

科目名 (英)	一般教養 I (General Education I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	渡邊友朗
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時間	前期 金曜3限
教員の略歴	2006年4月～2007年12月までフィットネスクラブに所属 仙台医健・スポーツ&こども専門学校専任教員						
授業の学習内容	2年間、夢に向かって知識・技術を学ぶための、有意義な学校生活・私生活を送るため、学園・学校の考えや規則を理解し、職業人・社会人に求められるマインドやマナーなどこれからの授業で身に付けていくスキルの大切さを説明できるようにする。						
到達目標	2年間の在学期間で、将来の夢をかなえるための有意義な時間の過ごし方を理解し実践できる。 1) 学校のこと(理念、目的、課程、学則、規程、サービス) 2) プロになるために、社会人になるために身につけるべきこと 3) 私生活のこと(体調管理、社会的マナー)						
評価方法と基準	1) 授業内評価 60% 2) 提出物 40%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	建学の理念 が説明できる プロへのビジョン が説明できる	学んだことを振り返る
2	/	講義	あいさつ、コミュニケーションの重要性 身だしなみ ポイントが説明できる	学んだことを振り返る
3	/	講義	教科課程、単位とシラバス、教育法規 が説明できる	学んだことを振り返る
4	/	講義	学則、試験規定、届出、SSC が説明できる	学んだことを振り返る
5	/	講義	ホスピタリティとは が説明できる	学んだことを振り返る
6	/	講義	パソコン、インターネット メールの使い方 を学ぶ意義が説明できる	学んだことを振り返る
7	/	講義	健康診断、健康管理 の重要性や 煙草マナー、ドラッグ 危険性が説明できる	学んだことを振り返る
8	/	講義	個人情報、カード、悪徳商法 スーカークー の危険性・対応が説明できる	学んだことを振り返る
9	/	講義	雇用形態 や社会人としての身だしなみ が説明できる	学んだことを振り返る
10	/	講義	電話マナー、手紙マナー 接遇マナー が説明できる	学んだことを振り返る
11	/	講義	食事マナー が説明できる	学んだことを振り返る
12	/	講義	弔辞マナー が説明できる	学んだことを振り返る
13	/	講義	国際マナー が説明できる	学んだことを振り返る
14	/	講義	社会制度、国民年金、健康保険 税金 が説明できる	学んだことを振り返る
15	/	講義	情報収集に関すること が説明できる	学んだことを振り返る
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
Handbook of Lifestyle				

科目名 (英)	情報技術 I (Literacy for Information I)		必修 選択	必修	年次	1	担当教員	阿部 かざみ
	学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	後期 水曜日 4時限目
教員の略歴	Word・Excel・PowerPointの操作方法を専門学校・PCスクール・企業研修・就職支援などで指導							
授業の学習内容	現代では業種・職種を問わず社会生活に必須となっているパソコンのスキルが求められています。シェアが90%を超えているWindows系のOfficeを実技を中心として学び、職場での活用技術を身に着ける。 業務の報告書の作成、データ集計・集計結果の分析などに必要なパソコンスキルを学ぶ。							
到達目標	Word・Excel・PowerPointの基本操作、効率の良い使用方法、また、実務例に基づいたレポート・資料などの作成ができるレベルを目指す							
評価方法と基準	実技試験70% 出席点15% 平常点15%							

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	SNSを使用する上での注意点を学ぶ	
2	/	演習	効率のよい入力方法を覚える	準備学習 Windowsの基本操作(日本語入力・マウス操作・キーボード操作)やファイル・フォルダーの扱い(作成・移動・コピーなど)ができる方が望ましい 学習課題 積み重ね授業になるので、授業終了後は復習をし、確実に次の時間に活かせることが望ましい
3	/	演習	Wordの基本編集機能を操作できる	
4	/	演習	ビジネス文書の基本ルールを覚える	
5	/	演習	表を作成・編集できる	
6	/	演習	グラフィックスを挿入できる	
7	/	演習	印刷の設定ができる	
8	/	演習	四則演算ができる	
9	/	演習	簡単な関数や、参照方法ができる	
10	/	演習	表を編集し、印刷設定ができる	
11	/	演習	円グラフ・棒グラフを作成できる	
12	/	演習	複合グラフを作成できる	
13	/	演習	シートの操作やシート間の計算ができる	
14	/	試験	実技試験	
15	/	演習	試験解説	
準備学習 時間外学習			パソコン操作に慣れるためにも時間外にも報告書・課題などパソコンを使用して作成してほしい	
【使用教科書・教材・参考書】 □				
滋慶出版社 Word2010・Excel2010				

科目名 (英)	機能的解剖学 I (Functional Anatomy I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	渡会稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	前期 木曜1限
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内容	上半身および股関節、大腿の運動に作用する筋、靭帯、関節、神経支配の構造・機能を理解し、説明できる。						
到達目標	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する。						
評価方法と基準	1) 筆記試験100%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	人体の構造と機能について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
2	/	講義	頸部、腰、背部の靭帯、関節の構造と機能および運動について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
3	/	講義	頸部、腰、背部の運動時に作用する筋、神経支配について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
4	/	講義	頸部、腰、背部の体表解剖について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
5	/	講義	肩・上腕の靭帯、関節の構造と機能および運動について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
6	/	講義	肩、上腕の運動時に作用する筋、神経支配について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
7	/	講義	肩、上腕の体表解剖について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
8	/	講義	肘、前腕、手、指の靭帯、関節の構造と機能および運動について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
9	/	講義	肘、前腕、手、指の運動時に作用する筋、神経支配について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
10	/	講義	肘、前腕、手、指の体表解剖について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
11	/	講義	股関節、大腿の靭帯、関節の構造と機能および運動について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
12	/	講義	股関節、大腿の運動時に作用する筋、神経支配について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
13	/	講義	股関節、大腿の体表解剖について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
14	/	試験	試験	
15	/	講義	振り返り	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
運動器の解剖と機能 健康運動実践指導者養成用テキスト フィットネス基礎理論 トレーニング指導者テキスト				

科目名 (英)	機能的解剖学Ⅱ (Functional AnatomyⅡ)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	渡会稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	後期 木曜1限
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内容	下半身の運動に作用する筋、靭帯、関節、神経支配の構造・機能を理解し、説明できる。歩行、跳躍、投動作およびあらゆる運動のメカニズムや、それに伴うケガについて説明できる。						
到達目標	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する。						
評価方法と基準	1) 筆記試験100%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	下腿、足関節、足、指の靭帯、関節の構造と機能および運動について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
2	/	講義	下腿、足関節、足、指の運動時に作用する筋、神経支配について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
3	/	講義	下腿、足関節、足、指の体表解剖について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
4	/	講義	膝の靭帯、関節の構造と機能および運動について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
5	/	講義	膝の運動時に作用する筋、神経支配について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
6	/	講義	膝の体表解剖について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
7	/	講義	外傷発生の起点となる歩行メカニズムについて説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
8	/	講義	歩行メカニズムの分析方法について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
9	/	講義	外傷発生の起点となる走行メカニズムについて説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
10	/	講義	走行メカニズムの分析方法について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
11	/	講義	外傷発生の起点となる跳躍動作メカニズムについて説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
12	/	講義	跳躍動作メカニズムの分析方法について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
13	/	講義	外傷発生の起点となる投動作メカニズムについて説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
14	/	講義	投動作メカニズムの分析方法について説明できる	授業中のノートを確認しまとめる
15	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
運動器の解剖と機能 健康運動実践指導者養成用テキスト フィットネス基礎理論 トレーニング指導者テキスト				

科目名 (英)	スポーツリーダー I (Sporte Leader I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	渡会稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	前期 水曜3限
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内容	スポーツの概念、歴史、文化について説明できる。 地域スポーツやその指導における法的責任について説明できる。 スポーツと人権、社会の中でのスポーツについて説明できる。 スポーツ組織の中での運営、マネジメントについて説明できる。 スポーツプロモーションについて説明できる。						
到達目標	スポーツに携わる指導者としての基礎的知識の獲得を目標とする。また、スポーツとは何かスポーツ観やスポーツ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。 本科目はスポーツリーダー取得を目指す者の必須科目とする。						
評価方法と基準	1) 筆記テスト100%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	スポーツの概念と歴史について説明できる	学んだことを振り返る
2	/	講義	文化としてのスポーツについて説明できる	学んだことを振り返る
3	/	講義	地域スポーツ論について説明できる①(地域におけるスポーツ振興と行政とのかかわり)	学んだことを振り返る
4	/	講義	地域スポーツ論について説明できる②(総合型地域スポーツクラブの必要性と社会的意義・地域におけるスポーツクラブとしてのスポーツ少年団)	学んだことを振り返る
5	/	講義	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任について説明できる①	学んだことを振り返る
6	/	講義	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任について説明できる②	学んだことを振り返る
7	/	講義	スポーツと人権について説明できる(スポーツ倫理と基本的人権) 社会の中のスポーツについて説明できる(現代社会に於けるスポーツとのかかわりについて)	学んだことを振り返る
8	/	講義	わが国のスポーツプロモーションについて説明できる① (グローバル化と日本のスポーツ、諸外国のスポーツプロモーション)	学んだことを振り返る
9	/	講義	わが国のスポーツプロモーションについて説明できる② (日本のスポーツプロモーション、スポーツプロモーションの課題と展望)	学んだことを振り返る
10	/	講義	スポーツ組織の運営と事業について説明できる① (総合型地域スポーツクラブの育成と運営)	学んだことを振り返る
11	/	講義	スポーツ組織の運営と事業について説明できる② (スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング①)	学んだことを振り返る
12	/	講義	スポーツ組織の運営と事業について説明できる③ (スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング②)	学んだことを振り返る
13	/	講義	スポーツ組織の運営と事業について説明できる④ (スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング③)	学んだことを振り返る
14	/	講義	スポーツ事業のプロモーションについて説明できる	学んだことを振り返る
15	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
公認スポーツ指導者養成テキストⅠ、Ⅱ				

科目名 (英)	スポーツリーダーⅡ (Sports LeaderⅡ)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	沼田 尚
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期 木曜3,4限
教員の略歴	H18.山形大学大学院教育学研究科修了、健康運動指導士 JATI-ATI 株式会社S&F Activelife 代表 パーソナルトレーナー、トレーニング指導、インストラクター						
授業の学習内容	運動指導に必要な指導法やコーチングにおける知識について説明でき、指導現場の具体例を提示し、コーチングができる。						
到達目標	「スポーツリーダー」に必要な知識が説明・実践できる。						
評価方法と基準	<ul style="list-style-type: none"> 筆記試験(80%)…各項目における、知識の理解度を評価する。 受講態度(20%)…出席状況と授業への取り組む姿勢・態度など。 課題レポート…適宜レポートの提出を求めることもある。 						

授業計画・内容							
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習	時間外学習(学習課題)		
1	/	講義	スポーツと健康及びスポーツ指導者の倫理について説明できる	予習復習として、指導者の倫理を読んで内容をまとめておくこと			
2	/	講義	指導者としての心構え・視点(コミュニケーションスキルの必要性と重要性)について説明できる	予習復習として、指導者の心構え・視点を読んで内容をまとめておくこと			
3	/	講義	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について説明できる(競技スポーツを取り巻く環境について)	予習復習として、アスリートの発掘育成を読んで内容をまとめておくこと			
4	/	講義	プレーヤーと指導者の望ましい関係について説明できる	予習復習として、プレーヤーと指導者の望ましい関係を読んで内容をまとめておくこと			
5	/	講義	ミーティングの方法についてについて説明できる	予習復習として、ミーティングの方法を読んで内容をまとめておくこと			
6	/	講義	競技者育成プログラムについて説明できる① (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について)	予習復習として、アスリートの育成・強化を読んで内容をまとめておくこと			
7	/	講義	競技者育成プログラムについて説明できる② (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について)	予習復習として、アスリートの育成・強化を読んで内容をまとめておくこと			
8	/	講義	指導計画のたて方について説明できる	予習復習として、指導計画の立て方を読んで内容をまとめておくこと			
9	/	講義	スポーツ活動と安全管理について説明できる	予習復習として、スポーツ活動と安全管理を読んで内容をまとめておくこと			
10	/	講義	トップアスリート育てるために～指導者が持つべき視点～について説明できる	予習復習として、トップアスリート育てるためにを読んで内容をまとめておくこと			
11	/	講義	トップアスリートの育成・強化の方法とその評価について説明できる①	予習復習として、トップアスリートの育成・強化を読んで内容をまとめておくこと			
12	/	講義	トップアスリートの育成・強化の方法とその評価について説明できる②	予習復習として、トップアスリートの育成・強化を読んで内容をまとめておくこと			
13	/	講義	競技力向上のためのチームマネジメントについて説明できる	予習復習として、競技力向上のためのチームマネジメントを読んで内容をまとめておくこと			
14	/	講義	競技力向上のための情報とその活用について説明できる	予習復習として、競技力向上のための情報とその活用を読んで内容をまとめておくこと			
15	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	試験に備えて、全ての項目を復習する			
準備学習 時間外学習			テキスト及び配布資料を読んで内容をまとめておくこと				
【使用教科書・教材・参考書】 □							
公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目Ⅰ・Ⅲ							

科目名 (英)	レジスタンストレーニング I (Resistance Training I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	伊藤良真
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期 曜日・時限 水曜1・2限
教員の略歴	H26年専門学校卒業後パーソナルトレーナーとして活躍。NASM-PES 健康運動実践指導者 NSCA-CPT						
授業の学習内容	フリーウエイトとマシントレーニングの違いが説明できる。主動筋・共同筋・拮抗筋、ストレッチの種類、バーの握りの種類が説明できる。部位に応じたエクササイズが実践できる。その際の注意事項を理解し、説明できる。						
到達目標	レジスタンストレーニングの基礎的知識の習得および基礎的技術の習得を目指す。また体カトレーニングに関する基礎的知識について、体力要素の構成から学ぶ。						
評価方法と基準	1) 筆記試験 30% 2) 実技試験 30% 3) 授業内評価 40%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	フリーウエイトとマシンの違い、主動筋・共同筋・拮抗筋とは、ストレッチの種類、バーの握りの種類が説明できる	学んだことを振り返る
2	/	演習	スクワット(自重) 主動筋(大腿四等筋)、共同筋(大殿筋、ハムストリングス)、拮抗筋(腸腰筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
3	/	演習	スクワット(フリーウエイト) バーの担ぎ方(ハイバー・ローバー)による主動筋の違い、補助のつき方が説明・実践できる	学んだことを振り返る
4	/	演習	レッグエクステンション、レッグカール ※スーパーセット法 それぞれのマシンの使い方、つま先の向きによる筋肉の使い方の違いが説明・実践できる	学んだことを振り返る
5	/	演習	ベンチプレス① 主動筋(大胸筋)、共同筋(上腕三頭筋、三角筋前部)、拮抗筋(広背筋) 5ポイントコンタクト、バーの軌道が説明・実践できる	学んだことを振り返る
6	/	演習	ベンチプレス② 主動筋(大胸筋)、共同筋(上腕三頭筋、三角筋前部)、拮抗筋(広背筋) 5ポイントコンタクト、バーの軌道が説明・実践できる	学んだことを振り返る
7	/	演習	ラットプルダウン、チニング ※コンパウンドセット法 主動筋(広背筋)、共同筋(上腕二頭筋)、拮抗筋(上腕三頭筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
8	/	演習	フロントレイズ、サイドレイズ 主動筋(三角筋前部・中部)、共同筋(僧帽筋)、拮抗筋(広背筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
9	/	演習	レッグプレス 主動筋(大腿四頭筋)、共同筋(大殿筋、ハムストリングス)、拮抗筋(腸腰筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
10	/	演習	ワンハンドダンベルロウ 主動筋(広背筋)、共同筋(上腕二頭筋)、拮抗筋(大胸筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
11	/	演習	アームカール 主動筋(上腕二頭筋)、共同筋(腕橈骨筋)、拮抗筋(上腕三頭筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
12	/	演習	トライセプスエクステンション、フレンチプレス 主動筋(上腕三頭筋)、共同筋(なし)、拮抗筋(上腕二頭筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
13	/	演習	クラッチ、レッグレイズ 主動筋(腹直筋)、共同筋(外腹斜筋、内腹斜筋)、拮抗筋(脊柱起立筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	学んだことを振り返る
15	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	レジスタンストレーニングⅡ (Resistance TrainingⅡ)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	伊藤良真
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 曜日・時限 月曜1・2限
教員の略歴	H26年専門学校卒業後パーソナルトレーナーとして活躍。NASM-PES 健康運動実践指導者 NSCA-CPT						
授業の学習内容	主動筋・共同筋・拮抗筋、ストレッチの種類、バーの握りの種類が説明できる。部位に応じたエクササイズが実践できる。その際の注意事項を理解し、説明できる。						
到達目標	レジスタンストレーニングの基礎的知識の習得および基礎的技術の習得を目指す。また体カトレーニングに関する基礎的知識について、体力要素の構成から学ぶ。						
評価方法と基準	1) 筆記試験 30% 2) 実技試験 30% 3) 授業内評価 40%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	オリエンテーション(前期種目の確認と後期に向けての動機付け) 今後の目標設定ができる	学んだことを振り返る
2	/	演習	フロントランジ 主動筋(大腿四頭筋)、共同筋(大殿筋、ハムストリングス)、拮抗筋(腸腰筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
3	/	演習	ダンベルフライ 主動筋(大胸筋)、共同筋(上腕二頭筋、三角筋前部)、拮抗筋(広背筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
4	/	演習	スタンディング・カーフレイズ、シーテッド・カーフレイズ 主動筋(腓腹筋)、共同筋(ヒラメ筋)、拮抗筋(前脛骨筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
5	/	演習	ベントオーバー・リアレイズ 主動筋(三角筋後部、共同筋(僧帽筋)、拮抗筋(大胸筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
6	/	演習	スティフレッグ・デッドリフト 主動筋(ハムストリングス)、共同筋(脊柱起立筋)、拮抗筋(大腿四頭筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
7	/	演習	バック・エクステンション 主動筋(脊柱起立筋)、共同筋(大殿筋、ハムストリングス)、拮抗筋(腹直筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
8	/	演習	ベントオーバー・ロウイング 主動筋(広背筋)、共同筋(上腕二頭筋)、拮抗筋(三角筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
9	/	演習	ダンベルプレス 主動筋(大胸筋)、共同筋(上腕三頭筋、三角筋前部)、拮抗筋(広背筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
10	/	演習	プルオーバー 主動筋(広背筋)、共同筋(大胸筋)、拮抗筋(三角筋後部)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
11	/	演習	フレンチプレス 主動筋(上腕二頭筋)、共同筋(なし)、拮抗筋(上腕二頭筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
12	/	演習	アップライト・ロウイング 主動筋(三角筋)、共同筋(上腕二頭筋)、拮抗筋(広背筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
13	/	演習	サイド・ベント 主動筋(外腹斜筋)、共同筋(腹直筋)、拮抗筋(脊柱起立筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
14	/	演習	インクライン・ベンチプレス 主動筋(大胸筋上部)、共同筋(上腕三頭筋、三角筋前部)、拮抗筋(広背筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
15	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 <input type="checkbox"/>				
健康運動実践指導者養成用テキスト トレーニング指導者テキスト				

科目名 (英)	エアロビクダンス I (Basic Aerobics I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	岡本真紀子
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 曜日・時限 水曜3・4限
教員の略歴	平成7年よりセントラルスポーツ・ルネサンスなどのフィットネスクラブでエアロビクスインストラクターとして指導						
授業の学習内容	エアロビクダンスダンスの特性、健康効果について説明できる。 エアロビクダンスの指導者としての役割について説明できる。 エアロビクダンスの安全な指導について理解し実践できる。 ウォーミングアップ、ローインパクト、ハイインパクトについて実践できる。						
到達目標	有酸素運動の代表であるエアロビクス運動の特性を理解し、正しいステップや筋コンディショニングの基礎をマスターする。						
評価方法と基準	1) 筆記試験30% 2) 実技試験30% 3) 授業内評価40%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	オリエンテーション	
2	/	演習	ハード面・服装等について説明できる ウォーミングアップ、ローインパクト、ミドルインパクト、立位でのクールダウンが説明・実践できる	学んだことを振り返る
3	/	演習	ウォーミングアップ、ローインパクト、ミドルインパクト、筋コンディショニング、クールダウンが説明・実践できる	学んだことを振り返る
4	/	演習	ウォーミングアップ、ローインパクト、ミドルインパクト、筋コンディショニング、クールダウン(正しいステップをができる)	学んだことを振り返る
5	/	演習	ウォーミングアップ、ローインパクト、ミドルインパクト、筋コンディショニング、クールダウン(ストレッチのフォーム・アライメントの修正ができる)	学んだことを振り返る
6	/	演習	ウォーミングアップ(動きを意識して)、フロアトレーニング(腹・背)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
7	/	演習	ウォーミングアップ、ローインパクト、ハイインパクト(グループ単位、動作を大きく)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
8	/	演習	ウォーミングアップ(動作を大きく)、ハイインパクト(新しいステップ)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
9	/	演習	ウォーミングアップ(ストレッチ中心に短く)、ハイインパクト(4曲ノンストップ)、筋コンディショニング(アーム、腹筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
10	/	演習	ウォーミングアップ(ストレッチ、Aステップ、Vステップ、6cマンボ、ハイインパクト(4曲ノンストップ)、筋コンディショニング(アーム、内転筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
11	/	演習	ウォーミングアップ(ストレッチ、Aステップ、Vステップ(アームス中心)、ハイインパクト(4曲ノンストップ)、筋コンディショニング(スクワット、体幹)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
12	/	演習	筋カトレーニング(6種目)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
13	/	演習	課題プレゼンテーション ウォーミングアップ(ストレッチ、ステップ復習)、筋コンディショニング(腹筋)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
14	/	演習	ストレッチ、ローインパクト、ハイインパクト(ステップ中心)、筋コンディショニング(体幹、大腿部、胸部)が説明・実践できる	学んだことを振り返る
15	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
健康運動実践指導者養成用テキスト エアロビクダンスエクササイズ指導理論				

科目名 (英)	エアロビクダンスⅡ (Basic AerobicsⅡ)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	赤間亮介
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期 曜日・時限 水曜1・2限
教員の略歴	H24専門学校卒業後フィットネスクラブにて勤務。JATI-ATI 健康運動実践指導者 JAJFA-ADI NSCA-CPT						
授業の学習内容	エアロビクダンスダンスの特性、健康効果について説明できる。 エアロビクダンスの指導者としての役割について説明できる。 エアロビクダンスの安全な指導について理解し実践できる。 ウォーミングアップ、クーリングダウンについて理解し説明ができる。 安全で効果的なストレッチングが実践できる。 安全で効果的な筋コンディショニングが実践できる。						
到達目標	有酸素運動の代表であるエアロビクス運動の特性を理解し、正しいステップや筋コンディショニングの基礎をマスターする。						
評価方法と基準	1) 筆記試験30% 2) 実技試験30% 3) 授業内評価40%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	プレゼンテーション ができる ローインパクト、ハイインパクト(個々でパフォーマンス) 筋コンディショニング(腹筋)	学んだことを振り返る
2	/	演習	プレゼンテーション(ストレッチ指導) ができる 音とり、プレイントラ(ルーティンのリード練習、2人組み、5人組み)	学んだことを振り返る
3	/	演習	プレゼンテーション(ストレッチ指導) ができる 音とり、プレイントラ(ルーティンのリード練習、2人組み、5人組み、一人ずつ)	学んだことを振り返る
4	/	演習	ストレッチ指導 ができる プレイントラ(コンビネーション指導)	学んだことを振り返る
5	/	演習	ストレッチ指導 ができる プレイントラ、アームワークゲーム	学んだことを振り返る
6	/	講義	ウォーミングアップについて…目的、内容、プログラミング ウォーミングアップの作成ができる	学んだことを振り返る
7	/	演習	ウォーミングアップ ができる 3人組みで練習、フィードバック	学んだことを振り返る
8	/	講義	ウォーミングアップ、ストレッチの確認 メインエクササイズ、フラットトップベルカーフ が説明できる	学んだことを振り返る
9	/	演習	ストレッチの確認(ペアで指導の循環を使って)ができる ローインパクトのプレの部分(強度を変化させる4つの要因)	学んだことを振り返る
10	/	演習	ウォーミングアップ、ローインパクト、ハイインパクト 筋コンディショニング(スクワット) マーチをステップのベースとした動きを考える	学んだことを振り返る
11	/	演習	ストレッチ指導ができる ステップの確認(踵の意識)、筋コンディショニング(フォーム重視)	学んだことを振り返る
12	/	演習	テスト対策 ウォーミングアップ、ローインパクトができる	学んだことを振り返る
13	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
健康運動実践指導者養成用テキスト エアロビクダンスエクササイズ指導理論				

科目名 (英)	水泳 (Swimming Lesson)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	渡邊友朗
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	15 (1)	開講区分 曜日・時限	前期 金曜1限
教員の略歴	2006年4月～20017年12月までフィットネスクラブに所属 仙台医健・スポーツ&こども専門学校専任教員						
授業の学習内容	クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの泳法、指導法について説明・実践できる。 水の特性を理解し、陸上運動との違いを説明できる。 浮き身、ストリームラインの取り方について説明・実践できる。 水泳指導における安全について説明できる。						
到達目標	水中運動の特性を理解するとともに、4泳法の泳力および指導法を学び、習得することを目標とする。						
評価方法と基準	1) 授業内評価40% 2) 提出物60%(実践指導まとめ・振り返り課題)						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	自由形の泳法、指導法が説明・実践できる①	泳法の・指導法のポイントを振り返る
2	/	演習	自由形の泳法、指導法が説明・実践できる②	泳法の・指導法のポイントを振り返る
3	/	演習	背泳ぎの泳法、指導法が説明・実践できる①	泳法の・指導法のポイントを振り返る
4	/	演習	背泳ぎの泳法、指導法が説明・実践できる②	泳法の・指導法のポイントを振り返る
5	/	演習	平泳ぎの泳法、指導法が説明・実践できる①	泳法の・指導法のポイントを振り返る
6	/	演習	平泳ぎの泳法、指導法が説明・実践できる②	泳法の・指導法のポイントを振り返る
7	/	演習	バタフライの泳法、指導法が説明・実践できる①	泳法の・指導法のポイントを振り返る
8	/	演習	バタフライの泳法、指導法が説明・実践できる②	泳法の・指導法のポイントを振り返る
9	/			
10	/			
11	/			
12	/			
13	/			
14	/			
15	/			
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □ 健康運動実践指導者養成用テキスト				

科目名 (英)	グループエクササイズ (Group Exercise)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	金森千穂
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	前期 月曜3限
教員の略歴	H10年、専門学校卒業後フリーのインストラクターとして活躍。JAF A-GF1エクササイズ インチプロソー アドバンス教育トレーナー 介護予防運動指導員 バランスコーディネーション教育トレーナー 健康 運動実践指導者						
授業の学習内容	集団での運動指導を行う際の、指導者の役割が説明できる。 集団であらゆる運動を指導する際に、種目や環境、対象者に応じたウォーミングアップ、クールダウン、ストレッチが実践できる。屋外での集団指導(ウォーキング・ジョギングなど)、屋内での集団指導(エアロビクスなど)を経験し、指導者の役割やポイントを説明できる。						
到達目標	健康の保持増進を目的にした安全で効果的な集団への運動指導について理解し、指導ができる。						
評価方法と基準	1) 筆記試験30% 2) 実技試験30% 3) 授業内評価40%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	グループエクササイズとは	学んだことを振り返る
2	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際① ウォーミングアップ、クールダウン、ストレッチング	学んだことを振り返る
3	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際② ウォーミングアップ、クールダウン、ストレッチング	学んだことを振り返る
4	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際③ ウォーミングアップ、クールダウン、ストレッチング	学んだことを振り返る
5	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑤ 屋内での集団指導	学んだことを振り返る
6	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑥ 屋内での集団指導	学んだことを振り返る
7	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑦ 屋内での集団指導	学んだことを振り返る
8	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑧ 屋外での集団指導	学んだことを振り返る
9	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑨ 屋外での集団指導	学んだことを振り返る
10	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑩ 屋外での集団指導	学んだことを振り返る
11	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑪ 屋外での集団指導	学んだことを振り返る
12	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑫ 屋外での集団指導	学んだことを振り返る
13	/	演習	グループエクササイズの指導理論と実際⑬ 屋外での集団指導	学んだことを振り返る
14	/	試験	試験	
15	/	試験	試験	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □ 健康運動実践指導者養成用テキスト				

科目名 (英)	アクアビクス	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	金森千穂
	(Aquabics)	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 金曜1限
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	1110年、専門学校卒業後アクアビクスインストラクターとして活躍。JAPA-GIエグゼクティブアクアビクスアドバンス教育トレーナー 介護予防運動指導員 バランスコーディネーション教育トレーナー 健康運動実践指導者						
授業の学習内容	水の特性を説明できる。水を意識した動作表現ができる。 水中運動時の安全で効果的な運動強度が説明できる。 アクアビクスの指導で、音取り、インストラクションができる。						
到達目標	水中の有酸素運動として注目されるアクアビクスの実際とその特性を理解し、基本的指導法を学ぶ。						
評価方法と基準	1) 筆記試験30% 2) 実技試験30% 3) 授業内評価40%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	アクアビクス体験、水中ウォーキング体験① 音取り練習	学んだことを振り返る
2	/	演習	アクアビクス体験、水中ウォーキング体験② 音取り、バーバル・ビジュアル	学んだことを振り返る
3	/	演習	アクアビクス体験、水中ウォーキング体験③ 音取り、バーバル・ビジュアル、ビジュアルレビュー	学んだことを振り返る
4	/	演習	アクアビクス体験、水中ウォーキング体験④ 音取り、バーバル・ビジュアル、ビジュアルレビュー	学んだことを振り返る
5	/	演習	音取り① テスト、基本動作の確認、強度の変換要素 プールサイドで動く練習	学んだことを振り返る
6	/	演習	音取り② 基本動作の確認、強度の変換要素、グループ練習 プールサイドで動く練習	学んだことを振り返る
7	/	演習	音取り③ 基本動作の確認、強度の変換要素、グループ練習	学んだことを振り返る
8	/	演習	音取り④ グループ練習	学んだことを振り返る
9	/	演習	音取り⑤ グループ練習 観察・修正・賞賛	学んだことを振り返る
10	/	演習	音取り⑥ グループ練習	学んだことを振り返る
11	/	演習	音取り⑦ グループ練習	学んだことを振り返る
12	/	演習	筆記試験対策 水の特性	学んだことを振り返る
13	/	演習	実技試験対策 水を意識した動作表現	学んだことを振り返る
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □ 健康運動実践指導者養成用テキスト				

科目名 (英)	スポーツ医学 I (Sports Medicine I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	浅沼 達二 渡会 稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期 土曜3・4限
教員の略歴	S53年岩手医科大学医学部卒業、整形外科医として開院・日本スポーツ協会スポーツドクター						
授業の学習内容	基本的な身体の構造、動きのメカニズムを理解した上で、スポーツ活動によって起こりやすい外傷・障害を学ぶ						
到達目標	アスリートのメディカルチェックをして、適性について説明ができる。病名を把握し、それに対するアスレティック・リハビリテーションを施行できる。						
評価方法と基準	筆記によるテスト。授業中質問に答えることができる。						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	スポーツと健康について説明できる	
2	/	講義	スポーツ活動中に多いケガや病気について説明できる	
3	/	講義	スポーツ現場における救急処置について説明できる	
4	/	講義	救急医療の現状と重要性について説明できる	
5	/	講義	アスリートの健康管理について説明できる	
6	/	講義	アスリートの内科的障害と対策について説明できる①	
7	/	講義	アスリートの内科的障害と対策について説明できる②	
8	/	講義	アスリートの外傷・障害と対策について説明できる①	
9	/	講義	アスリートの外傷・障害と対策について説明できる②	
10	/	講義	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について説明できる	
11	/	講義	コンディショニングの手法について説明できる	
12	/	講義	スポーツによる精神障害と対策について説明できる	
13	/	講義	特殊環境下での対応について説明できる ドーピング防止について説明できる	
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	/	講義	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	体力測定法 (Physical Fitness Test)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	沼田 尚
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 曜日・時限 木曜3, 4限
教員の略歴	H18.山形大学大学院教育学研究科修了、健康運動指導士 JATI-ATI 株式会社S&F Activelife 代表 パーソナルトレーナー、トレーニング指導、インストラクター						
授業の学習内容	体力測定の意義・目的について説明ができ、対象に合わせて体格・体型、体脂肪量、有酸素・無酸素能力、筋力の測定ができる。また、測定した結果について評価ができる。						
到達目標	体力測定に関する理論と方法を学び、データ解析や判定法による実践指導ができる。						
評価方法と基準	<ul style="list-style-type: none"> 筆記試験(40%)…各項目における、知識の理解度を評価する。 課題レポート(40%)…実習における理解度を評価するレポートの提出。 受講態度(10%)…出席状況と授業への取り組む姿勢・態度など。 						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	オリエンテーション 体力測定法を学ぶことについて考えることができる	予習復習として、体力測定概論を読んで内容をまとめておくこと
2	/	講義	体力測定の意義・目的を説明できる	予習復習として、体力測定の意義・目的を読んで内容をまとめておくこと
3	/	演習	体格、体型の測定と評価について 説明・実践できる	予習復習として、身体組成を読んで内容をまとめておくこと
4	/	演習	体脂肪量の測定と評価について 説明・実践できる	予習復習として、身体組成を読んで内容をまとめておくこと
5	/	演習	有酸素、無酸素能力の測定と評価について 説明・実践できる	予習復習として、有酸素・無酸素の測定と評価を読んで内容をまとめておくこと
6	/	演習	筋力の測定と評価について 説明・実践できる	予習復習として、筋力の測定と評価を読んで内容をまとめておくこと
7	/	演習	基礎的運動要素の測定と評価について 説明・実践できる	予習復習として、基礎的運動要素の測定と評価を読んで内容をまとめておくこと
8	/	演習	体力テスト測定結果の評価について 説明・実践できる	予習復習として、体力テスト測定結果の評価を読んで内容をまとめておくこと
9	/	演習	体力と運動能力(構成要素)、体力構成要素 の測定法について説明・実践できる	予習復習として、体力と運動能力、体力構成要素の測定法を読んで内容をまとめておくこと
10	/	演習	フィールドテストが説明・実践できる	予習復習として、フィールドテストを読んで内容をまとめておくこと
11	/	演習	高齢者の体力測定法(持久力)が 説明・実践できる	予習復習として、高齢者の体力測定法(持久力)を読んで内容をまとめておくこと
12	/	演習	高齢者の体力測定法(筋力)が 説明・実践ができる	予習復習として、高齢者の体力測定法(筋力)を読んで内容をまとめておくこと
13	/	演習	介護予防に関する体力測定法とその評価が 説明・実践できる	予習復習として、介護予防に関する体力測定法とその評価を読んで内容をまとめておくこと
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	試験に備えて、全ての項目を復習する
15	/	講義	学習した内容の問題に答えられる	レポート作成の為に資料・情報の収集
準備学習 時間外学習			テキスト及び配布資料を読んで内容をまとめておくこと	
【使用教科書・教材・参考書】 □ 健康運動実践指導者養成用テキスト				

科目名 (英)	テーピング (Taping)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	渡会稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	15 (1)	開講区分 曜日・時限	後期 金曜3限
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育 学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内 容	テーピングの基礎知識を理解するとともに、基本的なテーピングテクニックを身に付ける。						
到達目標	①テーピングの基礎知識を理解する ②スポーツ現場におけるテーピングの利用方法を理解する ③基本的なテーピングテクニックが実践できるようになる						
評価方法と基準	1)定期試験100%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	テーピングの基礎知識を理解する	テーピングの基礎知識をまとめる
2	/	演習	テープの種類、使用方法を理解する	テープの種類、使用方法をまとめる
3	/	演習	足関節のテーピングテクニック①を理解する	足関節へのアンダーラップ、アンカーテープ、 スターアップテープの方法をまとめる
4	/	演習	足関節のテーピングテクニック②を理解する	足関節へのホースシューアプ、ヒールロック テープ、フィギュアエイトテープの方法をまと める
5	/	演習	足関節のテーピングテクニック③を理解する	足関節への伸縮テープを用いたテーピング方 法をまとめる
6	/	演習	手関節のテーピングテクニックを理解する	手関節へのテーピングの方法をまとめる
7	/	演習	指関節のテーピングテクニックを理解する	指関節へのテーピングの方法をまとめる
8	/	試験	実技試験	
9	/			
10	/			
11	/			
12	/			
13	/			
14	/			
15	/			
準備学習 時間外学習		授業の復習として各講義のポイントをまとめる		
【使用教科書・教材・参考書】 □				
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⑥予防とコンディショニング				

科目名 (英)	トレーニング科学 (Training Science for Exercise and Sport)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	渡会稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	後期 月曜3限
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内容	身体トレーニングは、目的、年齢により方法論が変わる。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方を学ぶ。						
到達目標	目的、年齢に応じた筋力トレーニングを生理学的知識をもとに計画することができる。						
評価方法と基準	1) 筆記試験100%						

授業計画・内容							
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習	時間外学習(学習課題)		
1	/	講義	トレーニング総論について説明できる		講義の復習		
2	/	講義	筋力トレーニングの効果とプログラム作成について説明できる		講義の復習		
3	/	講義	パワー向上トレーニングの理論とプログラム作成について説明できる		講義の復習		
4	/	講義	スピード向上トレーニングの理論とプログラムの作成について説明できる		講義の復習		
5	/	講義	持久力向上トレーニングの理論とプログラム作成について説明できる		講義の復習		
6	/	講義	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について説明できる		講義の復習		
7	/	講義	特別な対象のためのトレーニングプログラム、傷害の受傷から復帰までのトレーニングプログラム作成と実際について説明できる		講義の復習		
8	/	講義	筋力トレーニングの実際について説明できる		講義の復習		
9	/	講義	パワー向上トレーニングの実際について説明できる		講義の復習		
10	/	講義	持久力向上トレーニングの実際について説明できる		講義の復習		
11	/	講義	スピード向上トレーニングの実際について説明できる		講義の復習		
12	/	講義	柔軟性トレーニング及びウォームアップの実際について説明できる		講義の復習		
13	/	講義	トレーニング効果の測定と評価の実際、測定データの活用とフィードバックの実際について説明できる		講義の復習		
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる		自主採点		
15	/	講義	学習した内容の問題に答えられる		試験内容の復習		
準備学習 時間外学習				復習ノートの作成			
【使用教科書・教材・参考書】 □							
公認アスレティックトレーナー専門科目テキストスポーツ科学 フィットネス基礎理論 トレーニング指導者テキスト							

科目名 (英)	スポーツバイオメカニクス (Sports Biomechanics)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	沼田尚
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 木曜3, 4限
教員の略歴	H18.山形大学大学院教育学研究科修了、健康運動指導士 JATI-ATI 株式会社S&F Activelife 代表 パーソナルトレーナー、トレーニング指導、インストラクター						
授業の学習内容	運動やスポーツの指導を効果的に行うためには、運動と力の働きの関係を理解していなければならない。この授業ではその理解のため、日本スポーツ協会公認「スポーツ指導者」および日本トレーニング指導者協会「トレーニング指導者」の養成カリキュラムに沿い、以下について実施する。 ・バイオメカニクスとは ・バイオメカニクスを学習をする意義について ・身体運動を力学的に検証するスポーツバイオメカニクスの基礎 ・スポーツ、運動、トレーニング動作のバイオメカニクス						
到達目標	スポーツバイオメカニクスや、その学習の意義について説明ができる。 スポーツバイオメカニクスの観点から運動・スポーツ指導ができる。 日本スポーツ協会公認「アスレティックトレーナー」、日本トレーニング指導者協会「トレーニング指導者」の資格検定で出題されるようなスポーツバイオメカニクスに関する問題を解くことができる。						
評価方法と基準	1) 筆記試験100%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	力の合成と分解について説明できる	小テスト
2	/	講義	生体におけるテコの原理、重心の求め方について説明できる	小テスト
3	/	講義	重心の速度・加速度について説明できる	小テスト
4	/	講義	床反力と重心加速度とは何かについて説明できる	小テスト
5	/	講義	床反力作用(COP)とは何かについて説明できる	小テスト
6	/	講義	関節モーメントの筋活動について説明できる	小テスト
7	/	講義	関節モーメントのパワーについて説明できる	小テスト
8	/	講義	ジャンプ動作について説明できる	小テスト
9	/	講義	立ち上がりのバイオメカニクスについて説明できる	小テスト
10	/	講義	歩き始めのバイオメカニクスについて説明できる	小テスト
11	/	講義	重心と床反力作用について説明できる	小テスト
12	/	講義	歩行の観察 OGIGの方法について説明できる	小テスト
13	/	講義	重心の動きを滑らかにする機能について説明できる	小テスト
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	/	講義	学習した内容の問題に答えられる	
16	/			
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】				
公認アスレティックトレーナー専門科目テキストスポーツ科学 公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目Ⅲテキスト・ワークブック				

科目名 (英)	スポーツ医学Ⅱ (Sports Medicine Ⅱ)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	浅沼 達二
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 土曜 曜日・時限 3・4・5限
教員の略歴	S53年岩手医科大学医学部卒業、整形外科医として開院・日本スポーツ協会スポーツドクター						
授業の学習内容	スポーツ外傷・障害についての病体、発生機序、診断方法、画像診断、徒手検査について理解し習得することが出来るようにする。また、年齢、性別によるスポーツ外傷・障害の特徴を理解する。						
到達目標	アスリートのメディカルチェックをして、適性について説明ができる。病名を把握し、それに対してのアスレティック・リハビリテーションを施行できる。						
評価方法と基準	筆記によるテスト。授業中質問に答えることが出来る。						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	運動器系の解剖と機能について説明できる	
2	/	講義	上肢のスポーツ外傷・障害について説明できる	
3	/	講義	上肢のスポーツ外傷・障害の病態について説明できる	
4	/	講義	上肢のスポーツ外傷・障害の発生機序について説明できる	
5	/	講義	上肢のスポーツ外傷・障害の診断方法について説明できる	
6	/	講義	上肢のスポーツ外傷・障害の画像診断について説明できる	
7	/	講義	上肢のスポーツ外傷・障害の徒手検査について説明できる	
8	/	講義	体幹のスポーツ外傷・障害について説明できる	
9	/	講義	体幹のスポーツ外傷・障害の病態について説明できる	
10	/	講義	体幹のスポーツ外傷・障害の発生機序について説明できる	
11	/	講義	体幹のスポーツ外傷・障害の診断方法について説明できる	
12	/	講義	体幹のスポーツ外傷・障害の画像診断について説明できる	
13	/	講義	体幹のスポーツ外傷・障害の徒手検査について説明できる	
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	/	講義	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	アスレティックトレーナー論 (Introduction to Athletic Training)		必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	渡会 稔
	学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	前期 水曜4限
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育 学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任							
授業の学習内 容	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。また、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。ATの業務、倫理について、具体的な例を挙げながら説明していく。							
到達目標	①ATの役割と業務を理解する ②医科学スタッフとの連携、協力の重要性を理解する ③ATチームの組織運営を理解する ④ATの倫理を理解する							
評価方法と基準	1)定期試験60% 2)レポート10% 3)授業内評価30%							

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	アスレティックトレーナーの歴史と制度を理解する	ATの制度をまとめる
2	/	講義	アスレティックトレーナーの任務と役割を理解する	ATの役割をまとめる
3	/	講義	アスレティックトレーナーの業務①を理解する	ATが行う外傷障害の予防、救急処置、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をまとめる
4	/	講義	アスレティックトレーナーの業務②を理解する	ATが行う検査・測定評価、健康管理と組織運営、 教育的指導をまとめる
5	/	講義	アスレティックトレーナーの活動①を理解する	合宿、海外遠征におけるATの活動をまとめる
6	/	講義	アスレティックトレーナーの活動②を理解する	陸上、テニスにおけるATの活動をまとめる
7	/	講義	アスレティックトレーナーの活動③を理解する	ラグビー、サッカー、冬季競技におけるATの活動を まとめる
8	/	講義	医科学スタッフの構成と役割を理解する	アスリートをサポートするスタッフの役割をまとめる
9	/	講義	スポーツドクター、コーチとの連携・協力を理解する	スポーツドクター、コーチとの連携、役割の分担を まとめる
10	/	講義	アスレティックトレーナーの組織と運営を理解する	ATチームの組織運営をまとめる
11	/	講義	競技者のコンディショニングに関するデータの管理を理解する	競技者のデータ管理の必要性、方法をまとめる
12	/	講義	アスレティックトレーナーの立場と倫理を理解する	ATの倫理をまとめる
13	/	講義	アスレティックトレーナーと法的諸問題を理解する	ATの安全配慮義務、注意義務をまとめる
14	/	試験	定期試験	
15	/	講義	まとめ	
準備学習 時間外学習			授業の復習として各講義のポイントをまとめる	
【使用教科書・教材・参考書】 □				
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①アスレティックトレーナーの役割				

科目名 (英)	コンディショニング理論演習 I (Seminar of Strength and Conditioning I)		必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	早坂 ひとみ
	学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	前期 火曜2限
教員の略歴	専門学校卒業後柔道整復師として勤務。柔道整復師・日本スポーツ協会アスレティックトレーナー JATI-AATI							
授業の学習内容	コンディショニングの方法および目的を理解し、身体的、環境的、心因的因子を理解する。また、競技特性、外傷予防について学び、スポーツ現場でその知識を還元すること。							
到達目標	コンディショニングの方法および目的を理解し、身体的、環境的、心因的因子を説明できる。また、競技特性、外傷予防について説明ができる。							
評価方法と基準	筆記テスト							

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	コンディショニングの目的について説明できる	
2	/	演習	傷害発生要因、身体・環境・心因的因子について説明できる	
3	/	演習	コンディショニングの指標及び評価法、フィットネス・フィールドテストについて説明できる	
4	/	演習	コンディショニングの指標及び評価法、身体・環境・心因的因子について説明できる	
5	/	演習	コンディショニングを意識したトレーニング計画の立案及び設計について説明できる	
6	/	演習	身体・環境・心因的因子から傷害発生に関する環境因子について説明できる	
7	/	演習	ウォーミングアップ・クーリングダウン意義・目的・方法を説明・実践できる	
8	/	演習	コンディショニングトレーニングについて説明・実践できる	
9	/	演習	スプリント、エンデュランス(サーキットトレーニングを含む)について説明・実践できる	
10	/	演習	冬季・採点競技系の傷害・環境を理解し、対策・改善について説明できる	
11	/	演習	格闘技・記録系競技の傷害・環境を理解し、対策・改善について説明できる	
12	/	演習	球技系競技の傷害・環境を理解し、対策・改善について説明できる①	
13	/	演習	球技系競技の傷害・環境を理解し、対策・改善について説明できる②	
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	/	演習	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	アスレティックリハビリテーション I (Athletic Rehabilitation I)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	渡会 稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 水曜3限
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育 学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内 容	子どもから高齢者の健康維持の増進や、競技者の競技復帰において基盤となるアスレティックリハビリテーシ ョン、各療法の知識、技術を習得する。						
到達目標	①アスレティックリハビリテーションの概要を理解する ②アスレティックリハビリテーションに必要な知識、技術を理解する						
評価方法と基準	1)定期試験60% 2)レポート10% 3)授業内評価30%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	アスレティックリハビリテーションの考え方を理解する	アスレティックリハビリテーションの概要を まとめる
2	/	演習	上肢の解剖学的運動を理解する	上肢の機能解剖をまとめる
3	/	演習	上肢のアスレティックリハビリテーションを理解する	上肢のアスレティックリハビリテーションをまと める
4	/	演習	上肢の関節可動域測定を理解する	上肢の関節可動域測定の方法をまとめる
5	/	演習	上肢のMMTを理解する	上肢のMMTをまとめる
6	/	演習	まとめ	
7	/	演習	下肢の解剖学的運動を理解する	下肢の機能解剖をまとめる
8	/	演習	下肢のアスレティックリハビリテーションを理解する	下肢のアスレティックリハビリテーションをまと める
9	/	演習	下肢の関節可動域測定を理解する	下肢の関節可動域測定の方法をまとめる
10	/	演習	下肢のMMTを理解する	下肢のMMTをまとめる
11	/	演習	まとめ	
12	/	演習	物理療法について理解する	物理療法の概要をまとめる
13	/	演習	補装具について理解する	補装具の概要をまとめる
14	/	試験	定期試験	
15	/	演習	まとめ	
準備学習 時間外学習			授業の復習として各講義のポイントをまとめる	
【使用教科書・教材・参考書】 □				
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⑦アスレティックリハビリテーション				

科目名 (英)	アスレティックリハビリテーションⅡ (Athletic Rehabilitation Ⅱ)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	渡会 稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 水曜4限
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育 学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内 容	子どもから高齢者の健康維持の増進や、競技者の競技復帰において基盤となるアスレティックリハビリテーシ ョン、各療法の知識、技術を習得する。傷害別のアスレティックリハビリテーションプログラムの計画、立案、実践の 方法を理解する。						
到達目標	①アスレティックリハビリテーションに必要な知識、技術を理解する ②傷害別アスレティックリハビリテーションプログラムの計画、立案ができるようになる ③傷害別アスレティックリハビリテーションプログラムを実践できるようになる						
評価方法と基準	1)定期試験60% 2)レポート10% 3)授業内評価30%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	体幹部の解剖学的運動を理解する	体幹部の機能解剖をまとめる
2	/	演習	体幹部のアスレティックリハビリテーションを理解する	体幹部のアスレティックリハビリテーションを まとめる
3	/	演習	体幹部の関節可動域測定を理解する	体幹部の関節可動域測定の方法をまとめる
4	/	演習	体幹部のMMTを理解する	体幹部のMMTをまとめる
5	/	演習	まとめ	
6	/	演習	頸部の解剖学的運動を理解する	頸部の機能解剖をまとめる
7	/	演習	頸部のアスレティックリハビリテーションを理解する	頸部のアスレティックリハビリテーションをまと める
8	/	演習	頸部の関節可動域測定を理解する	頸部の関節可動域測定の方法をまとめる
9	/	演習	頸部のMMTを理解する	頸部のMMTをまとめる
10	/	演習	まとめ	
11	/	演習	傷害別アスレティックリハビリテーションの計画立案①を理解する	体幹のアスレティックリハビリテーションのプ ログラミングと実践をまとめる
12	/	演習	傷害別アスレティックリハビリテーションの計画立案②を理解する	上肢のアスレティックリハビリテーションのプ ログラミングと実践をまとめる
13	/	演習	傷害別アスレティックリハビリテーションの計画立案③を理解する	下肢のアスレティックリハビリテーションのプ ログラミングと実践をまとめる
14	/	試験	定期試験	
15	/	演習	まとめ	
準備学習 時間外学習			授業の復習として各講義のポイントをまとめる	
【使用教科書・教材・参考書】 □				
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⑦アスレティックリハビリテーション				

科目名 (英)	救急処置法Ⅱ (Emergency Treatment and Lifesavin)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	早坂ひとみ
	学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限
教員の略歴	専門学校卒業後柔道整復師として勤務。柔道整復師・日本スポーツ協会アスレティックトレーナー JATI-AATI						
授業の学習内容	救急処置の目的と意義を理解し、説明ができる。 更に基礎的な救急処置を習得し、アスレティックトレーナーとしての役割を理解し、説明ができる。						
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> 救急処置の基本的知識を理解する。 スポーツ現場における傷害に対する救急処置を理解し、実施できる。 現場における救急体制の重要性と計画性を理解する。 						
評価方法と基準	<ul style="list-style-type: none"> 筆記テスト 50% 実技 50% 						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	救急処置基礎およびスポーツ現場における救急処置の意義、目的について説明できる	学んだことを振り返る
2	/	演習	救急医療の現状の理解、重要性について説明できる	学んだことを振り返る
3	/	演習	怪我の評価と観察の重要性について説明できる	学んだことを振り返る
4	/	演習	外傷への応急処置について説明できる	学んだことを振り返る
5	/	演習	緊急時の救命処置について説明できる①	学んだことを振り返る
6	/	演習	緊急時の救命処置について説明できる②	学んだことを振り返る
7	/	演習	心肺蘇生法・固定法の実践について説明できる①	学んだことを振り返る
8	/	演習	心肺蘇生法・固定法の実践について説明できる②	学んだことを振り返る
9	/	演習	心肺蘇生法・固定法の実践について説明できる③	学んだことを振り返る
10	/	演習	心肺蘇生法・固定法の実践について説明できる④	学んだことを振り返る
11	/	演習	心肺蘇生法・固定法の実践について説明できる⑤	学んだことを振り返る
12	/	演習	内科的疾患への救急処置について説明できる	学んだことを振り返る
13	/	演習	現場における救急体制について説明できる	学んだことを振り返る
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	/	演習	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
アスレティックトレーナー専門科目テキスト 応急処置				

科目名 (英)	現場実習 (Athletic Trainer Internship program)	必修 選択	コース 必修	年次	1	担当教員	渡会 稔
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	実習	総時間 (単位)	90 (6)	開講区分 曜日・時限	集中
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育 学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内容	① 公認ATのもと見学実習を通じてATの業務を理解する ② 公認ATのもと検査・測定と評価の目的、方法を理解する ③ 公認ATのもとアスレティックリハビリテーションプログラム作成の目的、方法を理解する ④ 公認ATのもとスポーツ現場でのATの業務を理解する						
到達目標	① ATの業務を理解し、業務が遂行できるようになる ② 検査・測定と評価の目的、方法を理解し、実践できるようになる ③ アスレティックリハビリテーションプログラム作成の目的、方法を理解し、プログラム作成ができる ようになる ④ 公認ATのもとスポーツ現場でのATの業務を理解し、実施できるようになる						
評価方法と基準	実習内容、学習内容を実習報告書に記録する。実習報告書提出者に単位を認定する						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	実習	ATの役割について理解する	学んだことを報告書にまとめる
2	/	実習	ATの競技現場での役割について理解する	学んだことを報告書にまとめる
3	/	実習	ATと選手の関りについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
4	/	実習	ATとコーチの関りについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
5	/	実習	バスケットボールにおけるATの業務を理解する	学んだことを報告書にまとめる
6	/	実習	サッカーにおけるATの業務を理解する	学んだことを報告書にまとめる
7	/	実習	バスケットボールのゲームにおけるATの業務を理解する	学んだことを報告書にまとめる
8	/	実習	ATとストレングスコーチの関りについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
9	/	実習	陸上競技におけるATの業務を理解する	学んだことを報告書にまとめる
10	/	実習	バスケットボールにおける傷害予防について理解する	学んだことを報告書にまとめる
11	/	実習	下肢の傷害予防に必要な検査・測定の目的について理解する	学んだことを報告書にまとめる
12	/	実習	上肢の傷害予防に必要な検査・測定の方法について理解する	学んだことを報告書にまとめる
13	/	実習	体幹の傷害予防に必要な検査・測定の実際について理解する	学んだことを報告書にまとめる
14	/	実習	頸部の傷害予防に必要な検査・測定の実際について理解する	学んだことを報告書にまとめる
15	/	実習	バスケットボールの傷害予防に必要な検査・測定の実際について理解する	学んだことを報告書にまとめる
準備学習 時間外学習		復習として実習内容のポイントをまとめる		
【使用教科書・教材・参考書】 □				
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①～⑨				

科目名 (英)	現場実習	必修 選択	コース 必修	年次	1	担当教員	渡会 稔
	(Athletic Trainer Internship program)	授業 形態	実習	総時間 (単位)	90 (6)	開講区分	集中
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内容	① 公認ATのもと見学実習を通じてATの業務を理解する ② 公認ATのもと検査・測定と評価の目的、方法を理解する ③ 公認ATのもとアスレティックリハビリテーションプログラム作成の目的、方法を理解する						
到達目標	① ATの業務を理解し、業務が遂行できるようになる ② 検査・測定と評価の目的、方法を理解し、実践できるようになる ③ アスレティックリハビリテーションプログラム作成の目的、方法を理解し、プログラム作成ができるようになる						
評価方法と基準	実習内容、学習内容を実習報告書に記録する。実習報告書提出者に単位を認定する						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	実習	下肢におけるアスレティックリハビリテーションのプログラム作成を理解する	学んだことを報告書にまとめる
2	/	実習	上肢におけるアスレティックリハビリテーションのプログラム作成を理解する	学んだことを報告書にまとめる
3	/	実習	体幹におけるアスレティックリハビリテーションのプログラム作成を理解する	学んだことを報告書にまとめる
4	/	実習	頸部におけるアスレティックリハビリテーションのプログラム作成を理解する	学んだことを報告書にまとめる
5	/	実習	バスケットボールにおけるアスレティックリハビリテーションのプログラム作成を理解する	学んだことを報告書にまとめる
6	/	実習	下肢のストレッチングについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
7	/	実習	上肢のストレッチングについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
8	/	実習	体幹部のストレッチングについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
9	/	実習	ウォーミングアップのストレッチングについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
10	/	実習	クールダウンのストレッチングについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
11	/	実習	下半身のテーピングについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
12	/	実習	上半身のテーピングについて理解する	学んだことを報告書にまとめる
13	/	実習	下肢の外傷の応急処置について理解する	学んだことを報告書にまとめる
14	/	実習	上肢の外傷の応急処置について理解する	学んだことを報告書にまとめる
15	/	実習	頸部、体幹部の外傷の応急処置について理解する	学んだことを報告書にまとめる
準備学習 時間外学習			復習として実習内容のポイントをまとめる	
【使用教科書・教材・参考書】 □				
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①～⑨				

科目名 (英)	スポーツ実技	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	渡会稔
	(Practice of Sports)	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 火曜1限
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	1999年日本スポーツ協会アスレティックトレーナー取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育学科 助教 プロバスケットボールチームトレーナーを歴任						
授業の学習内容	ジュニアスポーツ指導の発育発達の段階で重要な運動あそび・ゲームの実践ができる。						
到達目標	子どもの発達段階についての正しい知識を持ち、それぞれに応じた運動遊びやゲームが実践できる。 また、ボール、なわとび、跳び箱などの道具を使用した指導を通して、子どもの運動能力を高めることができる。						
評価方法と基準	1) 授業内評価20% 2) 定期試験40% 3) 提出物40%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	乳幼児期の運動遊び・ゲームの実際Ⅰについて説明できる	学んだことを振り返る
2	/	演習	乳幼児期の運動遊び・ゲームの実際Ⅱについて説明できる	学んだことを振り返る
3	/	演習	児童前期の運動遊び・ゲームの実際Ⅰについて説明できる	学んだことを振り返る
4	/	演習	児童前期の運動遊び・ゲームの実際Ⅱについて説明できる	学んだことを振り返る
5	/	演習	児童前期の運動遊び・ゲームの実際Ⅲについて説明できる	学んだことを振り返る
6	/	演習	青年前期の運動遊び・ゲームの実際について説明できる	学んだことを振り返る
7	/	演習	乳幼児期・児童前期・青年期のコーディネーションを高める運動の発展的実際について説明できる	学んだことを振り返る
8	/	演習	物を動作する運動Ⅰ(ボールを手や足で扱い、球技系の基本となるボールとの対応動作や反応の速さなどを高めドッジボール、サッカーといったボール運動の基礎的技術の向上をめざした指導ができる)	学んだことを振り返る
9	/	演習	物を動作する運動Ⅱ(ボールを手や足で扱い、球技系の基本となるボールとの対応動作や反応の速さなどを高めドッジボール、サッカーといったボール運動の基礎的技術の向上をめざした指導ができる)	学んだことを振り返る
10	/	演習	物を動作する運動Ⅲ(なわとび運動としての技術の向上をめざす、一定期間で各種目の組み合わせなど、発表の機会を持ちながら、相互に評価できる)	学んだことを振り返る
11	/	演習	物を動作する運動Ⅳ(なわとび運動としての技術の向上をめざす、一定期間で各種目の組み合わせなど、発表の機会を持ちながら、相互に評価できる)	学んだことを振り返る
12	/	演習	器具、用具を活用する運動Ⅰ(マット・跳び箱、等器具を使って、それぞれが持つ運動の特性に応じた、楽しみ方、遊び方が指導できる)	学んだことを振り返る
13	/	演習	集団で行う、運動あそび及びゲームを行い、ルールづくりができる	学んだことを振り返る
14	/	演習	各種目の運動経験を通じて、「安全な使用法、管理法」「種目の技術特性」について、「指導の段階」や「指導の要点」が説明できる	学んだことを振り返る
15	/	試験	試験	
16	/			
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	スポーツマネジメント (sports management)	必修 選択	コース 必修 / 選択	年次	1	担当教員	渡邊友朗
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限	後期 集中
教員の略歴	2006年4月～20017年12月までフィットネスクラブに所属 仙台医健・スポーツ&こども専門学校専任教員						
授業の学習内容	スポーツのビジネス的な側面を学び 主にフィットネスクラブのマネジメントについて学習する。 資格取得にあたってはフィットネスクラブマネジメント検定3級合格を目指す。						
到達目標	①フィットネス産業について説明できる ②クラブ運営について把握している ③顧客マネジメントについて実践できる						
評価方法と基準	1)授業内評価75% 2)定期テスト25%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	フィットネス産業について説明できる	
2	/	講義	フィットネス産業について説明できる	
3	/	講義	健康づくりについて説明できる①	
4	/	講義	健康づくりについて説明できる②	
5	/	講義	店舗運営・フロント業務について実践できる	
6	/	講義	店舗運営・ジム。スタジオ。プール運営について実践できる	
7	/	講義	店舗運営・イベント企画について企画できる	
8	/	講義	総合クラブの施設内容について説明できる	
9	/	講義	顧客対応について実践できる①	
10	/	講義	顧客対応について実践できる②	
11	/	講義	組織・業務分担の考え方について説明できる	
12	/	講義	コミュニケーションの重要性について答えられる	
13	/	講義	学習した内容について答えられる	
14	/	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	/	講義	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
一般社団法人日本フィットネス産業協会:フィットネスクラブマネジメント 公式テキスト基礎				

科目名 (英)	SAQインストラクターレベル1講座 (SAQ Instructor)	必修 選択	選択	年次	1	担当教員	日本SAQ協会
	学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限
教員の略歴	日本SAQ協会の指導者による資格対策授業						
授業の学習内容	「SAQインストラクターレベル1」養成講習会での講習科目に沿い、SAQトレーニングとは何かを説明でき、プリパレーションタイム、スピード、アジリティ、クイックネス、下肢のプライオメトリクス、体幹のトレーニングが説明・実践できる。						
到達目標	「SAQインストラクターレベル1」として認定される。 指導者としての実践的な知識やトレーニング手法を獲得する。 基礎体力、基礎トレーニングの正確な理論および実技が説明・実践できる。						
評価方法と基準	「SAQインストラクターレベル1」の検定で実施される実技テストの合格者に単位を認定する。						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	講義	SAQ概論	学んだことを振り返る
2	/	講義	プリパレーションタイム	学んだことを振り返る
3	/	演習	プリパレーションタイム	学んだことを実践する
4	/	演習	体幹のトレーニング	学んだことを実践する
5	/	講義	アジリティ	学んだことを振り返る
6	/	講義	下肢のプライオメトリクス	学んだことを振り返る
7	/	演習	アジリティ	学んだことを実践する
8	/	演習	下肢のプライオメトリクス	学んだことを実践する
9	/	講義	クイックネス	学んだことを振り返る
10	/	講義	スピード	学んだことを振り返る
11	/	演習	クイックネス	学んだことを実践する
12	/	演習	スピード	学んだことを実践する
13	/	演習	総合演習	テスト科目の練習をする
14	/	演習	総合演習	テスト科目の練習をする
15	/	試験	試験	
16	/			
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □ SAQインストラクターレベル1テキスト				

科目名 (英)	JDACダンス指導員講座	必修 選択	選択	年次	1	担当教員	JDAC
	(JDAC Dance Instructor)	授業 形態	演習	総時間 (単位)	15 (1)	開講区分	集中
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	JDAC認定講師による資格対策授業						
授業の学習内容	学校現場でのダンスの取り組みについて説明ができ、各種のダンスが説明・実践できる。 また、授業や指導プログラムの計画、進め方が説明でき、参加者とのコミュニケーションをとり、ダンスの指導をすることができる。						
到達目標	「JDACダンス指導員」として認定される。 ダンスの現場で指導ができる。						
評価方法と基準	「JDACダンス指導員」の認定を受け、授業を履修したものに単位を認定する						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	／	講義	学校教育でのダンスの取り組みについて説明ができる	学んだことを振り返る
2	／	演習	ストレッチ、アイソレーション、リズム基礎について説明ができる	学んだことを振り返る
3	／	演習	フォークダンスができる	学んだことを振り返る
4	／	演習	現代的なリズムのダンスができる	学んだことを振り返る
5	／	演習	創作ダンスができる	学んだことを振り返る
6	／	演習	実践を通してダンス指導ができる①	学んだことを振り返る
7	／	演習	実践を通してダンス指導ができる②	学んだことを振り返る
8	／	演習	実践を通してダンス指導ができる③	学んだことを振り返る
9	／			
10	／			
11	／			
12	／			
13	／			
14	／			
15	／			
16	／			
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 <input type="checkbox"/>				

科目名 (英)	進級制作 (Promotion work)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	渡邊友朗
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	60 (4)	開講区分	後期 火曜・水曜 曜日・時限 3・4限
教員の略歴	2006年4月～20017年12月までフィットネスクラブに所属 仙台医健・スポーツ&こども専門学校専任教員						
授業の学習内容	1年次で学習したことや体得したことを、個人やグループでテーマを設定し、課題に取り組む。						
到達目標	①1年次の学習内容から自分でテーマを設定できる ②テーマについてまとめることができる ③パワーポイントの作成ができる ④プレゼンテーションができる						
評価方法と基準	1)授業内評価50% 2)作成したパワーポイント25% 3)プレゼンテーション25%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
1	/	演習	1年次を振り返りテーマを設定できる	
2	/	演習	1年次を振り返りテーマを設定できる	
3	/	演習	1年次を振り返りテーマを設定できる	
4	/	演習	テーマについて資料を集めることができる	
5	/	演習	テーマについて資料を集めることができる	
6	/	演習	テーマについて資料を集めることができる	
7	/	演習	テーマについてまとめることができる	
8	/	演習	テーマについてまとめることができる	
9	/	演習	テーマについてまとめることができる	
10	/	演習	テーマについてまとめることができる	
11	/	演習	テーマについてまとめることができる	
12	/	演習	テーマについてまとめることができる	
13	/	演習	テーマについてまとめることができる	
14	/	演習	テーマについてまとめることができる	
15	/	演習	テーマについてまとめることができる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 <input type="checkbox"/>				

科目名 (英)	進級制作 (Promotion work)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	渡邊友朗
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間 (単位)	60 (4)	開講区分	後期 曜日・時限 木曜3・4限
教員の略歴	2006年4月～20017年12月までフィットネスクラブに所属 仙台医健・スポーツ&こども専門学校専任教員						
授業の学習内容	1年次で学習したことや体得したことを、個人やグループでテーマを設定し、課題に取り組む。						
到達目標	①1年次の学習内容から自分でテーマを設定できる ②テーマについてまとめることができる ③パワーポイントの作成ができる ④プレゼンテーションができる						
評価方法と基準	1)授業内評価50% 2)作成したパワーポイント25% 3)プレゼンテーション25%						

授業計画・内容				
回数	日程	授業形態	学習内容	準備学習 時間外学習(学習課題)
16	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
17	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
18	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
19	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
20	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
21	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
22	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
23	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
24	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
25	/	演習	パワーポイントの作成ができる	
26	/	演習	プレゼンテーションが行える	
27	/	演習	プレゼンテーションが行える	
28	/	演習	プレゼンテーションが行える	
29	/	演習	プレゼンテーションが行える	
30	/	演習	プレゼンテーションが行える	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 <input type="checkbox"/>				