向や方法論について考える。									
6	【授業単元】 オリンピックと環境問題 【到達目標】 スポーツの一大イベントであるオリンピック開催のメリット、デメリットを検討し、今後の開催が果たして有用なのかグローバルな視野を育む			14	【授業単元】 まとめ 【到達目標】 内容を振り返ることで自己の習得状況を確認するとともに、未習得部分の克服を図り試験に備える									
7	【授業単元】 スポーツとジェンダー 【到達目標】 スポーツにおけるジェンダーバイアスの生成に関して、国内外の事例から考える。			15	【授業単元】 試験と解説 【到達目標】 理解できていない課題部分の習得状況を明確にし、解説により最終確認を行う									
8	【授業単元】 スポーツと政治・権力 【到達目標】 スポーツと政治の関わり合いに関して、歴史社会学的な研究経緯を示した上で現代的問題に関して理解する。			【成績評価の方法と基準】 授業点40点(中間試験15点含む)、期末テスト60点の合計100点で判定する。 評価はA～Fの6段階で評価する。 授業点は小テスト(1回～6回各5点、7回10点)を実施し、都度授業の理解度を確認する。 最終試験は筆記試験を実施し、専門的知識の習得度を確認する。										
【履修に当たっての心構え・留意点】					レジュメの完成のみならず、必要と認められる内容については口頭説明であっても積極的にメモをとること。									

授業概要

授業概要

科目名	人体の解剖と機能 I	必修 選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	南 俊行		
サブ科目名		学年	1年	授業形態	演習	総単位数	4 単位	総時間数	60 時間
学科・専攻	スポーツトレーナー科 <th data-kind="ghost"></th>								
【授業を通じての到達目標】									
全身の運動器の解剖と機能を理解し、説明できる。他科目において活用できる知識とする									
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)									
学生(大学)時代からトレーナーとして活動し、整形外科でのリハビリスタッフ経験(3年間)を活かしながら、育成年代(小学～大学)を中心にトレーナー活動を行なっている教員が、アスレティックトレーナーにとって必要な基礎的な運動器の解剖と機能について講義し、実際の運動を交えながら授業を行う									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
アスレティックトレーナー専門基礎科目テキスト1運動器の機能と構造 -スポーツ動作の機能解剖-					他科目において解剖学の資料を活用しながら予習や復習を行う				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1.2	【授業単元】 学びの流れを掴もう 【到達目標】 自己紹介をしてお互いを知ろう！ 授業の全体像を理解し、学びのリズムを掴める	17,18	【授業単元】 体幹 【到達目標】 運動学の要点を理解し、説明できる						
3.4	【授業単元】 全身の主要部位の名称を覚えよう 【到達目標】 体表区分(下腿・大腿など)について理解する 全身の骨・関節の名称を覚え、説明できる 運動の面と軸、基本運動について理解する	19,20	【授業単元】 体幹 【到達目標】 運動に関与する組織について理解し、説明できる						
5.6	【授業単元】 下腿部・足関節・足部 【到達目標】 運動学の要点を理解し、説明できる	21,22	【授業単元】 頭頸部 【到達目標】 運動学の要点を理解し、説明できる						
7.8	【授業単元】 下腿部・足関節・足部 【到達目標】 運動に関与する組織について理解し、説明できる	23,24	【授業単元】 頭頸部 【到達目標】 運動に関与する組織について理解し、説明できる						
9,10	【授業単元】 膝関節 【到達目標】 運動学の要点を理解し、説明できる	25,26	【授業単元】 肩甲帯・肩関節・上腕部 【到達目標】 運動学の要点を理解し、説明できる						
11,12	【授業単元】 膝関節 【到達目標】 運動に関与する組織について理解し、説明できる	27,28	【授業単元】 肩甲帯・肩関節・上腕部 【到達目標】 運動に関与する組織について理解し、説明できる						
13,14	【授業単元】 骨盤帯・股関節・大腿部 【到達目標】 運動学の要点を理解し、説明できる	29,30	【授業単元】 脛関節/定期試験 【到達目標】 運動学の要点を理解し、説明できる/成績評価の方法と基準を参照						
15,16	【授業単元】 骨盤帯・股関節・大腿部 【到達目標】 運動に関与する組織について理解し、説明できる		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況などを40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。 試験は筆記(選択)試験で行う。						
【履修に当たっての心構え・留意点】									
特になし									

授業概要

科目名	人体の解剖と機能 II	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	南 俊行		
サブ科目名		学年	1年	授業形態	演習	総単位数	4 単位	総時間数	60 時間
学科・専攻	スポーツトレーナー科								

【授業を通じての到達目標】

全身の運動器の解剖と機能を理解し、説明できる。他科目において活用できる知識とする

【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)

学生(大学)時代からトレーナーとして活動し、整形外科でのリハビリスタッフ経験(3年間)を活かしながら、育成年代(小学~大学)を中心にトレーナー活動を行なっている教員が、アスレティックトレーナーにとって必要な基礎的な運動器の解剖と機能について講義し、実際の運動を交えながら授業を行う

【使用教科書・教材・参考図書】

アスレティックトレーナー専門基礎科目テキスト1運動器の機能と構造 -スポーツ動作の機能解剖-

コマ	授業計画	コマ	授業計画
1,2	【授業単元】肘関節 【到達目標】運動に関与する組織について理解し、説明できる	17,18	【授業単元】肩甲帯・肩関節・上腕部 【到達目標】筋の走行と機能について理解し、説明できる
3,4	【授業単元】手関節・手指 【到達目標】運動学の要点を理解し、説明できる	19,20	【授業単元】肘関節 【到達目標】筋の走行と機能について理解し、説明できる
5,6	【授業単元】手関節・手指 【到達目標】運動に関与する組織について理解し、説明できる	21,22	【授業単元】手関節・手指 【到達目標】筋の走行と機能について理解し、説明できる
7,8	【授業単元】下腿部・足関節・足部 【到達目標】筋の走行と機能について理解し、説明できる	23,24	【授業単元】下肢の機能と構造 【到達目標】復習
9,10	【授業単元】膝関節 【到達目標】筋の走行と機能について理解し、説明できる	25,26	【授業単元】頭頸部・体幹の機能と構造 【到達目標】復習
11,12	【授業単元】骨盤帯・股関節・大腿部 【到達目標】筋の走行と機能について理解し、説明できる	27,28	【授業単元】上肢の機能と構造 【到達目標】復習
13,14	【授業単元】体幹 【到達目標】筋の走行と機能について理解し、説明できる	29,30	【授業単元】定期試験/振り返り 【到達目標】成績評価の方法と基準を参照
15,16	【授業単元】頭頸部 【到達目標】筋の走行と機能について理解し、説明できる		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記(選択)試験で行う。
【履修に当たっての心構え・留意点】			
特になし			

授業概要

授業概要

科目名	指導者に必要な医学的知識	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	尾垣 孝博							
サブ科目名		学年	1年	授業形態	講義	総単位数	1 単位	総時間数	15 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
アスレティックトレーナーおよび指導者に必要な医学的知識を理解し、スポーツ現場において実践できるようになる														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
アスレティックトレーナーとして長きに渡って、スポーツ現場に携わってきた教員が、スポーツ現場において選手のサポートするために、スポーツ医学を基盤とした知識と技術を講義および演習する														
【使用教科書・教材・参考図書】				【授業時間外における学習】										
リファレンスブック				前日までに該当授業の予習をし、授業後は復習をすること										
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1	【授業単元】 スポーツと健康 アスリートの健康管理	9	【授業単元】											
	【到達目標】 スポーツ現場において必要な基本的な医学的知識について理解できる アスリートに対する健康管理の方法を習得し、スポーツ現場において実践できる		【到達目標】											
2	【授業単元】 アスリートの内科的障害と対策	10	【授業単元】											
	【到達目標】 アスリートが罹患しやすい内科的疾患について理解し、その対策方法を実践することができる		【到達目標】											
3	【授業単元】 女性アスリートの障害と対策	11	【授業単元】											
	【到達目標】 女性アスリート特有の障害を理解し、それらに対する対策方法を実践することができる		【到達目標】											
4	【授業単元】 スポーツによる精神障害と対策	12	【授業単元】											
	【到達目標】 アスリートを取り巻く様々な精神障害を理解し、それらの対策方法を実践することができる		【到達目標】											
5	【授業単元】 外傷・障害の予防 コンディショニングの手法	13	【授業単元】											
	【到達目標】 外傷・障害の予防方法を習得し、実際にコンディショニングの手法を用いて対策することができます		【到達目標】											
6	【授業単元】 救急処置(救急蘇生法・外科的応急処置)	14	【授業単元】											
	【到達目標】 スポーツ現場で発生する重篤な疾患および外傷について理解し、それらに対する救急処置の方法を実践できる		【到達目標】											
7	【授業単元】 期末テスト	15	【授業単元】											
	【到達目標】 スポーツに関する医学的知識が理解でき、スポーツ現場において実践することができる		【到達目標】											
8	【授業単元】 振り返り		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記(選択)試験で行う。											
	【到達目標】 テストの振り返りをすることで、学習内容を再確認する													
【履修に当たっての心構え・留意点】														
アスレティックトレーナーの資格取得のために必要不可欠な内容となる														

授業概要

科目名	救急対応 I	必修選択の別	選択	開講区分	通年(前期)	担当教員	加藤 英樹							
サブ科目名		学年	1年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
①スポーツ現場における救急対応の重要性や体制構築について説明できる。 ②救急対応を実施する際に必要な正しい知識と倫理、法的留意点について説明できる。 ③緊急度・重症度を判断するための的確な初期対応を理解し、実践できる。 ④スポーツ現場で発生する外傷・障害に対する具体的な救急対応の方法や留意事項を理解し、実践できる。														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
アスレティックトレーナーとして10年以上に渡って、スポーツ現場に携わってきた教員が、選手生命と人命の大切さを学生一人ひとりに考えさせ、スポーツ現場における救急処置の重要性を講義と演習で身に付けていく授業														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト5巻 救急対応					前日までに該当授業の予習をし、授業後は復習をすること									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1	【授業単元】 オリエンテーション 【到達目標】 授業の進め方、授業ルールなどを共有し、評価について理解する	9	【授業単元】 内科的疾患に対する救急対応(熱中症) 【到達目標】 熱中症の分類、熱中症の評価と対処について理解する											
2	【授業単元】 スポーツ現場と救急対応 【到達目標】 スポーツ現場における救急対応の実際とJSPO-ATの役割における救急対応の必要性、目的、範囲が説明できる。また、JSPO-ATの役割における救急対応の法的留意点について説明できる。	10	【授業単元】 内科的疾患に対する救急対応(心停止)-成人対象 【到達目標】 成人を対象とした心肺蘇生法の基礎とAEDの使い方、AEDを効果的に使用するための注意事項を理解する。											
3	【授業単元】 スポーツ現場における救急対応の考え方 【到達目標】 救急対応を実施する際に必要な正しい知識と倫理、基本的な留意点について説明できる。スポーツ活動現場における救急対応の特性と意義について説明でき、緊急時対応計画(EAP)の重要性について理解する	11	【授業単元】 内科的疾患に対する救急対応(心停止)-小児対象 【到達目標】 小児を対象とした心肺蘇生法の基礎とAEDの使い方、AEDを効果的に使用するための注意事項を理解する。											
4	【授業単元】 スポーツ現場における救急体制構築 【到達目標】 スポーツ活動現場における救急体制構築の意義とJSPO-ATの役割が説明できる。緊急時対応計画(EAP)の立案に必要な要素、具体的な立案方法について理解する	12	【授業単元】 内科的疾患に対する救急対応(心停止)-体位変換と移動、複数傷病者の対応 【到達目標】 傷病者の状況に応じて必要な体位変換や移動方法、リスクマネジメントについて理解する											
5	【授業単元】 スポーツ現場における救急体制計画 【到達目標】 緊急時対応計画(EAP)が計画し、事故発生時の救急対応に備え、事前の確認事項や救急・医療資格者への引継ぎ・連携などの留意点について理解する	13	【授業単元】 外傷時の救急対応(創傷・出血) 【到達目標】 各創傷の状態が理解でき、その状態に合わせた適切な止血法を実践できる											
6	【授業単元】 事故発生時の一連の初期評価の手順 【到達目標】 事故発生時の一連の初期評価の手順を理解する	14	【授業単元】 期末テスト(実技) 【到達目標】 40点満点を取る											
7	【授業単元】 緊急事態発生時の判断と対応 【到達目標】 JSPO-ATの役割において、緊急性を判断するための的確な方法を活用し、実践できるようになる。また、重傷度に応じた体位管理・保温・運搬が実践できるようになる	15	【授業単元】 期末テスト(筆記) 【到達目標】 60点満点を取る											
8	【授業単元】 内科的疾患に対する救急対応(熱中症) 【到達目標】 熱中症の分類、熱中症の評価と対処について理解する		【成績評価の方法と基準】 ・授業点:40点満点 ・定期試験:60点満点 ・合計100点満点											
【履修に当たっての心構え・留意点】					アスレティックトレーナーの資格取得のために必要不可欠な内容となる									

授業概要

科目名	救急対応Ⅱ	必修選択の別	選択	開講区分	通年(後期)	担当教員	加藤 英樹							
サブ科目名		学年	1年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
①スポーツ現場における救急対応の重要性や体制構築について説明できる。 ②救急対応を実施する際に必要な正しい知識と倫理、法的留意点について説明できる。 ③緊急性・重症度を判断するための的確な初期対応を理解し、実践できる。 ④スポーツ現場で発生する外傷・障害に対する具体的な救急対応の方法や留意事項を理解し、実践できる。														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
アスレティックトレーナーとして10年以上に渡って、スポーツ現場に携わってきた教員が、選手生命と命の大切さを学生一人ひとりに考えさせ、スポーツ現場における救急処置の重要性を講義と演習で身に付けていく授業														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト5巻 救急対応					前日までに該当授業の予習をし、授業後は復習をすること									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1	【授業単元】 外傷時の救急対応(打撲・捻挫・肉ばなれ) 【到達目標】 RICE処置及びRICE処置の手順について実践できる	9	【授業単元】 シミュレーションワーク② 【到達目標】 屋外スポーツにおける心停止を想定したシミュレーションワークを通じ、手順の流れを判断していく											
2	【授業単元】 外傷時の救急対応(骨折) 【到達目標】 骨折時の救急対応と処置について理解する	10	【授業単元】 シミュレーションワーク③ 【到達目標】 屋内スポーツにおける肩脱臼を想定したシミュレーションワークを通じ、手順の流れを判断していく											
3	【授業単元】 外傷時の救急対応(脱臼) 【到達目標】 脱臼時の救急対応と処置について理解する	11	【授業単元】 シミュレーションワーク④ 【到達目標】 コンタクトスポーツにおける脳震盪を想定したシミュレーションワークを通じ、手順の流れを判断していく											
4	【授業単元】 外傷時の救急対応(脳震盪) 【到達目標】 スポーツにおける脳震盪評価ツールSCATの内容について理解する	12	【授業単元】 シミュレーションワーク⑤ 【到達目標】 コンタクトスポーツにおける足間接捻挫を想定したシミュレーションワークを通じ、手順の流れを判断していく											
5	【授業単元】 頭頸部・脊椎外傷の対応① 【到達目標】 頭頸部外傷の救急対応の準備、重症外傷が疑われる場合の初期対応について理解する	13	【授業単元】 前期・後期内容振り返り 【到達目標】 前期・後期の振り返りを行い、ポイントの再確認を行う											
6	【授業単元】 頭頸部・脊椎外傷の対応② 【到達目標】 現場における救急対応の実際、用手頭頸部固定、初期評価について理解する	14	【授業単元】 期末テスト(実技) 【到達目標】 40点満点を取る											
7	【授業単元】 スポーツにおける特殊な外傷への救急対応 【到達目標】 各競技における特殊外傷の種類と対応方法について理解する	15	【授業単元】 期末テスト(筆記) 【到達目標】 60点満点を取る											
8	【授業単元】 シミュレーションワーク① 【到達目標】 屋外スポーツにおける熱中症を想定したシミュレーションワークを通じ、手順の流れを判断していく		【成績評価の方法と基準】 ・授業点:40点満点 ・定期試験:60点満点 ・合計100点満点											
【履修に当たっての心構え・留意点】					アスレティックトレーナーの資格取得のために必要不可欠な内容となる									

授業概要

授業概要

【授業を通じての到達目標】

JSPO-ATの役割における「安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防」の位置づけを理解したうえで、科学的根拠に基づいた予防対応を組織的に計画し実践するに必要な知識、態度や技能を習得することを狙いとする。テーピングにおけるスポーツ外傷・障害の予防効果を正しく理解し、安全かつ効果的に実践できる。

【學習內容】

本科目では、スポーツ活動における安全管理、健康維持、スポーツ外傷・障害の予防について学びます。事故や怪我を防ぐための施設管理や応急処置の方法を理解し、選手の健康管理や栄養・メンタルケアの重要性を学びます。また、バイオメカニクスを活用した動作分析や適切なトレーニング方法を通じて、外傷や障害を未然に防ぐ戦略を習得します。

【使用教科書・教材・参考図書】 公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト第2巻 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防		【授業時間外における学習】 授業の終わりに次の授業のテーマを発表しますので、その範囲の教科書を読んで要点を確認しておきましょう。授業で習った評価・リハビリテーション技術を繰り返し練習しましょう。	
コマ	授業計画	コマ	授業計画
1	【授業単元】 テーピング総論 【到達目標】 テーピングの目的や効果を理解し、適切なテープの選択と基本技術を習得する。	9	【授業単元】 膝関節のテーピング(基本のテープ) 【到達目標】 膝関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。
	【授業単元】 足部・足関節に対するテーピング (基本のテープ) 【到達目標】 足部・足関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。		【授業単元】 膝関節のテーピング(前十字靭帯損傷に対するテーピング) 【到達目標】 膝関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。
3	【授業単元】 足部・足関節に対するテーピング (基本のテープ) 【到達目標】 足部・足関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。	11	【授業単元】 膝関節のテーピング(前十字靭帯損傷に対するテーピング) 【到達目標】 膝関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。
	【授業単元】 足部・足関節に対するテーピング (基本のテープ) 【到達目標】 足部・足関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。		【授業単元】 膝関節のテーピング(内側側副靭帯損傷に対するテーピング) 【到達目標】 膝関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。
5	【授業単元】 足部・足関節に対するテーピング(底屈制限のテープ) 【到達目標】 足部・足関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。	13	【授業単元】 膝関節のテーピング(内側側副靭帯損傷に対するテーピング) 【到達目標】 膝関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。
	【授業単元】 足部・足関節に対するテーピング(背屈制限のテープ) 【到達目標】 足部・足関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。		【授業単元】 膝関節のテーピング(確認テスト)□ 【到達目標】 膝関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で実践出来るか確認する。
7	【授業単元】 足部・足関節に対するテーピング(確認テスト) 【到達目標】 足部・足関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で実践出来るか確認する。	15	【授業単元】 膝関節のテーピング(応用)□ 【到達目標】 膝関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。
	【授業単元】 足部・足関節に対するテーピング(応用) 【到達目標】 足部・足関節のテーピングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、確認テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。 試験は実技試験で行う。
【履修に当たっての心構え・留意点】		実践を重視し、積極的に手を動かして学ぶことが重要です。正確な知識と技術を身につけ、自主練習にも取り組みましょう。	

授業概要

科目名	安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防Ⅲ	必修選択の別	選択	開講区分	通年(前期)	担当教員	前道俊宏									
サブ科目名		学年	1年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間							
学科・専攻	スポーツトレーナー科															
【授業を通じての到達目標】																
JSPO-ATの役割における「安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防」の位置づけを理解したうえで、科学的根拠に基づいた予防対応を組織的に計画し実践するために必要な知識、態度や技能を習得することを狙いとする。																
【学習内容】																
本科目では、スポーツ活動における安全管理、健康維持、スポーツ外傷・障害の予防について学びます。事故や怪我を防ぐための施設管理や応急処置の方法を理解し、選手の健康管理や栄養・メンタルケアの重要性を学びます。また、バイオメカニクスを活用した動作分析や適切なトレーニング方法を通じて、外傷や障害を未然に防ぐ戦略を習得します。																
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】											
公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト第2巻 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防					授業の終わりに次の授業のテーマを発表しますので、その範囲の教科書を読んで要点を確認しておきましょう。授業で習った評価・リハビリテーション技術を繰り返し練習しましょう。											
コマ	授業計画	コマ	授業計画													
1	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害予防に関するデータの理解活用 【到達目標】 データを正しく理解し、スポーツ外傷・障害予防や健康管理に活用できる力を身につける。	9	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・環境3 【到達目標】 環境要因(温度、湿度、天候など)によるスポーツ外傷や健康への影響を理解し、適切な対応策を実施できる。													
2	【授業単元】 メディカルチェックデータの理解と活用 【到達目標】 メディカルチェックのデータを正しく理解し、選手の健康管理や障害予防に活用できる。	10	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・用具、防具、設備 【到達目標】 スポーツ用具、防具、設備の適切な選定と使用方法を理解し、外傷・障害予防のために効果的に活用できる。													
3	【授業単元】 メディカルチェックデータの活用と理解 フィジカルチェックデータの理解と活用 【到達目標】 データを基に、選手の健康状態を評価し、適切な対応策を講じる能力を身につける。	11	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・競技、種目特性 【到達目標】 競技や種目ごとの特性を理解し、それに応じた安全・健康管理や外傷・障害予防策を実施できる。													
4	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・性別 【到達目標】 性別による身体的特徴や生理的差異を理解し、それに基づいた安全・健康管理および外傷・障害予防策を適切に実施できる。	12	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・予防、再発予防としての動作の見方1 【到達目標】 スポーツにおける動作分析を通じて、外傷・障害の予防や再発防止のために適切な動作改善策を提案できる。													
5	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・年齢、特性 【到達目標】 年齢や個々の特性に応じた安全・健康管理を理解し、外傷・障害予防のために適切な対応を行える。	13	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・予防、再発予防としての動作の見方2 【到達目標】 スポーツにおける動作分析を通じて、外傷・障害の予防や再発防止のために適切な動作改善策を提案できる。													
6	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・感染症 【到達目標】 感染症のリスクを理解し、スポーツ活動における予防策や感染拡大防止のための適切な対応ができる。	14	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・予防、再発予防としての動作の見方3 【到達目標】 スポーツにおける動作分析を通じて、外傷・障害の予防や再発防止のために適切な動作改善策を提案できる。													
7	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・環境1 【到達目標】 環境要因(温度、湿度、天候など)によるスポーツ外傷や健康への影響を理解し、適切な対応策を実施できる。	15	【授業単元】 最終確認テスト口 【到達目標】 これまでの内容に関する確認テストを行う。													
8	【授業単元】 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害へ影響を及ぼしうる各種要因への対応・環境2 【到達目標】 環境要因(温度、湿度、天候など)によるスポーツ外傷や健康への影響を理解し、適切な対応策を実施できる。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。													
【履修に当たっての心構え・留意点】					正確な知識と技術を身につけ、現場で応用出来るように取り組みましょう。											

授業概要

科目名	安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防IV	必修選択の別	選択	開講区分	通年(前期)	担当教員	前道俊宏										
サブ科目名		学年	1年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
JSPO-ATの役割における「安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防」の位置づけを理解したうえで、科学的根拠に基づいた予防対応を組織的に計画し実践するために必要な知識、態度や技能を習得することを狙いとする。テープングにおけるスポーツ外傷・障害の予防効果を正しく理解し、安全かつ効果的に実践できる。																	
【学習内容】																	
本科目では、スポーツ活動における安全管理、健康維持、スポーツ外傷・障害の予防について学びます。事故や怪我を防ぐための施設管理や応急処置の方法を理解し、選手の健康管理や栄養・メンタルケアの重要性を学びます。また、バイオメカニクスを活用した動作分析や適切なトレーニング方法を通じて、外傷や障害を未然に防ぐ戦略を習得します。 □																	
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】												
公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト第2巻 安全・健康管理およびスポーツ外傷・障害の予防					授業の終わりに次の授業のテーマを発表しますので、その範囲の教科書を読んで要点を確認しておきましょう。授業で習った評価・リハビリテーション技術を繰り返し練習しましょう。												
コマ	授業計画				コマ	授業計画											
1	【授業単元】 肩関節に対するテープング（反復性肩関節脱臼に対するテープング） 【到達目標】 肩関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。				9	【授業単元】 肩関節・肩鎖関節・肘関節に対するテープング（応用） 【到達目標】 肩関節・肩鎖関節・肘関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。											
						【授業単元】 肩関節に対するテープング（反復性肩関節脱臼に対するテープング） 【到達目標】 肩関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。											
3	【授業単元】 肩鎖関節に対するテープング（肩鎖関節脱臼に対するテープング） 【到達目標】 肩鎖関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。				11	【授業単元】 手関節に対するテープング（基本のテープ） 【到達目標】 手関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。											
						【授業単元】 肩鎖関節に対するテープング（肩鎖関節脱臼に対するテープング） 【到達目標】 肩鎖関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。											
5	【授業単元】 肘関節に対するテープング（内側側副靭帯損傷に対するテープング） 【到達目標】 肘関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。				13	【授業単元】 テープング応用編（大腿部のテープング） 【到達目標】 大腿部のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。 □											
						【授業単元】 肘関節に対するテープング（内側側副靭帯損傷に対するテープング） 【到達目標】 肘関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。											
6	【授業単元】 肘関節に対するテープング（伸展制限のテープング） 【到達目標】 肘関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。				14	【授業単元】 テープング応用編（腰部のテープング） 【到達目標】 腰部のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。											
						【授業単元】 肘関節に対するテープング（伸展制限のテープング） 【到達目標】 肘関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で応用出来る様にする。											
8	【授業単元】 肩関節・肩鎖関節・肘関節に対するテープング（確認テスト） 【到達目標】 肩関節・肩鎖関節・肘関節のテープングの目的や効果を理解し、現場で実践出来るか確認する。				15	【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、確認テストを60点、授業評価（平素の学習状況・出席状況など）を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。 試験は実技試験で行う。											
						【履修に当たっての心構え・留意点】 実践を重視し、積極的に手を動かして学ぶことが重要です。正確な知識と技術を身につけ、自主練習にも取り組みましょう。											

授業概要

授業概要

科目名	学内実習ⅢB	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	森川稔之		
サブ科目名	火曜クラブチームトレーニングゼミ								
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	1年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	総時間数	60 時間
【授業を通じての到達目標】									
スポーツ(サッカー、野球)選手の怪我を予防し、選手のパフォーマンスを維持・向上するために必要な知識・技術、態度を習得する。スポーツ(サッカー、野球)選手に携わるスタッフ全体の役割を理解し、その一員としてフィジカルトレーナー(ストレングス&コンディショニングコーチ)の役割を理解する。スポーツ(サッカー、野球)選手に信頼されるため、ニーズを聞き出すカウンセリング力を含めた、コミュニケーション能力を身に付ける。□									
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するかも記載する)									
サッカー、バスケットボール、野球、ラクロス、少林寺拳法など、様々な競技の生徒からトップアスリートまで指導してきた経験を持つ教員が、その経験とスポーツ医学の最新の情報を元に、スポーツ・トレーナー業界に貢献できる人財の養成を目的として授業を行う。情報をインプットするための授業ではなく、座学で学んだ知識を、育成年代の選手に指導することがメインとなる授業である。実際の指導を経験しながら学ぶことで、トレーナーの仕事のやりがいや役割を理解し、自分の強みは何なのかを見つけ出しながら受講することができる。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
アスレティックトレーナー教本⑥ コンディショニング 日本トレーニング指導者協会 トレーニング指導教本					トレーニング種目のマニュアルを読み、目的、手順、ポイント、注意点を理解する。選手に指導するためのロールプレイ練習を行う。				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1・2	【授業単元】 トレーニングにおける動作評価② 【到達目標】 トレーニングにおける動作評価の視点を理解する。	17・18	【授業単元】 動作評価② 【到達目標】 動作を評価する視点が身につき、選手に説明できる。 ・身体測定と評価ができる。 ・FMS、SFMA等のシステムを活用できる。						
3・4	【授業単元】 トレーニングにおける動作評価③ 【到達目標】 トレーニングの動作において、骨、筋肉、関節がどのように動いているかイメージすることができる。	19・20	【授業単元】 トレーニング指導実践① 【到達目標】 トレーニングマニュアルにある種目を10種目指導できる。						
5・6	【授業単元】 トレーニング動作へのフィードバック① 【到達目標】 トレーニング動作へのフィードバックの方法を理解する。 ・内在的／外在的フィードバック ・KR／KP	21・22	【授業単元】 トレーニング指導実践② 【到達目標】 2年生が担当している選手のトレーニング指導の3種目を担当することができる。						
7・8	【授業単元】 トレーニングにおける代償動作の修正① 【到達目標】 代償(機能的でない)動作の修正方法を理解する。	23・24	【授業単元】 トレーニング指導実践③ 【到達目標】 2年生が担当している選手のトレーニング指導を5種目担当することができる。						
9・10	【授業単元】 トレーニングにおける代償動作の修正② 【到達目標】 代償(機能的でない)動作の修正方法を理解し、指導において活用することができる。	25・26	【授業単元】 トレーニング指導実践④ 【到達目標】 2年生が担当している選手のトレーニング指導を10種目担当することができる。						
11・12	【授業単元】 姿勢評価① 【到達目標】 静的姿勢評価の基準を理解する。	27・28	【授業単元】 トレーニングプログラム作成① 【到達目標】 選手のトレーニングプログラムを作成し、選手が目標を達成するためのトレーニング指導ができる。						
13・14	【授業単元】 姿勢評価② 【到達目標】 静的姿勢評価ができるようになる。	29・30	【授業単元】 トレーニング指導実践⑤ 【到達目標】 選手のトレーニングプログラムを作成し、選手が目標を達成するためのトレーニング指導ができる。						
15・16	【授業単元】 動作評価① 【到達目標】 動作を評価する視点を理解する。 ・身体の測定と評価をする視点を理解する。 ・FMS、SFMA等のシステムを理解する。		【成績評価の方法と基準】 科目全体を100点満点とし、定期(指導)テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。D以上で単位認定する。70%以上の出席率に満たない場合は定期試験の受験資格を喪失しEとする。 試験は実技(指導)試験で行う。						
【履修に当たっての心構え・留意点】									
選手の見本、手本となるようにマニュアルにあるトレーニング種目を実践し、出来るようになること。									

授業概要

科目名	学内実習VA	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	小林 直生 岩井 桜子							
サブ科目名	トレーナーステーションゼミ	学年	1年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	総時間数	60 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
アスレティックトレーナーの役割や業務を理解する 現場で必要な知識や技術を習得し、応急処置・ストレッチ・テーピングを実施できる														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) スポーツチームやスポーツ選手に対してアスレティックトレーナーとして様々なサポートを行っている講師が、アスレティックトレーナーの役割や業務についての理解や、現場で必要な知識や技術、現場力を習得するための授業を行う。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
AT教本					トレーナーステーションでの現場実習への参加 現場実習で実施できる手技の練習									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1.2	【授業単元】 授業見学 【到達目標】 トレーナーステーションゼミについて理解する	17.18	【授業単元】 創傷処置の基礎知識と実践 【到達目標】 創傷について機序や種類、治癒過程などの基礎知識を理解する 創傷処置について目的や効果、方法、留意点などを理解し実践する											
3.4	【授業単元】 授業見学 【到達目標】 トレーナーステーションゼミについて理解する	19.20	【授業単元】 運搬法、松葉杖指導の理論と実践 【到達目標】 運搬法について目的、用途、方法、留意点などを理解し実践する											
5.6	【授業単元】 アスレティックトレーナーの役割 トレーナーステーションゼミ、現場実習について 【到達目標】 アスレティックトレーナーの役割や業務内容について理解する トレーナーステーションゼミ、現場実習の仕組みについて理解する	21.22	【授業単元】 固定法の理論と実践 【到達目標】 固定法について目的、用途、方法、留意点などを理解し実践する											
7.8	【授業単元】 RICE処置の基礎知識・アイシング方法論 【到達目標】 RICE処置について目的や効果、実施方法を理解する アイシングの方法について理解し、実践する	23.24	【授業単元】 テーピング概論 【到達目標】 テーピングについて目的、用途、方法、留意点などを理解する テーピングの扱い方について理解する											
9.10	【授業単元】 ストレッチ概論 【到達目標】 ストレッチについて目的や効果、方法、留意点などを理解する	25.26	【授業単元】 テーピング実技「AT基本」 【到達目標】 足関節の基本的な巻き方について理解し実践する											
11.12	【授業単元】 セルフストレッチ概論、実践 【到達目標】 セルフストレッチの方法について理解し、実践する	27.28	【授業単元】 熱中症の基礎知識と対応方法 【到達目標】 熱中症についての知識を習得し、現場での対応を理解する											
13.14	【授業単元】 パートナーストレッチ概論、実践 【到達目標】 パートナーストレッチの方法について理解し、実践する	29.30	【授業単元】 脳振盪の基礎知識と対応方法 【到達目標】 脳振盪についての知識を習得し、現場での対応を理解する											
15.16	【授業単元】 ストレッチ応用実践 【到達目標】 フォームローラーを用いた筋膜リリース、ストレッチの目的、方法、留意点などを理解し実践する		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、実技テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況・現場実習単位など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 実技テストは10点満点を6項目行う。											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
好奇心、向上心、挑戦心、積極性、主体性を持って取り組む														

授業概要

科目名	学内実習ⅢB	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	小林 直生 岩井 桜子										
サブ科目名	トレーナーステーションゼミ	学年	1年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	総時間数	60 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
アスレティックトレーナーの役割や業務を理解する 現場で必要な知識や技術を習得し、応急処置・ストレッチ・テーピングを実施できる																	
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) スポーツチームやスポーツ選手に対してアスレティックトレーナーとして様々なサポートを行っている講師が、アスレティックトレーナーの役割や業務についての理解や、現場で必要な知識や技術、現場力を習得するための授業を行う。																	
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】												
AT教本					トレーナーステーションでの現場実習への参加 現場実習で実施できる手技の練習												
コマ	授業計画	コマ	授業計画														
1.2	【授業単元】 夏期活動報告会 前期振り返り	17.18	【授業単元】 テーピング実技「足関節応用」「キネシオ応用」														
	【到達目標】 現場実習での活動報告 前期での講義や現場実習の振り返り		【到達目標】 足関節のテーピングについて応用方法について理解し実践する 様々な部位や状態に応じたキネシオを実践する														
3.4	【授業単元】 テーピング実技「足関節サッカー予防/基本」	19.20	【授業単元】 急性外傷・慢性障害の基礎知識														
	【到達目標】 足関節サッカー予防/基本のテーピングの目的、方法、留意点などを理解し実践する		【到達目標】 急性外傷・慢性障害について理解する														
5.6	【授業単元】 テーピング実技「足関節サッカー外反」	21.22	【授業単元】 競技別傷害論「サッカー・バスケ・アメフト・陸上」														
	【到達目標】 足関節サッカー外反のテーピングの目的、方法、留意点などを理解し実践する		【到達目標】 各競技の競技特異性について理解する														
7.8	【授業単元】 テーピング実技「足関節バスケ予防/基本」	23.24	【授業単元】 コンディショニング実践「コンプレフロス」														
	【到達目標】 足関節バスケ予防/基本のテーピングの目的、用途、方法、留意点などを理解し実践する		【到達目標】 コンプレフロスについて目的、用途、方法、留意点などを理解する コンプレフロスの扱い方について理解し実践する														
9.10	【授業単元】 テーピング実技「大腿・下腿圧迫」	25.26	【授業単元】 傷害評価概論														
	【到達目標】 大腿・下腿圧迫のテーピングの目的、用途、方法、留意点などを理解し実践する		【到達目標】 傷害評価について意義や目的などについて理解する														
11.12	【授業単元】 テーピング実技「膝関節MCL/ACL」	27.28	【授業単元】 冬期活動報告会														
	【到達目標】 膝関節MCL/ACLのテーピングの目的、用途、方法、留意点などを理解し実践する		【到達目標】 現場実習での活動報告 前期での講義や現場実習の振り返り														
13.14	【授業単元】 テーピング実技「肩関節」	29.30	【授業単元】 後期・年間振り返り														
	【到達目標】 肩関節のテーピングの目的、用途、方法、留意点などを理解し実践する		【到達目標】 年間を通しての講義や現場実習の振り返り														
15.16	【授業単元】 テーピング実技「肘関節」「扁平足」		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、実技テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況・現場実習単位など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 実技テストは10点満点を6項目行う。														
	【到達目標】 肘関節、扁平足のテーピングの目的、用途、方法、留意点などを理解し実践する																
【履修に当たっての心構え・留意点】																	
好奇心、向上心、挑戦心、積極性、主体性を持って取り組む																	

授業概要

授業概要

科目名	学内実習ⅠB・ⅢB	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	金井 元希							
サブ科目名	高輪台高校サッカーパー部ゼミ	学年	1年	授業形態	実習	総単位数	3 単位	総時間数	90 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
トレーナーである前に、一人の「人」として自分と向き合い、重宝される人財になる。 活動を通じて、仲間と協力してミッションを成し遂げる力を身につける。 現場で即戦力として評価してもらえるよう、「指導力」を身につける。														
【学習内容】														
サッカー現場で15年以上を数えプロ選手も輩出している講師が、実際に行なっている指導や考え方などについて伝えていく。 フィジカルトレーナーとして必要な知識(主にピリオダイゼーションやコンディショニング、動作トレーニングなど)を中心に身につけながら、それらを指導ができる人財として成長を目指す。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
適宜、資料を用意します。					学習前の目標設定と学習後の振り返り、それらを元にした次への行動目標の設定と実行									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1-3	【授業単元】 オリエンテーション&「サッカーパー生理学1」 -フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇後期における授業、学業における目標設定が出来ている ◇フットボールの観点から生理学を理解する	25-27	【授業単元】 「フットボールピリオダイゼーション2」-フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇ピリオダイゼーションの重要性や効用を理解する ◇自身の経験と照らし合わせてみる											
4-6	【授業単元】 「サッカーパー生理学2」-フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇フットボールの観点から生理学を理解する	28-30	【授業単元】 「フットボールピリオダイゼーション3」-フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇ピリオダイゼーションの重要性や効用を理解する ◇自身の経験と照らし合わせてみる											
7-9	【授業単元】 「サッカーパー生理学2」-フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇フットボールの観点から生理学を理解する	31-33	【授業単元】 「現場でのトレーニング紹介」&2年生ディスカッション 【到達目標】 ◇現場で指導しているトレーニングにおける構造やポイントを理解し、 アウトプットに繋げられるようになる ◇グループとして課題を吸い上げ、解決に向けた糸口を掴める											
10-12	【授業単元】 「現場でのトレーニング紹介」&2年生ディスカッション 【到達目標】 ◇現場で指導しているトレーニングにおける構造やポイントを理解し、 アウトプットに繋げられるようになる ◇グループとして課題を吸い上げ、解決に向けた糸口を掴める	34-36	【授業単元】 「ピリオダイゼーション アウトプット」 【到達目標】 ◇学習した内容を踏まえて、自分で計画を作成する											
13-15	【授業単元】 「トレーニングメソッド1」-フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇トレーニングメソッドの構造を理解する	37-39	【授業単元】 「現場でのトレーニング紹介」&全体ディスカッション 【到達目標】 ◇グループとしての活動や行動を振り返り、後期に向けた改善のアクションを設定して明確な行動指針を定める											
16-18	【授業単元】 「トレーニングメソッド2」-フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇トレーニングメソッドの構造を理解する	40-42	【授業単元】 後期期末テスト 【到達目標】 ◇後期に学んだ内容をアウトプットできる											
19-21	【授業単元】 「トレーニングメソッド3」-フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇トレーニングメソッドの構造を理解する	43-45	【授業単元】 テスト振り返り 【到達目標】 ◇自分の現在位置を把握し、改善につながる計画や取り組みのイメージが出来る ◇現場実習における、授業内容の汎用性を理解出来ている											
22-24	【授業単元】 「フットボールピリオダイゼーション1」-フットボールピリオダイゼーションより- 【到達目標】 ◇ピリオダイゼーションの重要性や効用を理解する ◇自身の経験と照らし合わせてみる		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験またはパソコンでの課題提出で行う。											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
いちトレーナーとして、責任と自覚ある行動を。そして学びの場として最大限活用すること。														

授業概要

科目名	学内実習ⅢA・VA	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	北澤 嶽										
サブ科目名	品川エトワールゼミ	学年	1年	授業形態	実習	総単位数	3 単位	総時間数	90 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
高校のバレー部・バスケットボール部に対するトレーナーサポートを通して、アスレティックトレーナーに必要な知識・技術・人間性を身につけることで、スポーツ現場における即戦力となる。																	
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)																	
Bリーグ下部組織でのアスレティックトレーナー経験と医療機関において理学療法士としての経験を持つ講師が、傷害予防のためのエクササイズやパフォーマンスアップのためのトレーニング方法を学生に教授する。																	
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】												
公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑥					ゼミメンバーで常にコミュニケーションを取り合い、トレーニングメニューなどを振り返り、指導実践できるようにしておくこと。												
コマ	授業計画			コマ	授業計画												
1~3	【授業単元】 オリエンテーション 【到達目標】 チームに求められていることを把握し、それに対する解決策が提案できる			25~27	【授業単元】 指導実践8 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる												
4~6	【授業単元】 指導実践1 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる			28~30	【授業単元】 指導実践9 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる												
7~9	【授業単元】 指導実践2 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる			31~33	【授業単元】 指導実践10 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる												
10~12	【授業単元】 指導実践3 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる			34~36	【授業単元】 指導実践11 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる												
13~15	【授業単元】 指導実践4 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる			37~39	【授業単元】 指導実践12 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる												
16~18	【授業単元】 指導実践5 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる			40~42	【授業単元】 指導実践13 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる												
19~21	【授業単元】 指導実践6 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる			43~45	【授業単元】 指導実践14 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる												
22~24	【授業単元】 指導実践7 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる			【成績評価の方法と基準】 出席30%・ゼミ内での座学での発言30%・指導実践40%													
【履修に当たっての心構え・留意点】																	
事前準備をしっかり確認してのぞむこと。																	

授業概要

科目名	学内実習ⅠB・ⅢB	必修 選択の別	選択	開講 区分	後期	担当 教員	北澤 嶺							
サブ科目名	品川エトワールゼミ	学年	1年	授業 形態	実習	総単位数	3 単位	総時間数	90 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
高校のバレー部・バスケットボール部に対するトレーナーサポートを通して、アスレティックトレーナーに必要な知識・技術・人間性を身につけることで、スポーツ現場における即戦力となる。														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
Bリーグ下部組織でのアスレティックトレーナー経験と医療機関において理学療法士としての経験を持つ講師が、傷害予防のためのエクササイズやパフォーマンスアップのためのトレーニング方法を学生に教授する。														
【使用教科書・教材・参考図書】				【授業時間外における学習】										
公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑥				ゼミメンバーで常にコミュニケーションを取り合い、トレーニングメニューなどを振り返り、指導実践できるようにしておくこと。										
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1~3	【授業単元】 指導内容の振り返り	25~27	【授業単元】 指導実践8											
	【到達目標】 チームに求められていることを把握し、それに対する解決策が提案できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
4~6	【授業単元】 指導実践1	28~30	【授業単元】 指導実践9											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
7~9	【授業単元】 指導実践2	31~33	【授業単元】 指導実践10											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
10~12	【授業単元】 指導実践3	34~36	【授業単元】 指導実践11											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
13~15	【授業単元】 指導実践4	37~39	【授業単元】 指導実践12											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
16~18	【授業単元】 指導実践5	40~42	【授業単元】 指導実践13											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
19~21	【授業単元】 指導実践6	43~45	【授業単元】 まとめと振り返り											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 ゼミを通して得られた知識・技術をどの現場でも実践できるようになる											
22~24	【授業単元】 指導実践7		【成績評価の方法と基準】 出席30%・ゼミ内での座学での発言30%・指導実践40%											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる													
【履修に当たっての心構え・留意点】														
事前準備を忘れずにのぞむこと。														

授業概要

科目名	学内実習VA	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	堀 翔太・林原 和桜 甲斐 修平		
サブ科目名	木曜クラブチームトレーニングゼミ	学年	1年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	総時間数	60 時間
学科・専攻	スポーツトレーナー科								

【授業を通じての到達目標】

座学授業での知識を基にスポーツトレーナーとしてトレーニングメニューの作成と指導ができるようになる。

競技ごとに測定を行い、その結果を基にトレーニングメニューを作成できるようになる。

【学習内容】

アスレティックトレーナーとして実業団テニスチームや高校サッカーチームにトレーニング指導や応急処置、リハビリテーションを行ってきた教員が担当する。

座学での知識を基に、中学校のバスケ部とテニスのジュニアチームに対するトレーニング指導を行う授業である。実際のトレーニングメニューの作成やフィジカルテストの作成・実施を通して知識だけでなく技術を身につけることができる。

【使用教科書・教材・参考図書】

特になし。
必要な場合は適宜指定する。

【授業時間外における学習】

指導を通じて生じた疑問などを自ら調べて知識を深める。
座学授業の理解と作成したメニュー反映させる。

コマ	授業計画	コマ	授業計画	
1・2	【授業単元】 ガイダンス	17・18	【授業単元】 トレーニング動作の分析	
	【到達目標】 スポーツトレーナーとしての業務内容を理解する		【到達目標】 トレーニングフォームを理解し、エラー動作の問題点を理解する。 実際の動きを見て動作を分析する。	
3・4	【授業単元】 年間計画の作成	19・20	【授業単元】 メニューの再考	
	【到達目標】 大会時期に応じたトレーニングの年間計画を作成する。 時期ごとの強度設定を理解する。		【到達目標】 実施してきたトレーニングメニューの改善点を洗い出す。 指導したことによって得た良い点を洗い出す。	
5・6	【授業単元】 指導準備	21・22	【授業単元】 フィジカルテストの実施 2回目	
	【到達目標】 担当する競技に必要な測定のための準備をする。 トレーニングメニューの作成		【到達目標】 円滑な測定進行が行えるようにスケジュールを組む。 トレーナー同士の役割分担などを共有する。	
7・8	【授業単元】 フィジカルテストの実施	23・24	【授業単元】 測定結果の集計とトレーニング成果の確認	
	【到達目標】 フィジカルテストに必要な用具を準備する。 測定項目の実施と結果の記録を行う。		【到達目標】 前回値と比較して得た成果を基にトレーニングメニューの効果を検証する	
9・10	【授業単元】 測定結果の集計	25・26	【授業単元】 競技特性の理解	
	【到達目標】 測定結果を基にトレーニング方針とメニューを作成する		【到達目標】 競技ごとに動作分析を行い、トレーニングメニューに反映させる。	
11・12	【授業単元】 ウォーミングアップとクーリングダウン	27・28	【授業単元】 目的の付与	
	【到達目標】 ウォーミングアップの意義と内容を理解する クーリングダウンの意義と内容を理解する		【到達目標】 トレーニング種目の選択に意図と目的を細かく設定する。 それを選手や指導者に説明できるように組み立てる。	
13・14	【授業単元】 トレーニング指導におけるコミュニケーション	29・30	【授業単元】 トレーニング指導実践	
	【到達目標】 作成したメニューを選手に意図をふくめて説明し、指導する。		【到達目標】 ウォーミングアップからクーリングダウンまでの一連の流れを指導できるようにな	
15・16	【授業単元】 トレーニング指導時の注意点		【成績評価の方法と基準】	
	【到達目標】 実際に指導したことによって発見した改善点や注意点を話し合う。 どんなリスクマネジメントが必要か理解する。		講義全体を100点満点とする。指導評価(毎回2点×30回)を60点とし、授業評価(平素の学習状況・出席状況・提出物の提出状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。D以上で単位認定し、Eの場合は課題の提出が受理された場合に単位認定となる。出席率60%以下の場合はFとする。	
【履修に当たっての心構え・留意点】				
失敗を恐れずにそこから学ぶことを心構えとして持つ。 実際に中学生やジュニア選手を指導するため身だしなみを整えること。				

授業概要

授業概要

授業概要

授業概要

授業概要

スポーツトレーナー科

2024 入学

授業概要

科目名	JATI-ATI 資格対策講座 I	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	田子 政昌										
サブ科目名		学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
日本トレーニング指導者協会認定トレーニング指導者(JATI-ATI) 認定試験の合格水準まで到達する。																	
【学習内容】実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)																	
日本トレーニング指導者協会上級トレーニング指導員(JATI-AATI)ほか、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーなどの資格を持ち、子ども～高齢者、初級者～日本代表アスリートクラスまで運動指導経験がある講師が自身の資格取得時の学習法などを紹介する。年間を通じて、模擬問題を数多く解くことで資格取得に向けた基本的な知識の再確認・実際の試験の際に役立つ素早い回答能力、ケアレスミスを防ぐことを目的とし資格試験の合格者を多数輩出することを目的とする。																	
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】												
トレーニング指導者テキスト 理論編・改訂版 トレーニング指導者テキスト 実践編・改訂版 JATI認定トレーニング指導者 認定試験模擬問題集 改訂版 (NPO法人日本トレーニング指導者協会)					次回の出題範囲の予習(テキストの読み込み、ノートづくり)を前提とします。												
コマ	授業計画	コマ	授業計画														
1	【授業単元】 オリエンテーション 【到達目標】 授業で扱う範囲と進め方を理解し、年間を通じたスケジュールを意識した学習目標と計画を立てることができる。	9	【授業単元】 7章 運動と医学・2節 運動学習と指導法／1章 トレーニング指導者論・1節 トレーニング指導者の役割 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する														
2	【授業単元】 1章 体力学総論・1節 体力学総論／2章 機能解剖・1節 上肢 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	10	【授業単元】 1章 トレーニング指導者論・2節 トレーニング指導者の実務／2章 測定と評価・1節 トレーニング効果の測定と評価 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する														
3	【授業単元】 2章 機能解剖・2節 脊柱と胸郭／3節 下肢 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	11	【授業単元】 2章 測定と評価・2節 測定データの分析とデータの活用法 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する														
4	【授業単元】 3章 バイオメカニクス・1節 バイオメカニクスの基礎理論／2節 スポーツ及びトレーニング動作のバイオメカニクス 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	12	【授業単元】 3章 トレーニング理論とプログラム・1節 長期的トレーニング計画／2節 レジスタンストレーニング 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する														
5	【授業単元】 4章 運動生理学・1節 呼吸循環器系・エネルギー代謝と運動／2節 骨格筋系、神経系、内分泌系と運動 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	13	【授業単元】 定期テスト対策 【到達目標】 定期試験(前期で扱った内容)の復習・試験範囲の確認 前期の授業内容の70%以上を正しく理解する また、学習方法の見直しなども行う														
6	【授業単元】 5章 運動と栄養・1節 運動と栄養に関する基礎理論／2節 対象と目的に応じた栄養摂取 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	14	【授業単元】 定期テスト 【到達目標】 筆記試験(選択回答式) 前期で扱った内容に関するテストで70%以上の正答率を獲得する 模擬試験として多数の問題をすばやく回答する														
7	【授業単元】 6章 運動と医学・1節 生活習慣病／2節 スポーツ傷害 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	15	【授業単元】 フィードバック 【到達目標】 定期テストと前期の授業に関する評価をフィードバックする														
8	【授業単元】 6章 運動と医学・3節 救急救命法／7章 運動と心理・1節 運動と心理の基礎理論 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを70点、授業評価(出席状況:2点/回。遅刻出席で1点)を30点の配点とし、両者の合計点でA～Eの5段階で評価する。 A 100～90 B 89～80 C 79～70 D 69～60 E 59以下 但し、レポート提出(誤った問題箇所をテキストを見て確認したノート作成)とする E 成績判定不可。出席状況が著しく悪い者(1/3以下。定期テスト出席不可) なお、試験は筆記試験(マークシート形式)で行う。														
【履修に当たっての心構え・留意点】					基本的なテキストの内容の理解を前提として進めています。本講義ではより素早い回答やケアレスミスを防ぐことなど試験突破をするためのトレーニングを行います。												

授業概要

授業概要

科目名	NSCA-CPT資格対策講座 I	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	田子 政昌							
サブ科目名		学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
パーソナルトレーナーに必要な知識を理解し、NSCA-CPT認定試験に合格する。														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
全米ストレングス＆コンディショニング協会(NSCA)公認パーソナルトレーナーおよびコンディショニングスペシャリスト(CSCS)ほか、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーなどの資格を持ち、子ども～高齢者、初級者～日本代表アスリートクラスまで運動指導経験がある講師が自身の資格取得時の学習法なども紹介する。年間を通じて、模擬問題を数多く解くことで資格取得に向けた基本的な知識の再確認・実際の試験の際に役立つ素早い回答能力、ケアレスミスを防ぐことを目的とし資格試験の合格者を多数輩出することを目的とする。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
NSCAパーソナルトレーナーのための基礎知識 第2版 NSCA-CPT受験用問題集セット					次回の出題範囲の予習(テキストの読み込み、ノートづくり)を前提とします。									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1	【授業単元】 オリエンテーション 【到達目標】 授業で扱う範囲と進め方を理解し、年間を通じたスケジュールを意識した学習目標と計画を立てることができる。	9	【授業単元】 第8章 パーソナルトレーナーのための運動心理学 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する											
2	【授業単元】 第1章 筋系、神経系、骨格系の構造と機能 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	10	【授業単元】 第9章 クライアントの面談と健康評価 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する											
3	【授業単元】 第2章 心肺系とガス交換 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	11	【授業単元】 第10章 体力評価の選択と管理 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する											
4	【授業単元】 第3章 生体エネルギー機構 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	12	【授業単元】 第11章 体力テスト法と評価基準 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する											
5	【授業単元】 第4章 バイオメカニクス 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	13	【授業単元】 定期テスト対策 【到達目標】 定期試験(前期で扱った内容)の復習・試験範囲の確認 前期の授業内容の70%以上を正しく理解する また、学習方法の見直しなども行う											
6	【授業単元】 第5章 レジスタンストレーニングへの適応 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	14	【授業単元】 定期テスト 【到達目標】 筆記試験(選択回答式) 前期で扱った内容に関するテストで70%以上の正答率を獲得する 模擬試験として多数の問題をすばやく回答する											
7	【授業単元】 第6章 有酸素性持久力トレーニングへの生理学的な応答と適応 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	15	【授業単元】 フィードバック 【到達目標】 定期テストと前期の授業に関する評価をフィードバックする											
8	【授業単元】 第7章 パーソナルトレーニングにおける栄養 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを70点、授業評価(出席状況:2点/回。遅刻出席で1点)を30点の配点とし、両者の合計点でA～Eの5段階で評価する。 A 100～90 B 89～80 C 79～70 D 69～60 F 59以下 但し、レポート提出(誤った問題箇所をテキストを見て確認したノート作成)とする E 成績判定不可。出席状況が著しく悪い者(1/3以下)。定期テスト出席不可 なお、試験は筆記試験(マークシート形式)で行う。											
【履修に当たっての心構え・留意点】					基本的なテキストの内容の理解を前提として進めています。本講義ではより素早い回答やケアレスミスを防ぐことなど試験突破をするためのトレーニングを行います。									

授業概要

科目名	NSCA-CPT資格対策講座Ⅱ	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	田子 政昌										
サブ科目名		学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
パーソナルトレーナーに必要な知識を理解し、NSCA-CPT認定試験に合格する。																	
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)																	
全米ストレングス&コンディショニング協会(NSCA)公認パーソナルトレーナーおよびコンディショニングスペシャリスト(CSCS)ほか、日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーなどの資格を持ち、子ども～高齢者、初級者～日本代表アスリートクラスまで運動指導経験がある講師が自身の資格取得時の学習法なども紹介する。年間を通じて、模擬問題を数多く解くことで資格取得に向けた基本的な知識の再確認・実際の試験の際に役立つ素早い回答能力、ケアレスミスを防ぐことを目的とし資格試験の合格者を多数輩出することを目的とする。																	
【使用教科書・教材・参考図書】																	
NSCAパーソナルトレーナーのための基礎知識 第2版 NSCA-CPT受験用問題集セット					【授業時間外における学習】												
					次回の出題範囲の予習(テキストの読み込み、ノートづくり)を前提とします。												
コマ	授業計画	コマ	授業計画														
1	【授業単元】 第12章 柔軟性、自重、スタビリティボール・エクササイズ 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	9	【授業単元】 第22章 脊髄損傷、多発性硬化症、てんかん、脳性麻痺患者について 第23章 アスリートを対象にしたレジスタンストレーニング 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する														
2	【授業単元】 第13章 レジスタンストレーニングのエクササイズテクニック 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	10	【授業単元】 第24章 施設と機器の配置およびメンテナンス 第25章 パーソナルトレーニングの法的側面 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する														
3	【授業単元】 第14章 心臓血管系のトレーニング方法 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	11	【授業単元】 映像問題対策(1回目) 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する														
4	【授業単元】 第15章 レジスタンストレーニングのプログラムデザイン 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	12	【授業単元】 映像問題対策(2回目) 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する														
5	【授業単元】 第16章 有酸素性持久力トレーニングのプログラムデザイン 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	13	【授業単元】 定期テスト対策 【到達目標】 定期試験(前期・後期で扱った内容)の復習・試験範囲の確認 1年間の授業内容の70%以上を正しく理解する また、学習方法の見直しなども行う														
6	【授業単元】 第17章 プライオメトリックトレーニングとスピードトレーニング 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	14	【授業単元】 定期テスト 【到達目標】 筆記試験(選択回答式) 前・後期で扱った内容に関するテストで70%以上の正答率を獲得する 模擬試験として多数の問題をすばやく回答する														
7	【授業単元】 第18章 前青年期の子ども、高齢者、妊婦のクライアント 第19章 栄養と代謝に問題を抱えるクライアント 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する	15	【授業単元】 フィードバック 【到達目標】 定期テストと後期の授業に関する評価をフィードバックする														
8	【授業単元】 第20章 心臓血管系疾患および呼吸器系疾患を有するクライアント 第21章 整形外科的疾患や傷害を有するクライアントとりハビリテーション 【到達目標】 授業範囲の問題で70%以上の正答率を獲得する		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを70点、授業評価(出席状況:2点/回。遅刻出席で1点)を30点の配点とし、両者の合計点でA～Eの5段階で評価する。 A 100～90 B 89～80 C 79～70 D 69～60 F 59以下 但し、レポート提出(誤った問題箇所をテキストを見て確認したノート作成)とする E 成績判定不可。出席状況が著しく悪い者(1/3以下)。定期テスト出席不可 なお、試験は筆記試験(マークシート形式)で行う。														
【履修に当たっての心構え・留意点】					基本的にテキストの内容の理解を前提として進めています。本講義ではより素早い回答やケアレスミスを防ぐことなど試験突破をするためのトレーニングを行います。												

授業概要

授業概要

科目名	健康運動実践指導者特別講座Ⅰ	必修選択の別	選択	開講区分	集中	担当教員	三田村修志							
サブ科目名		学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
日本国内の疾病などの罹患率やその対策、また諸外国と日本国内の健康運動指導の政策などについての知識を高めて生活習慣病について説明する人間の発育・発達、そして老化の過程を説明する 健康運動指導の各種方法を理解し、「健康運動実践指導者」の資格取得のための学力向上を目指す														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するかも記載する)														
運動指導やトレーニング指導における30年近くの現場経験と専門学校などの高等教育機関での25年以上に及ぶ資格取得教育の経験から「健康運動実践指導者」の資格取得に必要な、日本国内の疾病などの罹患率やその対策、また諸外国と日本国内の健康運動指導の政策などを講義する。 人間の発育・発達、そして老化の過程を提示し、その時節に適した健康運動指導の方法論を教授する														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
『健康運動実践指導者 養成用テキスト』『図解・やさしい運動生理学』					1年次に既に学習している項目を把握し、しっかりと復習する									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1	【授業単元】 『健康運動実践指導者』の資格の特徴とバックボーンについて 【到達目標】 健康運動実践指導者の資格の特徴と出題範囲の傾向などを把握する	9	【授業単元】 成長期と体格の発育 【到達目標】 成長期の体格の発育を理解し、「成長期に適した運動とは何か」への理解を高め説明できる											
2	【授業単元】 健康管理概論① 【到達目標】 健康状態はどのように判定されるのかを理解を高めて説明できる	10	【授業単元】 成長期と体力の発達 【到達目標】 成長期の体力の発達を理解し、「成長期に適した運動とは何か」への理解を高め説明できる											
3	【授業単元】 健康管理概論② 【到達目標】 健康状態はどのように判定されるのかを理解を高めて説明できる	11	【授業単元】 老化と運動① 【到達目標】 加齢によるからだの変化を理解し、「中高齢者に適した運動とは何か」への理解を高めて説明できる											
4	【授業単元】 健康づくり施策概論① 【到達目標】 諸外国の健康づくりをすすめる施策のあらましについて理解を高めて説明できる	12	【授業単元】 老化と運動② 【到達目標】 加齢によるからだの変化を理解し、「中高齢者に適した運動とは何か」への理解を高めて説明できる											
5	【授業単元】 健康づくり施策概論② 【到達目標】 日本における健康づくりをすすめる施策のあらましについて理解を高めて説明できる	13	【授業単元】 運動時の内科疾患的障害① 【到達目標】 運動時に発生が考えられる内科的疾患の徴候・症状・特徴について理解を高めて説明できる											
6	【授業単元】 健康づくりとウォーミングアップとクーリングダウンのプログラミング 【到達目標】 ウォーミングアップとクーリングダウンの生理学的背景とプログラム作成・指導上の注意点について理解を高めて説明できる	14	【授業単元】 運動時の内科疾患的障害② 【到達目標】 運動時に発生が考えられる循環器系の疾患について理解を高めて説明できる											
7	【授業単元】 健康づくりと有酸素運動 【到達目標】 有酸素運動の生理学的背景とプログラム作成・指導上の注意点について理解を高めて説明できる	15	【授業単元】 定期試験 【到達目標】 前期の内容を筆記試験にて確認する。											
8	【授業単元】 健康づくりと無酸素運動 【到達目標】 無酸素運動の生理学的背景とプログラム作成・指導上の注意点について理解を高めて説明できる		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
テキストは必ず持参するように														

授業概要

科目名	スポーツと栄養	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	平井 英子													
サブ科目名	AT専門科目	学年	2年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間											
学科・専攻	スポーツトレーナー科																			
【授業を通じての到達目標】																				
アスレティックトレーナーとして選手・チーム・クライアントに対してニーズに合わせた栄養摂取・指導が出来るようになる。 アスレティックトレーナー試験のスポーツと栄養について、理解を深めて合格水準まで到達できるようになる。																				
【学習内容】																				
管理栄養士、公認スポーツ栄養士としてジュニアから育成年代、社会人、ランナーなどスポーツ現場に携わってきた教員が、現場での情報を交えながらアスリートの栄養摂取、指導の実際について授業を行う。またAT理論試験対策授業(栄養分野)も兼ねた授業とする。																				
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】															
「Reference Book」公益財団法人日本スポーツ協会 日本スポーツ協会公認AT専門科目テキスト⑨「スポーツと栄養」					授業後は範囲について復習を行い、理解を深めた上で次回受講することが望ましい。また、資格試験の勉強にも繋げてほしい。															
コマ	授業計画				コマ	授業計画														
1	【授業単元】 アスリートの身体組成について 【到達目標】 アスリートの身体組成の特徴と測定方法を知り、目的別指導に活かせるようになる。				9	【授業単元】 栄養欠陥に基づく疾病と対策について② 【到達目標】 鉄欠乏性貧血について原因・症状・アセスメント・対策と食事を理解し、アスリートに対して指導・管理することが出来る。														
2	【授業単元】 アスリートのからだ作りについて 【到達目標】 アスリートのからだが作られる仕組み(筋肉、骨)を知り、目的別指導に活かせるようになる。				10	【授業単元】 栄養欠陥に基づく疾病と対策について③ 【到達目標】 月経障害・骨障害について原因・症状・アセスメント・対策と食事を理解し、アスリートに対して指導・管理することが出来る。														
3	【授業単元】 ウェイトコントロールについて 【到達目標】 アスリートの増量について栄養素の過剰摂取を考慮した上で、正しく指導・管理をすることが出来る。減量について栄養欠陥を考慮した上で、正しく指導・管理をすることが出来る。				11	【授業単元】 栄養欠陥に基づく疾病と対策について④ 【到達目標】 摂食障害について原因・症状・アセスメント・対策と食事を理解し、アスリートに対して指導・管理が出来る。														
4	【授業単元】 アスリートの競技特性と食事計画、アスリートのエネルギー消費量について 【到達目標】 競技特性の分類と食事や食事計画、アスリートのエネルギー消費量(=必要量)の求め方を知り、目的別指導に活かせるようになる。				12	【授業単元】 期分けによる食事について 【到達目標】 試合前、試合当日、試合後、遠征・合宿時の食事について正しく指導・管理することが出来る。														
5	【授業単元】 グリコーゲン補給と回復のための食事 【到達目標】 アスリートのグリコーゲン補給と回復のための食事について指導が出来る。				13	【授業単元】 サプリメントと栄養エルゴジニックについて 【到達目標】 サプリメントの使用方法や健康被害・ドーピングとの関係を理解し、正しく指導・管理が出来る。														
6	【授業単元】 コンディショニングと栄養について① 【到達目標】 コンディショニングと栄養の関係、ビタミン欠乏について指導が出来る。(ビタミン補給の観点から)				14	【授業単元】 アスリートのスポーツ栄養マネジメント、授業振り返り 【到達目標】 授業を振り返り、アスリートに対してスポーツ栄養アセスメント、スポーツ栄養マネジメントをする方法を知り、栄養教育・指導に活かせるようになる。														
7	【授業単元】 振り返り、コンディショニングと栄養について② 【到達目標】 コンディショニングと栄養の関係について指導ができる。(水分補給の観点から)				15	【授業単元】 定期試験・解説 【到達目標】 試験をすることで苦手分野について課題を抽出し、アスレティックトレーナー試験までの勉強に繋げる。														
8	【授業単元】 中間テスト、栄養欠陥に基づく疾病と対策について① 【到達目標】 中間確認テストを行い、前半の重要な事項を再確認する。 エネルギー不足、たんぱく質不足、栄養素の過剰摂取について原因・症状・アセスメント・対策と食事を理解し、アスリートに対して指導・管理が出来る。				【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期試験を60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況・中間テスト・小テストなど)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。(中間テストは追・再試を行わない。) D以上で合格として単位認定する。 70%以上の出席率に満たない場合は定期試験の受験資格を喪失しEとする。 中間テスト、定期試験はアスレティックトレーナー本試験に準じた筆記試験で行う。															
【履修に当たっての心構え・留意点】																				
現場に栄養スタッフがいなくてもトレーナーとして栄養・食事について何が出来るか考えながら学び、実際の指導に繋げてほしい。																				

授業概要

授業概要

授業概要

科目名	アスレティックトレーニングⅡ	必修 選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	尾垣孝博										
サブ科目名		学年	2年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
<ul style="list-style-type: none"> ・アスレティックトレーナーに必要なエクササイズプログラム立案、エクササイズ指導が選手やクライアントに安全に提供できる ・多くのアウトプットを通してアスレティックトレーナーに必要なコミュニケーションスキルを身に付ける 																	
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)																	
10年以上サッカーの現場(Jリーグ・日本代表)でアスレティックトレーナーとして活動した経験のある専任教員が、アスレティックトレーナー理論試験や総合実技試験の内容を踏まえながら、学生に主体的かつ対話的な学びを促すような授業を実施する。																	
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】												
<ul style="list-style-type: none"> ・共有される授業資料 ・アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑥ 「予防とコンディショニング」 					1年次の授業内容の復習と毎週の授業後の復習をすること AT実習での経験を言語化し、指導としてアウトプットできるようにする												
コマ	授業計画	コマ	授業計画														
1	【授業単元】 オリエンテーション	9	【授業単元】 パフォーマンストレーニングについて														
	【到達目標】 前期の授業を踏まえて、後期に向けた目標を立てることができる		【到達目標】 パフォーマンスアップのためのエクササイズプログラムを立案及び指導できる														
2	【授業単元】 全力疾走動作獲得のためのエクササイズプログラム	10	【授業単元】 リカバリーについて														
	【到達目標】 全力疾走動作獲得のためのエクササイズプログラムが実技指導できる		【到達目標】 選手やクライアントに対して、様々なリカバリー方法から適切な方法を選択し実施できる														
3	【授業単元】 アジリティトレーニングの実技指導	11	【授業単元】 症例別トレーニング指導①														
	【到達目標】 アジリティトレーニングの実技指導ができる		【到達目標】 グループ指導するための準備														
4	【授業単元】 ジャンプトレーニングの実技指導	12	【授業単元】 症例別トレーニング指導②														
	【到達目標】 ジャンプトレーニングの実技指導ができる		【到達目標】 安全かつ効果的に実技指導ができる														
5	【授業単元】 あたり動作獲得のためのエクササイズプログラム	13	【授業単元】 症例別トレーニング指導③														
	【到達目標】 あたり動作獲得のためのエクササイズプログラムが実技指導できる		【到達目標】 安全かつ効果的に実技指導ができる														
6	【授業単元】 全力投球動作獲得のためのエクササイズプログラム	14	【授業単元】 期末試験														
	【到達目標】 全力投球動作獲得のためのエクササイズプログラムが実技指導できる		【到達目標】 アスレティックトレーナー総合実技試験の採点基準を上回る実技能力を発揮できる														
7	【授業単元】 機能評価について	15	【授業単元】 期末試験の振り返り														
	【到達目標】 各種コンディショニングのために選手・クライアントの機能評価ができる		【到達目標】 アスレティックトレーナーとして必要な知識・技術・マインドを習得することができる														
8	【授業単元】 機能改善について		【成績評価の方法と基準】 <ul style="list-style-type: none"> ・講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(出席状況)を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。 ・授業点(40点満点)=40点÷15回(15回一欠席日数)とする。 試験は筆記試験及び実技試験で行う。 														
【履修に当たっての心構え・留意点】					すぐ「わからない」と答えるのではなく、諦めずにまずは考えること。そして、自分が持っている知識の中で創意工夫しアウトプットすること。												

授業概要

科目名	アスレティックリハビリテーション I	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	山本 寛										
サブ科目名		学年	2年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
アスレティックリハビリテーションの考え方・運動療法の基礎知識について理解する。 外傷・障害を考慮したアスレティックリハビリテーションについて理論と実践を学ぶ。																	
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)																	
サッカーやフットサル、バスケットボールの現場でアスレティックトレーナーとしての活動経験がある講師が講義を行い、アスレティックリハビリテーションの考え方・運動療法の基礎知識について学ぶ。さらに具体的な傷病についてアスリートのリハビリテーションとリコンディショニングを学ぶ。授業は前半が講義中心、後半が実技中心となりケーススタディーとしてグループワークを取り入れ進行する。またAT理論試験合格に向けて過去問題や練習問題を解く時間を設ける。学生の自主的かつ活発な参加を期待する。																	
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】												
公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑦					あらかじめテキストを読み予習すること。 基礎的な解剖学、運動学、外傷などを理解しておくこと。 授業後はグループにて実技の復習をすることが望ましい。												
コマ	授業計画	コマ	授業計画														
1	【授業単元】 アスレティックリハビリテーションの考え方 運動療法の基礎知識 【到達目標】 アスレティックリハビリテーションの定義・概要について学習する。運動療法について理解する。	9	【授業単元】 膝内側副靱帯損傷へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 膝内側副靱帯損傷へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。														
2	【授業単元】 物理療法、補装具の基礎知識 【到達目標】 物理療法の分類・生理学的效果・目的について理解し、スポーツ現場で物理療法を実施する際の留意点について理解する。 補装具の使用目的、種類、適用とフィッティングについて理解する。テーピングや足底棒板の使用目的、種類、適用と注意について理解する。	10	【授業単元】 膝前十字靱帯損傷へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 膝前十字靱帯損傷へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。														
3	【授業単元】 頸椎捻挫へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 頸椎捻挫へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。	11	【授業単元】 大腿部肉離れへのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 大腿部肉離れへのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。														
4	【授業単元】 腰部疾患へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 腰部疾患へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。	12	【授業単元】 脛骨過労性骨障害へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 脛骨過労性骨障害へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。														
5	【授業単元】 肩関節前方脱臼へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 肩関節前方脱臼へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。	13	【授業単元】 膝蓋大腿関節障害へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 膝蓋大腿関節障害へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。														
6	【授業単元】 投球障害肩へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 投球障害肩へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。	14	【授業単元】 前期の振り返り 【到達目標】 前期の講義で取り扱った内容について理解を深める。														
7	【授業単元】 肘関節、手関節の外傷・障害へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 肘関節、手関節の外傷・障害へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。	15	【授業単元】 定期試験 【到達目標】 定期試験を通じて苦手分野を理解し、対策ができるようになる。														
8	【授業単元】 足関節捻挫へのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 足関節捻挫へのアスレティックリハビリテーションについて、医師から得ておくべき医学的情報、情報収集の具体的な項目と収集情報について理解する。リスク管理、評価に必要な検査・測定の項目と手順、リハビリテーションについて学ぶ。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。														
【履修に当たっての心構え・留意点】					特になし												

授業概要

科目名	アスレティックリハビリテーションⅡ	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員											
サブ科目名		学年	2年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
競技特性を考慮したアスレティックリハビリテーションについて理論と実践を学ぶ。 理論試験が終わった11月中旬からは、実技試験に向けた対策を行う。																	
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) サッカーやラグビー、チアリーディングの現場でアスレティックトレーナーとしての活動経験がある講師が講義を行い、アスレティックリハビリテーションの考え方・運動療法の基礎知識について学ぶ。さらに具体的な傷病についてアスリートのリハビリテーションとリコンディショニングを学ぶ。授業は前半が講義中心、後半が実技中心となりケーススタディーとしてグループワークも取り入れ進行する。またAT理論試験合格に向けて過去問題や練習問題を解く時間を設ける。学生の自主的かつ活発な参加を期待する。																	
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】												
公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑦					あらかじめテキストを読み予習しておくこと。 授業後はグループにて実技の復習をすることが望ましい。												
コマ	授業計画	コマ	授業計画														
1	【授業単元】 陸上競技のアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 陸上競技のアスレティックリハビリテーションについて、代表的な外傷発生機転、スポーツ復帰のための到達目標、プログラミングの要点について理解し、実施できるようになる。	9	【授業単元】 実技試験に向けた対策 【到達目標】 これまで学んだ各疾患および競技について、実技試験に向けた対策を行う。														
2	【授業単元】 水泳、ラグビーのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 水泳およびラグビーのアスレティックリハビリテーションについて、代表的な外傷発生機転、スポーツ復帰のための到達目標、プログラミングの要点について理解し、実施できるようになる。	10	【授業単元】 実技試験に向けた対策 【到達目標】 これまで学んだ各疾患および競技について、実技試験に向けた対策を行う。														
3	【授業単元】 サッカーのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 サッカーのアスレティックリハビリテーションについて、代表的な外傷発生機転、スポーツ復帰のための到達目標、プログラミングの要点について理解し、実施できるようになる。	11	【授業単元】 実技試験に向けた対策 【到達目標】 これまで学んだ各疾患および競技について、実技試験に向けた対策を行う。														
4	【授業単元】 バスケットボールのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 バスケットボールのアスレティックリハビリテーションについて、代表的な外傷発生機転、スポーツ復帰のための到達目標、プログラミングの要点について理解し、実施できるようになる。	12	【授業単元】 実技試験に向けた対策 【到達目標】 これまで学んだ各疾患および競技について、実技試験に向けた対策を行う。														
5	【授業単元】 野球、スキー、スケートのアスレティックリハビリテーション 【到達目標】 野球、スキー、スケートのアスレティックリハビリテーションについて、代表的な外傷発生機転、スポーツ復帰のための到達目標、プログラミングの要点について理解し、実施できるようになる。	13	【授業単元】 実技試験に向けた対策 【到達目標】 これまで学んだ各疾患および競技について、実技試験に向けた対策を行う。														
6	【授業単元】 競技ごとのアスレティックリハビリテーションのまとめ 【到達目標】 理論試験に向けて、今まで授業内で取り扱った内容について理解を深める。	14	【授業単元】 実技試験に向けた対策 【到達目標】 これまで学んだ各疾患および競技について、実技試験に向けた対策を行う。														
7	【授業単元】 実技試験に向けた対策 【到達目標】 これまで学んだ各疾患および競技について、実技試験に向けた対策を行う。	15	【授業単元】 定期試験 【到達目標】 定期試験で苦手分野を把握し、対策を考える。														
8	【授業単元】 実技試験に向けた対策 【到達目標】 これまで学んだ各疾患および競技について、実技試験に向けた対策を行う。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。 期末試験は筆記試験で行う。 授業内で実技の確認テストも実施し、授業評価として参考にする。														
【履修に当たっての心構え・留意点】																	
特になし																	

授業概要

科目名	スポーツ外傷・障害の基礎知識Ⅲ	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	室田 智		
サブ科目名		学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間
【授業を通じての到達目標】									
アスレティックトレーナーとして1人でスポーツ現場に立ち、競技種目に関わらず、医師・理学療法士など医療機関やコーチングスタッフと連携をとりながら、競技者に対するスポーツ外傷・障害の予防や応急処置、外傷発生から競技に戻るためのアスレティックリハビリテーション、コンディショニングに役立てることが出来る。 資格試験において、理論を理解・解釈し表現出来る。									
【学習内容】									
JBL時代からバスケットボールチームのトレーナーとして、また全日本男子バスケットボールチームトレーナーとして活躍し、現在は高校のバスケットボールチームのトレーナーを務める教員が、身体の機能構造を考えながら、現場で起こりうる外傷・障害について講義を実施する。特に外傷・障害の意味、骨格や関節、筋肉、各種スポーツで起こる代表的な外傷・障害を部位別に学ぶ。解剖学が基本となるため身体構造を事前に十分に理解した上で講義に出席し、学んではほしい。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
①公認アスレティックトレーナー専門科目教本3 「スポーツ外傷・障害の基礎知識」 ②教員が用意するプリント(Teams上の資料はプリントアウトして持参) ③実技・運動が出来る服装					授業の終わりに次の授業のテーマを発表しますので、その範囲の教科書を読んで要点を確認しておきましょう。 授業で習った評価・リハビリテーション技術を繰り返し練習しましょう。				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1	【授業単元】 1年次の復習① 【到達目標】 外傷・障害総論 足関節・足部外傷・障害と下腿の外傷・障害 確認テスト	9	【授業単元】 肩関節の外傷・障害2 【到達目標】 投球障害肩、その他の外傷・障害について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる						
2	【授業単元】 1年次の復習② 【到達目標】 膝関節の外傷・障害 確認テスト	10	【授業単元】 肘関節の外傷・障害 【到達目標】 肘関節内側側副韌帯損傷、上腕骨外側・内側上顆炎、その他の外傷・障害について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる						
3	【授業単元】 頸部のスポーツ外傷・障害1 【到達目標】 頸部捻挫、バーナー症候群について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる	11	【授業単元】 手・手指の外傷・障害 【到達目標】 手関節捻挫、TFCC損傷、手指捻挫、その他の外傷・障害について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる						
4	【授業単元】 頸部のスポーツ外傷・障害2 【到達目標】 頸椎椎間板ヘルニア、その他の外傷・障害について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる	12	【授業単元】 大腿部の外傷・障害1 【到達目標】 大腿四頭筋肉離れ、ハムストリング肉離れについて、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる						
5	【授業単元】 腰・背部・骨盤の外傷・障害1 【到達目標】 腰椎椎間板ヘルニア、腰椎分離症、筋・筋膜性腰痛について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる	13	【授業単元】 大腿部の外傷・障害2 【到達目標】 大腿部打撲、その他の外傷障害について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる						
6	【授業単元】 腰・背部・骨盤の外傷・障害2 【到達目標】 鼠径部痛症候群、その他の外傷・障害について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる	14	【授業単元】 期末テスト前対策 【到達目標】 13限まで行った授業の範囲をまとめ、試験のポイント解説を行います						
7	【授業単元】 中間テスト 【到達目標】 導入から6限までの範囲から出題します 出題形式は理論試験に準じます	15	【授業単元】 期末テスト 【到達目標】 期末テスト後、テスト解説						
8	【授業単元】 中間テストの解説。肩関節の外傷・障害1 【到達目標】 中間テストの解答及び解説。 肩関節前方脱臼、肩腱板断裂、肩鎖関節脱臼について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。						
【履修に当たっての心構え・留意点】									
特になし									

授業概要

科目名	スポーツ外傷・障害の基礎知識IV	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	室田 智		
サブ科目名									
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間
【授業を通じての到達目標】									
アスレティックトレーナーとして1人でスポーツ現場に立ち、競技種目に問わらず、医師・理学療法士など医療機関やコーチングスタッフと連携をとりながら、競技者に対するスポーツ外傷・障害の予防や応急処置、外傷発生から競技に戻るためのアスレティックリハビリテーション、コンディショニングに役立てることが出来る。 資格試験において、理論を理解・解釈し表現出来る。									
【学習内容】									
JBL時代からバスケットボールチームのトレーナーとして、また全日本男子バスケットボールチームトレーナーとして活躍し、現在は高校のバスケットボールチームのトレーナーを務める教員が、身体の機能構造を考えながら、現場で起こりうる外傷・障害について講義を実施する。特に外傷・障害の意味、骨格や関節、筋肉、各種スポーツで起こる代表的な外傷・障害を部位別に学ぶ。解剖学が基本となるため身体構造を事前に十分に理解した上で講義に出席し、学んでほしい。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
①公認アスレティックトレーナー専門科目教本3「スポーツ外傷・障害の基礎知識」 ②教員が用意するプリント(Teams上の資料はプリントアウトして持参) ③実技・運動が出来る服装					授業の終わりに次の授業のテーマを発表しますので、その範囲の教科書を読んで要点を確認しておきましょう。 授業で習った評価・リハビリテーション技術を繰り返し練習しましょう。				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1	【授業単元】重篤な外傷 【到達目標】脊髄損傷、胸腹部外傷、大出血について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる	9	【授業単元】資格試験実技試験対策 【到達目標】膝関節の外傷・障害に対する評価・処置についてグループワークで実施・討論し理解を深め、実技試験で表現出来るようにする						
2	【授業単元】その他の外傷① 【到達目標】顔面、目、鼻、耳の外傷について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる	10	【授業単元】資格試験実技試験対策 【到達目標】大腿部の外傷・障害に対する評価・処置についてグループワークで実施・討論し理解を深め、実技試験で表現出来るようにする						
3	【授業単元】その他の外傷②、年齢・性別による特徴① 【到達目標】耳、歯の外傷について及び女性に特徴的なスポーツ外傷・障害について、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる	11	【授業単元】資格試験実技試験対策 【到達目標】腰部の外傷・障害に対する評価・処置についてグループワークで実施・討論し理解を深め、実技試験で表現出来るようにする						
4	【授業単元】年齢・性別による特徴②、メディカルチェック 【到達目標】成長期、高齢者に特徴的なスポーツ外傷・障害について及びスポーツ整形外科的メディカルチェックについて、教本を中心に学習し、スポーツ現場で必要な説明、処置、対応が出来るようになる	12	【授業単元】資格試験実技試験対策 【到達目標】肩関節前方脱臼に対する評価・処置についてグループワークで実施・討論し理解を深め、実技試験で表現出来るようになる						
5	【授業単元】中間テスト 【到達目標】目前に控えた理論試験に向けて、全範囲から模擬試験	13	【授業単元】資格試験実技試験対策 【到達目標】肘関節の外傷・障害に対する評価・処置についてグループワークで実施・討論し理解を深め、実技試験で表現出来るようになる						
6	【授業単元】中間テスト及び理論試験の解説 【到達目標】中間テスト・理論試験の解説。全範囲から模擬試験	14	【授業単元】期末テスト 【到達目標】身体各部の外傷・障害に対する評価・処置について、その方法を手順に沿って記述						
7	【授業単元】資格試験実技試験対策 【到達目標】足関節の外傷・障害に対する評価・処置についてグループワークで実施・討論し理解を深め、実技試験で表現出来るようになる	15	【授業単元】期末テスト 【到達目標】期末テスト後のテストの解説						
8	【授業単元】資格試験実技試験対策 【到達目標】足部及び下腿の外傷・障害に対する評価・処置についてグループワークで実施・討論し理解を深め、実技試験で表現出来るようになる		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。						
【履修に当たっての心構え・留意点】									
現場で使える知識・技術を習得し必要とされるトレーナーを目指してください。									

授業概要

科目名	フィジカルトレーニング I	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	谷口隼		
サブ科目名	パフォーマンストレーニング実践								
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	2年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間
【授業を通じての到達目標】									
パフォーマンストレーニングの考え方を「理解」「魅せる」「指導する」を目指していきます。 トレーニング・勉強に対して楽しさを見出してほしい。									
【学習内容】									
パフォーマンストレーニングのそれぞれの要素をすることで、トレーニングのみならずアスレティックリハビリテーションにも応用できるようにしていきます。 また、今までの座学や他の科目との結びつきを理解してもらうことで日頃の勉強へのモチベーションになってもらえるようにしたいです。									
【使用教科書・教材・参考図書】				【授業時間外における学習】					
AT教本・NSCA教科書・JATI教科書				解剖学・生理学・バイメカ・コーチング学など					
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1	【授業単元】 自己紹介、授業の進め方、トレーニング指導の考え方とプログラミング 前期試験について	9	【授業単元】 横方向パワートレーニングと減速動作(前・横)						
1	【到達目標】 パフォーマンストレーニング・プログラミングについて、 トレーニングとリハビリの違いなどを理解する	9	【到達目標】 測定から横方向パワートレーニングと減速動作のプログレッションパターンを正しく実践し、コーチングができるようにする。						
2	【授業単元】 CMJ, SJ, RSI測定と測定に基づくジャンプトレーニングについて	10	【授業単元】 ランジパターン(前・横)						
2	【到達目標】 それを計測し、ジャンプトレーニングへの考え方を理解する。	10	【到達目標】 横方向パワートレーニング、減速動作の基礎としてランジパターンの譜グレッショングを正しく実践し、コーチングができるようにする。						
3	【授業単元】 垂直方向ジャンプトレーニング	11	【授業単元】 ヒップヒンジパターン						
3	【到達目標】 測定から垂直方向のジャンプトレーニングのプログレッションパターンを正しく実践し、コーチングができるようにする。	11	【到達目標】 ヒップヒンジパターンのプログレッションを正しく実践し、コーチングできるようにする。						
4	【授業単元】 (両脚)スクワット、デッドリフトパターン	12	【授業単元】 水平方向プッシュパターン						
4	【到達目標】 ジャンプの基礎として(両脚)スクワットのプログレッションパターンを正しく実践し、 コーチングができるようにする。	12	【到達目標】 水平方向プッシュパターンのプログレッションを正しく実践し、コーチングできるよう<うにする。						
5	【授業単元】 (片脚)スクワット、デッドリフトパターン	13	【授業単元】 垂直方向プッシュパターン						
5	【到達目標】 (片脚)スクワットのプログレッションパターンを正しく実践し、 コーチングができるようにする。	13	【到達目標】 垂直方向プッシュパターンのプログレッションを正しく実践し、コーチングできるよう<うにする。						
6	【授業単元】 水平方向ブル・ロウイングパターン	14	【授業単元】 ジャーク・スナッチ						
6	【到達目標】 水平方向ブル・ロウイングのプログレッションパターンを正しく実践し、 コーチングができるようにする。	14	【到達目標】 垂直プレスの応用としてジャークを正しく実践、コーチングできるよう<うにする (スナッチ)						
7	【授業単元】 垂直方向ブル・ロウイングパターン	15	【授業単元】 前期テスト						
7	【到達目標】 垂直方向ブル・ロウイングのプログレッションパターンを正しく実践し、 コーチングができるようにする。	15	【到達目標】 ・フロントスクワット(男性:60kg,女性:40kg)5回 ・懸垂(男性:BW 8回,女性:バンド8回) ・ベンチプレス(男性:50kg,女性:30kg)5回						
8	【授業単元】 プロアリティ・T-Test測定と測定に基づくトレーニングについて		【成績評価の方法と基準】						
8	【到達目標】 それを計測し、トレーニングへの考え方を理解する。		講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。						
【履修に当たっての心構え・留意点】				試験は実技試験で行う。					
特になし									

授業概要

授業概要

科目名	健康管理とスポーツ医学	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	石田 浩之・室田 智		
サブ科目名		学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間
学科・専攻	スポーツトレーナー科								
【授業を通じての到達目標】									
アスレティックトレーナーのやりがいや重要性を見つけ、専門職として必要なことはなにかを考えながら受講してほしい。内科的な知識を増やすことで、安心、安全がトレーナーとしての、担保になるようにすることを目標とする。コンディショニングに影響を与える内科的疾患を中心に専門的な知識、技術を習得する。また、内科的疾患に対して、適切な対応ができる。									
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するかも記載する)									
スポーツドクター(内科)として、代表チームで、コンディショニング管理、怪我の予防や、トレーニング方法、競技中の応急処置や怪我後のリハビリテーションを行ってきた教員が、現場での経験値や具体的な取り組みを踏まえながら、コンディションを崩す原因にもなる内科的疾患について講義を実施する。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
アスレティックトレーナー教本④					高度な内容が増えてくるので、予習、復習を行うように、習慣をつける。				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1	【授業単元】 呼吸器疾患について① 【到達目標】 呼吸について学び、循環などを含め、病気についての説明が出来る。	9	【授業単元】 感染症について 【到達目標】 感染症について、説明が出来る。						
2	【授業単元】 呼吸器疾患について② 【到達目標】 喘息について、説明が出来るようにする。	10	【授業単元】 突然死について 【到達目標】 突然死の原因の疾患について、説明が出来る。						
3	【授業単元】 消化器疾患について 【到達目標】 運動時にみられる、諸症状について説明が出来る。	11	【授業単元】 精神的なストレスにより起こりやすい疾患について 【到達目標】 過換気症候群や食事による身体への影響について、説明が出来る。						
4	【授業単元】 血液疾患について 【到達目標】 貧血について、説明が出来る。	12	【授業単元】 女性のスポーツ医学について 【到達目標】 女性に特有な特徴(生理やホルモン)や、疾患について、理解し説明出来る。						
5	【授業単元】 腎、泌尿器疾患について、説明できる 【到達目標】 運動時に見られる、腎疾患や泌尿器疾患について説明できる。	13	【授業単元】 成長期、高齢者のスポーツ医学について 【到達目標】 成長期、高齢者のスポーツ医学について理解し、説明出来る。						
6	【授業単元】 熱中症、暑熱環境について 【到達目標】 熱中症の危険な状態を理解し、説明できる。尿や横紋筋融解症、などを含めて	14	【授業単元】 メディカルチェックやドーピングについて 【到達目標】 メディカルチェックの必要性やドーピングがどうしていけないのか？						
7	【授業単元】 糖尿病について(代謝系疾患も含む) 【到達目標】 成人病の病態について、相対的に説明が出来る。	15	【授業単元】 定期試験。 【到達目標】 自分自身が理解できていないところを確認し、復習する。						
8	【授業単元】 中間試験、解説。 【到達目標】 習熟度テストを行い、自分自身で学び直す。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。						
【履修に当たっての心構え・留意点】									
特になし									

授業概要

授業概要

科目名	検査・測定と評価Ⅱ	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	山本 寛							
サブ科目名		学年	2年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
アスレティックトレーナーに必要な評価、検査測定方法の実践とスポーツ動作の観察、分析能力の向上														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するかも記載する)														
検査・測定と評価は、競技者への処置あるいはプログラム提供に先立ち実践されるものである。アスレティックトレーナーとして、業務を効果的に進めるためにも、検査・測定と評価の基本的知識を理解し、実践できる力を身につけていく。														
【使用教科書・教材・参考図書】				【授業時間外における学習】										
AT教本5巻				演習後は、技術の復習を良く行い、身につけることが望ましい。										
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1	【授業単元】 スポーツ動作の観察と分析 【到達目標】 評価におけるスポーツ動作の観察・分析の目的と意義 走動作のバイオメカニクス、動作に影響を与える機能的、体力的要因、外傷の発生機転となるようなストップ・方向転換動作の特徴とメカニズムを理解する	9	【授業単元】 アスレティックトレーナーに必要な検査測定の方法 【到達目標】 各傷害におけるHOPS評価を習得する①											
2	【授業単元】 スポーツ動作の観察と分析 【到達目標】 走動作のバイオメカニクス、動作に影響を与える機能的、体力的要因、外傷の発生機転となるようなストップ・方向転換動作の特徴とメカニズムを理解する	10	【授業単元】 アスレティックトレーナーに必要な検査測定の方法 【到達目標】 各傷害におけるHOPS評価を習得する②											
3	【授業単元】 スポーツ動作の観察と分析 【到達目標】 ストップ・方向転換動作・跳動作のバイオメカニクス、動作に影響を与える機能的、体力的要因、外傷の発生機転となるようなストップ・方向転換動作の特徴とメカニズムを理解する	11	【授業単元】 アスレティックトレーナーに必要な検査測定の方法 【到達目標】 各傷害におけるHOPS評価を習得する③											
4	【授業単元】 スポーツ動作の観察と分析 【到達目標】 投動作・あたり動作のバイオメカニクス、動作に影響を与える機能的、体力的要因、外傷の発生機転となるようなストップ・方向転換動作の特徴とメカニズムを理解する	12	【授業単元】 アスレティックトレーナーに必要な検査測定の方法 【到達目標】 スポーツ動作の評価し、動作修正に必要なアプローチを考え、実践する①											
5	【授業単元】 試験対策 【到達目標】 理論試験に向けた出題傾向を総まとめ	13	【授業単元】 アスレティックトレーナーに必要な検査測定の方法 【到達目標】 スポーツ動作の評価し、動作修正に必要なアプローチを考え、実践する②											
6	【授業単元】 中間試験・終了後の解説 【到達目標】 中間試験・終了後の解説	14	【授業単元】 アスレティックトレーナーに必要な検査測定の方法 【到達目標】 スポーツ動作の評価し、動作修正に必要なアプローチを考え、実践する③											
7	【授業単元】 アスレティックトレーナーに必要な検査測定の方法 【到達目標】 部位ごとのHOPS評価項目の整理する①	15	【授業単元】 定期試験・終了後の解説 【到達目標】 定期試験・終了後の解説											
8	【授業単元】 アスレティックトレーナーに必要な検査測定の方法 【到達目標】 部位ごとのHOPS評価項目の整理する②		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
現場での実践を想定し、積極的に授業に取り組んでほしい。														

授業概要

科目名	予防とコンディショニング(テーピング)Ⅲ	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	加納 賢治									
サブ科目名		学年	2年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間							
学科・専攻	スポーツトレーナー科															
【授業を通じての到達目標】																
一人ひとりのクライアントに合わせた対応ができるようになる。身体各部のテーピングが、対象となる外傷・障害名からの確実に実施できる。受傷部位の関節位置や筋の走行を理解し、目的に応じてテーピングを正しくかつ素早く巻くことができる。外傷・障害の程度を評価し、必要に応じて説明し、選手とコミュニケーションを取りながら実施することができる。																
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)																
10年以上スポーツ現場(サッカー、バスケ、ハンドボール)でアスレティックトレーナーとして活動してきた講師が授業を担当。テーピングの基礎的知識と必要な解剖学、外傷・障害の知識を踏まえて効果的なテーピングが行えるように授業を行う。																
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】											
アスレティックトレーナー教本⑥予防とコンディショニング					次回の授業で行うテーピングの部位の解剖を予め復習する。 授業で習得したテーピング技術の精度を上げるために授業後毎回復習する。											
コマ	授業計画	コマ	授業計画													
1	【授業単元】 肩鎖関節捻挫に対するテーピング 【到達目標】 肩鎖関節捻挫テーピングの全手技を機能的に正確に実施できる。	9	【授業単元】 確認テスト 【到達目標】 足関節基本テーピングを3分以内に正確に素早く行うことができる。 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間20点満点で評価しフィードバックに沿って復習により熟練される。													
2	【授業単元】 肩関節反復性前方脱臼に対するテーピング 【到達目標】 肩関節反復性前方脱臼テーピングの全手技を機能的に正確に実施できる。	10	【授業単元】 確認テスト 【到達目標】 足関節基本テーピングを3分以内に正確に素早く行うことができる。 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間20点満点で評価しフィードバックに沿って復習により熟練される。													
3	【授業単元】 肩鎖関節捻挫、肩関節反復性前方脱臼に対するテーピング 【到達目標】 肩鎖関節捻挫、肩関節反復性前方脱臼の全手技を機能的に正確に実施できる。	11	【授業単元】 肘関節のテーピング 【到達目標】 1年次に行った、肘MCL損傷・過伸展捻挫に対する絵テーピングの復習													
4	【授業単元】 確認テスト 【到達目標】 肩鎖関節捻挫、肩関節反復性前方脱臼のテーピングを正確に素早く行うことができる。 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間20点満点で評価しフィードバックに沿って復習により熟練される。	12	【授業単元】 上肢テーピング復習 【到達目標】 定期テストに向けてテーピングの練習をする。													
5	【授業単元】 確認テスト 【到達目標】 肩鎖関節捻挫、肩関節反復性前方脱臼のテーピングを正確に素早く行うことができる。 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間20点満点で評価しフィードバックに沿って復習により熟練される。	13	【授業単元】 期末テスト 【到達目標】 上肢のテーピングテスト 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間60点満点で評価しフィードバックに沿って復習により熟練される													
6	【授業単元】 テーピング理論試験対策 【到達目標】 理論試験に向けて、教本の内容から練習問題を実施する。	14	【授業単元】 期末テスト 【到達目標】 上肢のテーピングテスト 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間60点満点で評価しフィードバックに沿って復習により熟練される													
7	【授業単元】 テーピング理論試験対策 【到達目標】 理論試験に向けて、教本の内容から練習問題を実施する。	15	【授業単元】 期末テスト振り返り 【到達目標】 定期テストできなかった部分、課題となったテーマを決め克服できるよう復習する。													
8	【授業単元】 足関節基本テーピング復習 【到達目標】 確認テストに向けてテーピングの練習をする		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、確認テストを40点(授業評価含む)、期末テストを60点で両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は実技試験で行う。													
【履修に当たっての心構え・留意点】																
現場で実際にテーピングを行うことをイメージする																

授業概要

科目名	予防とコンディショニング(テーピング)IV	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	加納 賢治									
サブ科目名		学年	2年	授業形態	演習	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間							
学科・専攻	スポーツトレーナー科															
【授業を通じての到達目標】																
一人ひとりのクライアントに合わせた対応ができるようになる。教本に載っているテーピングの基礎的知識を学科試験で表現できるように学ぶ。テーピングの技術が実技試験合格レベルへ到達する。現場に出て選手から安心してテーピングを任されるよう、技術だけでなく、説明・対応・姿勢にも意識を配ることが出来る。																
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)																
10年以上スポーツ現場(サッカー、バスケ、ハンドボール)でアスレティックトレーナーとして活動してきた講師が授業を担当。テーピングの基礎的知識と必要な解剖学、外傷・障害の知識を踏まえて効果的なテーピングを行えるように授業を行う。																
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】											
アスレティックトレーナー教本⑥予防とコンディショニング					次回の授業で行うテーピングの部位の解剖を予め復習する。 授業で習得したテーピング技術の精度を上げるために授業後毎回復習する。											
コマ	授業計画	コマ	授業計画													
1	【授業単元】 足底筋膜炎に対するテーピング 【到達目標】 足底筋膜炎に対するテーピングの全手技を機能的に正確に実施できる。		【授業単元】 確認テスト													
2	【授業単元】 膝関節靭帯損傷に対するテーピング 【到達目標】 膝関節靭帯損傷に対するテーピングの全手技を機能的に正確に実施できる。	9	【到達目標】 上肢・下肢テーピングテスト 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間 40点満点で評価しフィードバックに沿って復習しより熟練される													
3	【授業単元】 膝関節靭帯損傷に対するテーピング 【到達目標】 膝関節靭帯損傷に対するテーピングの全手技を機能的に正確に実施できる。	10	【授業単元】 確認テスト													
4	【授業単元】 足関節底屈・背屈制限テーピング 【到達目標】 足関節底屈・背屈制限テーピングの全手技を機能的に正確に実施できる。	11	【到達目標】 上肢・下肢テーピングテスト 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間 40点満点で評価しフィードバックに沿って復習しより熟練される													
5	【授業単元】 テーピング理論試験対策 【到達目標】 理論試験に向けて、教本の内容から練習問題を実施する。	12	【授業単元】 確認テスト振り返り / 下肢テーピング復習 【到達目標】 定期テストに向けてテーピングの練習をする。													
6	【授業単元】 テーピング理論試験対策 【到達目標】 理論試験に向けて、教本の内容から練習問題を実施する。	13	【授業単元】 期末テスト 【到達目標】 下肢のテーピングテスト 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間 60点満点で評価しフィードバックに沿って復習しより熟練される													
7	【授業単元】 テーピング復習 【到達目標】 確認テストに向けてテーピングの練習をする	14	【授業単元】 期末テスト 【到達目標】 下肢のテーピングテスト 評価の内容は①テーピングの目的にあった正確性②強度や技術③時間 60点満点で評価しフィードバックに沿って復習しより熟練される													
8	【授業単元】 テーピング復習 【到達目標】 確認テストに向けてテーピングの練習をする	15	【授業単元】 期末テスト振り返り 【到達目標】 期末テストできなかった部分、課題となったテーマを決め克服できるよう復習する。													
【履修に当たっての心構え・留意点】					【成績評価の方法と基準】											
現場で実際にテーピングを行うことをイメージする					講義全体を100点満点とし、確認テストを40点(授業評価含む)、期末テストを60点で両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は実技試験で行う。											

授業概要

科目名	キャリア教育講座Ⅲ	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	塩田 杏実						
サブ科目名													
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間				
【授業を通じての到達目標】													
プロとして必要な知識・技術・情報を習得し、自立した職業人になるためのスキルを高める 社会人としての基礎的なスキルを身につける 目標・目的を設定し、達成に向けての仕組みを作り、挑戦する													
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) 社会人としての基礎力を身につける授業を行う 自ら考える力、問題解決力を身につけ、スポーツ現場または社会で必要とされる人間になるためのマインドを身につける													
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】								
iPad,PC等のデバイス Handbook of Life Style					学校行事の準備を授業外で行う場合があるが、積極的に参加すること。								
コマ	授業計画				コマ	授業計画							
1 4/16	【授業単元】 オリエンテーション 【到達目標】 ・キャリア教育講座の目的を理解して、2年生の過ごし方を理解できる ・目指す就職先内定・資格取得の実現にむけて具体的な行動に落とし込み行動できるよう目的を整理し、目標を考える				9 6/18	【授業単元】 学園祭の準備をする② 【到達目標】 クラスで協力し、学園祭の準備を進めることができる							
2 4/23	【授業単元】 ・資格取得に向けた仕組み作り ・小テスト 【到達目標】 ・実行し続けるために必要な個人のルール・クラスのルールを決める ・自分の性格を理解し、合った勉強方法を見つける ・到達度確認小テストの実施を行い現在の学習状況の確認を把握する				10 6/25	【授業単元】 学園祭の準備をする③ 【到達目標】 クラスで協力し、学園祭の準備を進めることができる							
3 5/7	【授業単元】 就職活動における面接対策 【到達目標】 就職活動の面接において注意点を理解して面接に臨むことができる				11 7/2	【授業単元】 学園祭振り返り 【到達目標】 学園祭を振り返り、「報い、讃え、認め合う」ことができる							
4 5/14	【授業単元】 企業説明会① 【到達目標】 企業説明会に参加し、企業の理念・ミッション・行動指針・求人情報等を理解し、自身のキャリアパスをイメージする				12 7/9	【授業単元】 企業説明会② 【到達目標】 企業説明会に参加し、企業の理念・ミッション・行動指針・求人情報等を理解し、自身のキャリアパスをイメージする							
5 5/21	【授業単元】 球技大会の準備をする(出場種目決定) 【到達目標】 クラスで協力して楽しむためのキーワード・ルールを決め、言語化できる				13 7/16	【授業単元】 企業説明会③ 【到達目標】 企業説明会に参加し、企業の理念・ミッション・行動指針・求人情報等を理解し、自身のキャリアパスをイメージする							
6 5/28	【授業単元】 ・到達度確認テスト ・模試理解 【到達目標】 ・到達度確認テストの実施を行い現在の学習状況の確認を把握する ・模試と月末到達度確認テストの実施理由と活用方法を考える				14 7/23	【授業単元】 就職活動予定表作成 【到達目標】 これまで参加した企業説明会を振り返り、自分がどのよう道に進んでいくかを考え、夏季休暇中に面接まで行えるような行動予定表を作成する							
7 6/4	【授業単元】 球技大会の振り返りを行う 【到達目標】 球技大会を振り返り、チームで「報い、讃え、認め合う」ことができる				15 7/30	【授業単元】 前期の振り返り 定期試験 【到達目標】 前期の学びを振り返り、定期試験で発揮することができる							
8 6/11	【授業単元】 学園祭の準備をする① 【到達目標】 セルフマネジメント・チームマネジメント・プロジェクトマネジメントについて理解し、発揮することができる 学園祭実施に向けて目的を理解できる				【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。								
【履修に当たっての心構え・留意点】					社会人基礎力を育てる科目です。主体的に参加をしてください。								

授業概要

科目名	キャリア教育講座Ⅳ	必修選択の別	選択	開講区分	通年(後期)	担当教員	塩田 杏実							
サブ科目名		学年	2年	授業形態	講義	総単位数	2 単位	総時間数	30 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
プロとして必要な知識・技術・情報を習得し、自立した職業人になるためのスキルを高める 社会人としての基礎的なスキルを身につける 目標・目的を設定し、達成に向けての仕組みを作り、挑戦する														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) 社会人としての基礎力を身につける授業を行う 自ら考える力、問題解決力を身につけ、スポーツ現場または社会で必要とされる人間になるためのマインドを身につける														
【使用教科書・教材・参考図書】 iPad,PC等のデバイス Handbook of Life Style					【授業時間外における学習】 学校行事の準備を授業外で行う場合があるが積極的に参加すること。									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1 9/10	【授業単元】 後期授業オリエンテーション 前期の振り返り、卒業までの目標を考える 【到達目標】 卒業までの半年で実施すべき項目を整理し、具体的な行動を明確にする。	9 11/5	【授業単元】 ・AT理論試験振り返り ・スポーツ大会の準備(出場種目決定) 【到達目標】 ・AT理論試験を振り返り、自身や仲間を認め合う。また今後行うべき行動を理解する ・「リーダーシップ・フォローアップ・フェローシップ」それぞれの力を理解し、発揮することができる											
2 9/17	【授業単元】 AT試験対策 【到達目標】 問題を回答するスピード・精度の向上へつなげるために、印刷物を読んで理解することに慣れることができる。	10 11/19	【授業単元】 就職状況確認 【到達目標】 就職活動を振り返り、内定を持っている人は成功要因を説明できるようする。内定がない人は今後必要な活動を理解して行動に移すことができる。											
3 9/24	【授業単元】 AT試験対策 【到達目標】 問題を回答するスピード・精度の向上へつなげるために、印刷物を読んで理解することに慣れることができる。	11 11/26	【授業単元】 AT実習報告会準備(資料作成・発表に関して) 【到達目標】 AT実習報告会の発表のプレゼンテーションの際に注意するべきことを理解し、資料を作成する											
4 10/1	【授業単元】 AT試験対策 【到達目標】 過去問を解き、自身の足りない知識やスキルを明確にするとともに、合格のイメージを持つ	12 12/3	【授業単元】 AT実習報告会準備(プレゼンテーション) 【到達目標】 AT実習報告会で人を惹きつける話し方の方法を学び実践することができる。											
5 10/8	【授業単元】 AT試験対策 【到達目標】 過去問を解き、自身の足りない知識やスキルを明確にするとともに、合格のイメージを持つ	13 12/10	【授業単元】 AT実習報告会リハーサル 【到達目標】 AT実習報告会で問題なく、発表できるようになる。											
6 10/16	【授業単元】 AT試験対策 【到達目標】 過去問を解き、自身の足りない知識やスキルを明確にするとともに、合格のイメージを持つ	14 12/17	【授業単元】 クラスへの感謝を行う 【到達目標】 2年間一緒に学んできたクラスメイトに感謝を伝え、今後の社会人になっても関係性が続くような仲間づくりを行う。											
7 10/22	【授業単元】 AT試験対策 【到達目標】 過去問を解き、自身の足りない知識やスキルを明確にするとともに、合格のイメージを持つ	15 1/21	【授業単元】 後期の振り返り 定期試験 【到達目標】 後期の学びを振り返り、定期試験で発揮することができる											
8 10/29	【授業単元】 AT理論試験決起会 【到達目標】 ATの理論試験に向けてモチベーションをあげて試験に向かえるようになる。		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験で行う。											
【履修に当たっての心構え・留意点】 社会人基礎力を育てる科目です。主体的に参加をしてください。														

授業概要

科目名	学内実習ⅢA	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	森川稔之		
サブ科目名	火曜クラブチームトレーニングゼミ						2 単位	総時間数	60 時間
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	2年	授業形態	実習	総単位数			
【授業を通じての到達目標】									
スポーツ(サッカー、野球)選手の怪我を予防し、選手のパフォーマンスを維持・向上するために必要な知識・技術、態度を習得する。スポーツ(サッカー、野球)選手に携わるスタッフ全体の役割を理解し、その一員としてフィジカルトレーナー(ストレングス&コンディショニングコーチ)の役割を理解する。スポーツ(サッカー、野球)選手に信頼されるため、ニーズを聞き出すカウンセリング力を含めた、コミュニケーション能力を身に付ける。□									
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)									
サッカー、バスケットボール、野球、ラクロス、少林寺拳法など、様々な競技の生徒からトップアスリートまで指導してきた経験を持つ教員が、その経験とスポーツ医科学の最新の情報を元に、スポーツ、トレーナー業界に貢献できる人財の養成を目的として授業を行う。情報インプットするための授業ではなく、座学で学んだ知識を、育成年代の選手に指導することがメインとなる授業である。実際の指導を経験しながら学ぶことで、トレーナーの仕事のやりがいや役割を理解し、自分の強みは何なのかを見つけ出しながら受講することができる。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
アスレティックトレーナー教本 ⑤検査・測定と評価、⑥コンディショニング 日本トレーニング指導者協会 トレーニング指導教本					トレーニング種目のマニュアルを読み、目的、手順、ポイント、注意点を理解する。選手に指導するためのロールプレイ練習を行う。				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1・2	【授業単元】 フィットネステストと評価 【到達目標】 選手のフィットネステストをアスレティックトレーナー教本に基づき実施することができる。	17・18	【授業単元】 トレーニング実践④ 【到達目標】 トレーニングの見本・手本を、説明をしながら自らが見せられるようになる。						
3・4	【授業単元】 トレーニングにおける動作評価③ 【到達目標】 トレーニングの動作において、骨、筋肉、関節がどのように動いているかイメージすることができる。	19・20	【授業単元】 トレーニング指導におけるキューエィング③ 【到達目標】 トレーニングの目的、手順を相手に合わせてわかりやすく説明できる。						
5・6	【授業単元】 機能解剖学③ 【到達目標】 機能解剖学に基づく動作をわかりやすく説明できる。 ・前額面、矢状面、水平面 ・屈曲、伸展、内転、外転、内旋、外旋 等	21・22	【授業単元】 トレーニング指導におけるキューエィング④ 【到達目標】 トレーニングの目的、手順、ポイント、注意点を相手に合わせてわかりやすく説明できる。						
7・8	【授業単元】 機能解剖学④ 【到達目標】 機能解剖学に基づく動作をわかりやすく説明できる。 ・前額面、矢状面、水平面 ・屈曲、伸展、内転、外転、内旋、外旋 等□	23・24	【授業単元】 カウンセリング③ 【到達目標】 選手の情報とニーズを引き出す力を身に付ける。 ・カウンセリングの手順を理解する。 ・カウンセリングのポイント(メラビアンの法則、傾聴スキル等)を理解する。						
9・10	【授業単元】 トレーニングの基礎理論④□ 【到達目標】 トレーニングの基礎理論をわかりやすく説明できる。 ・トレーニングの原理原則□ □	25・26	【授業単元】 カウンセリング④ 【到達目標】 選手の情報とニーズを引き出す力を身に付ける。 ・カウンセリングの手順に基づいて、情報とニーズを引き出すことができる。 ・カウンセリングのスキルを活用して、情報とニーズを引き出すことができる。						
11・12	【授業単元】 トレーニングの基礎理論⑤ 【到達目標】 トレーニングの基礎理論をわかりやすく説明できる。 ・エネルギー供給のシステム、負荷設定	27・28	【授業単元】 トレーニングにおける動作評価④ 【到達目標】 動作評価の視点を相手に合わせてわかりやすく説明できるようになる。 ・代償(機能的でない)動作の理解と解説						
13・14	【授業単元】 トレーニングの基礎理論⑥ 【到達目標】 トレーニングの基礎理論をわかりやすく説明できる。 ・テコの原理(バイオメカニクス) ・超回復(生理学)	29・30	【授業単元】 フィットネステストと評価 【到達目標】 選手のフィットネステストをアスレティックトレーナー教本に基づき実施することができる。						
15・16	【授業単元】 トレーニング実践③ 【到達目標】 トレーニングの見本・手本を、説明をしながら自らが見せられる。		【成績評価の方法と基準】 科目全体を100点満点とし、事前課題(選手へのプログラム案作成)を40点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を60点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。D以上で単位認定する。70%以上の出席率に満たない場合は定期試験の受験資格を喪失しEとする。						
【履修に当たっての心構え・留意点】									
・選手の成長をサポートするために、最善のプログラムを考える。 ・選手の見本、手本となるように自分でも考えたプログラムを実践する。									

授業概要

科目名	学内実習IVA	必修選択の別	必修選択	開講区分	後期	担当教員	森川稔之							
サブ科目名	火曜クラブチームトレーニングゼミ	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	総時間数	60 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
スポーツ(サッカー、野球)選手の怪我を予防し、選手のパフォーマンスを維持・向上するために必要な知識・技術、態度を習得する。スポーツ(サッカー、野球)選手に携わるスタッフ全体の役割を理解し、その一員としてフィジカルトレーナー(ストレングス&コンディショニングコーチ)の役割を理解する。スポーツ(サッカー、野球)選手に信頼されるため、ニーズを聞き出すカウンセリング力を含めた、コミュニケーション能力を身に付ける。□														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
サッカー、バスケットボール、野球、ラクロス、少林寺拳法など、様々な競技の生徒からトップアスリートまでを指導してきた経験を持つ教員が、その経験とスポーツ医科学の最新の情報を元に、スポーツ、トレーナー業界に貢献できる人財の養成を目的として授業を行う。情報をインプットするための授業ではなく、座学で学んだ知識を、育成年代の選手に指導することがメインとなる授業である。実際の指導を経験しながら学ぶことで、トレーナーの仕事のやりがいや役割を理解し、自分の強みは何なのかを見つけ出しながら受講することができる。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
アスレティックトレーナー教本 ⑤検査・測定と評価、⑥コンディショニング 日本トレーニング指導者協会 トレーニング指導教本					トレーニング種目のマニュアルを読み、目的、手順、ポイント、注意点を理解する。選手に指導するためのロールプレイ練習を行う。									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1・2	【授業単元】 トレーニングにおける動作評価④ 【到達目標】 動作評価の視点を理解する。	17・18	【授業単元】 動作評価④ 【到達目標】 動作を評価する視点を相手に合わせて説明できる。 ・身体測定と評価 ・FMS、SFMA等のシステム											
3・4	【授業単元】 トレーニングにおける動作評価⑤ 【到達目標】 トレーニングの動作において、骨、筋肉、関節がどのように動いているかイメージすることができる。	19・20	【授業単元】 トレーニングプログラム作成③ 【到達目標】 選手のトレーニングプログラムを自ら作成し、選手が目標を達成するためのトレーニング指導ができる。											
5・6	【授業単元】 トレーニング動作へのフィードバック② 【到達目標】 トレーニング動作へのフィードバックの方法を相手に合わせて説明できる。 ・内在的／外在的フィードバック ・KR／KP	21・22	【授業単元】 トレーニングプログラム作成④ 【到達目標】 選手のトレーニングプログラムを自ら作成し、選手が目標を達成するためのトレーニング指導ができる。											
7・8	【授業単元】 トレーニングにおける代償動作の修正③ 【到達目標】 代償(機能的でない)動作の修正方法を相手に合わせて説明できる。	23・24	【授業単元】 トレーニング指導実践⑥ 【到達目標】 競技パフォーマンスに繋がるトレーニングプログラムを作成し、選手の身体の状況に応じて、臨機応変に強度やプログラムを変更することができる。											
9・10	【授業単元】 トレーニングにおける代償動作の修正④ 【到達目標】 代償(機能的でない)動作の修正方法を相手に合わせて説明できる。	25・26	【授業単元】 トレーニング指導実践⑦ 【到達目標】 競技パフォーマンスに繋がるトレーニングプログラムを作成し、選手の身体の状況に応じて、臨機応変に強度やプログラムを変更することができる。											
11・12	【授業単元】 姿勢評価③ 【到達目標】 静的姿勢評価の基準を相手に合わせて説明できる。	27・28	【授業単元】 トレーニングプログラム作成⑤ 【到達目標】 選手のトレーニングプログラム作成方法を相手に合わせて説明できる。											
13・14	【授業単元】 姿勢評価④ 【到達目標】 静的姿勢評価の実施方法を相手に合わせて説明できる。	29・30	【授業単元】 フィットネステストと評価 【到達目標】 選手のフィットネステストをアスレティックトレーナー教本に基づき実施することができる。											
15・16	【授業単元】 動作評価③ 【到達目標】 動作を評価する視点を相手に合わせて説明できる。 ・身体の測定と評価 ・FMS、SFMA等のシステム		【成績評価の方法と基準】 科目全体を100点満点とし、事前課題(選手へのプログラム案作成)を40点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を60点の配点とし、両者の合計点でA～Fの6段階で評価する。D以上で単位認定する。70%以上の出席率に満たない場合は定期試験の受験資格を喪失しEとする。											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
・選手の成長をサポートするために、最善のプログラムを考える。 ・選手の見本、手本となるように自分でも考えたプログラムを実践する。														

授業概要

科目名	学内実習ⅢA	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	小林 直生 岩井 桜子										
サブ科目名	トレーナーステーションゼミ	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	総時間数	60 時間								
学科・専攻	スポーツトレーナー科																
【授業を通じての到達目標】																	
アスレティックトレーナーの役割や業務を理解する 現場で必要な知識や技術を習得し、傷害評価やアスレティックリハビリテーションを実施できる																	
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) スポーツチームやスポーツ選手に対してアスレティックトレーナーとして様々なサポートを行っている講師が、アスレティックトレーナーの役割や業務についての理解や、現場で必要な知識や技術、現場力を習得するための授業を行う。																	
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】												
AT教本					トレーナーステーションでの現場実習への参加 現場実習で実施できる手技の練習												
コマ	授業計画	コマ	授業計画														
1.2	【授業単元】 オリエンテーション 【到達目標】 トレーナーステーションゼミの目的や目標を再確認する	17.18	【授業単元】 傷害評価 各論「大腿・下腿」触診・ROM・MMT・整形外科テスト 【到達目標】 大腿・下腿部の傷害評価方法について理解し実践する														
3.4	【授業単元】 テーピング実技 【到達目標】 足関節「AT基本」を2分以内で実施する	19.20	【授業単元】 傷害評価 各論「膝関節」基礎解剖学 【到達目標】 膝関節の基礎解剖・運動機能について理解する														
5.6	【授業単元】 アスレティックトレーナーの役割 トレーナーステーションゼミ、現場実習について 【到達目標】 アスレティックトレーナーの役割や業務内容について理解する トレーナーステーションゼミ、現場実習の仕組みについて理解する	21.22	【授業単元】 傷害評価 各論「膝関節」触診・ROM・MMT・整形外科テスト 【到達目標】 膝関節の傷害評価方法について理解し実践する														
7.8	【授業単元】 傷害評価概論 【到達目標】 傷害評価について意義や目的などについて理解する	23.24	【授業単元】 傷害評価 各論「股関節」基礎解剖学 【到達目標】 股関節の基礎解剖・運動機能について理解する														
9.10	【授業単元】 傷害評価 各論「足関節」基礎解剖学 【到達目標】 足関節の基礎解剖・運動機能について理解する	25.26	【授業単元】 傷害評価 各論「股関節」触診・ROM・MMT・整形外科テスト 【到達目標】 股関節の傷害評価方法について理解し実践する														
11.12	【授業単元】 傷害評価 各論「足関節」触診 【到達目標】 足関節の傷害評価における触診について理解し実践する	27.28	【授業単元】 熱中症の基礎知識と対応方法 【到達目標】 熱中症についての知識を習得し、現場での対応を理解する														
13.14	【授業単元】 傷害評価 各論「足関節」ROM・MMT・整形外科テスト 【到達目標】 足関節の傷害評価方法について理解し実践する	29.30	【授業単元】 脳振盪の基礎知識と対応方法 【到達目標】 脳振盪についての知識を習得し、現場での対応を理解する														
15.16	【授業単元】 傷害評価 各論「大腿・下腿」基礎解剖学 【到達目標】 大腿・下腿部の基礎解剖・運動機能について理解する		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、実技テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況・現場実習単位など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 実技テストは10点満点を6項目行う。														
【履修に当たっての心構え・留意点】																	
好奇心、向上心、挑戦心、積極性、主体性を持って取り組む																	

授業概要

科目名	学内実習IVA	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	小林 直生 岩井 桜子		
サブ科目名	トレーナーステーションゼミ	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	総時間数	60 時間
学科・専攻	スポーツトレーナー科								

【授業を通じての到達目標】

アスレティックトレーナーの役割や業務を理解する
現場で必要な知識や技術を習得し、傷害評価やアスレティックリハビリテーションを実施できる

【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)

スポーツチームやスポーツ選手に対してアスレティックトレーナーとして様々なサポートを行っている講師が、アスレティックトレーナーの役割や業務についての理解や、現場で必要な知識や技術、現場力を習得するための授業を行う。

【使用教科書・教材・参考図書】

【授業時間外における学習】	
AT教本	トレーナーステーションでの現場実習への参加 現場実習で実施できる手技の練習
コマ	授業計画
1.2	【授業単元】 夏期活動報告会 前期振り返り 【到達目標】 現場実習での活動報告 前期での講義や現場実習の振り返り
3.4	【授業単元】 傷害評価 各論「体幹」 基礎解剖学 【到達目標】 体幹の基礎解剖・運動機能について理解する
5.6	【授業単元】 傷害評価 各論「体幹」 触診・ROM・MMT・整形外科テスト 【到達目標】 体幹の傷害評価方法について理解し実践する
7.8	【授業単元】 傷害評価 各論「肩関節」 基礎解剖学 【到達目標】 肩関節の基礎解剖・運動機能について理解する
9.10	【授業単元】 傷害評価 各論「肩関節」 触診・ROM・MMT・整形外科テスト 【到達目標】 肩関節の傷害評価方法について理解し実践する
11.12	【授業単元】 傷害評価 各論「上肢」 基礎解剖学 【到達目標】 肘関節・手関節・手指の基礎解剖・運動機能について理解する
13.14	【授業単元】 傷害評価 各論「上肢」 触診・ROM・MMT・整形外科テスト 【到達目標】 肘関節・手関節・手指の傷害評価方法について理解し実践する
15.16	【授業単元】 アスレティックリハビリテーション概論 【到達目標】 アスレティックリハビリテーションについて意義や目的などについて理解する
【成績評価の方法と基準】	
講義全体を100点満点とし、実技テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況・現場実習単位など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 実技テストは10点満点を6項目行う。	
【履修に当たっての心構え・留意点】	
好奇心、向上心、挑戦心、積極性、主体性を持って取り組む	

授業概要

科目名	スポーツコラボ実習ⅢC	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	北澤 嶽		
サブ科目名	品川エトワールゼミ	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	3 単位	総時間数	90 時間
学科・専攻	スポーツトレーナー科 <th data-kind="ghost"></th>								
【授業を通じての到達目標】									
高校のバレーボール部に対するトレーナーサポートを通して、アスレティックトレーナーに必要な知識・技術・人間性を身につけることで、スポーツ現場における即戦力となる。									
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)									
Bリーグ下部組織でのアスレティックトレーナー経験と医療機関において理学療法士としての経験を持つ講師が、傷害予防のためのエクササイズやパフォーマンスアップのためのトレーニング方法を学生に教授する。									
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】				
公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑥					ゼミメンバーで常にコミュニケーションを取り合い、トレーニングメニューなどを振り返り、指導実践できるようにしておくこと。				
コマ	授業計画	コマ	授業計画						
1~3	【授業単元】 オリエンテーション 【到達目標】 チームに求められていることを把握し、それに対する解決策が提案できる	25~27	【授業単元】 指導実践8 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる						
4~6	【授業単元】 指導実践1 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる	28~30	【授業単元】 指導実践9 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる						
7~9	【授業単元】 指導実践2 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる	31~33	【授業単元】 指導実践10 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる						
10~12	【授業単元】 指導実践3 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる	34~36	【授業単元】 指導実践11 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる						
13~15	【授業単元】 指導実践4 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる	37~39	【授業単元】 指導実践12 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる						
16~18	【授業単元】 指導実践5 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる	40~42	【授業単元】 指導実践13 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる						
19~21	【授業単元】 指導実践6 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる	43~45	【授業単元】 指導実践14 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる						
22~24	【授業単元】 指導実践7 【到達目標】 傷害予防のための指導が実践できる								
【履修に当たっての心構え・留意点】					【成績評価の方法と基準】				
事前準備をしっかり確認してのぞむこと。					出席30%・ゼミ内での座学での発言30%・指導実践40%				

授業概要

科目名	学内実習ⅢA 学内実習ⅢB	必修 選択の別	選択	開講 区分	後期	担当 教員	北澤 嶽							
サブ科目名	品川エトワールゼミ	学年	2年	授業 形態	実習	総単位数	3 単位	総時間数	90 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
高校のバレーボール部に対するトレーナーサポートを通して、アスレティックトレーナーに必要な知識・技術・人間性を身につけることで、スポーツ現場における即戦力となる。														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
Bリーグ下部組織でのアスレティックトレーナー経験と医療機関において理学療法士としての経験を持つ講師が、傷害予防のためのエクササイズやパフォーマンスアップのためのトレーニング方法を学生に教授する。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑥					ゼミメンバーで常にコミュニケーションを取り合い、トレーニングメニューなどを振り返り、指導実践できるようにしておくこと。									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1~3	【授業単元】 指導内容の振り返り	25~27	【授業単元】 指導実践8											
	【到達目標】 チームに求められていることを把握し、それに対する解決策が提案できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
4~6	【授業単元】 指導実践1	28~30	【授業単元】 指導実践9											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
7~9	【授業単元】 指導実践2	31~33	【授業単元】 指導実践10											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
10~12	【授業単元】 指導実践3	34~36	【授業単元】 指導実践11											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
13~15	【授業単元】 指導実践4	37~39	【授業単元】 指導実践12											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
16~18	【授業単元】 指導実践5	40~42	【授業単元】 指導実践13											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる											
19~21	【授業単元】 指導実践6	43~45	【授業単元】 まとめと振り返り											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる		【到達目標】 ゼミを通して得られた知識・技術をどの現場でも実践できるようになる											
22~24	【授業単元】 指導実践7		【成績評価の方法と基準】 出席30%・ゼミ内での座学での発言30%・指導実践40%											
	【到達目標】 パフォーマンスアップのための指導が実践できる													
【履修に当たっての心構え・留意点】														
事前準備を忘れずにのぞむこと。														

授業概要

科目名	スポーツコラボ実習ⅢC	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	金井 元希							
サブ科目名	高輪台高校サッカーゼミ	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	3 単位	総時間数	90 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
トレーナー以前に「人」として自分や仲間と向き合い、重宝される人財になる。 授業を通して、一つの現場とスタイルを知る。 活動を通じて、教員が指導している内容・狙いを理解し、TTTP出来るようになる。														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
サッカー現場での指導歴10年以上を数えプロ選手も輩出している講師が、実際に行っている指導や考え方などについて伝えていく。 フィジカルトレーナーとして必要な知識(ビリオダイゼーションや動作トレーニングを中心)を身につけながら、指導を実践していく中で現場で指導を行える人財として成長していく。知識に偏らず、仕事をしていく上で大切な「人」としての成長を何よりも大切にする。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
適宜、資料を配布します。					現場での見学、実践。									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1-3	【授業単元】 オリエンテーション	25-27	【授業単元】 「フットボールコンディショニングトレーニング2」	【到達目標】 ◇この授業について理解し、次回より最大限活用し自己成長出来る。 ◇次回以降の現場において、必要なマインドや準備が出来る ◇3回目授業において、2年生から1年生へ授業内容を伝達出来る										
	【到達目標】		【到達目標】	◇フットボールコンディショニングにおけるトレーニングの考え方を理解できる。										
4-6	【授業単元】 オリエンテーション2	28-30	【授業単元】 「フットボールコンディショニングトレーニング3」	【到達目標】	◇実際の自分の将来像を真剣に描き、何をすべきか明確化する。 ◇「自分の現在位置」を知り、理想に近づける道筋を知る。 ◇指導実践を重ね、実際の現場での指導力を上げる。									
	【到達目標】		【到達目標】	◇フットボールコンディショニングにおけるトレーニングの考え方を理解できる。										
7-9	【授業単元】 1年生オリエンテーション	31-33	【授業単元】 「現場でのトレーニングの紹介」&2年生ディスカッション	【到達目標】	◇2年生から1年生への授業の授業内容が共有できる。 ◇それを元に、1年生のこの授業での達成目標が立てられる。									
	【到達目標】		【到達目標】	◇現場で指導しているトレーニングにおける構造やポイントを理解する。 ◇それを元に指導実践を行い、実際に指導が出来るようになる。 ◇実習で抱えている課題・情報など経験を共有し、レベルアップする										
10-12	【授業単元】 「フットボール論1」-フットボールピリオダイゼーションより-	34-36	【授業単元】 前期の振り返り、後期に向けて	【到達目標】	◇フットボールピリオダイゼーションによる「サッカー」というものを、言語化された中で理解することができる。 ◇その理論を元に、サッカーを分析する眼を養う準備ができる。									
	【到達目標】		【到達目標】	◇前期の課題を発見し、後期に向けて対策を立てられるようになる。										
13-15	【授業単元】 「フットボール論2」-フットボールピリオダイゼーションより-	37-39	【授業単元】 前期授業の復習	【到達目標】	◇フットボールピリオダイゼーションによる「サッカー」というものを、言語化された中で理解することができる。 ◇その理論を元に、サッカーを分析する眼を養う準備ができる。									
	【到達目標】		【到達目標】	◇前期に学習した内容の整理ができ、自身で理解することができる。										
16-18	【授業単元】 「現場でのトレーニングの紹介」&2年生ディスカッション	40-42	【授業単元】 前期期末テスト	【到達目標】	◇現場で指導しているトレーニングにおける構造やポイントを理解する。 ◇それを元に指導実践を行い、実際に指導が出来るようになる。 ◇実習で抱えている課題・情報など経験を共有し、レベルアップする。									
	【到達目標】		【到達目標】	◇合格点を取る。										
19-21	【授業単元】 「フットボールフィットネス」-フットボールピリオダイゼーションより-	43-45	【授業単元】 テスト振り返り	【到達目標】	◇アクション理論を元にしたサッカーのフィットネスの考察方法を理解する。 ◇アクション理論における言葉を定義し、フットボールの言語として、フィットネスを捉えられるようになる。									
	【到達目標】		【到達目標】	◇自分の不足部分を把握し、改善に繋がる計画や取組みのイメージが出来る。										
22-24	【授業単元】 「フットボールコンディショニングトレーニング1」		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(出席率)を40点の配点とし、両方の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験or実技テスト、またはその両方にて行う。	【到達目標】	◇フットボールコンディショニングにおけるトレーニングの考え方を理解できる。									
	【到達目標】		【到達目標】	◇フットボールコンディショニングにおけるトレーニングの考え方を理解できる。										
【履修に当たっての心構え・留意点】														
特になし														

授業概要

科目名	学内実習ⅢA 学内実習ⅢB	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	金井 元希							
サブ科目名	高輪台高校サッカーゼミ	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	3 単位	総時間数	90 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
トレーナー以前に「人」として自分や仲間と向き合い、重宝される人財になる。 授業を通して、一つの現場とスタイルを知る。 活動を通じて、教員が指導している内容・狙いを理解し、TTP出来るようになる。														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) サッカー現場での指導歴10年以上を数えプロ選手も輩出している講師が、実際に行っている指導や考え方などについて伝えていく。 フィジカルトレーナーとして必要な知識(ビリオダイゼーションや動作トレーニングを中心)を身につけながら、指導を実践していく中で現場で指導を行える人財として成長していく。知識に偏らず、仕事をしていく上で大切な「人」としての成長を何よりも大切にする。														
【使用教科書・教材・参考図書】		【授業時間外における学習】												
適宜、資料を配布します。		現場での見学、実践。												
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1-3	【授業単元】 「サッカーリハビリテーション1」	25-27	【授業単元】 「フットボールリハビリテーションについて 2」	【到達目標】										
	【到達目標】 ◇フットボールを生理学の観点から分析・整理することができる。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。		【到達目標】 ◇ビリオダイゼーションにおける重要性や効用を理解する。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。											
4-6	【授業単元】 「サッカーリハビリテーション2」	28-30	【授業単元】 「フットボールリハビリテーションについて 3」	【到達目標】										
	【到達目標】 ◇フットボールを生理学の観点から分析・整理することができる。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。		【到達目標】 ◇ビリオダイゼーションにおける重要性や効用を理解する。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。											
7-9	【授業単元】 「サッカーリハビリテーション3」	31-33	【授業単元】 「実際にビリオダイゼーションを組む」	【到達目標】										
	【到達目標】 ◇フットボールを生理学の観点から分析・整理することができる。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。		【到達目標】 ◇学習した内容を踏まえて、実際に自分で計画を作成する。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。											
10-12	【授業単元】 「現場でのトレーニングの紹介」&2年生ディスカッション	34-36	【授業単元】 「実際にビリオダイゼーションを組む」	【到達目標】										
	【到達目標】 ◇現場で指導しているトレーニングにおける構造やポイントを理解する。 ◇それを元に指導実践を行い、実際に指導が出来るようになる。		【到達目標】 ◇学習した内容を踏まえて、実際に自分で計画を作成する。											
13-15	【授業単元】 「トレーニングメソッドの紹介1」	37-39	【授業単元】 「実際にビリオダイゼーションを組む」	【到達目標】										
	【到達目標】 ◇実際に活用されているメソッドの構造を理解し、自分で組めるようになる。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。		【到達目標】 ◇学習した内容を踏まえて、実際に自分で計画を作成する。											
16-18	【授業単元】 「トレーニングメソッドの紹介2」	40-42	【授業単元】 後期期末テスト	【到達目標】										
	【到達目標】 ◇実際に活用されているメソッドの構造を理解し、自分で組めるようになる。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。		【到達目標】 ◇現場で指導しているトレーニングにおける構造やポイントを理解する。 ◇それを元に指導実践を行い、実際に指導が出来るようになる。											
19-21	【授業単元】 「トレーニングメソッドの紹介3」	43-45	【授業単元】 テスト振り返り	【到達目標】										
	【到達目標】 ◇実際に活用されているメソッドの構造を理解し、自分で組めるようになる。 ◇指導実践を重ね、現場における指導力を上げていく。		【到達目標】 ◇現場で指導しているトレーニングにおける構造やポイントを理解する。 ◇それを元に指導実践を行い、実際に指導が出来るようになる。											
22-24	【授業単元】 「フットボールリハビリテーションについて1」		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(出席率)を40点の配点とし、両方の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は筆記試験or実技テスト、またはその両方にて行う。											
	【到達目標】 ◇ビリオダイゼーションにおける重要性や効用を理解する。													
【履修に当たっての心構え・留意点】														
特になし														

授業概要

授業概要

科目名	学内実習ⅣA	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	塙 翔太/ 村原 和樹/甲斐修平	
サブ科目名	木曜クラブチームトレーニングゼミ							
学科・専攻	スポーツトレーナー科	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	
【授業を通じての到達目標】								
座学授業での知識を基にスポーツトレーナーとして選手にトレーニングメニューの作成と指導ができるようになる。 競技ごとに測定を行い、その結果を基にトレーニングメニューを作成できるようになる。								
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する) スポーツトレーナーとして実業団スポーツチームでトレーニング指導や応急処置、リハビリテーションを行ってきた教員が、実際のスポーツ選手に対してトレーニングメニュー・フィジカルテストの作成及び指導する実習を行う。								
【使用教科書・教材・参考図書】 特になし。 必要な場合は適宜指定する。				【授業時間外における学習】 授業内では実践指導を中心のため、座学授業の復習をして知識を定着させておくことが望ましい。				
回	授業計画	回	授業計画					
1・2	【授業単元】 トレーニング種目の選択 初級編	17・18	【授業単元】 筋パワーの理解					
	【到達目標】 トレーニング初級者に対するトレーニング種目が選択できるようになる。 トレーニングの強度を理解する。		【到達目標】 筋パワー向上のためのトレーニング方法を理解し、トレーニング強度を設定できるようになる。					
3・4	【授業単元】 トレーニング種目の選択 中級編	19・20	【授業単元】 フィジカルテストの実施 3回目					
	【到達目標】 トレーニング中級者に対するトレーニング種目が選択できるようになる。 トレーニングの強度を理解する。		【到達目標】 必要な用具の準備をする。 円滑な測定の進行を行えるようになる。					
5・6	【授業単元】 トレーニング種目の選択 上級編	21・22	【授業単元】 測定結果の集計とトレーニング成果の確認					
	【到達目標】 トレーニング上級者に対するトレーニング種目が選択できるようになる。 トレーニングの強度を理解する。		【到達目標】 測定結果を基に指導したトレーニングメニューの成果を確認する。 選手に測定結果を伝える。					
7・8	【授業単元】 スピードトレーニングの理解	23・24	【授業単元】 有酸素能力について					
	【到達目標】 フットワークの基礎となるSAQのスピードを理解する。 実際のスピードトレーニングを考える		【到達目標】 有酸素能力について理解し、トレーニング強度を設定できるようになる。					
9・10	【授業単元】 アジャリティトレーニングの理解	25・26	【授業単元】 競技特異性に合わせたメニュー作成					
	【到達目標】 フットワークの基礎となるSAQのアジャリティを理解する。 実際のアジャリティトレーニングを考える		【到達目標】 競技特異性を理解したうえでトレーニング種目の選択を行えるようになる。					
11・12	【授業単元】 クイックネスの理解	27・28	【授業単元】 目的の付与					
	【到達目標】 フットワークの基礎となるクイックネスを理解する。 実際のクイックネストレーニングを考える。		【到達目標】 トレーニングメニューの意図と目的を共有する。					
13・14	【授業単元】 筋持久力の理解	29・30	【授業単元】 トレーニング指導の実践					
	【到達目標】 筋持久力の向上のために必要なトレーニング方法を理解し、トレーニング強度を設定できるようになる。		【到達目標】 ウォーミングアップからクーリングダウンまでの一連の流れをトレーニングを指導できるようになる。					
15・16	【授業単元】 筋肥大の理解		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平講義全体を100点満点とし、出席率を50点、提出物を50点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する)。					
	【到達目標】 筋肥大のために必要なトレーニング方法を理解し、トレーニング強度を設定できるようになる。							
【履修に当たっての心構え・留意点】								
実際の選手を指導するにあたり身だしなみを整えること。								

授業概要

授業概要

科目名	学内実習ⅣA	必修選択の別	選択	開講区分	後期	担当教員	水谷知輝・根間征志							
サブ科目名	東京ユナイテッドB.C.ゼミ	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	2 単位	総時間数	60 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
育成年代のスポーツ(バスケ)選手の怪我を予防し、選手のパフォーマンスを維持、向上させるために必要な知識・技術を習得する。選手、コーチ陣に信頼されるトレーナーになるために、ニーズの聞き出し、目標設定などのコミュニケーション能力を身に付ける。														
【学習内容】														
パーソナルトレーニングや高校サッカーのアスレティックトレーナートレーナーとして経験し、現在はクリニックで理学療法士を行なっている教員が担当する。新しい知識・技術をインプットするだけでなく、インプットした知識・技術を用いて東京ユナイテッドBCの選手に指導(アウトプット)を行うことがメインの授業である。実際に指導を行うことでトレーニング指導における自身の強み、弱みを見つけ出すことができる。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
アスレティックトレーナー専門科目テキスト3巻 コンディショニング アスレティックトレーナー専門科目テキスト4巻 リコンディショニング アスレティックトレーナー専門科目テキスト6巻 検査・測定と評価					教わったトレーニング種目を実践できるようにする。 トレーニング種目のマニュアルを読み、選手に指導するためのロールプレイ練習を行う。									
回	授業計画	回	授業計画											
1・2	【授業単元】 前期授業の復習 【到達目標】 ・前期で学習した内容の整理ができる、自分で理解することができる	17・18	【授業単元】 ストレンジストレーニングの理解(応用) 【到達目標】 ・適切なストレンジストレーニングの実施方法が理解できる ・1年生に説明できる											
3・4	【授業単元】 トレーニング指導実践① 【到達目標】 ・競技パフォーマンス向上に繋がるメニューを作成し、トレーニング指導を実施できる。 ・1年生に説明できる	19・20	【授業単元】 アジャリティトレーニングの理解(応用) 【到達目標】 ・適切なアジャリティトレーニングの実施方法が理解できる ・1年生に説明できる											
5・6	【授業単元】 トレーニング指導実践② 【到達目標】 ・競技パフォーマンス向上に繋がるメニューを作成し、トレーニング指導を実施できる。 ・1年生に説明できる	21・22	【授業単元】 パワートレーニングの理解(応用) 【到達目標】 ・トレーニングの目的、方法、ポイントを説明できる ・トレーニングの手本を正しく見せることができる ・1年生に説明できる											
7・8	【授業単元】 ウォーミングアップとクーリングダウン(基礎) 【到達目標】 ・トレーニング指導に必要な解剖学の知識を理解する・臨床的応用を学ぶ、1年生に教える	23・24	【授業単元】 トレーニングプログラム作成① 【到達目標】 ・トレーニングの目的、方法、ポイントを伝えながら正しく手本を見せることができる ・1年生に説明できる											
9・10	【授業単元】 ストレンジストレーニングの理解(基礎) 【到達目標】 ・フィットネステストをアスレティックトレーナー教本に基づき実施できる ・1年生に説明できる	25・26	【授業単元】 トレーニングプログラム作成② 【到達目標】 ・代償動作を観察できる ・1年生に説明できる											
11・12	【授業単元】 アジャリティトレーニングの理解(基礎) 【到達目標】 ・フィットネステストをアスレティックトレーナー教本に基づき実施できる ・1年生に説明できる	27・28	【授業単元】 フィットネステスト③ 【到達目標】 ・相手に合わせた方法で代償動作を修正できる ・1年生に説明できる											
13・14	【授業単元】 パワートレーニングの理解(基礎) 【到達目標】 ・静的姿勢評価の目的、方法、ポイントを説明できる ・静的姿勢を実施できる ・1年生に説明できる	29・30	【授業単元】 通年の振り返り 【到達目標】 ・相手に合わせた方法で代償動作を修正できる ・1年生に説明できる											
15・16	【授業単元】 ウォーミングアップとクーリングダウン(応用) 【到達目標】 ・静的姿勢評価で得られた情報を分かりやすく説明できる ・1年生に説明できる		【成績評価の方法と基準】 講義全体を100点満点とし、定期テストを60点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を40点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。 試験は実技試験で行う。											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
特になし														

授業概要

科目名	スポーツコラボ実習ⅢC	必修選択の別	選択	開講区分	前期	担当教員	森川稔之							
サブ科目名	土曜パーソナルゼミ	学年	2年	授業形態	実習	総単位数	3 単位	総時間数	90 時間					
学科・専攻	スポーツトレーナー科													
【授業を通じての到達目標】														
スポーツ(サッカー、野球)選手の怪我を予防し、選手のパフォーマンスを維持・向上するために必要な知識・技術、態度を習得する。スポーツ(サッカー、野球)選手に携わるスタッフ全体の役割を理解し、その一員としてフィジカルトレーナー(ストレングス&コンディショニングコーチ)の役割を理解する。スポーツ(サッカー、野球)選手に信頼されるため、ニーズを聞き出すカウンセリング力を含めた、コミュニケーション能力を身に付ける。□														
【学習内容】(実務経験のある教員については、どのような実務経験のある教員がどのような授業を実施するのかも記載する)														
サッカー、バスケットボール、野球、ラクロス、少林寺拳法など、様々な競技の学生からトップアスリートまでを指導してきた経験を持つ教員が、その経験とスポーツ医科学の最新の情報を元に、スポーツ、トレーナー業界に貢献できる人財の養成を目的として授業を行う。情報インプットするための授業ではなく、座学で学んだ知識を地域のスポーツ愛好家の方々や健康になりたい方々に指導することがメインとなる授業である。実際の指導を経験しながら学ぶことで、トレーナーの仕事のやりがいや役割を理解し、自分の強みはなにかを見つけ出しながら受講することができる。														
【使用教科書・教材・参考図書】					【授業時間外における学習】									
アスレティックトレーナー教本 ⑤検査・測定と評価、⑥コンディショニング 日本トレーニング指導者協会 トレーニング指導教本					トレーニング種目のマニュアルを読み、目的、手順、ポイント、注意点を理解する。選手に指導するためのロールプレイ練習を行う。									
コマ	授業計画	コマ	授業計画											
1-3	【授業単元】 フィットネステストと評価 【到達目標】 選手のフィットネステストをアスレティックトレーナー教本に基づき実施することができる。	25-27	【授業単元】 トレーニング実践④ 【到達目標】 トレーニングの見本・手本を、説明をしながら自らが見せられるようになる。											
4-6	【授業単元】 トレーニングにおける動作評価③ 【到達目標】 トレーニングの動作において、骨、筋肉、関節がどのように動いているかをイメージすることができる。	28-30	【授業単元】 トレーニング指導におけるキューディング③ 【到達目標】 トレーニングの目的、手順を相手に合わせてわかりやすく説明できる。											
7-9	【授業単元】 機能解剖学③ 【到達目標】 機能解剖学に基づく動作をわかりやすく説明できる。 ・前額面、矢状面、水平面 ・屈曲、伸展、内転、外転、内旋、外旋 等	31-33	【授業単元】 トレーニング指導におけるキューディング④ 【到達目標】 トレーニングの目的、手順、ポイント、注意点を相手に合わせてわかりやすく説明できる。											
10-12	【授業単元】 機能解剖学④ 【到達目標】 機能解剖学に基づく動作をわかりやすく説明できる。 ・前額面、矢状面、水平面 ・屈曲、伸展、内転、外転、内旋、外旋 等□	34-36	【授業単元】 カウンセリング③ 【到達目標】 選手の情報とニーズを引き出す力を身に付ける。 ・カウンセリングの手順を理解する。 ・カウンセリングのポイント(メラビアンの法則、傾聴スキル等)を理解する。											
13-15	【授業単元】 トレーニングの基礎理論④□ 【到達目標】 トレーニングの基礎理論をわかりやすく説明できる。 ・トレーニングの原理原則□ □	37-39	【授業単元】 カウンセリング④ 【到達目標】 選手の情報とニーズを引き出す力を身に付ける。 ・カウンセリングの手順に基づいて、情報とニーズを引き出すことができる。 ・カウンセリングのスキルを活用して、情報とニーズを引き出すことができる。											
16-18	【授業単元】 トレーニングの基礎理論⑤ 【到達目標】 トレーニングの基礎理論をわかりやすく説明できる。 ・エネルギー供給のシステム、負荷設定	40-42	【授業単元】 トレーニングにおける動作評価④ 【到達目標】 動作評価の視点を相手に合わせてわかりやすく説明できるようになる。 ・代償(機能的でない)動作の理解と解説											
19-21	【授業単元】 トレーニングの基礎理論⑥ 【到達目標】 トレーニングの基礎理論をわかりやすく説明できる。 ・テコの原理(バイオメカニクス) ・超回復(生理学)	43-45	【授業単元】 フィットネステストと評価 【到達目標】 選手のフィットネステストをアスレティックトレーナー教本に基づき実施することができる。											
22-24	【授業単元】 トレーニング実践③ 【到達目標】 トレーニングの見本・手本を、説明をしながら自らが見せられる。		【成績評価の方法と基準】 科目全体を100点満点とし、事前課題(選手へのプログラム案作成)を40点、授業評価(平素の学習状況・出席状況など)を60点の配点とし、両者の合計点でA~Fの6段階で評価する。D以上で単位認定する。70%以上の出席率に満たない場合は定期試験の受験資格を喪失しEとする。											
【履修に当たっての心構え・留意点】														
・選手の成長をサポートするために、最善のプログラムを考える。 ・選手の見本、手本となるように自分でも考えたプログラムを実践する。														

授業概要