

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	前期 金曜・3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) 出席状況 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 ストーカー 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)	コミュニケーションスキル (Communication Skill)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	藤村真仁
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 火曜・3限
教員の略歴	健康運動指導士 仙台医健・スポーツ専門学校専任教員						
授業の学習内容	スポーツ現場で仕事をする際、あらゆる人間関係が発生し、それを円滑にしていくスキルが求められる。そのため、言語によるコミュニケーションの概論について理解し、その技術(聞く、話す、読む、書く)をポイントを理解したうえで実践することができる。また、コーチとしての専門的知識や、コーチに求められる対他者の知識、対自己の知識について考え実践することができる。また、コミュニケーションスキルアップ検定の学習を通し、社会の一員として必要なコミュニケーションスキル(基本的会話スキル、自己表現スキル、社会的スキル)とサービスマインドについて説明ができる。						
到達目標	コミュニケーションスキルアップ検定に合格する。 言語でのコミュニケーションについて理解し、実践できる。						
評価方法と基準	1) 出席状況 50% 2) 提出物 40% 3) 検定合否 10%						

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	コミュニケーション技法とは について説明できる	
2		演習	コーチに求められる知識とスキル ブレインストーミング、KJ法 について説明・実践できる	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
3		演習	コーチに求められる知識とスキル 聞き上手の技法 について説明・実践できる	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
4		演習	対他者力を磨こう(コミュニケーションスキル) 話し上手の技法 について説明・実践できる	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
5		演習	対他者力を磨こう(コミュニケーションスキル) ブラインドウォーク を体験する	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
6		演習	対他者力を磨こう(リーダーシップスキル) 読み上手の技法① について説明・実践できる	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
7		演習	対他者力を磨こう(プレゼンテーションスキル) 読み上手の技法② について説明・実践できる	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
8		演習	対他者力を磨こう(ファシリテーションスキル) 書き上手の技法 について説明・実践できる	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
9		演習	対他者力を磨こう(ファシリテーションスキル) テーマ探しの技法 について説明・実践できる	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
10		演習	対他者力を磨こう(ファシリテーションスキル) コミュニケーション技法のまとめ	学習箇所について事前に読み、 ワークブックに考えを記入する
11		演習	対他者力を磨こう(その他の対他者スキル) コミュニケーションスキルアップ 基本的対話スキル について説明できる	テキストを読み返す
12		演習	対自己力を磨こう(コーチの学び) コミュニケーションスキルアップ 自己表現スキル について説明できる	テキストを読み返す
13		演習	対自己力を磨こう(コーチのセルフマネジメント) コミュニケーションスキルアップ 社会的スキル について説明できる	テキストを読み返す
14		演習	対自己力を磨こう(さまざまな思考法や伝達法) コミュニケーションスキルアップ サービスマインド について説明できる	テキストを読み返す
15		試験	コミュニケーションスキルアップ検定試験	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
リファレンスブック コミュニケーションスキルアップ検定テキスト				

科目名 (英)	英会話	必修 選択	必修・選択必修・選択等	年次	1	担当教員	Mark Zorota
	(English Conversation)	授業 形態	講義・演習・実習等	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期・後期・通年・兼 中等
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	ヨーク大学卒業後ビクトリア大学修士課程修了、テーチングアシスタント、英語教師を経てBeyond School in Sendai CEO						
授業の学習内容	滋慶学園の英語教育に長期に渡って携わり、Active Learningに取り組んできたネイティブの英語教員が、学生が専門分野に関連した専門英語の基本的な表現を使って、外国人を前に怖がったり、恥ずかしがったりせず、流暢でなくても意思疎通を図ろうとする「姿勢」を身につけることを目的としたコミュニケーション主体の授業を行う。						
到達目標	海外研修や将来のキャリアなどで役に立つ基本的な英会話や英語表現を習得する。						
評価方法と基準	評価は、100点満点の筆記試験で行う。授業で学習した内容の定着度を確認する。 評価は学則規定に準ずる。						

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	クラスオリエンテーション L1 挨拶が出来るようになる		教科書の復習
2		講義	L3 個人の情報を聞きだすことが出来るようになる もう一度言ってもらえるようお願い出来る		教科書の復習
3		講義	L6 好き嫌いを表現出来るようになる 相手に質問で返すことができるようになる		教科書の復習
4		講義	L8 相手に意見を聞くことが出来るようになる 相手に意見を伝えることができるようになる 誘いに返答することが出来るようになる		教科書の復習
5		講義	L11 相手について褒めることが出来るようになる 褒め言葉に返答出来るようになる		教科書の復習
6		講義	L7 L13 時間を尋ねることが出来るようになる 時間を伝えることが出来るようになる 相手の日課について質問が出来るようになる 自分の日課について説明出来るようになる		教科書の復習
7		講義	L14 継続して質問することが出来るようになる		教科書の復習
8		講義	L19 L20 ある場所の位置について質問出来るようになる ある場所の位置を説明出来るようになる 道案内が出来る、道順を尋ねることが出来るようになる		教科書の復習
9		講義	L21 L23 ある行動の頻度について尋ねることが出来るようになる ある行動の頻度を説明出来るようになる		教科書の復習
10		講義	L28 ある食べ物について質問出来るようになる ある食べ物を説明出来るようになる		教科書の復習
11		講義	L29 L30 過去の出来事について話すことが出来るようになる 過去の出来事について尋ねることが出来るようになる		教科書の復習
12		講義	L32 予定について質問出来るようになる 予定について説明出来るようになる		教科書の復習
13		講義	習った内容の振り返り		教科書の復習
14		講義	定期試験に向けて復習する		
15		講義	定期試験		
準備学習 時間外学習					
【使用教科書・教材・参考書】 □					
Speak Now 1					

科目名 (英)	情報技術 I (Literacy for Information I)	必修 選択	必修・選択必修・選択 等	年次	1	担当教員	阿部ゆざみ
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義・演習・実習等	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 木曜・2限
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		講義	SNSを使用する上での注意点を学ぶ	
2		実習	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		実習	Wordの基本編集機能を操作できる	
4		実習	ビジネス文書の基本ルールを覚える	
5		実習	表を作成・編集できる	
6		実習	グラフィックスを挿入できる	
7		実習	印刷の設定ができる	
8		実習	四則演算ができる	
9		実習	簡単な関数や、参照方法ができる	
10		実習	表を編集し、印刷設定ができる	
11		実習	円グラフ・棒グラフを作成できる	
12		実習	複合グラフを作成できる	
13		実習	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		実習	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 Word2016・Excel2016				

科目名 (英)	スポーツ生理学 I (Exercise Physiology I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	藤本 敏彦
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 火曜・4限
教員の略歴	1990年鹿屋体育大学修士課程修了後、東北大学にて勤務 准教授						
授業の学習内容	スポーツ時に起こる身体内での生理現象を、神経系、骨格筋系、内分泌系、呼吸循環器系、発達発育に分けて学習する。						
到達目標	身体機能の構造および運動における身体の変化について説明できる。 また、身体は有酸素運動および無酸素運動を実施した際に、どのような生理的反応(適応)を示すか説明できる。						
評価方法と基準	定期試験 90%、授業中の発表回数 10%、復習の忘れは減点 1回5点 授業時の居眠り、雑談等は教員の判断で減点。						

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	スポーツ生理学とは何かについて説明できる	講義の復習
2		講義	スポーツ生理学の基礎知識について説明できる	講義の復習
3		講義	運動器の仕組みと働きについて説明できる①	講義の復習
4		講義	運動器の仕組みと働きについて説明できる②	講義の復習
5		講義	呼吸器系の仕組みと働きについて説明できる	講義の復習
6		講義	循環器系の仕組みと働きについて説明できる	講義の復習
7		講義	エネルギー供給システムについて説明できる①	講義の復習
8		講義	エネルギー供給システムについて説明できる②	講義の復習
9		講義	エネルギー供給システムについて説明できる③	講義の復習
10		講義	バイオメカニクスの基礎知識について説明できる①	講義の復習
11		講義	バイオメカニクスの基礎知識について説明できる②	講義の復習
12		講義	バイオメカニクスの実際について説明できる①	講義の復習
13		講義	バイオメカニクスの実際について説明できる②	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			復習ノートを作成する	
【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 リファレンスブック フィットネス基礎理論 トレーニング指導者テキスト理論編 運動生理学の基礎と発展				

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	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なる。						
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	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なる。						
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)	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 木曜・3,4限
教員の略歴	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 トレーニング指導者 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)	コーチングスキル (Coaching Skills)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	吉田晴彦
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 水曜・3限
教員の略歴	平成15年3月 中学・高等学校教諭一種免許(保健体育)取得 平成22年1月 JATI認定トレーニング指導者資格取得 平成25年3月 柔道整復師免許取得 平成26年4月 スポーツ&コンディショニング「SteadyFive」みやぎのはら接骨院開業						
授業の学習内容	人々はあらゆる目的でスポーツに関わっている。スポーツ指導者はその目的を満たせるように支援していくが、そのニーズに応えられるためのコーチングスキルが必要である。この授業では「コーチング」とは何かをはじめ、コーチングの基本的知識やその役割について学ぶ。また、あらゆる環境に応じたコーチングの留意点について学ぶ。さらに、ハイパフォーマンスにおけるコーチングについて学ぶ。						
到達目標	「コーチングとは」「コーチに求められる役割」「時代をリードするコーチング」「コーチング環境の特徴」「ハイパフォーマンススポーツにおける今日的なコーチングについて説明できる。そして、日本スポーツ協会のオンラインテストに合格できる。						
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	コーチングとは コーチングとコーチを定義する	学んだことを振り返る
2		講義	コーチングとは グッドプレイヤーを育てるグッドコーチ	学んだことを振り返る
3		講義	コーチングとは プレイヤーズセンタードなコーチング	学んだことを振り返る
4		講義	コーチに求められる役割 責任と役割	学んだことを振り返る
5		講義	コーチに求められる役割 コーチの果たすべき役割	学んだことを振り返る
6		講義	コーチに求められる役割 安全な環境の構築と問題発生時の対処法	学んだことを振り返る
7		講義	時代をリードするコーチング	学んだことを振り返る
8		講義	コーチング環境の特徴 ジュニア期のコーチングの留意点	学んだことを振り返る
9		講義	コーチング環境の特徴 年齢区分からみたコーチングの留意点	学んだことを振り返る
10		講義	コーチング環境の特徴 年齢区分からみたコーチングの留意点	学んだことを振り返る
11		講義	コーチング環境の特徴 部活動単位でのコーチングの留意点	学んだことを振り返る
12		講義	コーチング環境の特徴 部活動単位でのコーチングの留意点	学んだことを振り返る
13		講義	コーチング環境の特徴 性別の考慮	学んだことを振り返る
14		講義	ハイパフォーマンススポーツにおける今日的なコーチング	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】 □				
リファレンスブック				

科目名 (英)	スポーツ社会学	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	沼田 尚
	(Sociology of Sports)	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期
学科・コース	スポーツ科学科			曜日・時限	木曜・3,4限		
教員の略歴	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 トレーニング指導者 インストラクター						
授業の学習内容	スポーツ指導者は「コーチング」について正しく理解することで、スポーツ実践者(プレーヤー)のニーズを満たす支援ができる。この授業では、スポーツが人々や社会にどのような影響をもたらすのか、その意義と価値について考える。また、スポーツ権について理解し、スポーツ権を害さないスポーツ指導に必要な知識を身につける。さらにスポーツに関する法令やルール、フェアプレーについて学ぶ。						
到達目標	リファレンスブックに記載される「コーチングを理解しよう」の6～13の内容について説明ができる。 そして、日本スポーツ協会のオンラインテストに合格できる。						
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	スポーツの意義と価値① トレーニング指導者の役割	テキストを読んで内容をまとめておくこと
2		講義	スポーツの意義と価値② トレーニング指導者の役割	テキストを読んで内容をまとめておくこと
3		講義	スポーツの意義と価値③ トレーニング指導者の役割	テキストを読んで内容をまとめておくこと
4		講義	スポーツの価値を守るスポーツ権	テキストを読んで内容をまとめておくこと
5		講義	スポーツの自治 ガバナンスとコンプライアンス	テキストを読んで内容をまとめておくこと
6		講義	暴力・ハラスメントの根絶①	テキストを読んで内容をまとめておくこと
7		講義	暴力・ハラスメントの根絶②	テキストを読んで内容をまとめておくこと
8		講義	スポーツのインテグリティ	テキストを読んで内容をまとめておくこと
9		講義	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任①	テキストを読んで内容をまとめておくこと
10		講義	スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任②	テキストを読んで内容をまとめておくこと
11		講義	スポーツ仲裁	テキストを読んで内容をまとめておくこと
12		講義	スポーツ倫理	テキストを読んで内容をまとめておくこと
13		講義	スポーツ組織のマネジメント トレーニングの運営と情報活用	テキストを読んで内容をまとめておくこと
14		講義	障がい者とスポーツ	テキスト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】 □				
リファレンスブック トレーニング指導者テキスト実践編				

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	安野努
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 月曜・2限
教員の略歴	柔道整復師 アスレティックトレーナー NSCA 強豪高校クラブチーム、スポーツ整形外科、メディカルフィットネス、プロサッカーチームでフィジカルコーチ、ストレングスコンディショニングコーチを歴任						
授業の学習内容	スポーツ指導者には医・科学的な知識が必要である。この授業では、スポーツと健康について考え、内科的・精神的障害への対策や、ケガへの予防など学ぶ。また、救急処置について正しい方法を学ぶ。さらに、ドーピングについて学び、スポーツ指導者の役割を考える。						
到達目標	トレーニング指導者テキストの7章「運動と医学」の内容について説明ができる。 リファレンスブックに記載される「グッドコーチに求められる医・科学的知識」の6、7の内容について説明ができる。 そして、日本スポーツ協会のオンラインテストに合格できる。						
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	スポーツと健康 生活習慣病とその予防	
2		講義	アスリートの健康管理	
3		講義	アスリートの内科的障害と対策	
4		講義	アスリートの内科的障害と対策	
5		講義	女性アスリートの生涯と対策	
6		講義	スポーツによる精神障害と対策	
7		講義	外傷・障害の予防	
8		講義	外傷・障害の予防	
9		講義	コンディショニングの手法	
10		講義	救急処置(救急蘇生法)	
11		講義	救急処置(外科的応急処置)	
12		講義	アンチドーピング	
13		講義	アンチドーピング	
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】 □ リファレンスブック トレーニング指導者テキスト理論編				

科目名 (英)	救急処置法 I (Emergency Treatment and Lifesaving I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	仁田新一
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 集中
教員の略歴	東北大学医学部卒業 加齢医学研究所教授・東北大学副総長を歴任 医学博士 専門分野心臓外科						
授業の学習内容	運動の現場で起こる救急処置の意義、目的が説明できる。 運動の現場で起こるケガの対応や予防について理解し、実践できる。 蘇生法、AED、気道異物除去ができる。 外科的処置、固定法の基本ができる。 生活習慣病、メディカルチェックについて説明ができる。						
到達目標	救急処置の目的と意義を理解する。 運動実施中の救急疾患や外科的損傷の病態を理解し、発生時の対応や予防ができる。 生活習慣病の原因や病態を理解し、運動の重要性が説明できる。 健診やメディカルチェックについて説明できる。						
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		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、目的を理解する	ノートをまとめる
2		演習	救急医療の現状の理解、重要性について学ぶ	ノートをまとめる
3		演習	怪我の評価と観察の重要性について理解する	ノートをまとめる
4		演習	外傷への応急処置について習得する	ノートをまとめる
5		演習	緊急時の救命処置について習得する	ノートをまとめる
6		演習	心肺蘇生法・固定法の実践ができる	反復練習する
7		演習	心肺蘇生法・固定法の実践ができる	反復練習する
8		演習	内科的疾患への救急処置ができる	ノートをまとめる
9		演習	現場における救急体制を習得する	ノートをまとめる
10		演習	健康増進と生活習慣病について理解する	ノートをまとめる
11		演習	健康増進と生活習慣病について理解する	ノートをまとめる
12		演習	メディカルチェックを学び理解する	ノートをまとめる
13		演習	メディカルチェックを学び理解する	ノートをまとめる
14		試験	定期試験	
15		演習	まとめ	
準備学習 時間外学習				
【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 フィットネス基礎理論 トレーニング指導者テキスト理論編				

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	前期 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	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	足関節へのホースエイトテープ、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		演習	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)	健康管理概論 Health Care Theory)		必修 選択	必修	年次	1年次	担当教員
	学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義・演習・実習等	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分 曜日・時限
教員の略歴	東北大学医学部公衆衛生学教室非常勤講師、専門学校教員(H1～)、医学博士、薬学博						
授業の 学習内容	健康づくりや疾病予防の基礎的な知識や考え方を理解し、対象者の年代に応じた健康指導について学ぶ。 特に、健康づくり施策づくりのもととなる資料の中の表や図の読み取りができることに力を置く。 又、健康運動実践指導者資格取得を目指し、過去問にもできるだけ触れる。						
到達目標	①健康・スポーツ関連の指導者を目指す人たちに必要な健康管理に関する基礎的な知識を広めるため、疾病予防、健康増進、健康と行政の関連、環境因子等についての基礎的な知識を学ぶ。 ②対象者の年代別に運動との関わりについて学ぶ。 ③健康運動実践指導者資格はもとより各種資格取得を目指し、健康づくりや疾病予防の基礎的な知識や考え方を理解し、健康づくり施策について十分に理解する。						
評価方法と 基準	定期試験(筆記試験)による評価(100%)、60点以上を合格とする						
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)		
1		講義	オリエンテーション、健康と健康増進の概念:健康の定義を理解し、述べるようにする	WHO憲章の健康の定義を空で言えるようにする			
2		講義	アルマ・アタ宣言、オタワ憲章、その他の健康づくり施策のそれぞれの特徴を理解する	アルマ・アタ宣言、オタワ憲章の鍵となるキーワードを言えるようにする			
3		講義	わが国の現状と健康づくり施策:第1次&第2次国民健康づくり施策について学ぶ	講義内容をノートにまとめること			
4		講義	身体活動・運動の社会環境対策、生活習慣病対策について学ぶ	講義内容をノートにまとめること			
5		講義	健康日本21、健康増進法、健康フロンティア戦略について、それぞれの特徴を理解する	講義内容をノートにまとめること			
6		講義	食育基本法について理解する	食事バランスガイドをかいてみる			
7		講義	健康づくりのための運動基準2013、健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)について学ぶ	講義内容をノートにまとめること			
8		講義	がん対策基本法、健康日本21(第2次)について学ぶ	健康日本21(第2次)の主な目標について理説明できるようにする			
9		講義	健康日本21(第2次)の主な目標について学ぶ	健康日本21(第2次)の主な目標について理説明できるようにする			
10		講義	生活習慣と生活習慣病について学ぶ	講義内容をノートにまとめること			
11		講義	メタボリックシンドロームについて学ぶ	講義内容をノートにまとめること			
12		講義	介護予防について:人口の高齢化、介護保険法、介護予防について学ぶ	講義内容をノートにまとめること			
13		講義	メディカルチェックについて:メディカルチェックの目的、メディカルチェックの手順と内容を理解する	メディカルチェックの手順と内容を理解し、現にする			
14		試験	定期試験	半期学んだことを復習すること			
15		講義	試験解説	試験内容を十分に理解し、資格試験に			
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」公財 健康・体力づくり事業財団 単元ごとに必要に応じて、参考資料を配布							

高橋英子
副校長

前期
火曜・2限

専士

予防、

む方、

習課題)

うにする

る

解し、

解し、

!場で使えるよう

につなげること

科目名 (英)	スポーツ栄養学 I (Sports Nutrition I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	佐々木裕子
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 金曜・4限
教員の略歴	管理栄養士						
授業の学習内容	スポーツ指導者には医・科学的な知識が必要である。この授業では、スポーツと栄養についての知識を学び、健康の維持増進を目的とした基本的な栄養に関する考え方について学習する。更に、運動選手に対する栄養食事サポートの方法について学習し、スポーツ指導者として正しく栄養指導ができるための知識を身に付けていく。						
到達目標	栄養の基礎と運動に関わる知識を持つ。スポーツに関する食事方法について知識を持つ。水分摂取についての正しい知識を持つ。対象者に応じて、または、競技や目的に応じた栄養・食事のポイントを理解し、説明をすることができる。 身体活動・運動に対する各栄養素の役割及び活動中のエネルギー代謝、生活習慣病の発症および重症化を防ぐための望ましい食事を説明することができる。						
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	5大栄養素の役割と特徴 身体組成とエネルギー代謝	授業内で学んだ知識を振り返る
2		講義	5大栄養素の役割と特徴 身体組成とエネルギー代謝	授業内で学んだ知識を振り返る
3		講義	5大栄養素の役割と特徴 身体組成とエネルギー代謝	授業内で学んだ知識を振り返る
4		講義	アスリートの栄養摂取の考え方	授業内で学んだ知識を振り返る
5		講義	サプリメント摂取に関する注意点	授業内で学んだ知識を振り返る
6		講義	基本の食事	授業内で学んだ知識を振り返る
7		講義	水分補給	授業内で学んだ知識を振り返る
8		講義	減量・増量	授業内で学んだ知識を振り返る
9		講義	貧血予防の食事	授業内で学んだ知識を振り返る
10		講義	試合前・遠征時の食事	授業内で学んだ知識を振り返る
11		講義	疲労骨折予防・疲労回復・夏バテと食事	授業内で学んだ知識を振り返る
12		講義	女性アスリートの食事	授業内で学んだ知識を振り返る
13		講義	トレーニング期と試合期の食事について説明できる	授業内で学んだ知識を振り返る
14		講義	健康増進と栄養(日本人の食事摂取基準、食事バランスガイド、食育)について説明できる	授業内で学んだ知識を振り返る
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】 スポーツと栄養(公認AT専門科目テキスト) 栄養の基礎がわかる図解事典 リファレンスブック 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理論編				

科目名 (英)	スポーツ心理学 I	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	加畑碧
	(Sports Psychology I)	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 曜日・時限 水曜・1限
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	筑波大学大学院人間総合科学研究科体育学専攻博士前期課程修了						
授業の学習内容	スポーツ心理学の主要な領域における基礎的な理論について学習する。主に、動機づけ、あがり、注意・集中、イメージ、コーチングに関する主要な理論を紹介する。加えて、各領域に関する心理的支援の基礎を学ぶ。						
到達目標	目標①スポーツ心理学における基礎的な理論を説明することができる 目標②スポーツ領域における心理的支援に関わる基礎的な知識を理解する 目標③スポーツ領域における心理的支援に関する基礎的な技能を修得する						
評価方法と基準	1) 定期試験60%, 2) レポート30%, 3) 平常の学習状況10%						

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	スポーツ心理学を学ぶ意義について説明できる 行動としてのスポーツ	配布資料の振り返りレポート
2		講義	スポーツにおける動機づけ	配布資料の確認、振り返りレポート
3		講義	スポーツにおける動機づけ	配布資料の確認、振り返りレポート
4		講義	メンタルマネジメント	配布資料の確認、振り返りレポート
5		講義	メンタルマネジメント	配布資料の確認、振り返りレポート
6		講義	他者観察	配布資料の確認、振り返りレポート
7		講義	個人差を考慮したコーチング 日常生活における相談	配布資料の確認、振り返りレポート
8		講義	運動感覚(筋感覚・内部知覚) 運動学習	配布資料の確認、振り返りレポート
9		講義	フィードバック 心理的サポート・集中力	配布資料の確認、振り返りレポート
10		講義	あがり、プレッシャー、スランプについて 性格/自己概念	配布資料の確認、振り返りレポート
11		講義	あがり、プレッシャー、スランプについて 性格/自己概念	配布資料の確認、振り返りレポート
12		講義	心理的コンディショニング	配布資料の確認、振り返りレポート
13		講義	運動と心理 メンタルヘルス	配布資料の確認、振り返りレポート
14		試験	学習した内容の問題に答えられる	配布資料の確認、振り返りレポート
15		講義		試験の振り返り
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
リファレンスブック トレーニング指導者テキスト理論編 健康運動実践指導者養成用テキスト				

科目名 (英)	トレーニング演習	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	安野努
	(Designing Effective Training Programs)	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 月曜・1限
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	柔道整復師 アスレティックトレーナー NSCA 強豪高校クラブチーム、スポーツ整形外科、メディカルフィットネス、プロサッカーチームでフィジカルコーチ、ストレングスコンディショニングコーチを歴任						
授業の学習内容	スポーツ指導者は対象や目的に応じて医・科学的な根拠に基づくトレーニングプログラムを作成し、効果的に指導ができる知識と指導力が求められる。この授業では、スポーツトレーニングの基本的な考えを学び、身体のしくみを理解し、対象者に応じて効果的なトレーニングプログラムを作成し、実践しながらスポーツ指導者に必要な知識・技術を学ぶ。						
到達目標	トレーニング指導者テキストの2,3章「各種トレーニング法の理論とプログラムと実際」の内容について説明ができる。 リファレンスブックに記載される「グッドコーチに求められる医・科学的知識」の2,3の内容について説明ができる。 そして、日本スポーツ協会のオンラインテストに合格できる。						
評価方法と基準	1)定期試験60% 2)レポート10% 3)出席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	スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系	ノートをまとめる
2		演習	スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系	ノートをまとめる
3		演習	スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系	ノートをまとめる
4		演習	体力のトレーニング 身体の仕組み、呼吸循環器系の働きとエネルギー供給	ノートをまとめる
5		演習	体力のトレーニング ウォームアップとクールダウン・柔軟性向上トレーニングの理論と実際	ノートをまとめる
6		演習	体力のトレーニング 筋力トレーニングの理論と実際	ノートをまとめる
7		演習	体力のトレーニング パワー向上トレーニングの理論と実際	ノートをまとめる
8		演習	体力のトレーニング 有酸素性及び無酸素性持久力向上トレーニングの理論と実際	ノートをまとめる
9		演習	体力のトレーニング スピード向上トレーニングの理論と実際	ノートをまとめる
10		演習	スキルのトレーニング	ノートをまとめる
11		演習	スキルのトレーニング	ノートをまとめる
12		演習	スキルのトレーニング	ノートをまとめる
13		演習	特別な対象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	ノートをまとめる
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】 □				
リファレンスブック トレーニング指導者テキスト実践編				

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 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) 出席状況 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	クランチ、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 Training Ⅱ)	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 水曜3,4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) 出席状況 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】 □				
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) 出席状況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 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 JAJA-ADI NSCA-CPT						
授業の学習内容	エアロビクダンスの特性、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) 出席状況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ブ 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)	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	後期 月曜・3,4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-GFIエクササイズ シニアソロニー 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) 出席状況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 (Aquabics)	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	後期 金曜・1限
教員の略歴	110年、専門学校卒業後ブライのインストラクターとして活躍。JAFPA-GPエグゼクティブアクアプロフェッショナル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) 出席状況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、ビジュアルプレビュー	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、ビジュアルプレビュー	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)	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	前期 金曜1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) 出席状況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)	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	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	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	前期 曜日・時限 木曜・3,4限
教員の略歴	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 ハーソナルトレーナー トレーニング指導者 インストラクター						
授業の学習内容	<p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・バイオメカニクスとは ・バイオメカニクスを学習する意義について ・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	<p>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・スポーツし指導ができる。 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。</p>						
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	
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)	スポーツ生理学Ⅱ (Exercise Physiology Ⅱ)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	藤本 敏彦
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 火曜・4限
教員の略歴	1990年鹿屋体育大学修士課程修了後、東北大学にて勤務 准教授						
授業の学習内容	スポーツ生理Ⅰの知識をもとにスポーツ時に起こる身体内での生理現象(神経系、骨格筋系、内分泌系、呼吸循環器系、発達発育)をトレーニングと関連づけて学習する。						
到達目標	神経、筋、骨の機能と呼吸循環器の機能を理解し、トレーニング効果の説明ができる。						
評価方法と基準	定期試験 90%、授業中の発表回数 10%、復習の忘れは減点 1回5点 授業時の居眠り、雑談等は教員の判断で減点。						

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	骨の構造と機能及び代謝について説明ができる	講義の復習
2		講義	筋細胞と筋収縮の仕組みについて説明ができる①	講義の復習
3		講義	筋細胞と筋収縮の仕組みについて説明ができる②	講義の復習
4		講義	ホルモンバランスと組織構造の適応について説明ができる	講義の復習
5		講義	消化器系の構造と役割について説明ができる①	講義の復習
6		講義	消化器系の構造と役割について説明ができる②	講義の復習
7		講義	呼吸循環器系の構造と役割について説明ができる①	講義の復習
8		講義	呼吸循環器系の構造と役割について説明ができる②	講義の復習
9		講義	トレーニングによるからだの変化について説明ができる①(筋細胞)	講義の復習
10		講義	トレーニングによるからだの変化について説明ができる②(骨細胞)	講義の復習
11		講義	トレーニングによるからだの変化について説明ができる③(循環器)	講義の復習
12		講義	有酸素トレーニングと無酸素トレーニングについて説明ができる	講義の復習
13		講義	デイトレーニングについて説明ができる	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		復習ノートを作成する		
【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 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理論編 運動生理学の基礎と発展				

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	配布資料の予習・復習
2		講義	上肢のスポーツ外傷・障害について説明できる	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
8		講義	体幹のスポーツ外傷・障害について説明できる	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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	配布資料の予習・復習
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)	スポーツ内科学 (Applied Sports Medicine)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	担当教員	松尾 兼幸
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 金曜4限
教員の略歴	東海大学医学部卒業、開業医 日本スポーツ協会公認スポーツドクター						
授業の学習内容	スポーツ選手における内科的疾患を理解し、その対処法を身につけるとともに、感染症に対する対応策を説明ができるようになる。また、内科的メディカルチェックについても理解し、説明ができるようになる。						
到達目標	内科疾患などを理解した上で、その疾患に対し配慮ができる運動処方などを作成し、さらにその処方に基づいた指導を行った際の評価方法などを考えることができるようになる。また、内科的疾患などにおける救急時の対応方法、スポーツ医学を取り巻く社会問題などについても理解する。						
評価方法と基準	各授業時間におけるテーマに対する発表内容(出席20%)、内科疾患を理解するうえでの定期筆記試験(60%)及び自らテーマを決めて発表する研究発表会の内容(20%)などを総合的に判定する。時間外実習として、メディカルチェックとしての運動負荷試験を見学し、その目的と流れを理解する。						

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	4/12	講義	呼吸循環器系疾患について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
2	4/19	講義	消化器系疾患について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
3	4/26	講義	血液疾患、腎臓泌尿器系疾患について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
4	5/10	講義	感染症に対する対応策について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
5	5/17	講義	血液感染症、皮膚感染症について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
6	5/24	講義	ウイルス性結膜炎およびその他の感染症について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
7	5/31	講義	オーバートレーニング症候群について説明できる	プレゼン準備
8	6/14	講義	突然死について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
9	6/21	講義	過換気症候群について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
10	6/28	講義	高所、低酸素環境下、暑熱環境下、低温環境下での身体への影響について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
11	7/5	講義	時差および海外遠征時における諸問題について説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
12	7/12	講義	内科的メディカルチェックおよびドーピングコントロールについて説明できる	次回のテーマにおける症例について事前に考察しておく
13	7/26	講義	女性、高齢者のスポーツ医学について説明できる	プレゼン準備
14	8/30	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	9/6	講義・発表	学習した内容の問題に答えられる	
準備学習 時間外学習			運動負荷試験の見学	
【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④健康管理とスポーツ医学				

科目名 (英)	スポーツ栄養学Ⅱ (Sports NutritionⅡ)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	佐々木裕子
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 金曜・3限
教員の略歴	管理栄養士						
授業の学習 内容	栄養学の知識および運動と栄養の関わりについて説明ができる。また、スポーツ選手に対する栄養の留意点や指導法について説明ができる。						
到達目標	身体組成やウエイトコントロール、栄養欠陥に基づく疾病、サプリメントの知識を持ち、アスリートに向けた食事の計画や栄養指導を行うことができる						
評価方法と基準	1) 定期テスト60% 2) 小テスト15% 3) 出席・意欲・態度 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	「スポーツ栄養とは」について説明ができる	授業内で学んだ知識を振り返る
2		講義	各栄養素の役割を理解し、からだ作りとウエイトコントロールについて説明ができる	授業内で学んだ知識を振り返る
3		講義	コンディショニングを整える栄養補給と計画(エネルギー消費量について)について説明ができる	授業内で学んだ知識を振り返る
4		講義	コンディショニングを整える栄養補給と食事について説明ができる(栄養と水分について)	授業内で学んだ知識を振り返る
5		講義	コンディショニングを整える食事について説明ができる(食事の計画について)	授業内で学んだ知識を振り返る
6		講義	栄養欠陥に基づく疾病と対策について説明ができる	授業内で学んだ知識を振り返る
7		講義	栄養欠陥に基づく疾病と対策について説明ができる(身体構造の変化について)	授業内で学んだ知識を振り返る
8		講義	栄養欠陥に基づく疾病と対策について説明ができる(栄養素の過剰摂取について)	授業内で学んだ知識を振り返る
9		講義	さまざまな状況下での栄養摂取について説明ができる	授業内で学んだ知識を振り返る
10		講義	サプリメント事情を知り、種類と期待される効果および問題点を把握し、効果的な選択方法について説明ができる①	授業内で学んだ知識を振り返る
11		講義	サプリメント事情を知り、種類と期待される効果および問題点を把握し、効果的な選択方法について説明ができる②	授業内で学んだ知識を振り返る
12		講義	アスリートを指導するための栄養学的情報の収集および栄養指導ができる①	授業内で学んだ知識を振り返る
13		講義	アスリートを指導するための栄養学的情報の収集および栄養指導ができる②	授業内で学んだ知識を振り返る
14		試験	学習した内容の問題に答えられる	授業内で学んだ知識を振り返る
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】 スポーツと栄養(公認AT専門科目テキスト) 栄養の基礎がわかる図解事典 リファレンスブック 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理論編				

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	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)出席数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	ノートをまとめる
2		講義	フィットネス産業について説明できる	ノートをまとめる
3		講義	健康づくりについて説明できる①	ノートをまとめる
4		講義	健康づくりについて説明できる②	ノートをまとめる
5		講義	店舗運営・フロント業務について実践できる	ノートをまとめる
6		講義	店舗運営・ジム。スタジオ。プール運営について実践	ノートをまとめる
7		講義	店舗運営・イベント企画について企画できる	ノートをまとめる
8		講義	総合クラブの施設内容について説明できる	ノートをまとめる
9		講義	顧客対応について実践できる①	ノートをまとめる
10		講義	顧客対応について実践できる②	ノートをまとめる
11		講義	組織・業務分担の考え方について説明できる	ノートをまとめる
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	ノートをまとめる
13		講義	学習した内容について答えられる	ノートをまとめる
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)	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	後期 金曜・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)出席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)	アスレティックトレーナー講座 (Athletic Training)		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	後期 曜日・時限 木曜3・4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	アスレティックパフォーマンスを維持、向上させるための外傷予防、応急処置、怪我の再発予防に備えたテーピング、ストレッチング、コンディショニングトレーニングの知識と技術を習得する。また、障害予防における応用的知識や運動プログラムの立案や指導ができる。							
到達目標	・スポーツ現場で起こりうる外傷・障害を予防するために必要なテーピング、ストレッチング、コンディショニング法などの手技の理論を理解し、実践できる。							
評価方法と基準	・筆記テスト ・実技							

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	傷害予防のためのテーピングが説明できる	テキストの予習・復習
2		演習	競技種目別テーピング①が実践できる	テキストの予習・復習
3		演習	競技種目別テーピング②が実践できる	テキストの予習・復習
4		演習	競技種目別テーピング③が実践できる	テキストの予習・復習
5		演習	膝関節テーピングが実践できる	テキストの予習・復習
6		演習	足関節テーピングが実践できる	テキストの予習・復習
7		演習	肩鎖関節、前方脱臼などのテーピングが実践できる	テキストの予習・復習
8		演習	応急処置テーピングが実勢できる	テキストの予習・復習
9		演習	スポーツマッサージ①について説明・実践できる	テキストの予習・復習
10		演習	スポーツマッサージ②について説明・実践できる	テキストの予習・復習
11		演習	スポーツマッサージ③について説明・実践できる	テキストの予習・復習
12		演習	RICE処置ができる	テキストの予習・復習
13		演習	重篤な場合の判断と対応ができる	テキストの予習・復習
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 予防とコンディショニング				

科目名 (英)	アスレティックトレーナー講座 (Athletic Training)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	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	後期 曜日・時限 木曜3・4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	アスレティックパフォーマンスを維持、向上させるための外傷予防、応急処置、怪我の再発予防に備えたテーピング、ストレッチング、コンディショニングトレーニングの知識と技術を習得する。また、障害予防における応用的知識や運動プログラムの立案や指導ができる。						
到達目標	・スポーツ現場で起こりうる外傷・障害を予防するために必要なテーピング、ストレッチング、コンディショニング法などの手技の理論を理解し、実践できる。						
評価方法と基準	・筆記テスト ・実技						

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	9/26	演習	傷害予防のためのテーピングが説明できる	
2	9/26	演習	競技種目別テーピング①が実践できる	
3	10/3	演習	競技種目別テーピング②が実践できる	
4	10/3	演習	競技種目別テーピング③が実践できる	
5	10/10	演習	膝関節テーピングが実践できる	
6	10/10	演習	足関節テーピングが実践できる	
7	10/17	演習	肩鎖関節、前方脱臼などのテーピングが実践できる	
8	10/17	演習	応急処置テーピングが実勢できる	
9	10/24	演習	スポーツマッサージ①について説明・実践できる	
10	10/24	演習	スポーツマッサージ②について説明・実践できる	
11	10/31	演習	スポーツマッサージ③について説明・実践できる	
12	10/31	演習	RICE処置ができる	
13	11/7	演習	重篤な場合の判断と対応ができる	
14	11/7	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	11/14	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 予防とコンディショニング				

科目名 (英)	測定と評価 I (Movement Screening and Assessment I)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	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	前期 木曜3・4限
教員の略歴	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	体力の構成要素、その検査、測定と評価方法を理解する。						
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・体力の構成要素を理解し、その測定を実施できる。 ・新体力テストの測定方法を理解し、評価、フィードバックができる。 ・スポーツ動作を分析し、パフォーマンス向上に役立てられる。 ・統計を理解、評価し、そのデータに基づいた運動指導を行うことができる。 						
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	4/11	演習	体力の構成要素について説明できる	学んだことを振り返る
2	4/11	演習	有酸素能力の検査目的と意義について説明できる	学んだことを振り返る
3	4/25	演習	有酸素能力の測定および評価について説明できる	学んだことを振り返る
4	4/25	演習	敏捷性の検査目的と意義について説明できる	学んだことを振り返る
5	5/9	演習	敏捷性の測定および評価について説明できる	学んだことを振り返る
6	5/9	演習	スポーツ動作の観察および分析方法について説明できる	学んだことを振り返る
7	5/16	演習	歩行動作による障害発生のメカニズムについて説明できる	学んだことを振り返る
8	5/16	演習	走行動作による障害発生のメカニズムについて説明できる	学んだことを振り返る
9	5/23	演習	切り返し動作による障害のメカニズムについて説明できる	学んだことを振り返る
10	5/23	演習	跳動作による障害発生のメカニズムについて説明できる	学んだことを振り返る
11	5/30	演習	投動作による障害発生のメカニズムについて説明できる	学んだことを振り返る
12	5/30	演習	コンタクトスポーツによる障害発生のメカニズムについて説明できる①	学んだことを振り返る
13	6/13	演習	コンタクトスポーツによる障害発生のメカニズムについて説明できる②	学んだことを振り返る
14	6/13	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	6/20	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 検査・測定と評価				

科目名 (英)	測定と評価Ⅱ (Movement Screening and Assessment Ⅱ)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	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	前期 曜日・時限 木曜3・4限
教員の略歴	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	アスレティックトレーナーにとって必要とされる評価法についての意義と考え方を説明できる。また、評価による問題点の抽出から問題改善へのプロセスを理解し、説明ができる。更に、評価を進める上で必要とされる検査測定手技について実践ができる。						
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> 測定、評価の意義、目的を理解し、実践できる。 身体機能の測定、評価を行い、得られたデータを分析できる。 身体機能の測定、評価で得られたデータをフィードバックできる。 						
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	6/20	演習	評価の目的、意義および役割について説明できる	学んだことを振り返る
2	6/27	演習	機能評価方法について説明できる	学んだことを振り返る
3	6/27	演習	検査方法Ⅰ(アライメントテスト)について実践できる	学んだことを振り返る
4	7/4	演習	検査方法Ⅱ(関節可動域テスト)について実践できる	学んだことを振り返る
5	7/4	演習	検査方法Ⅲ(関節弛緩性テストⅠ)について実践できる	学んだことを振り返る
6	7/11	演習	検査方法Ⅳ(関節弛緩性テストⅡ)について実践できる	学んだことを振り返る
7	7/11	演習	検査方法Ⅴ(タイトネステストⅠ)について実践できる	学んだことを振り返る
8	7/18	演習	検査方法Ⅵ(タイトネステストⅡ)について実践できる	学んだことを振り返る
9	7/18	演習	検査方法Ⅶ(徒手筋力テストⅠ)について実践できる	学んだことを振り返る
10	7/25	演習	検査方法Ⅷ(徒手筋力テストⅡ)について実践できる	学んだことを振り返る
11	7/25	演習	検査方法Ⅸ(身体組成Ⅰ)について実践できる	学んだことを振り返る
12	8/29	演習	検査方法Ⅹ(身体組成Ⅱ)について実践できる	学んだことを振り返る
13	9/5	演習	機能評価に基づくコンディショニングの目標設定とプログラム立案ができる	学んだことを振り返る
14	9/5	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	9/12	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 検査・測定と評価				

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	千葉秀也
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 火曜・1限
教員の略歴	柔道整復師、JATI-ATI資格取得、2013年～2016年スポーツクリニックにてトレーナーとして勤務後、2016年よりパーソナルトレーニングジムでトレーナーとして勤務						
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	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
6		演習	身体・環境・心因的因子から傷害発生に関与する環境因子について説明できる	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
8		演習	コンディショントレーニングについて説明・実践できる	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
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	テキストの予習・復習
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 予防とコンディショニング				

科目名 (英)	コンディショニング理論演習Ⅱ (Seminar of Strength and Conditioning II)	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	後期 木曜3・4限
教員の略歴	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	マシン、フリーウェイト、といったレジスタンストレーニング方法や正しい運動のフォームを理解し、人に説明や指導をすることができる。						
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・トレーニング方法を習得する目的を理解する。 ・マシン、フリーウェイトを使ったレジスタンストレーニングの方法や正しい運動のフォームを理解し、指導できる。 						
評価方法と基準	<ul style="list-style-type: none"> ・筆記テスト ・実技 						

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	11/21	演習	トレーニング方法を習得する目的と目標を説明できる	学んだことを振り返る
2	11/21	演習	自体重およびチューブを利用した、トレーニングが実践できる①	学んだことを振り返る
3	12/5	演習	自体重およびチューブを利用した、トレーニングが実践できる②	学んだことを振り返る
4	12/5	演習	自体重およびチューブを利用した、トレーニングが実践できる③	学んだことを振り返る
5	12/19	演習	自体重およびチューブを利用した、トレーニングが実践できる④	学んだことを振り返る
6	12/19	演習	フリーウェイトを活用した各上肢および下肢の種目が説明・実践できる①	学んだことを振り返る
7	1/9	演習	フリーウェイトを活用した各上肢および下肢の種目が説明・実践できる②	学んだことを振り返る
8	1/9	演習	フリーウェイトを活用した各上肢および下肢の種目が説明・実践できる③	学んだことを振り返る
9	1/16	演習	フリーウェイトを活用した各上肢および下肢の種目が説明・実践できる④	学んだことを振り返る
10	1/16	演習	マシンを活用した上肢および下肢の種目が説明・実践できる①	学んだことを振り返る
11	1/23	演習	マシンを活用した上肢および下肢の種目が説明・実践できる②	学んだことを振り返る
12	1/23	演習	各トレーニング種目が説明・指導できる①	学んだことを振り返る
13	2/6	演習	各トレーニング種目が説明・指導できる②	学んだことを振り返る
14	2/6	試験	学習した内容の問題に答えられる	
15	2/13	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 予防とコンディショニング				

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	千葉 渉
	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	医療法人松田会 松田病院にて理学療法士として勤務、日本スポーツ協会アスレティックトレーナー						
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)出席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Ⅲ (Athletic Rehabilitation Ⅲ)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	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	集中
教員の略歴	1999年JSPO-AT取得 2009年～2014年仙台大学 体育学部 体育学科 助教						
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。種目運動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種目運動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種目運動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)出席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	9/17	演習	受傷直後、急性期の対応を理解する	外傷の急性期の対応をまとめる
2	9/17	演習	亜急性期のアスレティックリハビリテーションを理解する	亜急性期のアスレティックリハビリテーションをまとめる
3	9/18	演習	慢性期初期のアスレティックリハビリテーションを理解する	慢性期初期のアスレティックリハビリテーションをまとめる
4	9/18	演習	慢性期中期のアスレティックリハビリテーションを理解する	慢性期中期のアスレティックリハビリテーションをまとめる
5	9/19	演習	慢性期後期のアスレティックリハビリテーションを理解する	慢性期後期のアスレティックリハビリテーションをまとめる
6	9/19	演習	機能回復期のアスレティックリハビリテーションを理解する	機能回復期のアスレティックリハビリテーションをまとめる
7	9/20	演習	オーバーユースによる傷害と対処を理解する	オーバーユースによる傷害と対処をまとめる
8	9/20	演習	種目運動別アスレティックリハビリテーションの実例①を理解する	陸上、水泳のアスレティックリハビリテーションの実例をまとめる
9	9/27	演習	種目運動別アスレティックリハビリテーションの実例②	サッカー、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の実例をまとめる
10	9/27	演習	種目運動別アスレティックリハビリテーションの実例③	バレーボール、ハンドボールのアスレティックリハビリテーションの実例をまとめる
11	10/4	演習	種目運動別アスレティックリハビリテーションの実例④	野球、ラグビーのアスレティックリハビリテーションの実例をまとめる
12	10/4	演習	種目運動別アスレティックリハビリテーションの実例⑤	格闘技、体操のアスレティックリハビリテーションの実例をまとめる
13	10/11	演習	種目運動別アスレティックリハビリテーションの実例⑥	スキー、スケートのアスレティックリハビリテーションの実例をまとめる
14	10/11	試験	定期試験	
15	10/18	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)	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	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)	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	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
2		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
3		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
4		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
5		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
6		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
7		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
8		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
9		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
10		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
11		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
12		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
13		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
14		実習	スポーツ現場実習および総合実習	学んだことを報告書にまとめる
15		実習	スポーツ現場実習および総合実習	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 (Practice of Sports)	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 火曜・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	スポーツ指導者には対象者やその目的に合わせたプログラム作成と指導力が求められる。幼児期から児童期後期にかけては神経・筋コントロール能力の向上が著しい。そのため、あそびの要素を取り入れ、基本動作習得のための指導計画し実践していく。高齢期では健康体力維持増進を目的に安全に配慮したスポーツ指導を計画し実践していく。この授業を通して、スポーツ実践者にあらゆる人に生涯にわたってスポーツに親しめるような指導力を身に付ける。						
到達目標	対象者に応じて、効果的なスポーツ・運動プログラムを作成し指導をすることができる。 子どもに対しては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。 高齢者に対しては健康体力の維持増進を目的に安全に配慮した指導の計画と指導ができる。						
評価方法と基準	1) 出席状況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	運動プログラムの作成について	学んだことを振り返る
2		演習	発育・発達・老化	学んだことを振り返る
3		演習	発達段階に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
4		演習	発達段階に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
5		演習	発達段階に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
6		演習	目的に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
7		演習	目的に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
8		演習	目的に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
9		演習	運動遊びとアレンジ	学んだことを振り返る
10		演習	運動遊びとアレンジ	学んだことを振り返る
11		演習	年齢・体力に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
12		演習	年齢・体力に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
13		演習	年齢・体力に応じたスポーツ計画・指導	学んだことを振り返る
14		試験	定期試験	学んだことを振り返る
15		演習	まとめ	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	レクリエーション演習 (Instructional Methods of Recreation)		必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	伊藤枝里奈
	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 月曜1限
教員の略歴	スポーツ系大学院修士課程修了 こどもの運動指導に従事							
授業の学習内容	レクリエーションの指導者・支援者として必要な実技を体験学習し、習得する。							
到達目標	レクリエーションについて説明ができる。 各種運動やニュースポーツなどを指導する際、アイスブレイキングやレクリエーション運動などを計画し、実践指導することができる。							
評価方法と基準	1)授業用ノート100% (授業内での課題、実践指導の評価、出席などの記録など全ての記載を総合的に評価)							

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 ～レクリエーションとは何か～		
2		演習	レクリエーションの基礎理論① ～社会とレクリエーション運動～		ノートまとめ
3		演習	レクリエーションの基礎理論② ～レクリエーションの理解と歴史～		ノートまとめ
4		演習	レクリエーション支援の理論		ノートまとめ
5		演習	アイスブレイキング①		ノートまとめ
6		演習	アイスブレイキング②		ノートまとめ
7		演習	ニュースポーツ①		ノートまとめ
8		演習	ニュースポーツ②		ノートまとめ
9		演習	ニュースポーツ③		ノートまとめ
10		演習	ニュースポーツ④		ノートまとめ
11		演習	野外活動①		ノートまとめ
12		演習	野外活動②		ノートまとめ
13		演習	レクリエーションゲーム指導案①		ノートまとめ
14		試験	レクリエーションゲーム指導案②		ノートまとめ
15		演習	実技テスト		ノートまとめ
準備学習		時間外学習			
【使用教科書・教材・参考書】 □					

科目名 (英)	コーチング論 I (Coaching of Sports)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	担当教員	藤本 敏彦
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 金曜3限
教員の略歴	1990年鹿屋体育大学修士課程修了後、東北大学にて勤務 准教授						
授業の学習内容	指導者として必要なコーチングスキルについて実践と講義を通して学ぶ						
到達目標	競技者のモチベーションを高めるコーチング法を実践できる。 子どもへの適切なコーチングが実践できる。 チームマネージメントが行える。						
評価方法と基準	定期試験 100%、 授業時の居眠り、雑談等は教員の判断で減点。						

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	4/12	演習	競技集団の構造と指導者について説明できる	講義の復習
2	4/19	演習	発育発達過程におけるコーチと選手の関係について説明できる①	講義の復習
3	4/26	演習	発育発達過程におけるコーチと選手の関係について説明できる②	講義の復習
4	5/10	演習	発育発達過程におけるコーチと選手の関係について説明できる③	講義の復習
5	5/17	演習	指導者の役割と機能について説明できる①	講義の復習
6	5/24	演習	指導者の役割と機能について説明できる②	講義の復習
7	5/31	演習	コーチングに求められる資質と能力① ～捉え方、着眼点について～ について説明できる	講義の復習
8	6/14	演習	コーチングに求められる資質と能力② ～観察力と分析力～ について説明できる	講義の復習
9	6/21	演習	コーチングに求められる資質と能力③ ～論理的言語技術、表現力～ について説明できる	講義の復習
10	6/28	演習	コーチングに求められる資質と能力④ ～計画力、実践力～ について説明できる	講義の復習
11	7/5	演習	コーチングに求められる資質と能力⑤ ～評価能力、マネジメント能力～ について説明できる	講義の復習
12	7/12	演習	競技種目別コーチングの特徴 について説明できる①	講義の復習
13	7/26	演習	競技種目別コーチングの特徴 について説明できる②	講義の復習
14	8/30	演習	競技種目別コーチングの特徴 について説明できる③	自主採点
15	9/6	演習	生涯スポーツ分野におけるコーチング について説明できる	試験内容の復習
準備学習 時間外学習			配付資料の完成	
【使用教科書・教材・参考書】 □				
ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト				

科目名 (英)	ダンスフィットネス I	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	加藤真莉音
	(Dance Fitness I)	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期 曜日・時限 火曜・1限
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	仙台医健専門学校卒業 フリーランスインストラクター						
授業の学習内容	フィットネス業界では、人々が安全で楽しく継続的に運動ができるために、日々新しいダンスフィットネスプログラムが生まれている。この授業では、そのダンスフィットネスプログラムを体験しながら、その運動の意義・効果などを学習する。						
到達目標	各種ダンスフィットネスプログラムの動きができる。 また、そのエクササイズの意味や効果が説明できる。						
評価方法と基準	1)出席40% 2)実技・筆記テスト40% 3)レポート20%						

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	ダンスフィットネス について	
2		演習	ダンスフィットネスレッスン① 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
3		演習	ダンスフィットネスレッスン② 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
4		演習	ダンスフィットネスレッスン③ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
5		演習	ダンスフィットネスレッスン④ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
6		演習	ダンスフィットネスレッスン⑤ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
7		演習	ダンスフィットネスレッスン⑥ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
8		演習	ダンスフィットネスレッスン⑦ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
9		演習	ダンスフィットネスレッスン⑧ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
10		演習	ダンスフィットネスレッスン⑨ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
11		演習	ダンスフィットネスレッスン⑩ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
12		演習	ダンスフィットネスレッスン⑪ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
13		演習	ダンスフィットネスレッスン⑫ 動きの習得・表現 アレンジ・工夫 効果の考察	ノートまとめ
14		試験	定期試験	ノートまとめ
15		演習	まとめ	ノートまとめ
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				



科目名 (英)	スポーツビジネス I	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	1	担当教員	藤村真仁
	(Sports Business I)	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期 金曜・4限
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	健康運動指導士 仙台医健・スポーツ専門学校専任教員						
授業の学習内容	スポーツはあらゆる産業と何かしらで関わっている。そのビジネスは日々発展している。この授業ではそのスポーツ市場においてどのようなビジネスが行われているかを考えていく。そして、それぞれがどのような目的で、どのような仕事が行われているかを考えていく。さらに、どうすればそれが発展していけるのかについて考えていく。						
到達目標	スポーツと産業の仕組みについて説明できる。 各種スポーツ産業において、どのような効果的なビジネスが行われているかを、個人やグループで考え、ディスカッションし、考えをまとめ発表することが出来る。						
評価方法と基準	1)出席40% 2)発表40% 3)レポート20%						

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	スポーツビジネス I で何を学ぶか	学んだことを振り返る
2		演習	スポーツ産業のこれまでとこれから	学んだことを振り返る
3		演習	スポーツ産業のこれまでとこれから	学んだことを振り返る
4		演習	スポーツ市場	学んだことを振り返る
5		演習	スポーツ市場	学んだことを振り返る
6		演習	スポーツ市場	学んだことを振り返る
7		演習	スポーツ消費者	学んだことを振り返る
8		演習	スポーツ消費者	学んだことを振り返る
9		演習	スポーツマーケティング	学んだことを振り返る
10		演習	スポーツマーケティング	学んだことを振り返る
11		演習	スポーツマーケティング	学んだことを振り返る
12		演習	スポーツマーケティング	学んだことを振り返る
13		演習	スポーツマーケティング	学んだことを振り返る
14		試験	定期試験	学んだことを振り返る
15		演習	まとめ	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				



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	集中
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	
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				
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)	進路指導 I (Career Guidance I)	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	太田充保
学科・コース	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	15 (1)	開講区分	後期 火曜1限
教員の略歴	仙台医健・スポーツ専門学校専任教員 キャリアセンター						
授業の学習内容	就職活動について目的や方法が説明できる。 自己分析ができ、自分の理想的な就職を見出すことができる。 求人票や就職ナビ、その他から就職の情報を得ることができる。 企業に電話を正しいマナーでかけることができる。 インターンシップに参加する上で必要な準備ができる。						
到達目標	就職活動の概要が説明できる。 自分の理想的な就職先を自分で見つけることができる。 見つけた就職先についてあらゆる手段を利用して情報収集を行ったり、電話や手紙などで連絡をとり見学や実習のお願い・お礼などをすることができる。 インターンシップに必要な準備をすることができる。						
評価方法と基準	1) 出席状況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	就職活動の流れが説明できる	学んだことを振り返る
2		講義	自己分析ができる	学んだことを振り返る
3		演習	業界研究ができる	学んだことを振り返る
4		演習	求人票、就職ナビを見て就職活動ができる	学んだことを振り返る
5		講義	会社への電話で問い合わせることができる	学んだことを振り返る
6		講義	インターンシップの流れ、手順について説明ができる	学んだことを振り返る
7		演習	インターンシップのノートを正しく書くことができる	学んだことを振り返る
8		演習	インターンシップの準備(持ち物、身だしなみ、身構え、心構え)ができる	学んだことを振り返る
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】 □				

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 5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)出席数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	資料まとめ
2		演習	1年次を振り返りテーマを設定できる	資料まとめ
3		演習	1年次を振り返りテーマを設定できる	資料まとめ
4		演習	テーマについて資料を集めることができる	資料まとめ
5		演習	テーマについて資料を集めることができる	資料まとめ
6		演習	テーマについて資料を集めることができる	資料まとめ
7		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
8		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
9		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
10		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
11		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
12		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
13		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
14		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
15		演習	テーマについてまとめることができる	資料まとめ
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 5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)出席数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	資料まとめ
17		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
18		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
19		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
20		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
21		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
22		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
23		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
24		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
25		演習	パワーポイントの作成ができる	資料まとめ
26		演習	プレゼンテーションが行える	資料まとめ
27		演習	プレゼンテーションが行える	資料まとめ
28		演習	プレゼンテーションが行える	資料まとめ
29		演習	プレゼンテーションが行える	資料まとめ
30		演習	プレゼンテーションが行える	資料まとめ
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)	卒業制作 (graduate study)	必修 選択	必修	年次	2	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	通年 月曜3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	2年間で学習した内容について、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	①グループで目標を立てられる ②グループで計画を立てられる ③結果についてまとめることができる ④パワーポイントの作成ができる ⑤プレゼンテーションができる						
評価方法と基準	1)出席数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	4/8	演習	目標を立てられる	
2	4/22	演習	計画を立てられる	
3	5/13	演習	活動について実施できる	
4	5/20	演習	活動について実施できる	
5	5/27	演習	活動について実施できる	
6	6/3	演習	活動について実施できる	
7	6/10	演習	活動について実施できる	
8	6/17	演習	活動について実施できる	
9	6/24	演習	活動について実施できる	
10	7/1	演習	活動について実施できる	
11	7/8	演習	活動について実施できる	
12	7/22	演習	活動について実施できる	
13	9/2	演習	活動について実施できる	
14	9/9	演習	活動について実施できる	
15	9/18	演習	活動について実施できる	
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)	卒業制作 (graduate study)	必修 選択	必修	年次	2	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	通年 月曜3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	2年間で学習した内容について、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	①グループで目標を立てられる ②グループで計画を立てられる ③結果についてまとめることができる ④パワーポイントの作成ができる ⑤プレゼンテーションができる						
評価方法と基準	1)出席数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	10/21	演習	活動について実施できる	
17	10/22	演習	活動について実施できる	
18	10/28	演習	活動について実施できる	
19	10/29	演習	活動について実施できる	
20	11/11	演習	活動について実施できる	
21	11/12	演習	活動について実施できる	
22	11/18	演習	活動について実施できる	
23	11/19	演習	活動について実施できる	
24	11/25	演習	活動について実施できる	
25	12/2	演習	活動について実施できる	
26	12/3	演習	活動について実施できる	
27	12/9	演習	活動について実施できる	
28	12/10	演習	活動について実施できる	
29	12/16	演習	活動について実施できる	
30	12/17	演習	活動について実施できる	
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)	卒業制作 (graduate study)	必修 選択	必修	年次	2	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	通年 月曜3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	2年間で学習した内容について、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	①グループで目標を立てられる ②グループで計画を立てられる ③結果についてまとめることができる ④パワーポイントの作成ができる ⑤プレゼンテーションができる						
評価方法と基準	1)出席数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)
31	1/20	演習	活動について実施できる	
32	1/20	演習	活動について実施できる	
33	1/21	演習	活動について実施できる	
34	1/21	演習	活動について実施できる	
35	1/27	演習	活動について実施できる	
36	1/27	演習	活動について実施できる	
37	1/28	演習	結果をまとめられる	
38	1/28	演習	結果をまとめられる	
39	2/3	演習	パワーポイントが作成できる	
40	2/3	演習	パワーポイントが作成できる	
41	2/3	演習	パワーポイントが作成できる	
42	2/4	演習	パワーポイントが作成できる	
43	2/4	演習	パワーポイントが作成できる	
44	2/5	演習	プレゼンテーションできる	
45	2/5	演習	プレゼンテーションできる	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	海外実学研修 (Overseas Study Tour)	必修 選択	選択	年次	1	担当教員	藤村真仁
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 集中
教員の略歴	提携校カリフォルニア州立大学ノースリッジ校教員 EXOSTレーナースタッフ など						
授業の学習内容	提携校カリフォルニア州立大学ノースリッジ校や、スポーツ施設のEXOSやバイククラブにて、スポーツ指導に必要な知識や技術を学び、説明・実践することができる。また、アメリカで生活したり、スポーツ施設や文化施設を訪問し、環境や人に触れたり経験することで、国際的な感性を高めることができる。						
到達目標	グローバル化している現代社会において国際的な感性を養い、広く世界に通用する人材になる。スポーツ先進国とされるアメリカでのスポーツ施設、スポーツ文化、スポーツ指導者から多くの情報を学び、自分の指導に生かすことができる。外国人とコミュニケーションを取ることができる。						
評価方法と基準	全ての日程、行程を履修し、学んだことをノートに記録する。そのノートの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	/	演習	スポーツ栄養について説明できる	学んだことをノートにまとめる
2	/	演習	アスリート施設の理念が説明できる	学んだことをノートにまとめる
3	/	演習	ムーブメントに基づいたプログラムデザインができる	学んだことをノートにまとめる
4	/	演習	トレーニング理論が説明できる	学んだことをノートにまとめる
5	/	演習	多方向のスピードについて説明できる	学んだことをノートにまとめる
6	/	演習	体幹トレーニング、ウォームアップが実践できる	学んだことをノートにまとめる
7	/	演習	プライオメトリクスが実践できる	学んだことをノートにまとめる
8	/	演習	ストレングストレーニングが実践できる	学んだことをノートにまとめる
9	/	演習	アメリカでのスポーツショップ見学 ビジネス、販売を経験する	学んだことをノートにまとめる
10	/	演習	アメリカでの施設訪問 コミュニケーションができる1	学んだことをノートにまとめる
11	/	演習	アメリカでの施設訪問 コミュニケーションができる2	学んだことをノートにまとめる
12	/	演習	アメリカでの施設訪問 コミュニケーションができる3	学んだことをノートにまとめる
13	/	演習	アメリカでの施設訪問 コミュニケーションができる4	学んだことをノートにまとめる
14	/	演習	アメリカでの施設訪問 コミュニケーションができる5	学んだことをノートにまとめる
15	/	演習	学んだことを人に伝えることができる	学んだことをノートにまとめる
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	実技宿泊実習 (Stay in Training)	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	藤村真仁
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	集中
教員の略歴	健康運動指導士 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	これまでの授業や、実習などで学んだ知識や技術をもとに、現場を想定して計画を立て、実践する。それを振り返り、また実践する。						
到達目標	自分が学んだことをまとめ、テーマを決めて指導計画を立て対象者を想定し実践することができる。また、その結果をもとに改善点をまとめ、再度実践指導することができる。						
評価方法と基準	1) 出席状況 60% 2) 提出物 20% 3) 指導実践 20%						

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	7/30	演習	これまで学んだことをまとめることができる	
2	7/30	演習	これまで学んだことをまとめることができる	
3	7/30	演習	現場を想定した指導プランを立てることができる	学んだことを振り返る
4	7/31	演習	現場を想定した指導プランを立てることができる	学んだことを振り返る
5	7/31	演習	現場を想定した指導プランを立てることができる	学んだことを振り返る
6	7/31	演習	現場を想定した指導プランを立てることができる	学んだことを振り返る
7	7/31	演習	立てた指導プランをもとに実践することができる	学んだことを振り返る
8	12/17	演習	立てた指導プランをもとに実践することができる	学んだことを振り返る
9	12/17	演習	立てた指導プランをもとに実践することができる	学んだことを振り返る
10	12/17	演習	実践したことを振り返り、改善点を上げることができる	学んだことを振り返る
11	12/18	演習	立てた指導プランをもとに実践することができる	学んだことを振り返る
12	12/18	演習	立てた指導プランをもとに実践することができる	学んだことを振り返る
13	12/18	演習	立てた指導プランをもとに実践することができる	学んだことを振り返る
14	12/18	演習	実践したことを振り返り、改善点を上げることができる	学んだことを振り返る
15	12/18	演習	この授業で学んだことを説明できる	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】 <input type="checkbox"/>				

科目名 (英)	スタジオプログラム	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	担当教員	金森千穂
	(Studio Program)	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期 火曜4限
学科・コース	スポーツ科学科						
教員の略歴	JAFA-GFIエグゼクティブ シナプソロジ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	グループエクササイズ指導の定義や指導者の役割が説明できる。 グループエクササイズを指導する上で必要な準備ができる。また、指導の循環や、参加者のことを考えた指導が実践できる。						
到達目標	グループエクササイズができるようになるためのスタジオプログラムの基礎を学習する。						
評価方法と基準	1) 筆記試験30% 2) 実技試験30% 3) 出席状況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	4/9	演習	グループエクササイズ指導の定義と指導者の役割 グループエクササイズ指導とは？ インストラクターの役割と健康・体力づくり運動の条件	学んだことを振り返る
2	4/23	演習	グループエクササイズ指導の準備① グループエクササイズのプログラム作成における留意事項	学んだことを振り返る
3	5/14	演習	グループエクササイズ指導の準備② 動きの事前練習、音楽の準備、用具の準備、環境の準備、指導前の準備	学んだことを振り返る
4	5/21	演習	グループエクササイズ指導の実際① 指導の循環、コミュニケーションスキル	学んだことを振り返る
5	5/28	演習	グループエクササイズ指導の実際② 動きの学習段階、指導者の向きと立ち位置	学んだことを振り返る
6	6/4	演習	グループエクササイズ指導の実際③ ウォームアップとクールダウン	学んだことを振り返る
7	6/11	演習	グループエクササイズ指導の実際④ ウォームアップとクールダウン、安全管理	学んだことを振り返る
8	6/18	演習	指導者の動き	学んだことを振り返る
9	6/25	演習	グループエクササイズのクラス運営① ホスピタリティとリーダーシップ	学んだことを振り返る
10	7/9	演習	グループエクササイズのクラス運営② グループダイナミクス	学んだことを振り返る
11	7/23	演習	グループエクササイズのクラス運営③ 運動への動機づけ	学んだことを振り返る
12	8/27	演習	グループエクササイズのクラス運営④ 自己点検・評価(振り返りと課題)	学んだことを振り返る
13	9/3	演習	グループエクササイズフィットネスインストラクターのプロになるための心得	学んだことを振り返る
14	9/10	試験	試験	
15	9/17	演習	まとめ	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				

科目名 (英)	ADI養成講座 (Class for ADI Test)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	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	前期 水曜3限
教員の略歴							
授業の学習内容	エアロビックダンスエクササイズインストラクターの資格について説明できる。 資格試験に求められる課題が答えられる。						
到達目標	参加者の健康レベルの維持・向上を目指し、集団での運動指導ができる。 エアロビックダンスエクササイズインストラクターの資格取得する。 音楽を使った有酸素運動の指導ができる。						
評価方法と基準	1) 筆記試験30% 2) 実技試験30% 3) 出席状況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	4/10	演習	ADBI試験の概要説明 「課題Ⅰ」規定動作 実践	学んだことを振り返る
2	4/17	演習	「課題Ⅰ」規定動作 実践とドリル(良い動きとは…姿勢と動作表現) 「課題Ⅱ」指導実践 (適切な姿勢と動作について)	学んだことを振り返る
3	5/8	演習	「課題Ⅰ」規定動作 実践練習(動作表現と明確な動き) 「課題Ⅱ」指導実践 (聞き取りやすい話し方)	学んだことを振り返る
4	5/15	演習	「課題Ⅰ」規定動作 (安全性に関する注意)指示のタイミング 「課題Ⅱ」指導実践 ドリル	学んだことを振り返る
5	5/22	演習	「課題Ⅰ・Ⅱ」 総合練習1 (試験の基準を目安にする)	学んだことを振り返る
6	5/29	演習	「課題Ⅰ・Ⅱ」 総合練習2	学んだことを振り返る
7	6/5	演習	ADI 試験の概要説明 運動強度の考え方(強度の要因を理解する)	学んだことを振り返る
8	6/12	演習	動きのつながりについて(下肢、上肢)	学んだことを振り返る
9	6/19	演習	安全性に配慮したプログラムの考え方、コンビネーション、リニアの サンプルレッスン受講	学んだことを振り返る
10	6/26	演習	コンビネーションでの運動強度変換(強度を上げる、下げる)	学んだことを振り返る
11	7/3	演習	リニアでの運動強度変換(強度を上げる、下げる)	学んだことを振り返る
12	7/10	演習	指導の循環を使った指導練習①	学んだことを振り返る
13	7/24	演習	指導の循環を使った指導練習②	学んだことを振り返る
14	9/20	演習	ADI 試験対策 総合練習1	
15	9/20	演習	ADI 試験対策 総合練習2	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				
エアロビックダンスエクササイズ指導理論				

科目名 (英)	AQWI養成講座 (Class for AQWI Test)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	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	前期 金曜1限
教員の略歴	JAFA-GFIエグゼクティブ シナプソロジ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	アクアウォーキングエクササイズインストラクターの資格について説明できる。 資格試験に求められる課題が答えられる。						
到達目標	参加者の健康レベルの維持・向上を目指し、集団での運動指導ができる。 アクアウォーキングエクササイズインストラクターの資格取得する。 水中でのウォーキングやレジスタンス運動の指導ができる。						
評価方法と基準	1) 筆記試験30% 2) 実技試験30% 3) 出席状況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	5/10	演習	AQWBI 試験の概要説明 「課題Ⅰ」規定動作 実践(水中での動きの特性を 体得)	学んだことを振り返る
2	5/24	演習	「課題Ⅰ」規定動作 実践とトワル(良い動きと は・・・姿勢と動作表現) 「課題Ⅱ」前歩きの変化(2つ前歩きの指導につい 「課題Ⅰ」規定動作 実践練習(動作表現と明確な 動き)	学んだことを振り返る
3	5/31	演習	「課題Ⅱ」指示のタイミングと話し方練習(声を含む) 「課題Ⅰ」規定動作 実践練習(動作表現と明確な 動き)	学んだことを振り返る
4	6/14	演習	「課題Ⅱ」指導実践(安全性に関する注意)指示の タイミング 「課題Ⅰ」規定動作 実践練習(動作表現と明確な 動き)	学んだことを振り返る
5	6/28	演習	課題Ⅰ・Ⅱ 総合練習1(試験の基準を目にする)	学んだことを振り返る
6	7/5	演習	「課題Ⅰ・Ⅱ」 総合練習2	学んだことを振り返る
7	7/12	演習	AQWI 試験の概要説明 水中運動の強度の考え方(強度の要因を理解する 前歩き・横歩き 強度を上げるプログラム作成・実 践1)	学んだことを振り返る
8	9/13	演習	前歩き・横歩き 強度を上げるプログラム作成・実 践1 前歩き後ろ歩き 強度を上げるプログラム作成・実 践2	学んだことを振り返る
9	9/27	演習	前歩き・横歩き 強度を上げるプログラム作成・実 践2 前歩き後ろ歩き 強度を上げるプログラム作成・実 践2	学んだことを振り返る
10	10/18	演習	上げるプログラムを使った指導練習(指導の循環)(身 体)	学んだことを振り返る
11	10/25	演習	レジスタンス規定動作 練習 指導練習(指導の循環)(見せ方)	学んだことを振り返る
12	11/8	演習	レジスタンス 指導実践(試験の基準に沿って)1	学んだことを振り返る
13	11/15	演習	レジスタンス 指導実践(試験の基準に沿って)2	学んだことを振り返る
14	11/29	演習	AQWI 試験対策 総合練習1	
15	12/13	演習	AQWI 試験対策 総合練習2	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □ アクアエクササイズ指導理論				

科目名 (英)	AQDI養成講座 (Class for AQDI Test)	必修 選択	コース 必修 /選択	年次	2	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	前期 金曜1限
教員の略歴	JAFA-GFIエグゼクティブ シナプソロジ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	アクアダンスエクササイズインストラクターの資格について説明できる。 資格試験に求められる課題が答えられる。						
到達目標	参加者の健康レベルの維持・向上を目指し、集団での運動指導ができる。 アクアダンスエクササイズインストラクターの資格取得する。 水中での音楽を使った有酸素運動の指導ができる。						
評価方法と基準	1) 筆記試験30% 2) 実技試験30% 3) 出席状況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	5/10	演習	AQDBI 試験の概要説明 「課題Ⅰ」規定動作 実践(水中での動きの特性を 体得)	学んだことを振り返る
2	5/24	演習	「課題Ⅰ」実践(動作の特性を理解し、指導ポイント を理解する) 「課題Ⅱ」指導実践(明確な動作表現・呼吸と姿勢)	学んだことを振り返る
3	5/31	演習	「課題Ⅰ」指導実践練習(指示のタイミングと声) 「課題Ⅱ」指導実践練習(適切な姿勢と動作の説 明)	学んだことを振り返る
4	6/14	演習	「課題Ⅰ」実演練習 「課題Ⅱ」指導実践 練習(声・姿勢と呼吸・動き方・ 指示のタイミング)	学んだことを振り返る
5	6/28	演習	AQDBI 「課題Ⅰ」「課題Ⅱ」 総合練習1	学んだことを振り返る
6	7/5	演習	AQDBI 「課題Ⅰ」「課題Ⅱ」 総合練習2	学んだことを振り返る
7	7/12	演習	AQDI 試験の概要説明 プログラム作成(強度の要因を理解する)	学んだことを振り返る
8	9/13	演習	プログラム作成(強度を徐々に上げる) プログラム実演・ドリル1	学んだことを振り返る
9	9/27	演習	指導実践(キューイング・声・観察) 指導実践(本人の動き・修正)	学んだことを振り返る
10	10/18	演習	指導実践(キューイング・声・観察・修正)***姿勢、 呼吸) 指導実践(本人の動き・声・見せ方・モチベーション)	学んだことを振り返る
11	10/25	演習	指導実践 (総合演習)1	学んだことを振り返る
12	11/8	演習	指導実践 (総合演習)2	学んだことを振り返る
13	11/15	演習	指導実践 (総合演習)3	学んだことを振り返る
14	11/29	演習	AQDBI 試験対策 総合練習	学んだことを振り返る
15	12/13	演習	AQDI 試験対策 総合練習	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】 □ アクアエクササイズ指導理論				

科目名 (英)	障がい者スポーツ初級指導員講座 (Training for the Disabilities)	必修 選択	選択	年次	2	担当教員	佐藤一樹
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 月曜1・2限
教員の略歴	上級障がい者スポーツ指導員、障がい者フライングディスク第1種審判員						
授業の学習内容	「初級障がい者スポーツ指導員」養成講習会での講習科目に沿い、障がい者福祉施策と障がい者スポーツ、ボランティア論、障がい者スポーツの意義と理念、安全管理、障がいの理論とスポーツ、公認障がい者スポーツ指導者制度、全国障害者スポーツ大会の概要、障がいに応じたスポーツの工夫・実施、障がい者との交流について学習し、説明・実践ができるようになる。						
到達目標	「初級障がい者スポーツ指導員」として認定される。 障がい者の基本内容を理解し、スポーツの導入に必要な基本的知識・技術を身につけ、実践にあたっては、健康や安全管理を重視したとができる。さらに、地域の大会や行事に参加すると共に、指導員組織の事業にも積極的に参加するなど地域の障がい者スポーツの振興を支えることができる。						
評価方法と基準	1) 定期テスト30% 2) 出席状況30% 3) 実技演習30% 4) ボランティア意欲10% ※その他、障がいに応じたスポーツ・レクリエーションの工夫について加味します。						

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	10/7	演習	障がい者の福祉施策と障がい者スポーツについて説明できる	学んだことを振り返る
2	10/7	演習	ボランティア論について説明できる ～視覚障害者スイマー～	学んだことを振り返る
3	10/21	演習	障がい者スポーツの意義と理念について説明できる	学んだことを振り返る
4	10/21	演習	障がいの理解とスポーツ:身体障害 ウイニングパス を体験する	学んだことを振り返る
5	10/28	演習	障がいに応じたスポーツの工夫・実施ができる(1)	学んだことを振り返る
6	10/28	演習	障がいに応じたスポーツの工夫・実施ができる(2)	学んだことを振り返る
7	11/11	演習	障がい者との交流をする	学んだことを振り返る
8	11/11	演習	障がい者の理解とスポーツ:視覚障害	学んだことを振り返る
9	11/18	演習	安全管理ができる	学んだことを振り返る
10	11/18	演習	全国障がい者スポーツ大会の概要が説明できる	学んだことを振り返る
11	11/25	演習	障がいの理解とスポーツ:精神障害 バレーボール を体験する	学んだことを振り返る
12	11/25	演習	障がいの理解とスポーツ:脳性麻痺 ボッチャ を体験する	学んだことを振り返る
13	12/2	演習	障がい者スポーツ指導者制度について説明できる	学んだことを振り返る
14	12/2	試験	定期試験	
15	12/9	演習	試験解説	
準備学習 時間外学習				
【使用教科書・教材・参考書】 □				