

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	イベントプランニング演習Ⅱ	学年	2	単位数	1	コマ数	15
教科目標 各種大会・イベントサポートに参加し自主的に活動できるようになる。(パートナーストレッチ、イベント運営、チームワークなど)							
講 義 内 容	1	イベント実践					
	2	イベント実践					
	3	イベント実践					
	4	スポーツイベント					
	5	スポーツイベント					
	6	スポーツイベント					
	7	スポーツイベント					
	8	陸上イベントサポート					
	9	陸上イベントサポート					
	10	陸上イベントサポート					
	11	陸上イベントサポート					
	12	陸上イベントサポート					
	13	陸上イベントサポート					
	14	イベント企画					
	15	イベント企画					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	講読演習Ⅱ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標							
知識を繋げ、資格試験合格。トレーニング指導やスポーツ現場で対応できるようになる。							
講 義 内 容	1	オリエンテーション					
	2	オリエンテーション					
	3	学校イベント活動					
	4	学校イベント活動					
	5	学校イベント活動					
	6	学校イベント活動					
	7	世界のトレーナー活動について					
	8	世界のトレーナー活動について					
	9	トレーナー・アスリート講話					
	10	トレーナー・アスリート講話					
	11	トレーナー・アスリート講話					
	12	トレーナー・アスリート講話					
	13	連携授業					
	14	連携授業					
	15	連携授業					
	16	連携授業					
	17	JATIトレーニング対策					
	18	JATIトレーニング対策					
	19	JATIトレーニング対策					
	20	JATIトレーニング対策					
	21	試験対策					
	22	試験対策					
	23	試験対策					
	24	試験対策					
	25	試験対策					
	26	試験対策					
	27	試験対策					
	28	試験対策					
	29	試験対策					
	30	試験対策					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	卒業演習	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標 自ら課題を発見し、解決・達成に向けて活動できるようになる。 ①問題・課題発見、企画立案、企画実施 ②データ収集・処理・活用、プレゼンテーション							
講 義 内 容	1	オリエンテーション					
	2	企画					
	3	企画					
	4	企画					
	5	プレゼンテーション①					
	6	情報収集活動					
	7	情報収集活動					
	8	データ処理					
	9	データ処理					
	10	データ処理					
	11	プレゼンテーション②					
	12	情報収集活動②					
	13	情報収集活動②					
	14	情報収集活動②					
	15	データ処理②					
	16	データ処理②					
	17	データ処理②					
	18	プレゼンテーション③					
	19	情報収集活動③					
	20	情報収集活動③					
	21	情報収集活動③					
	22	データ処理③					
	23	データ処理③					
	24	データ処理③					
	25	プレゼンテーション④					
	26	プレゼンテーション④					
	27	データ処理④					
	28	データ処理④					
	29	最終プレゼンテーション					
	30	最終プレゼンテーション					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

単位認定

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	スポーツ外傷・障害Ⅱ	学年	1	単位数	1	コマ数	15
教科目標 上肢・頭部顔面・年齢・性別などのスポーツ外傷・障害についての病態、発生機転、診断方法について理解・取得する。							
講 義 内 容	1	上肢(肩)のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	2	上肢(肩)のスポーツ外傷・障害についての診断方法を学ぶ					
	3	上肢(肘)のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	4	上肢(手・手指)のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	5	重篤(頭部)スポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	6	重篤(胸腹部)スポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	7	重篤(脊髄損傷)スポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	8	顔面のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	9	目・歯のスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	10	女性に特徴的なスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	11	成長期に特徴的なスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	12	高齢者に特徴的なスポーツ外傷・障害についての病態を学ぶ					
	13	スポーツ整形外科的メディカルチェックを学ぶ					
	14	スポーツ整形外科的メディカルチェックを学ぶ					
	15	まとめ					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	ジュニアスポーツ	学年	2	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
神経、筋、骨の機能と呼吸循環器の機能を理解した上で、疲労の原因トレーニング効果を習得する。							
講 義 内 容	1	子どもにおける運動、スポーツの意義・価値					
	2	子どもの身体活動ガイドライン					
	3	プログラム作成時のポイント					
	4	からだ(形態)の発育・発達動作の習得)					
	5	動きの獲得・動きの質的評価					
	6	こころの発育・子どものためのストレス・マネジメント					
	7	運動あそび・ゲームの実際【実技】					
	8	スポーツスキル獲得の実際【実技】					
	9	指導プログラムの作成					
	10	指導プログラムの作成					
	11	指導実践①					
	12	指導実践②					
	13	指導プログラムの作成					
	14	指導プログラムの作成					
	15	指導内容の評価					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	情報分析演習Ⅱ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
教科目標 データアナリストとして情報分析の応用を学び、ツールを使い知識を深める。 ＜G検定＞							
講 義 内 容	1	講義概論					
	2	現場実態④					
	3	ツール実習 1					
	4	ツール実習 2					
	5	ツール実習 3					
	6	ツール実習 4					
	7	ツール実習 5					
	8	ツール実習 6					
	9	ツール実習 7					
	10	G検定 1					
	11	G検定 2					
	12	G検定 3					
	13	G検定 4					
	14	自習(質問対応)					
	15	試験					
	16	G検定 5					
	17	G検定 6					
	18	分析テーマ検討・分析計画立案					
	19	データ分析実践					
	20	データ分析実践					
	21	データ分析実践					
	22	PowerPoint 1					
	23	PowerPoint 2					
	24	作業計画立案・スライド構成検討					
	25	プレゼンテーション(研修)・資料準備					
	26	資料準備・プレゼン練習					
	27	実践演習 発表					
	28	G検定試験(過去問)					
	29	1年間の振り返り					
	30	総評・社会人に向けて					

評価方法	課題や受講態度も加え評価する。		
評 価 基 準	新 評 価 基 準 (G P A)	A(90点以上)	教科目標を高い水準で達成している。
		B(80～89点)	教科目標達成において優れている。
		C(70～79点)	教科目標において一定の水準に達している。
		D(60～69点)	教科目標において最低限の水準に達している。
		F(59点以下または不合格)	教科目標を達成することができなかった。
教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所
	深層学習教科書 ディープラーニング G検定(ジェネラリスト) 公式テキスト	一般社団法人日本ディープラーニング協会	株式会社 翔泳社

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	競技スポーツ分析演習Ⅱ	学年	2	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
競技スポーツ毎のデータ取得や分析について応用的に学び、分析力及び伝達力を身につける。							
講 義 内 容	1	競技スポーツ分析の概要					
	2	競技スポーツ分析(サッカー)1					
	3	競技スポーツ分析(サッカー)2					
	4	競技スポーツ分析(サッカー)3					
	5	競技スポーツ分析(サッカー)4					
	6	競技スポーツ分析(サッカー)5					
	7	競技スポーツ分析(サッカー)6					
	8	まとめ・プレゼン発表					
	9	競技スポーツ分析(バレー)1					
	10	競技スポーツ分析(バレー)2					
	11	競技スポーツ分析(バレー)3					
	12	競技スポーツ分析(バレー)4					
	13	競技スポーツ分析(バレー)5					
	14	競技スポーツ分析(バレー)6					
	15	まとめ・プレゼン発表					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

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

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	ジュニアスポーツ分析Ⅱ	学年	2	単位数	1	コマ数	15
教科目標 年代に合わせたスポーツ毎のデータ取得や分析について応用的に学び、分析力及び伝達力を身につける。							
講 義 内 容	1	ジュニアスポーツ分析概要					
	2	器械運動分析(未就学・小学生)1					
	3	器械運動分析(未就学・小学生)2					
	4	データ分析・プレゼン準備					
	5	プレゼン					
	6	器械運動分析(中学生)1					
	7	器械運動分析(中学生)2					
	8	データ分析・プレゼン準備					
	9	プレゼン					
	10	バドミントン競技分析(未就学・小学生・中学生)1					
	11	バドミントン競技分析(未就学・小学生・中学生)2					
	12	データ分析・プレゼン準備					
	13	プレゼン					
	14	振り返り・まとめ					
	15	発表					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	ボディメイクトレーニングⅡ	学年	2	単位数	1	コマ数	15
教科目標 ボディメイクトレーナーとしてのトレーニングを応用し、総合的に実施できるようになる。							
講 義 内 容	1	ボディメイクトレーニングの概要					
	2	応用トレーニング:組み合わせによる効果的なエクササイズ					
	3	応用トレーニング:組み合わせによる効果的なエクササイズ					
	4	応用トレーニング:組み合わせによる効果的なエクササイズ					
	5	応用トレーニング:組み合わせによる効果的なエクササイズ					
	6	応用トレーニング:組み合わせによる効果的なエクササイズ					
	7	応用トレーニング:組み合わせによる効果的なエクササイズ					
	8	応用トレーニング:組み合わせによる効果的なエクササイズ					
	9	応用トレーニング:実践的エクササイズ 1					
	10	応用トレーニング:実践的エクササイズ 2					
	11	応用トレーニング:実践的エクササイズ 3					
	12	応用トレーニング:実践的エクササイズ 4					
	13	応用トレーニング:実践的エクササイズ 5					
	14	応用トレーニング:実践的エクササイズ 6					
	15	まとめ					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	ボディメイクプランニング演習Ⅱ	学年	2	単位数	1	コマ数	15
教科目標							
ボディメイクトレーナーとして総合的メニューをプランニングし、実行でき提案出来るようになる。							
講 義 内 容	1	ボディメイクトレーナーの総合的メニューのプランニングについて					
	2	応用的プランニング 1					
	3	応用的プランニング 2					
	4	応用的プランニング 3					
	5	応用的プランニング 4					
	6	グループワーク・まとめ					
	7	発表					
	8	プランニングメニューの実践 1					
	9	プランニングメニューの実践 2					
	10	プランニングメニューの実践 3					
	11	プランニングメニューの実践 4					
	12	グループワーク・まとめ					
	13	発表・実践 1					
	14	発表・実践 2					
	15	まとめ					

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

<2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス>

科目名	トレーナー応用演習Ⅲ			学年	2	単位数	4	コマ数	60
教科目標									
解剖・スポーツ障害・アスリハ領域及び内科領域、トレーニング科学領域を関連づけて理解する。									
講 義 内 容	1	頭部外傷 1 (解剖・スポーツ障害・アスリハ領域)	31	健康管理(内科領域)2					
	2	頭部外傷 2	32	健康管理(内科領域)3					
	3	頭部外傷 3	33	健康管理(内科領域)4					
	4	頸椎・腰椎 1	34	健康管理(内科領域)5					
	5	頸椎・腰椎 2	35	健康管理(内科領域)6					
	6	頸椎・腰椎 3	36	健康管理(内科領域)7					
	7	頸椎・腰椎 4	37	健康管理(内科領域)8					
	8	頸椎・腰椎 5	38	健康管理(内科領域)9					
	9	頸椎・腰椎 6	39	健康管理(内科領域)10					
	10	頸椎・腰椎 7	40	健康管理(内科領域)11					
	11	頸椎・腰椎 8	41	健康管理(内科領域)12					
	12	股関節・大腿 1	42	トレーニング科学(運動生理学) 1					
	13	股関節・大腿 2	43	トレーニング科学(運動生理学) 2					
	14	膝 1	44	トレーニング科学(運動生理学) 3					
	15	膝 2	45	トレーニング科学(運動生理学) 4					
	16	膝 3	46	トレーニング科学(運動生理学) 5					
	17	膝 4	47	トレーニング科学(バイメカ) 1					
	18	膝 5	48	トレーニング科学(バイメカ) 2					
	19	下腿・足 1	49	トレーニング科学(バイメカ) 3					
	20	下腿・足 2	50	トレーニング科学(バイメカ) 4					
	21	下腿・足 3	51	測定と評価 1					
	22	下腿・足 4	52	測定と評価 2					
	23	下腿・足 5	53	測定と評価 3					
	24	アスリハ 基礎 1	54	測定と評価 4					
	25	アスリハ 基礎 2	55	模試 1					
	26	アスリハ 基礎 3	56	模試 2					
	27	アスリハ 競技別 1	57	模試 3					
	28	アスリハ 競技別 2	58	模試 4					
	29	アスリハ 競技別 3	59	解説解答 1					
	30	健康管理(内科領域)1	60	解説解答 2					

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

＜2021年度 スポーツトレーナー学科 シラバス＞

科目名	トレーナー応用演習Ⅳ	学年	2	単位数	2	コマ数	30
-----	------------	----	---	-----	---	-----	----

教科目標

アスレティックトレーナーに必要な知識を応用し、科目全般について説明できる。

講 義 内 容	1	解剖基礎 1 (解剖・スポーツ障害・アスリハ領域) 問題演習・解答解説
	2	解剖基礎 2 問題演習・解答解説
	3	肩 1 問題演習・解答解説
	4	肩 2 問題演習・解答解説
	5	肩 3 問題演習・解答解説
	6	肩 4 問題演習・解答解説
	7	肩 5 問題演習・解答解説
	8	肘・前腕 1 問題演習・解答解説
	9	肘・前腕 2 問題演習・解答解説
	10	肘・前腕 3 問題演習・解答解説
	11	手 1 問題演習・解答解説
	12	手 2 問題演習・解答解説
	13	頭部外傷 1 (解剖・スポーツ障害・アスリハ領域) 問題演習・解答解説
	14	頭部外傷 2 問題演習・解答解説
	15	頭部外傷 3 問題演習・解答解説
	16	頸椎・腰椎 1 問題演習・解答解説
	17	頸椎・腰椎 2 問題演習・解答解説
	18	頸椎・腰椎 3 問題演習・解答解説
	19	頸椎・腰椎 4 問題演習・解答解説
	20	頸椎・腰椎 5 問題演習・解答解説
	21	頸椎・腰椎 6 問題演習・解答解説
	22	頸椎・腰椎 7 問題演習・解答解説
	23	頸椎・腰椎 8 問題演習・解答解説
	24	股関節・大腿 1 問題演習・解答解説
	25	股関節・大腿 2 問題演習・解答解説
	26	膝 1 問題演習・解答解説
	27	膝 2 問題演習・解答解説
	28	膝 3 問題演習・解答解説
	29	膝 4 問題演習・解答解説
	30	膝 5 問題演習・解答解説

評価方法	課題や終講時試験で評価する。
------	----------------

評 価 基 準	新 G P A 評 価	A(90点以上):教科目標を高い水準で達成している。	} 単位認定
		B(80～89点):教科目標達成において優れている。	
		C(70～79点):教科目標において一定の水準に達している。	
		D(60～69点):教科目標において最低限の水準に達している。	
		F(59点以下または不合格):教科目標を達成することができなかった。	

教 科 書 及 び 参 考 図 書	書籍名	著者名	発行所