

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	講読演習 I	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
社会人としてのマナーとルールを理解し、スポーツ現場で行動できるようになる。							
講 義 内 容	1	オリエンテーション					
	2	オリエンテーション					
	3	社会人マナーとルール					
	4	社会人マナーとルール					
	5	学生生活について					
	6	学生生活について					
	7	コミュニケーション					
	8	コミュニケーション					
	9	トレーナー試験対策					
	10	トレーナー試験対策					
	11	資格試験対策					
	12	資格試験対策					
	13	プレゼンテーション実技					
	14	プレゼンテーション実技					
	15	スポーツ活動振り返り					
	16	活動報告会					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	イベントプランニング演習 I	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
各種大会・イベントサポートに参加しコミュニケーション能力を発揮できるようになる。							
講 義 内 容	1	スポーツトレーニング実技					
	2	スポーツトレーニング実技					
	3	マラソン大会サポート					
	4	マラソン大会サポート					
	5	マラソン大会サポート					
	6	マラソン大会サポート					
	7	スポーツイベントサポート					
	8	スポーツイベントサポート					
	9	スポーツイベントサポート					
	10	スポーツイベントサポート					
	11	陸上大会サポート					
	12	陸上大会サポート					
	13	陸上大会サポート					
	14	陸上大会サポート					
	15	サポート活動振り返り					
	16						

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	解剖演習	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
人体の組織・器官・筋・骨格系の形態と機能を説明できるようになる。							
講 義 内 容	1	総論					
	2	循環器①					
	3	循環器②					
	4	神経					
	5	頭頸部					
	6	循環器・神経・頭頸部復習					
	7	脊柱					
	8	胸郭・体幹・骨盤帯					
	9	脳					
	10	感覚器①					
	11	感覚器②					
	12	消化器					
	13	内分泌系					
	14	泌尿器・生殖器					
	15	臓器別まとめ					
	16						
評価方法		課題や終講時試験で評価する。					
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。					
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名		著者名		発行所		
	ぜんぶわかる人体解剖図				成美堂出版		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	データ分析演習	学年	1	単位数	1	コマ数	15	
教科目標								
基本的なExcel、Word、Power pointの操作、活用ができるようになる。								
講 義 内 容	1	オリエンテーション						
	2	Word						
	3	Word						
	4	Excel						
	5	Excel						
	6	Power point						
	7	Power point						
	8	テスト						
	9	企画書、広告作成						
	10	企画書、広告作成						
	11	データ分析						
	12	データ分析						
	13	プレゼンテーション						
	14	プレゼンテーション						
	15	テスト						

評価方法		課題や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	(G P A 新 評 価)	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。		
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。		
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。		
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。		
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。		
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所	

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	トレーニング科学	学年	1	単位数	2	コマ数	15
<b>教科目標</b> あらゆる対象や目的に応じて、科学的根拠に基づく適切な運動プログラムの作成と指導について理解する。							
講 義 内 容	1	トレーニング総論					
	2	筋力トレーニングの効果とプログラム作成					
	3	パワー向上トレーニングの理論とプログラム作成					
	4	持久力向上トレーニングの理論とプログラム作成					
	5	スピード向上トレーニングの理論とプログラムの作成					
	6	柔軟性向上トレーニング及びウォームアップとクールダウンの理論とプログラムの作成					
	7	特別な対象のためのトレーニングプログラム					
	8	傷害の受傷から復帰までのトレーニングとプログラムの作成					
	9	筋力トレーニングの実際					
	10	パワー向上トレーニングの実際					
	11	持久力向上トレーニングの実際					
	12	スピード向上トレーニングの実際					
	13	柔軟性トレーニング及びウォームアップの実際					
	14	トレーニング効果の測定と評価の実際					
	15	測定データの活用とフィードバックの実際					
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価  ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				単 位	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ				日本スポーツ協会		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ				日本スポーツ協会		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ社会学	学年	1	単位数	2	コマ数	15
教科目標							
スポーツとは何かスポーツ観やスポーツ規範の重要性について学習し、スポーツの法的責任を理解する。							
講 義 内 容	1	スポーツの概念と歴史					
	2	文化としてのスポーツ					
	3	地域におけるスポーツ振興方策と行政のかかわり					
	4	総合型地域スポーツクラブの必要性和社会的意義					
	5	地域におけるスポーツクラブとしての「スポーツ少年団」					
	6	社会の中のスポーツ					
	7	我が国のスポーツプロモーション					
	8	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任					
	9	スポーツと人権					
	10	総合型地域スポーツクラブの育成と運営					
	11	スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング					
	12	スポーツ事業のプロモーション					
	13	中高年者とスポーツ					
	14	女性とスポーツ					
	15	障害者とスポーツ					
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				単 位	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目I				日本スポーツ協会		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目II				日本スポーツ協会		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ指導論 I	学年	1	単位数	1	コマ数	8
教科目標							
指導者に必要なスキル、知識について学び、スポーツ指導者としての役割を理解する。							
講 義 内 容	1	スポーツ指導者とは					
	2	スポーツ指導者の倫理					
	3	指導者の心構え・視点					
	4	世界の舞台をめざすアスリートの発掘・育成の重要性と指導者の役割					
	5	指導計画の立て方					
	6	スポーツ活動と安全管理					
	7	指導案作成					
	8	指導案作成					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法	定期的 to 実施するレポート課題で評価する。					
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。				
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。				
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。				
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。				
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名		発行所		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目I			日本スポーツ協会		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ指導論Ⅱ	学年	1	単位数	1	コマ数	8
教科目標							
世界レベルの指導者に必要なスキル、知識について学び、スポーツ指導者としての役割を理解する。							
講 義 内 容	1	プレーヤーと指導者の望ましい関係					
	2	ミーティングの方法					
	3	世界の頂点をめざすアスリートの育成・強化の在り方と指導者の役割					
	4	トップアスリートを育てるために～指導者が持つべき視点～					
	5	トップアスリートの育成・強化の方法とその評価					
	6	競技力向上のためのチームマネジメント					
	7	競技力向上のためのチームマネジメント					
	8	競技力向上のための情報とその活用					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法	定期的実施するレポート課題で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				単 位	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅲ					日本スポーツ協会	



# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ栄養学 I	学年	1	単位数	1	コマ数	8
<b>教科目標</b> 1) 栄養とスポーツに関する基本的な科学的理論を理解し説明できる 2) スポーツ活動におけるのコンディション調整・からだ作りなどのための栄養・食事管理を理解し説明できる 3) スポーツ栄養学に興味を持ち、わからない内容について、様々な資料を調べ自分なりに考えることができる							
講 義 内 容	1	ガイダンス、栄養学およびスポーツ栄養学の基礎					
	2	身体活動とエネルギー代謝					
	3	身体活動と糖質およびたんぱく質					
	4	スポーツ選手の身体的特徴、ウェイトコントロールと栄養					
	5	アスリートの栄養に関連する諸問題					
	6	女性アスリートと栄養					
	7	ジュニア期および高齢期の身体活動と栄養					
	8	コンディショニングと栄養・食事、授業のまとめ					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法	定期的実施するレポート課題で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名	発行所
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目I		日本スポーツ協会
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目II		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ心理学 I	学年	1	単位数	2	コマ数	15
<b>教科目標</b> スポーツへの動機づけやコーチングの評価などの原理・原則から具体的な方法論までを学ぶ。							
講 義 内 容	1	スポーツと心					
	2	スポーツにおける動機づけ					
	3	コーチング心理(1)					
	4	コーチング心理(2)					
	5	運動と心理に関する基礎					
	6	個別指導の動機付け					
	7	カウンセリング法(1)					
	8	カウンセリング法(2)					
	9	メンタルマネジメント					
	10	メンタルトレーニングとは					
	11	リラクゼーショントレーニングとは					
	12	イメージトレーニングとは					
	13	集中カトレーニングとは					
	14	心理的コンディショニングとは					
	15	指導者のメンタルマネジメント					
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価  ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	単位
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名	発行所
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		日本スポーツ協会
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		日本スポーツ協会
	基礎から学ぶスポーツ心理学(改訂版)		吉田 聡美
	資格に役立つスポーツ心理学ワークブック 改訂版		吉田 聡美

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ医学 I	学年	1	単位数	1	コマ数	8
教科目標  運動障害と予防・応急処置を理解し、発育発達期のケガやスポーツ現場で起こりうる外傷・障害を理解する。							
講 義 内 容	1	スポーツと健康					
	2	スポーツ活動中に多いケガや病気					
	3	救急処置					
	4	救急処置と蘇生法実習(1)					
	5	救急処置と蘇生法実習(2)					
	6	発育発達期の身体的特徴、心理的特徴					
	7	発育発達期に多いケガや病気					
	8	発育発達期のプログラム					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	単 位
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 I		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ医学Ⅱ	学年	1	単位数	1	コマ数	8
教科目標  運動障害と予防・応急処置を理解し、発育発達期のケガやスポーツ現場で起こりうる外傷・障害を理解する。							
講 義 内 容	1	アスリートの健康管理					
	2	アスリートの内科的障害と対策					
	3	アスリートの外傷・障害と対策					
	4	アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画					
	5	コンディショニングの手法					
	6	スポーツによる精神障害と対策					
	7	特殊環境下での対応					
	8	ドーピング防止					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法	終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				単 位	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名		発行所			
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅲ				日本スポーツ協会		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ医学Ⅲ	学年	1	単位数	2	コマ数	15
教科目標							
アスリートにみられる内臓器官などの疾患、病的現象を理解し予防・対応策を学ぶ							
講 義 内 容	1	循環器系・呼吸器系疾患について学ぶ					
	2	消化器系・血液疾患について学ぶ					
	3	腎・泌尿器・代謝性疾患について学ぶ					
	4	呼吸器・血液感染症について学ぶ					
	5	皮膚疾患・感染症について学ぶ					
	6	ウイルス・環境変化の感染症について学ぶ					
	7	オーバートレーニング症候群と過換気症候群について学ぶ					
	8	摂食障害と減量による障害について学ぶ					
	9	突然死と喫煙・飲酒の問題点について学ぶ					
	10	特殊環境、環境の変化が身体に与える影響を学ぶ					
	11	海外遠征時、時差の諸問題について学ぶ					
	12	女性、成長期のスポーツ医学を学ぶ					
	13	メディカルチェックの有効性と必要性について学ぶ					
	14	ドーピングについて理解して抑止に貢献する					
	15	まとめ					
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				単 位	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト4					日本スポーツ協会	

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ外傷・障害 I	学年	1	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> 体幹・下肢のスポーツ外傷・障害について病態、発生機転、診断方法、徒手の検査について理解・取得する。							
講 義 内 容	1	体幹のスポーツ外傷・障害について					
	2	体幹のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	3	体幹のスポーツ外傷・障害についての発生機転を学ぶ					
	4	体幹のスポーツ外傷・障害についての診断方法を学ぶ					
	5	体幹のスポーツ外傷・障害についての画像診断を学ぶ					
	6	体幹のスポーツ外傷・障害についての徒手の検査を学ぶ					
	7	体幹のスポーツ外傷・障害についての復習					
	8	下肢のスポーツ外傷・障害について					
	9	下肢のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	10	下肢のスポーツ外傷・障害についての発生機転を学ぶ					
	11	下肢のスポーツ外傷・障害についての診断方法を学ぶ					
	12	下肢のスポーツ外傷・障害についての画像診断を学ぶ					
	13	下肢のスポーツ外傷・障害についての徒手の検査を学ぶ					
	14	下肢のスポーツ外傷・障害についての復習					
	15	まとめ					
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				}	単位
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト3					日本スポーツ協会	

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	トレーナー概論・演習	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
アスリートのコンディショニングを統合的な視点を持ってサポートする正しい知識や優れた技術を習得するための意義を理解する。							
講 義 内 容	1	アスレティックトレーナーの歴史					
	2	アスレティックトレーナー制度					
	3	アスレティックトレーナーの任務と役割					
	4	アスレティックトレーナーの業務①					
	5	アスレティックトレーナーの業務②					
	6	アスレティックトレーナーの活動①					
	7	アスレティックトレーナーの活動②					
	8	アスレティックトレーナーの活動③					
	9	医科学スタッフの構成と役割					
	10	スポーツドクター、コーチとの連携・協力					
	11	アスレティックトレーナーの組織と運営					
	12	競技者のコンディショニングに関するデータの管理					
	13	アスレティックトレーナーの立場と倫理					
	14	アスレティックトレーナーと法的諸問題					
	15	まとめ					
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				単位	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト1				日本スポーツ協会		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	救急処置	学年	1	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> 救急処置の目的と意義を十分に理解した上で、基本的な救急処置をしっかりと習得し、アスレティックトレーナーの役割を理解する。							
講 義 内 容	1	救急処置の基本とスポーツ現場における救急処置の意義・目的を理解する					
	2	外傷時の救急処置(皮膚のけがが無い)の理解と実践					
	3	外傷時の救急処置(皮膚のけが有る)の理解と実践					
	4	特殊な外傷の救急処置の理解と実践①					
	5	特殊な外傷の救急処置の理解と実践②					
	6	スポーツ外傷の患部固定と運搬法の理解と実践					
	7	緊急時の救急処置への理解と実践①(心肺蘇生法)					
	8	緊急時の救急処置への理解と実践②(心肺蘇生法)					
	9	緊急時の救急処置への理解と実践①(頭頸部・脊椎外傷)					
	10	緊急時の救急処置への理解と実践②(頭頸部・脊椎外傷)					
	11	内科的疾患の救急処置の理解と実践(暑熱・寒冷・過換気)					
	12	内科的疾患の救急処置の理解と実践(ショック・その他)					
	13	救急体制の重要性と事故発生時のフローチャートについて理解する					
	14	現場の実例に関連する救急処置機材、用品の知識と利用法を理解する					
	15	救急処置法実践における総合的な習熟度を試験する					
	16						

評価方法	中間試験や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価  ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80~89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70~79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60~69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト8		日本スポーツ協会



# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	発育発達学	学年	1	単位数	1	コマ数	8
教科目標							
子どもの発育発達特性を知り、スポーツ活動・運動が子どもの心身に与えるさまざまな影響とケガや病気を正しく理解する。そのうえで発育ステージに応じたプログラムづくりを学ぶ。							
講 義 内 容	1	発育発達期の身体的特徴①					
	2	発育発達期の身体的特徴②					
	3	発育発達期の心理的特徴					
	4	思春期のころ					
	5	発育発達期に多いケガや病気					
	6	発育発達期のプログラム					
	7	発育発達期のまとめ					
	8	発育発達期のトレーニング					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				単 位	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目I					日本スポーツ協会	

## ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	機能解剖学	学年	1	単位数	4	コマ数	30
<b>教科目標</b> 人体の各部位の基礎解剖学と運動について理解し、運動時に関与する骨、筋、関節、靭帯、神経支配を同定できるようになる。							
講 義 内 容	1	人体の構造と機能を理解する					
	2	頸部、腰、背部の靭帯、関節の構造と機能について学ぶ					
	3	頸部、腰、背部の関節の運動について学ぶ					
	4	頸部、腰、背部の運動時に作用する筋、神経支配について学ぶ					
	5	頸部、腰、背部の体表解剖について学ぶ					
	6	肩・上腕の靭帯、関節の構造と機能について学ぶ					
	7	肩・上腕の関節の運動について学ぶ					
	8	肩、上腕の運動時に作用する筋、神経支配について学ぶ					
	9	肩、上腕の体表解剖について学ぶ					
	10	肘、前腕、手、指の靭帯、関節の構造と機能について学ぶ					
	11	肘、前腕、手、指の関節の運動について学ぶ					
	12	肘、前腕、手、指の運動時に作用する筋、神経支配について学ぶ					
	13	肘、前腕、手、指の体表解剖について学ぶ					
	14	股関節、大腿の靭帯、関節の構造と機能について学ぶ					
	15	股関節、大腿の関節の運動について学ぶ					
	16	股関節、大腿の運動時に作用する筋、神経支配について学ぶ					
	17	股関節、大腿の体表解剖について学ぶ					
	18	下腿、足関節、足、指の靭帯、関節の構造と機能について学ぶ					
	19	下腿、足関節、足、指の関節の運動について学ぶ					
	20	下腿、足関節、足、指の運動時に作用する筋、神経支配について学ぶ					
	21	下腿、足関節、足、指の体表解剖について学ぶ					
	22	膝の靭帯、関節の構造と機能について学ぶ					
	23	膝の関節の運動について学ぶ					
	24	膝の運動時に作用する筋、神経支配について学ぶ					
	25	膝の体表解剖について学ぶ					
	26	外傷発生の機転となる歩行メカニズムについて学ぶ					
	27	外傷発生の機転となる走行メカニズムについて学ぶ					
	28	外傷発生の機転となる跳動作メカニズムについて学ぶ					
	29	外傷発生の機転となる投動作メカニズムについて学ぶ					
	30	まとめ					

評価方法	課題や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A P G )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	単 位
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 書 及 び 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト2		日本スポーツ協会
	改訂版 身体運動の機能解剖		医道の日本社

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	運動生理学	学年	1	単位数	4	コマ数	30
教科目標							
神経、筋、骨の機能と呼吸循環器の機能を理解した上で、疲労の原因トレーニング効果を習得する。							
講 義 内 容	1	筋収縮とエネルギー供給系について学ぶ①					
	2	筋収縮とエネルギー供給系について学ぶ②					
	3	筋線維の種類とその特徴について学ぶ①					
	4	筋線維の種類とその特徴について学ぶ②					
	5	神経系の役割について学ぶ①					
	6	神経系の役割について学ぶ②					
	7	筋の収縮様式と筋力について学ぶ①					
	8	筋の収縮様式と筋力について学ぶ②					
	9	運動と循環について学ぶ①					
	10	運動と循環について学ぶ②					
	11	運動と呼吸について学ぶ①					
	12	運動と呼吸について学ぶ②					
	13	運動とホルモンについて学ぶ①					
	14	運動とホルモンについて学ぶ②					
	15	まとめ①					
	16	身体組成と肥満について学ぶ①					
	17	身体組成と肥満について学ぶ②					
	18	運動処方について学ぶ①					
	19	運動処方について学ぶ②					
	20	運動と生活習慣病について学ぶ①					
	21	運動と生活習慣病について学ぶ②					
	22	運動と体温調節について学ぶ①					
	23	運動と体温調節について学ぶ②					
	24	筋疲労の要因について学ぶ①					
	25	筋疲労の要因について学ぶ②					
	26	老化に伴う身体機能の変化について学ぶ①					
	27	老化に伴う身体機能の変化について学ぶ②					
	28	運動と栄養について学ぶ①					
	29	運動と栄養について学ぶ②					
	30	まとめ②					

評価方法	課題や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上): 教科目標を高い水準で達成している。	単位
		B(80～89点): 教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点): 教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点): 教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格): 教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	入門運動生理学 第4版		杏林書院

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	バイオメカニクス I	学年	1	単位数	1	コマ数	8
教科目標  人の動きを理解するための力学の基礎を理解する。							
講 義 内 容	1	力の合成と分解について学ぶ					
	2	生体におけるテコの原理について学ぶ					
	3	重心の求め方について学ぶ					
	4	重心の速度・加速度について学ぶ					
	5	床反力と重心加速度について学ぶ					
	6	床反力作用(COP)とは何かについて学ぶ					
	7	関節モーメントの筋活動について学ぶ					
	8	まとめ					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。					
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	基礎バイオメカニクス第2版				医師薬出版		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	検査・測定と評価 I	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
アスレティックトレーナーに必要な評価、検査測定の方法およびスポーツ動作の観察と分析力を習得する。							
講 義 内 容	1	機能評価のプロセスと評価に必要な検査測定を理解する					
	2	機能評価に基づく目標設定とプログラムの立案を理解する					
	3	姿勢・身体アライメント・筋萎縮の観察と計測を理解する					
	4	関節弛緩性検査の目的と意義及び検査方法を理解する					
	5	測定方法の実際(関節可動域測定①)					
	6	測定方法の実際(関節可動域測定②)					
	7	測定方法の実際(関節可動域測定③)					
	8	測定方法の実際(関節可動域測定④)					
	9	筋タイトネスの検査測定方法を理解する					
	10	徒手筋力検査の目的と意義および計測方法を理解する					
	11	測定方法の実際(徒手筋力検査①)					
	12	測定方法の実際(徒手筋力検査②)					
	13	測定方法の実際(徒手筋力検査③)					
	14	測定方法の実際(徒手筋力検査④)					
	15	まとめ					
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 A ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				単 位	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名		著者名		発行所		
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト5				日本スポーツ協会		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	テーピング I	学年	1	単位数	2	コマ数	30
教科目標							
アスレティックトレーナーとして競技者のパフォーマンスを安定させるためにも外傷予防、応急処置、再発予防に備えた身体各部のテーピングの知識と技術を習得する。							
講 義 内 容	1	テーピングの定義と目的を理解する					
	2	テーピングを実施する際の準備と注意事項を理解する①					
	3	テーピングを実施する際の準備と注意事項を理解する②					
	4	アーチテーピング1の注意事項の理解と技術を習得する					
	5	アーチテーピング2の注意事項の理解と技術を習得する					
	6	母趾・踵部のテーピングの注意事項の理解と技術を習得する					
	7	足関節捻挫に対するテーピング(基本のテーピング)技術を習得する①					
	8	足関節捻挫に対するテーピング(基本のテーピング)技術を習得する②					
	9	足関節捻挫に対するテーピング(基本のテーピング)技術を習得する③					
	10	足関節捻挫に対するテーピング(クローズド・バスケットウィーブ)技術を習得する					
	11	足関節捻挫に対するテーピング(伸縮テープを併用した方法)技術を習得する					
	12	足関節捻挫に対するテーピング(オープン・バスケットウィーブ)技術を習得する					
	13	足関節捻挫に対するテーピング(底屈制限)技術を習得する					
	14	足関節捻挫に対するテーピング(背屈制限)技術を習得する					
	15	足関節捻挫に対するテーピング技術の復習					
	16	アキレス腱のテーピング技術を習得する					
	17	下腿部肉離れ・シンスプリントのテーピング技術を習得する					
	18	大腿部の肉離れ・打撲のテーピング技術を習得する					
	19	股関節の外転・伸展制限のテーピング技術を習得する					
	20	腰部のテーピング技術を習得する					
	21	腸骨稜打撲に対するテーピング技術を習得する					
	22	肋軟関節分離に対するテーピング技術を習得する					
	23	下腿・大腿・股関節・腰部に対するテーピング技術の復習					
	24	膝関節内側側副靭帯損傷に対するテーピング技術を習得する①					
	25	膝関節内側側副靭帯損傷に対するテーピング技術を習得する②					
	26	膝関節外側側副靭帯損傷に対するテーピング技術を習得する①					
	27	膝関節外側側副靭帯損傷に対するテーピング技術を習得する②					
	28	膝関節前十字靭帯損傷に対するテーピング技術を習得する①					
	29	膝関節前十字靭帯損傷に対するテーピング技術を習得する②					
	30	膝関節に対するテーピング技術の復習					

評価方法	授業内で部位毎に実技評価を実施し、受講態度も加える。		
評価基準	新 G P A 評 価	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教科書及び参考図書	書籍名	著者名	発行所
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト6		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	コンディショニング演習 I	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
コンディショニングの目的を理解し身体的、環境的、心因的因子を理解する。必要なストレッチングとスポーツマッサージの技術を習得する。							
講 義 内 容	1	コンディショニングの目的・要素・評価法					
	2	トレーニング計画とコンディショニング					
	3	ウォーミングアップ・クーリングダウン意義・目的・方法を理解し、実技を通して体得する。					
	4	ストレッチングの意義・目的を理解する					
	5	下肢ストレッチング①					
	6	下肢ストレッチング②					
	7	股関節周辺・腰臀部のストレッチング					
	8	体幹部のストレッチング					
	9	上肢・頸部・頭部ストレッチング					
	10	スポーツマッサージの意義・目的を理解する					
	11	マッサージの基本手技の習得 下肢①					
	12	マッサージの基本手技の習得 下肢②					
	13	マッサージの基本手技の習得 臀部・腰部					
	14	マッサージの基本手技の習得 背部・上肢					
	15	マッサージの基本手技の習得 頸部・頭部					
	16						

評価方法	授業内で部位毎に実技評価を実施し、受講態度も加える。					
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。				
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。				
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。				
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。				
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。				
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名	発行所			
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト6		日本スポーツ協会			

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	水中運動	学年	1	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> 水中運動の目的と内容を理解し実演能力・指導能力を身につける。クロール・平泳ぎの泳法を学ぶ。							
講 義 内 容	1	水泳・水中運動の特性と効果、水泳・水中運動の安全に対する注意					
	2	水泳実技(クロール)					
	3	水泳実技(クロール)					
	4	水泳実技(クロール)					
	5	水泳(平泳ぎ)					
	6	水泳(平泳ぎ)					
	7	アクアビクス					
	8	アクアビクス					
	9	アクアビクス					
	10	水中ウォーキング					
	11	水中ウォーキング					
	12	水中ウォーキング					
	13	水中レジスタンス運動					
	14	水中レジスタンス運動					
	15	水中レジスタンス運動					
	16						

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A P G ( )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名	発行所
	健康運動実践指導者テキスト		健康・体力づくり事業財団



# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	生涯スポーツ	学年	1	単位数	2	コマ数	30
<b>教科目標</b>  生涯を通じて行われる自主的・自発的なスポーツを体験し指導方法やトレーニングができるようになる。							
講 義 内 容	1	サッカー理論					
	2	サッカー実技					
	3	ダンス理論					
	4	ダンス実技					
	5	バスケットボール理論					
	6	バスケットボール実技					
	7	サッカー実技					
	8	サッカー実技					
	9	バスケットボール実技					
	10	バスケットボール実技					
	11	野球理論					
	12	野球実技					
	13	バレーボール理論					
	14	バレーボール実技					
	15	バレーボール実技					
	16	バレーボール実技					
	17	ヨガ					
	18	ヨガ					
	19	サッカー実技					
	20	サッカー実技					
	21	スキー理論					
	22	スキー実技					
	23	サッカー実技					
	24	サッカー実技					
	25	野球実技					
	26	野球実技					
	27	ヨガ					
	28	ヨガ					
	29	トレーナー理論					
	30	トレーナー実技					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上): 教科目標を高い水準で達成している。	単 位
		B(80～89点): 教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点): 教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点): 教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格): 教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	トレーニング演習 I	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
トレーニングの基本的知識と技術を学び、実技指導ができるようになる。							
講 義 内 容	1	ウォームアップの目的・効果					
	2	ウォームアップの実際					
	3	クーリングダウンの目的・効果					
	4	クーリングダウンの実際					
	5	ウォーキングの特性と効果・時間と強度					
	6	ウォーキングの指導の実際(1)					
	7	ウォーキングの指導の実際(2)					
	8	ウォーキングの指導の実際(3)					
	9	ジョギングの特性と効果・時間と強度					
	10	ジョギングの指導の実際(1)					
	11	ジョギングの指導の実際(2)					
	12	ジョギングの指導の実際(3)					
	13	ウォーキングとジョギングの実施上の注意点					
	14	ジョギングの障害と予防法					
	15	まとめ					
	16						

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 A ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。					
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名			発行所		
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト6				日本スポーツ協会		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	トレーニング演習Ⅱ	学年	1	単位数	2	コマ数	30
<b>教科目標</b> スポーツへの動機づけやコーチングの評価などの原理・原則から具体的な方法論までを学ぶ。							
講 義 内 容	1	体力とは					
	2	体力とは					
	3	トレーニングの進め方					
	4	持続性トレーニングの理解と実践					
	5	インターバルトレーニングの理解と実践					
	6	レペティショントレーニングの理解と実践					
	7	スピードトレーニングの実践					
	8	パワートレーニングの実践					
	9	筋カトトレーニングの実践					
	10	筋持久カトトレーニングの実践					
	11	全身持久カトトレーニングの実践					
	12	運動器のしくみと働き					
	13	呼吸循環器系の働きとエネルギー供給					
	14	スポーツバイオメカニクス基礎					
	15	トレーニングの原理・原則理論と方法					
	16	トレーニング目標の設定					
	17	トレーニングプログラムの設計					
	18	スピードトレーニングのプログラム作成					
	19	スピードトレーニングの実践					
	20	パワートレーニングのプログラム作成					
	21	パワートレーニングの実践					
	22	筋カトトレーニングのプログラム作成					
	23	筋カトトレーニングの実践					
	24	持久カトトレーニングのプログラム作成					
	25	持久カトトレーニングの実践					
	26	身体測定と評価					
	27	バッテリーテスト					
	28	測定結果の活用の際の留意点					
	29	スキルとは					
	30	スキルの獲得過程の特性と留意点					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A G P A )	A(90点以上): 教科目標を高い水準で達成している。	単 位
		B(80～89点): 教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点): 教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点): 教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格): 教科目標を達成することができなかった。	
参 考 書 及 び 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		日本スポーツ協会
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		日本スポーツ協会

<2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス>

科目名	現場実習 I		学年	1	単位数	2	コマ数	45
教科目標								
見学、検査・測定、アスリハの実習を行い、スポーツ現場でプログラム指導ができるようになる。								
講 義 内 容	1	見学実習①						
	2	見学実習②						
	3	見学実習③						
	4	見学実習④						
	5	見学実習⑤						
	6	見学実習⑥						
	7	見学実習⑦						
	8	見学実習⑧						
	9	見学実習⑨						
	10	見学実習⑩						
	11	見学実習⑪						
	12	見学実習⑫						
	13	見学実習⑬						
	14	見学実習⑭						
	15	見学実習⑮						
	16	検査・測定と評価実習①						
	17	検査・測定と評価実習②						
	18	検査・測定と評価実習③						
	19	検査・測定と評価実習④						
	20	検査・測定と評価実習⑤						
	21	検査・測定と評価実習⑥						
	22	検査・測定と評価実習⑦						
	23	検査・測定と評価実習⑧						
	24	検査・測定と評価実習⑨						
	25	検査・測定と評価実習⑩						
	26	検査・測定と評価実習⑪						
	27	検査・測定と評価実習⑫						
	28	検査・測定と評価実習⑬						
	29	検査・測定と評価実習⑭						
	30	検査・測定と評価実習⑮						
	31	スポーツ現場実習①						
	32	スポーツ現場実習②						
	33	スポーツ現場実習③						
	34	スポーツ現場実習④						
	35	スポーツ現場実習⑤						
	36	スポーツ現場実習⑥						
	37	スポーツ現場実習⑦						
	38	スポーツ現場実習⑧						
	39	スポーツ現場実習⑨						
	40	スポーツ現場実習⑩						
	41	スポーツ現場実習⑪						
	42	スポーツ現場実習⑫						
	43	スポーツ現場実習⑬						
	44	スポーツ現場実習⑭						
	45	スポーツ現場実習⑮						

評価方法	毎回の実習日誌の提出で評価する。		
評価基準	新 評 価 A	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	単位
		B(80~89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70~79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60~69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参考図書及び 教科書	書籍名	著者名	発行所

# <2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス>

データアナリスト専攻

科目名	情報分析演習 I		学年	1	単位数	2	コマ数	30	
教科目標									
データアナリストとして情報分析の基礎を学び、ツールを使い知識を深める。 <統計3級>									
講 義 内 容	1	講義概論							
	2	データ分析ワークショップ							
	3	現場実態① ABeam							
	4	統計3級 1							
	5	ツールに慣れよう!!							
	6	ツール実習(加工・分析)							
	7	統計3級 2							
	8	ツール実習1							
	9	ツール実習2							
	10	振り返り(質問対応)							
	11	試験・解説解答							
	12	現場実態②							
	13	統計3級 3							
	14	統計3級 4							
	15	ツール分析							
	16	統計3級 5							
	17	統計3級 6/ Excel実習							
	18	Excel実習							
	19	統計3級 7							
	20	統計3級 8/ Excel実習(ピボット)							
	21	Excel実習(関数)							
	22	統計3級 9							
	23	統計3級 10/ 実データによる実践 1							
	24	実データによる実践 2							
	25	振り返り(質問対応)							
	26	試験・解説解答							
	27	現場実態③							
	28	統計3級試験							
	29	1年間の振り返り							
	30	総評・次年度に向けて							

評価方法	授業内で部位毎に実技評価を実施し、受講態度も加える。		
評価基準	新 G P A 評 価	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80~89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70~79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60~69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参考図書及び	書籍名	著者名	発行所
	日本統計学会公式認定 統計検定3級対応	日本統計学会	東京図書株式会社

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

データアナリスト専攻

科目名	競技スポーツ分析演習 I	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
人の動きを理解するための力学の基礎を理解する。							
講 義 内 容	1	競技スポーツ分析の概要					
	2	競技スポーツ分析(バスケットボール)1					
	3	競技スポーツ分析(バスケットボール)2					
	4	競技スポーツ分析(バスケットボール)3					
	5	競技スポーツ分析(バスケットボール)4					
	6	競技スポーツ分析(バスケットボール)5					
	7	競技スポーツ分析(バスケットボール)6					
	8	まとめ・プレゼン発表					
	9	競技スポーツ分析(野球)1					
	10	競技スポーツ分析(野球)2					
	11	競技スポーツ分析(野球)3					
	12	競技スポーツ分析(野球)4					
	13	競技スポーツ分析(野球)5					
	14	競技スポーツ分析(野球)6					
	15	まとめ・プレゼン発表					

評価方法	課題や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80~89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70~79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60~69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書	教科書及び	書籍名	著者名

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

データアナリスト専攻

科目名	生涯スポーツ分析Ⅰ		学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標								
生涯スポーツ毎のデータ取得法や分析の考え方を学び、総合的に分析力を身につける。								
講 義 内 容	1	生涯スポーツ分析概要						
	2	生涯スポーツ分析(野球)1						
	3	生涯スポーツ分析(野球)2						
	4	データ分析・プレゼン準備						
	5	プレゼン						
	6	生涯スポーツ分析(サッカー)1						
	7	生涯スポーツ分析(サッカー)2						
	8	データ分析・プレゼン準備						
	9	プレゼン						
	10	生涯スポーツ分析(バスケットボール)1						
	11	生涯スポーツ分析(バスケットボール)2						
	12	データ分析・プレゼン準備						
	13	プレゼン						
	14	振り返り・まとめ						
	15	発表						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。		
評価基準	新 G P A 評 価	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教科書及び 参考図書	書籍名	著者名	発行所

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

データアナリスト専攻

科目名	ジュニアスポーツ分析 I	学年	1	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> 年代に合わせたスポーツ毎のデータ取得法や分析の考え方を学び、総合的に分析力を身につける。							
講 義 内 容	1	生涯スポーツ分析概要					
	2	生涯スポーツ分析(野球)1					
	3	生涯スポーツ分析(野球)2					
	4	データ分析・プレゼン準備					
	5	プレゼン					
	6	生涯スポーツ分析(サッカー)1					
	7	生涯スポーツ分析(サッカー)2					
	8	データ分析・プレゼン準備					
	9	プレゼン					
	10	生涯スポーツ分析(バスケットボール)1					
	11	生涯スポーツ分析(バスケットボール)2					
	12	データ分析・プレゼン準備					
	13	プレゼン					
	14	振り返り・まとめ					
	15	発表					

評価方法	課題や終講時試験で評価する。			
評価基準	新 G P A 評 価	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。		
		B(80~89点):教科目標達成において優れている。		
		C(70~79点):教科目標において一定の水準に達している。		
		D(60~69点):教科目標において最低限の水準に達している。		
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。		
参考図書	教科書及び	書籍名	著者名	発行所



# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	イベントプランニング演習Ⅱ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標  各種大会ボランティアに参加しチームワーク力を実践できるようになる。							
講 義 内 容	1	イベント企画					
	2	イベント実践					
	3	イベント実践					
	4	スポーツイベントボランティア					
	5	スポーツイベントボランティア					
	6	スポーツイベントボランティア					
	7	スポーツイベントボランティア					
	8	陸上イベントサポート					
	9	陸上イベントサポート					
	10	陸上イベントサポート					
	11	陸上イベントサポート					
	12	陸上イベントサポート					
	13	陸上イベントサポート					
	14	陸上イベントサポート					
	15	陸上イベントサポート					
	16	クラブを円滑に運営するための能力					
	17	クラブを円滑に運営するための財務能力					
	18	クラブ設立準備の流れ					
	19	クラブの自主運営を事例から学ぶ					
	20	NPO法を理解し、法人格の取得方法を学ぶ					
	21	NPO法人の組織概要と必要なスタッフを理解する					
	22	活動拠点の確保を事例から学ぶ					
	23	クラブ運営資金、参加費設定を事例から学ぶ					
	24	地域特性、環境を踏まえた活動プログラムの設定					
	25	クラブハウスの確保を事例から学ぶ					
	26	クラブ運営サポート実習①					
	27	クラブ運営サポート実習②					
	28	クラブ運営サポート実習③					
	29	クラブ運営サポート実習④					
	30	クラブ運営サポート実習⑤					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認アシスタントマネジャー養成テキスト		日本スポーツ協会

## ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	講読演習Ⅱ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標  就職やスポーツマネジメント、各種試験対策を学び、スポーツ現場で対応できるようになる。							
講 義 内 容	1	オリエンテーション					
	2	オリエンテーション					
	3	トレーナーの役割について					
	4	トレーナーの活動について					
	5	コンタクト競技のトレーナー活動について					
	6	コンタクト競技のトレーナー活動について					
	7	世界のトレーナー活動について					
	8	世界のトレーナー活動について					
	9	学校イベント活動					
	10	学校イベント活動					
	11	スポーツ演習企画					
	12	スポーツ演習実施					
	13	スポーツ演習企画					
	14	スポーツ演習実施					
	15	スポーツ演習企画					
	16	スポーツ演習実施					
	17	JATIトレーニング対策					
	18	JATIトレーニング対策					
	19	JATIトレーニング対策					
	20	JATIトレーニング対策					
	21	試験対策					
	22	試験対策					
	23	試験対策					
	24	試験対策					
	25	試験対策					
	26	試験対策					
	27	試験対策					
	28	試験対策					
	29	試験対策					
	30	試験対策					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A P G )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認アシスタントマネジャー養成テキスト		日本スポーツ協会
	公認ジュニアスポーツ指導員 専門科目テキスト		日本スポーツ協会

## ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	アスレティックリハビリテーション	学年	2	単位数	3	コマ数	45
<b>教科目標</b> 運動療法、物理療法、補装具などの基礎知識と、外傷のリスク管理、競技復帰プログラムができるようになる。							
講 義 内 容	1	日本病院・診療所・競技現場におけるアスレティックリハビリテーション					
	2	アスレティックトレーナー業務の実際					
	3	足関節捻挫のアスレティックリハビリテーション①					
	4	足関節捻挫のアスレティックリハビリテーション②					
	5	膝関節靭帯損傷のアスレティックリハビリテーション①					
	6	膝関節靭帯損傷のアスレティックリハビリテーション②					
	7	下肢スポーツ障害のリハビリテーション①					
	8	下肢スポーツ障害のリハビリテーション②					
	9	第5中足骨疲労骨折のアスレティックリハビリテーション①					
	10	第5中足骨疲労骨折のアスレティックリハビリテーション②					
	11	ハムストリングス肉離れとリハビリテーション①					
	12	ハムストリングス肉離れとリハビリテーション②					
	13	腰痛症のアスレティックリハビリテーション①					
	14	腰痛症のアスレティックリハビリテーション②					
	15	まとめ					
	16	投球障害肩へのアスレティックリハビリテーション①					
	17	投球障害肩へのアスレティックリハビリテーション②					
	18	外傷性肘MCL損傷へのアスレティックリハビリテーション①					
	19	外傷性肘MCL損傷へのアスレティックリハビリテーション②					
	20	頸椎捻挫へのアスレティックリハビリテーション①					
	21	頸椎捻挫へのアスレティックリハビリテーション②					
	22	肩関節前方脱臼アスレティックリハビリテーション①					
	23	肩関節前方脱臼アスレティックリハビリテーション②					
	24	上腕骨内側・外側上顆炎・非外傷性肘内側側副靭帯損傷へのアスレティックリハビリテーション①					
	25	上腕骨内側・外側上顆炎・非外傷性肘内側側副靭帯損傷へのアスレティックリハビリテーション②					
	26	手関節捻挫へのアスレティックリハビリテーション①					
	27	手関節捻挫へのアスレティックリハビリテーション②					
	28	競技特性の「サッカー」					
	29	競技特性の「サッカー」					
	30	競技特性の「陸上競技」					
	31	競技特性の「陸上競技」					
	32	競技特性の「水泳」					
	33	競技特性の「水泳」					
	34	競技特性の「バスケットボール」					
	35	競技特性の「バスケットボール」					
	36	競技特性の「バレーボール」					
	37	競技特性の「バレーボール」					
	38	競技特性の「野球」					
	39	競技特性の「野球」					
	40	競技特性の「ハンドボール」					
	41	競技特性の「ラグビー」					
	42	競技特性の「格闘技」					
	43	競技特性の「体操」					
	44	競技特性の「スキー、スケート」					
	45	まとめ					

評価方法	課題や中間試験、終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 G P A 評 価	A(90点以上): 教科目標を高い水準で達成している。	単位認定
		B(80～89点): 教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点): 教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点): 教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格): 教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書 及 び	書籍名	著者名	発行所
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト7		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	ダンス	学年	2	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> エアロビックダンスの基本の動きをマスターして、指導法・運動プログラムの作成、音楽に合わせてリズムカルに身体を動かし指導ができるようになる。							
講 義 内 容	1	ガイダンス。採点基準説明					
	2	エアロビックダンスエクササイズの身体の使い方、音楽、指導。感想提出					
	3	健康運動実践指導者の陸上の4つの動きを体験					
	4	対面での指導法の注意点、次の動きを伝える声掛けのタイミングをつかむ。					
	5	ローインパクトからハイインパクトに変化する動きの説明。実践後感想					
	6	心拍数を徐々に上げていくエアロビックダンスを体験後グループで作成					
	7	心拍数を徐々に下げていくエアロビックダンスを体験後グループで作成					
	8	エアロビックダンスの簡単なステップから複雑なステップまで体験					
	9	いろいろな動きをつなげて指導してみましょう。					
	10	エアロビックダンスの効果を自分の言葉で伝える。					
	11	健康運動実践指導者の陸上の動きを反復し体で覚える。					
	12	試験本番を意識しながら効果の説明からエアロビックダンスを指導する。					
	13	苦手なところを反復して練習する。					
	14	一人5人に教える。採点する。					
	15	指導者としてのまとめ。					
	16						

評価方法		実技試験。学習態度を総合的に評価する。	
評 価 基 準	新 評 価 A	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	健康運動実践指導者テキスト		健康・体力づくり事業財団

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	コンディショニング演習Ⅱ	学年	2	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b>  様々なスポーツ現場に求められる目的に合ったコンディショニング方法ができるようになる。							
講 義 内 容	1	オリエンテーション					
	2	コンディショニングの目的					
	3	コーディネーショントレーニング					
	4	コーディネーショントレーニング					
	5	アジリティトレーニング					
	6	アジリティトレーニング					
	7	スタビリティトレーニング					
	8	スタビリティトレーニング					
	9	サーキットトレーニング					
	10	サーキットトレーニング					
	11	サーキットトレーニング					
	12	サーキットトレーニング					
	13	総合演習					
	14	総合演習					
	15	まとめ					
	16						

評価方法		課題や終講時試験で評価する。	
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	} 単位認定
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト6		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	検査・測定と評価Ⅱ	学年	1	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> アスレティックトレーナーに必要な評価、検査測定の方法およびスポーツ動作の観察と分析力を習得する。							
講 義 内 容	1	機能評価のプロセスと評価に必要な検査測定を理解する					
	2	機能評価に基づく目標設定とプログラムの立案を理解する					
	3	姿勢・身体アライメント・筋萎縮の観察と計測を理解する					
	4	関節弛緩性検査の目的と意義及び検査方法を理解する					
	5	測定方法の実際(関節可動域測定①)					
	6	測定方法の実際(関節可動域測定②)					
	7	測定方法の実際(関節可動域測定③)					
	8	測定方法の実際(関節可動域測定④)					
	9	筋タイトネスの検査測定方法を理解する					
	10	徒手筋力検査の目的と意義および計測方法を理解する					
	11	測定方法の実際(徒手筋力検査①)					
	12	測定方法の実際(徒手筋力検査②)					
	13	測定方法の実際(徒手筋力検査③)					
	14	測定方法の実際(徒手筋力検査④)					
	15	まとめ					
	16						

評価方法	課題や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	} 単位認定
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト5		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ外傷・障害Ⅱ	学年	1	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> 体幹・下肢のスポーツ外傷・障害について病態、発生機転、診断方法、徒手検査について理解・取得する。							
講 義 内 容	1	体幹のスポーツ外傷・障害について					
	2	体幹のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	3	体幹のスポーツ外傷・障害についての発生機転を学ぶ					
	4	体幹のスポーツ外傷・障害についての診断方法を学ぶ					
	5	体幹のスポーツ外傷・障害についての画像診断を学ぶ					
	6	体幹のスポーツ外傷・障害についての徒手検査を学ぶ					
	7	体幹のスポーツ外傷・障害についての復習					
	8	下肢のスポーツ外傷・障害について					
	9	下肢のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	10	下肢のスポーツ外傷・障害についての発生機転を学ぶ					
	11	下肢のスポーツ外傷・障害についての診断方法を学ぶ					
	12	下肢のスポーツ外傷・障害についての画像診断を学ぶ					
	13	下肢のスポーツ外傷・障害についての徒手検査を学ぶ					
	14	下肢のスポーツ外傷・障害についての復習					
	15	まとめ					
	16						

評価方法		課題や終講時試験で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	}	単位認定
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。		
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。		
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。		
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。		
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所	
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト3		日本スポーツ協会	

## ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	ジュニアスポーツ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標  神経、筋、骨の機能と呼吸循環器の機能を理解した上で、疲労の原因トレーニング効果を習得する。							
講 義 内 容	1	子どもにおける運動、スポーツの意義・価値					
	2	子どもの身体活動ガイドライン					
	3	コミュニケーションスキル					
	4	プログラム作成時のポイント					
	5	からだ(形態)の発育・発達動作の習得					
	6	動きの獲得・動きの質的評価					
	7	こころの発育・子どものためのストレス・マネジメント					
	8	成長期における食事					
	9	からだの構造と成長発達・スポーツによる外傷と障害					
	10	女性の身体的・体力的特徴					
	11	動きの発達とスキルの獲得（基本的動作の習得）					
	12	運動あそび・ゲームの実際					
	13	動きの発達とスキルの獲得（動作の習熟）					
	14	運動あそび・ゲームの実際【実技】					
	15	動きの発達とスキルの獲得（スポーツスキルの上達）					
	16	スポーツスキル獲得の実際【実技】					
	17	コーディネーション能力を高める運動					
	18	コーディネーション能力を高める運動【実技】					
	19	指導プログラムの作成					
	20	指導プログラムの作成					
	21	指導実践①					
	22	指導実践②					
	23	指導実践③					
	24	指導内容の評価					
	25	指導プログラムの作成					
	26	指導プログラムの作成					
	27	指導実践④					
	28	指導実践⑤					
	29	指導実践⑥					
	30	指導内容の評価					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認ジュニアスポーツ指導員 専門科目テキスト		日本スポーツ協会



# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	障がい者スポーツ	学年	2	単位数	1	コマ数	23
教科目標  障がい者スポーツにおける社会的環境の理解と様々な障がい者スポーツを实践できるようになる。							
講 義 内 容	1	スポーツ指導者に求められるもの					
	2	わが国のスポーツ施策と障がい者スポーツ					
	3	障がい者スポーツの意義と理念、障がい者スポーツ指導制度					
	4	わが国の障がい者福祉施策、国際生活機能分類					
	5	ボランティア論、障がいの分類と概要					
	6	身体障がい者とスポーツ・レクリエーション					
	7	知的障がい者とスポーツ・レクリエーション					
	8	精神障がい者とスポーツ・レクリエーション					
	9	安全管理					
	10	全国障害者スポーツ大会					
	11	全国障害者スポーツ大会の障害区分					
	12	全国障害者スポーツ大会競技種目の指導法					
	13	全国障害者スポーツ大会の選手団の編成とコーチの役割					
	14	障がい各論、補装具					
	15	車椅子スポーツ(バスケット)					
	16	車椅子スポーツ(バスケット)					
	17	車椅子スポーツ(バスケット)					
	18	車椅子スポーツ(ソフトボール)					
	19	車椅子スポーツ(ソフトボール)					
	20	車椅子スポーツ(ソフトボール)					
	21	ブラインドサッカー					
	22	ブラインドサッカー					
	23	ブラインドサッカー					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書 及 び	書籍名	著者名	発行所
	新版 障がい者スポーツ指導教本 初級・中級		日本障がい者スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	テーピングⅡ	学年	2	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> アスリートのコンディショニングを統合的な視点を持ってサポートする正しい知識や優れた技術を習得するための意義を理解する。							
講 義 内 容	1	アスレティックトレーナーの歴史					
	2	アスレティックトレーナー制度					
	3	アスレティックトレーナーの任務と役割					
	4	アスレティックトレーナーの業務①					
	5	アスレティックトレーナーの業務②					
	6	アスレティックトレーナーの活動①					
	7	アスレティックトレーナーの活動②					
	8	アスレティックトレーナーの活動③					
	9	医科学スタッフの構成と役割					
	10	スポーツドクター、コーチとの連携・協力					
	11	アスレティックトレーナーの組織と運営					
	12	競技者のコンディショニングに関するデータの管理					
	13	アスレティックトレーナーの立場と倫理					
	14	アスレティックトレーナーと法的諸問題					
	15	まとめ					
	16						

評価方法		課題や終講時試験で評価する。	
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	} 単位認定
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト1		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	マネジメント概論	学年	2	単位数	1	コマ数	8
<b>教科目標</b>  総合型地域スポーツクラブの存在意義を理解する。生涯スポーツ社会の実現に貢献するための基本的マネジメント知識と技術を身につける。							
講 義 内 容	1	地域スポーツクラブとは(意義と展望)					
	2	クラブを取り巻く環境を実例から学ぶ					
	3	クラブの立ち上げ方式を実例から学ぶ					
	4	クラブの役割とマネジメントの仕組み					
	5	クラブを活性させるために必要な人材					
	6	クラブマネジャーの役割と求められる能力					
	7	クラブ発展のための能力とスキル					
	8	クラブ発展のためのマネジメント能力					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法		課題や終講時試験で評価する。	
評 価 基 準	新 評 価 A B C D E F	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	} 単位認定
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	公認アシスタントマネジャー養成テキスト		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ栄養学Ⅱ	学年	2	単位数	2	コマ数	15
<b>教科目標</b> 1) 栄養とスポーツに関する基本的な科学的理論を理解し説明できる 2) スポーツ活動におけるのコンディション調整・からだ作りなどのための栄養・食事管理を理解し説明できる 3) スポーツ栄養学に興味を持ち、わからない内容について、様々な資料を調べ自分なりに考えることができる							
講 義 内 容	1	ガイダンス、栄養学およびスポーツ栄養学の基礎					
	2	身体活動とエネルギー代謝					
	3	身体活動と糖質					
	4	身体活動とたんぱく質					
	5	身体活動とビタミン・ミネラル					
	6	ウェイトコントロールと栄養: スポーツ選手の身体的特徴、増量					
	7	ウェイトコントロールと栄養: 減量					
	8	女性アスリートと栄養					
	9	ジュニア期および高齢期の身体活動と栄養					
	10	アスリートと栄養障害					
	11	スポーツと食事(献立作成の準備)					
	12	スポーツと食事(献立作成)					
	13	スポーツと食事(調理実習)					
	14	身体活動と栄養摂取タイミング					
	15	スポーツ現場と栄養士、授業のまとめ					
	16						

評価方法		定期的に実施するレポート課題で評価する。						
評 価 基 準	新 評 価 A	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。						
		B(80~89点):教科目標達成において優れている。						
		C(70~79点):教科目標において一定の水準に達している。						
		D(60~69点):教科目標において最低限の水準に達している。						
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。						
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名			発行所			
	公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト9					日本スポーツ協会		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ心理学Ⅱ	学年	2	単位数	2	コマ数	15
<b>教科目標</b> スポーツへの動機づけやコーチングの評価などの原理・原則から具体的な方法論までを学ぶ。							
講 義 内 容	1	スポーツと心					
	2	スポーツにおける動機づけ					
	3	コーチング心理(1)					
	4	コーチング心理(2)					
	5	運動と心理に関する基礎					
	6	個別指導の動機付け					
	7	カウンセリング法(1)					
	8	カウンセリング法(2)					
	9	メンタルマネジメント					
	10	メンタルトレーニングとは					
	11	リラクセーショントレーニングとは					
	12	イメージトレーニングとは					
	13	集中カトレーニングとは					
	14	心理的コンディショニングとは					
	15	指導者のメンタルマネジメント					
	16						

評価方法		課題や終講時試験で評価する。					
評 価 基 準	新 評 価 A B C D F ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。					
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。					
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。					
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。					
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。					
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名		著者名		発行所		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ				日本スポーツ協会		
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ				日本スポーツ協会		
	基礎から学ぶスポーツ心理学(改訂版)				吉田 聡美		
	資格に役立つスポーツ心理学ワークブック 改訂版				吉田 聡美		

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	バイオメカニクスⅡ	学年	2	単位数	1	コマ数	8
教科目標							
人の動きを理解するための力学の基礎を理解する。							
講 義 内 容	1	力の合成と分解について学ぶ					
	2	生体におけるテコの原理について学ぶ					
	3	重心の求め方について学ぶ					
	4	重心の速度・加速度について学ぶ					
	5	床反力と重心加速度について学ぶ					
	6	床反力作用(COP)とは何かについて学ぶ					
	7	関節モーメントの筋活動について学ぶ					
	8	まとめ					
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
	14						
	15						
	16						

評価方法		課題や終講時試験で評価する。	
評価基準	新 評 価 A B C D E	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		E(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教科書及び 参考図書	書籍名	著者名	発行所
	基礎バイオメカニクス		医師薬出版

## ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	トレーニング演習Ⅲ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標  トレーニングの指導的知識と技術を学び、実技指導ができるようになる。							
講 義 内 容	1	ファンクショナルトレーニングの理解					
	2	ファンクショナルトレーニングの実践					
	3	ムーブメントトレーニングの理解					
	4	ムーブメントトレーニングの実践					
	5	コア、バランストレーニングの理解					
	6	コア、バランストレーニングの実践					
	7	ストレングストレーニングの理解					
	8	ストレングストレーニングの実践					
	9	サーキットトレーニングの実践					
	10	サーキットトレーニングの実践					
	11	スクワットフォームチェック					
	12	スクワット柔軟性チェック					
	13	中殿筋トレーニング					
	14	中殿筋、体幹トレーニング					
	15	体幹解剖と腹筋トレーニング					
	16	腹筋トレーニング					
	17	下肢・体幹解剖トレーニング					
	18	体幹バランストレーニング					
	19	上肢解剖トレーニング					
	20	トレーニングメニュー作成					
	21	ウェイトトレーニング(パワークリーン)					
	22	ウェイトトレーニング(パワークリーン)					
	23	ウェイトトレーニング(パワークリーン)					
	24	ウェイトトレーニング(パワークリーン)					
	25	プライオメトリクス					
	26	プライオメトリクス					
	27	球技トレーニング立案					
	28	球技トレーニング実践					
	29	球技トレーニング立案					
	30	球技トレーニング実践					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	} 単位認定
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名	発行所
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		日本スポーツ協会
	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		日本スポーツ協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	トレーニング演習Ⅳ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標  目的に合ったコンディショニングを実践し、実技指導ができるようになる。							
講 義 内 容	1	トレーニングプログラム					
	2	コーディネーショントレーニング					
	3	測定とアライメント評価					
	4	体幹トレーニング					
	5	パワートレーニング					
	6	パワートレーニング					
	7	フィジカルトレーニング					
	8	フィジカルトレーニング					
	9	評価とまとめ					
	10	評価とまとめ					
	11	メディカルチェック					
	12	メディカルチェック					
	13	身体の連動性トレーニング					
	14	身体の連動性トレーニング					
	15	アジリティトレーニング					
	16	アジリティトレーニング					
	17	アジリティトレーニング					
	18	アジリティトレーニング					
	19	評価とまとめ					
	20	評価とまとめ					
	21	持久カトレーニング					
	22	持久カトレーニング					
	23	瞬発力アップ					
	24	瞬発力アップ					
	25	ステップワークトレーニング					
	26	ステップワークトレーニング					
	27	筋発揮パフォーマンストレーニング					
	28	筋発揮パフォーマンストレーニング					
	29	評価とまとめ					
	30	評価とまとめ					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所

単位認定



# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	パーソナルトレーナー講座	学年	2	単位数	1	コマ数	15
<b>教科目標</b> あらゆる対象や目的に応じて、科学的根拠に基づく適切な運動プログラムの作成と指導について理解する。							
講 義 内 容	1	トレーニング総論					
	2	筋力トレーニングの効果とプログラム					
	3	パワー向上トレーニングの理論とプログラム					
	4	持久力向上トレーニングの理論とプログラム					
	5	スピード向上トレーニングの理論とプログラムの					
	6	柔軟性向上トレーニング及びウォームアップとクールダウンの理論とプログラム					
	7	特別な対象のためのトレーニングプログラム					
	8	傷害の受傷から復帰までのトレーニングとプログラム					
	9	筋力トレーニング					
	10	パワー向上トレーニング					
	11	持久力向上トレーニング					
	12	スピード向上トレーニング					
	13	柔軟性トレーニング及びウォームアップ					
	14	トレーニング効果の測定と評価					
	15	測定データの活用とフィードバック					
	16						

評価方法		課題や受講態度も加え評価する。	
評 価 基 準	新 評 価 A B C D E F ( G P A )	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
		単位認定	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	トレーニング指導者テキスト 理論編・改訂版		NPO法人日本トレーニング指導者協会
	トレーニング指導者テキスト 実践編・改訂版		NPO法人日本トレーニング指導者協会
	トレーニング指導者テキスト 実技編		NPO法人日本トレーニング指導者協会

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	健康運動実践指導者講座	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標  健康運動実践指導者知識・技術を学び、エアロビ・水中運動の実演指導ができるようになる。＜健康実践指導者＞							
講 義 内 容	1	実技試験対策					
	2	実技試験対策					
	3	実技試験対策					
	4	実技試験対策					
	5	実技試験対策					
	6	実技試験対策					
	7	実技試験対策					
	8	実技試験対策					
	9	実技試験対策					
	10	実技試験対策					
	11	実技試験対策					
	12	実技試験対策					
	13	実技試験対策					
	14	実技試験対策					
	15	健康づくり施策概論対策					
	16	運動生理学対策					
	17	運動生理学対策					
	18	機能的解剖とバイオメカニクス対策					
	19	機能的解剖とバイオメカニクス対策					
	20	栄養摂取と運動対策					
	21	体力測定と評価対策					
	22	健康づくりと運動プログラム対策					
	23	運動指導の心理学的基礎対策					
	24	健康づくり運動の実際対策					
	25	健康づくり運動の実際対策					
	26	運動障害と予防・救急処置対策					
	27	練習問題①					
	28	練習問題②					
	29	模擬試験①					
	30	模擬試験②					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	} 単位認定
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 図 書 及 び 教 科 書	書籍名	著者名	発行所
	健康運動実践指導者養成用テキスト		健康・体力づくり事業財団

## ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	現場実習Ⅱ	学年	2	単位数	2	コマ数	45
<b>教科目標</b>  現場実習、アスリハ実習、総合実習を行い、スポーツ現場での対応と指導ができるようになる。							
講 義 内 容	1	アスレティックリハビリテーション実習①					
	2	アスレティックリハビリテーション実習②					
	3	アスレティックリハビリテーション実習③					
	4	アスレティックリハビリテーション実習④					
	5	アスレティックリハビリテーション実習⑤					
	6	アスレティックリハビリテーション実習⑥					
	7	アスレティックリハビリテーション実習⑦					
	8	アスレティックリハビリテーション実習⑧					
	9	アスレティックリハビリテーション実習⑨					
	10	アスレティックリハビリテーション実習⑩					
	11	アスレティックリハビリテーション実習⑪					
	12	アスレティックリハビリテーション実習⑫					
	13	アスレティックリハビリテーション実習⑬					
	14	アスレティックリハビリテーション実習⑭					
	15	アスレティックリハビリテーション実習⑮					
	16	総合実習①					
	17	総合実習②					
	18	総合実習③					
	19	総合実習④					
	20	総合実習⑤					
	21	総合実習⑥					
	22	総合実習⑦					
	23	総合実習⑧					
	24	総合実習⑨					
	25	総合実習⑩					
	26	総合実習⑪					
	27	総合実習⑫					
	28	総合実習⑬					
	29	総合実習⑭					
	30	総合実習⑮					
	31	総合実習⑯					
	32	総合実習⑰					
	33	総合実習⑱					
	34	総合実習⑲					
	35	総合実習⑳					
36	総合実習㉑						
37	総合実習㉒						
38	総合実習㉓						
39	総合実習㉔						
40	総合実習㉕						
41	総合実習㉖						
42	総合実習㉗						
43	総合実習㉘						
44	総合実習㉙						
45	総合実習㉚						

評価方法	毎回の実習日誌の提出で評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 A	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
参 考 書 及 び 図 書	書籍名	著者名	発行所

単位認定

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツサポート演習Ⅲ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標 コーチング・マネジメントの応用スキルを実践し、スポーツ現場で指導ができるようになる。							
講 義 内 容	1	トレーニング立案①					
	2	トレーニング実践①					
	3	トレーニング評価①					
	4	トレーニング立案②					
	5	トレーニング実践②					
	6	トレーニング評価②					
	7	トレーニング立案③					
	8	トレーニング実践③					
	9	トレーニング評価③					
	10	トレーニング立案④					
	11	トレーニング実践④					
	12	トレーニング評価④					
	13	トレーニング立案⑤					
	14	トレーニング実践⑤					
	15	トレーニング評価⑤					
	16	トレーニング立案⑥					
	17	トレーニング実践⑥					
	18	トレーニング評価⑥					
	19	トレーニング立案⑦					
	20	トレーニング実践⑦					
	21	トレーニング評価⑦					
	22	トレーニング立案⑧					
	23	トレーニング実践⑧					
	24	トレーニング評価⑧					
	25	トレーニング立案⑨					
	26	トレーニング実践⑨					
	27	トレーニング評価⑨					
	28	トレーニング立案⑩					
	29	トレーニング実践⑩					
	30	トレーニング評価⑩					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 G P A 評 価	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	単位認
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所

# ＜2020年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツサポート演習Ⅳ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標  コーチング・マネジメントの応用スキルを実践し、スポーツ現場で指導ができるようになる。							
講 義 内 容	1	スポーツ研究演習					
	2	スポーツ研究演習					
	3	スポーツ研究演習					
	4	スポーツ研究演習					
	5	スポーツ研究演習					
	6	スポーツ研究演習					
	7	スポーツ研究演習					
	8	スポーツ研究演習					
	9	スポーツ研究演習					
	10	スポーツ研究演習					
	11	スポーツ研究演習					
	12	スポーツ研究演習					
	13	スポーツ研究演習					
	14	スポーツ研究演習					
	15	スポーツ研究演習					
	16	スポーツ研究演習					
	17	スポーツ研究演習					
	18	スポーツ研究演習					
	19	スポーツ研究演習					
	20	スポーツ研究演習					
	21	スポーツ研究演習					
	22	スポーツ研究演習					
	23	スポーツ研究演習					
	24	スポーツ研究演習					
	25	スポーツ研究演習					
	26	スポーツ研究演習					
	27	スポーツ研究演習					
	28	スポーツ研究演習					
	29	スポーツ研究演習					
	30	スポーツ研究演習					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 （ G P A ）	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所