

2023 年度（令和 5 年度）

シラバス

スポーツ学科

アスレティックトレーナーコース

履正社国際医療スポーツ専門学校

2023(令和5) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位			
科目名	パソコン演習	講師名	今井 亜季					
		実務経験						
実務内容								
講義形態	実習	必修・選択の別	選択	分野	一般			
授業概要	パソコンの操作をはじめ、文書作成や表計算の方法などの基本を学ぶ。							
到達目標	スムーズなタイピングが実施できるようになる。また、一般的な関数を用いた表を作れるようになる。							
回数	講義計画							
第1回	ガイダンス							
第2回	キーボード・短縮キーを覚える							
第3回	タイピング練習							
第4回	関数1							
第5回	関数2							
第6回	関数3							
第7回	タイピング練習							
第8回	チーム課題1練習							
第9回	チーム課題1							
第10回	課題解説・解答							
第11回	タイピング練習							
第12回	チーム課題2練習							
第13回	チーム課題2							
第14回	課題解説							
第15回	個人課題							
テキスト	なし							
参考文献	なし							
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率		実技(実習)
	○	授業態度	○	提出物(レポート)		その他 ()		
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	スポーツ整形外科学 I	講師名	奥田 真義		
		実務経験	○		
実務内容	病院勤務(整形外科医)				
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	整形外科分野の外傷・障害を解剖学から系統的に学ぶ。実例の病態や治療法を交えながら講義を進行することで、現場に則した知識を身につけることを目指す。				
到達目標	スポーツ現場で発生する外傷・障害の病態及び評価法の理解				
回数	講義計画				
第1回	A スポーツ外傷・障害総論				
第2回	B 体幹のスポーツ外傷・障害 ①頸部				
第3回	②腰部・背部・骨盤				
第4回	C 上肢のスポーツ外傷・障害 ①肩部				
第5回	② 肘関節				
第6回	③ 手・手関節				
第7回	課題				
第8回	D 下肢のスポーツ外傷・障害				
第9回	① 大腿部				
第10回	② 膝関節				
第11回	③ 下腿部				
第12回	課題				
第13回	E 重篤な外傷 ①頭蓋骨外傷				
第14回	② 脳損傷 ③ 脳振とう				
第15回	まとめ				
テキスト	アスレティックトレーナー専門テキスト3				
参考文献					
評価方法	○	筆記試験		小テスト	○
		授業態度		提出物(レポート)	
				出席率	
				実技(実習)	
				その他 ()	
履修上の注意	毎回の授業に必ず教科書と、マーカー・筆記用具の持参をお願いします。				
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	スポーツ整形外科学Ⅱ	講師名	奥田 真義		
		実務経験	○		
実務内容	病院勤務(整形外科医)				
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	特異的な部位や対象に発生する外傷・障害を解剖・生理から系統的に学ぶ。年齢・性別に応じた疾患を学ぶことで、幅広い対象への対応力を身につけることを目指す。				
到達目標	特殊な部位や固有の対象における外傷・障害の病態理解				
回数	講義計画				
第1回	E 重篤な外傷 ④ 脊髄損傷				
第2回	⑤ 胸腹部外傷				
第3回	⑥ 大出血				
第4回	課題				
第5回	F その他の外傷 ① 顔面				
第6回	② 目 ③ 鼻				
第7回	課題				
第8回	④ 耳 ⑤ 歯				
第9回	G 年齢・性別による特徴				
第10回	① 女性に特徴的なスポーツ外傷・障害				
第11回	② 成長期に特徴的なスポーツ外傷・障害				
第12回	③ 高齢者に特徴的なスポーツ外傷・障害				
第13回	授業のまとめ①				
第14回	授業のまとめ②				
第15回	授業のまとめ③				
テキスト	アスレティックトレーナー専門テキスト3				
参考文献					
評価方法	○	筆記試験		小テスト	○
		授業態度		提出物(レポート)	
履修上の注意				出席率	
				その他 ()	
備考	毎回の授業に必ず教科書と、マーカー・筆記用具の持参をお願いします。				

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位			
科目名	スポーツ内科学	講師名	高折 洋					
		実務経験	○					
実務内容	病院勤務(内科医)							
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論			
授業概要	基本的な解剖・生理の話から、順次高度な知識まで系統的に講義を進めていく。 記憶事項がかなり膨大なため、毎回の講義に小テストを取り入れて、確実に知識を積み重ねていくことをめざす。							
到達目標	スポーツ医学の内科関連分野における幅広い知識を身につける事を目標とする。							
回数	講義計画							
第1回	アスリートにみられる内臓器官疾患(循環器疾患)							
第2回	アスリートにみられる内臓器官疾患(呼吸器疾患・消化器疾患)							
第3回	アスリートにみられる内臓器官疾患(血液疾患・腎泌尿器疾患)							
第4回	アスリートにみられる内臓器官疾患(代謝性疾患・皮膚疾患)							
第5回	感染症に対する対応策(呼吸器感染症・血液感染症)							
第6回	感染症に対する対応策(皮膚感染症・ウイルス性結膜炎)							
第7回	感染症に対する対応策(海外遠征時に注意すべき感染症・各競技別ルールにみられる感染症対策)							
第8回	アスリートにみられる病的現象(オーバートレーニング症候群・突然死)							
第9回	アスリートにみられる病的現象(摂食障害・減量による障害・喫煙、飲酒の問題点)							
第10回	特殊環境のスポーツ医学(高所環境・高圧環境)							
第11回	特殊環境のスポーツ医学(暑熱環境)							
第12回	特殊環境のスポーツ医学(低温環境・時差・海外遠征時の諸問題)							
第13回	年齢・性別による特徴(女性のスポーツ医学・成長期のスポーツ医学)							
第14回	年齢・性別による特徴(高齢者のスポーツ医学)ドーピングコントロール							
第15回	まとめ							
テキスト	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)							
参考文献								
評価方法	○	筆記試験	○	小テスト	○	出席率		実技(実習)
	○	授業態度		提出物(レポート)		その他()	
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	バイオメカニクス	講師名	廣田 音奏		
		実務経験			
実務内容					
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	<p>バイオメカニクスは、基礎と応用に分けて講義を行います。 基礎バイオメカニクスとして、身体運動の観察に必要な基礎知識(力学・生理学)の講義を行い、運動の観察方法について学習します。 応用バイオメカニクスでは、走る・投げる・跳ぶといった基本的な身体運動について、一般的な動作やスポーツ選手の動作の特徴・主要な関節運動の特徴について学習します。</p>				
到達目標	身体の動き、動作について運動力学を含め、理解し説明ができる。				
回数	講義計画				
第1回	ガイダンス				
第2回	基礎バイオメカニクス骨格筋①				
第3回	基礎バイオメカニクス骨格筋②				
第4回	基礎バイオメカニクス力学①				
第5回	基礎バイオメカニクス力学②				
第6回	応用バイオメカニクス:歩行動作①				
第7回	応用バイオメカニクス:歩行動作②				
第8回	応用バイオメカニクス:疾走動作①				
第9回	応用バイオメカニクス:疾走動作②				
第10回	応用バイオメカニクス:方向転換動作				
第11回	応用バイオメカニクス:跳躍動作①				
第12回	応用バイオメカニクス:跳躍動作②				
第13回	応用バイオメカニクス:投動作①				
第14回	応用バイオメカニクス:投動作②				
第15回	まとめ				
テキスト	リファレンスブック 公認アスレティックトレーナー 専門科目テキスト⑤ 検査・測定と評価				
参考文献					
評価方法	○	筆記試験	○	小テスト	○
		授業態度		提出物(レポート)	
				出席率	
				実技(実習)	
				その他 ()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	リコンディショニングⅡ	講師名	勝浦 聡		
		実務経験	○		
実務内容	PT、トレーナーとして指導				
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	傷害別に行われるアスレックリハビリテーションについて講義を進めます。実際に行うアスレックリハビリテーションの特に日常生活レベルまでの内容になるため、解剖学・外傷・障害学をしっかりと復習してください。				
到達目標	傷害別のアスレックリハビリテーションプロセスを理解する。				
回数	講義計画				
第1回	イントロダクション				
第2回	傷害別アスレックリハビリテーション(足関節)				
第3回	傷害別アスレックリハビリテーション(足関節)				
第4回	傷害別アスレックリハビリテーション(足部)				
第5回	傷害別アスレックリハビリテーション(膝関節)				
第6回	傷害別アスレックリハビリテーション(膝関節)				
第7回	傷害別アスレックリハビリテーション(大腿部)				
第8回	傷害別アスレックリハビリテーション(肩関節)				
第9回	傷害別アスレックリハビリテーション(肩関節)				
第10回	傷害別アスレックリハビリテーション(肘関節)				
第11回	傷害別アスレックリハビリテーション(前腕手関節)				
第12回	傷害別アスレックリハビリテーション(体幹頸部)				
第13回	傷害別アスレックリハビリテーション(体幹腰部)				
第14回	傷害別アスレックリハビリテーション(股関節)				
第15回	まとめ				
テキスト	アスレックトレーナー専門テキスト7				
参考文献					
評価方法	○	筆記試験	小テスト	出席率	実技(実習)
		授業態度	提出物(レポート)	その他()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	リコンディショニングⅢ	講師名	AT専任教員		
		実務経験			
実務内容					
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	本授業では、アスレティックリハビリテーションのプログラミングを行う。				
到達目標	実際に選手に対して指導を安全かつ的確に行うことができるようにすることを目的とする。				
回数	講義計画				
第1回	ガイダンス(自己紹介、授業概要)				
第2回	課題の説明と解説				
第3回	専門種目における課題Ⅰ				
第4回	専門種目における課題Ⅱ 中間発表				
第5回	専門種目における課題Ⅲまとめ				
第6回	課題発表Ⅰ				
第7回	課題発表Ⅱ				
第8回	課題発表Ⅲ				
第9回	アスリハでの指導方法と注意点				
第10回	指定種目のアスリハ課題Ⅰ				
第11回	指定種目のアスリハ課題Ⅱ				
第12回	アスリハ実技指導チェック				
第13回	アスリハ実技指導テスト対策				
第14回	アスリハ実技指導テストⅠ				
第15回	アスリハ実技指導テストⅡ				
テキスト	アスレティックトレーナー専門テキスト7				
参考文献					
評価方法	○	筆記試験	小テスト	出席率	実技(実習)
		授業態度	提出物(レポート)	その他 ()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	リコンディショニングⅣ	講師名	AT専任教員		
		実務経験			
実務内容					
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	リコンディショニングⅢで作成したアスレックリハビリテーションのプログラミングを、実際に模擬選手に指導を実践する。				
到達目標	実際に選手に対して指導を安全かつ的確に行うことができるようにすることを目的とする。				
回数	講義計画				
第1回	ガイダンス(授業概要)				
第2回	課題の説明と解説				
第3回	陸上競技で発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第4回	水泳で発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第5回	サッカーで発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第6回	バスケットボールで発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第7回	バレーボールで発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第8回	ハンドボールで発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第9回	野球で発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第10回	ラグビーで発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第11回	格闘技で発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第12回	体操で発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第13回	スキー競技で発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第14回	スケート競技で発生する傷害に対するアスレックリハビリテーションの実施				
第15回	まとめ				
テキスト	アスレックトレーナー専門テキスト7				
参考文献					
評価方法	筆記試験		小テスト	出席率	○ 実技(実習)
	授業態度	○	提出物(レポート)	その他 ()	
履修上の注意					
備考					

2023(令和5) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	体力測定評価法	講師名	山口 宗明		
		実務経験			
実務内容					
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	講義と実技を交え、ATに必要な検査測定の中でも筋力検査(測定)について学習する。				
到達目標	周囲径や徒手筋力検査法が模擬選手に実施できる。				
回数	講義計画				
第1回	アスレティックトレーナーに必要な評価 評価とは？				
第2回	アスレティックトレーナーに必要な評価 体力とは？競技種目別、体力測定を考える				
第3回	姿勢の観察・アライメントの検査				
第4回	周囲径 下肢長 Fig8 Laxity検査				
第5回	周囲径試験				
第6回	力と筋力 器機を用いた筋力測定法 HHD 昇降台				
第7回	筋力とは？ MMT概要 膝伸展膝屈曲3				
第8回	MMT 股屈曲・縫工筋・伸展2				
第9回	MMT 外転・屈曲位外転・内転・外旋・内旋				
第10回	MMT 足底屈・背屈内反・回外・回内底屈				
第11回	MMT 体幹伸展・屈曲・回旋・肩甲骨外転上方回旋・挙上				
第12回	MMT 肩甲骨内転・下制と内転・内転と下方回旋 肩屈曲・外転				
第13回	MMT 肩伸展・水平外転・水平内転・外旋・内旋				
第14回	MMT 肘屈曲・伸展・前腕回外・回内・手掌屈・背屈				
第15回	総復習				
テキスト	新・徒手筋力検査法第10版				
参考文献					
評価方法	筆記試験	小テスト	○	出席率	○
	○ 授業態度	提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	コンディショニングⅢ	講師名	加藤 明英		
		実務経験	○		
実務内容	接骨院、病院勤務経験あり(トレーニング、コンディショニング)				
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	さまざまな競技や種目の特徴やコンディショニングを体験する。				
到達目標	さまざまな競技におけるコンディショニングについて、その競技、あるいは種別ごとに特徴を理解し、自ら計画を立てられる力を養うことを目的とする。				
回数	講義計画				
第1回	ガイダンス(授業概要)				
第2回	競技種目特性とコンディショニング(球技①)				
第3回	競技種目特性とコンディショニング(球技②)				
第4回	競技種目特性とコンディショニング(球技③)				
第5回	競技種目特性とコンディショニング(球技④)				
第6回	競技種目特性とコンディショニング(球技⑤)				
第7回	競技種目特性とコンディショニング(球技⑥)				
第8回	競技種目特性とコンディショニング(球技まとめ)				
第9回	競技種目特性とコンディショニング(記録①)				
第10回	競技種目特性とコンディショニング(記録②)				
第11回	競技種目特性とコンディショニング(冬季)				
第12回	競技種目特性とコンディショニング(採点)				
第13回	競技種目特性とコンディショニング(格技)				
第14回	まとめ①				
第15回	まとめ②				
テキスト	アスレティックトレーナー専門テキスト6				
参考文献					
評価方法	○	筆記試験		小テスト	出席率
		授業態度	○	提出物(レポート)	その他 ()
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位			
科目名	体力測定評価実習	講師名	藤島 裕也					
		実務経験	○					
実務内容	高校サッカーチームにトレーナーとして帯同							
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論			
授業概要	実際にフィールドテストを実施体験する中で知識技術を習得する。							
到達目標	スポーツ競技におけるフィールドテストの意義を理解すると共に、それらを適切な形で評価・分析する力を養い、フィードバックを実施できる実践力を身につける。							
回数	講義計画							
第1回	オリエンテーション、フィールドテストとは							
第2回	測定・評価・分析・フィードバック							
第3回	等尺性筋力測定・筋持久力測定							
第4回	最大筋力測定・筋パワー測定							
第5回	無酸素性持久力測定(運動負荷試験)①							
第6回	無酸素性持久力測定(運動負荷試験)②							
第7回	有酸素性持久力測定・間欠性持久力測定							
第8回	敏捷性および協調性測定							
第9回	身体組成・形態測定							
第10回	柔軟性の評価							
第11回	一般的な体力測定・対象者別体力測定							
第12回	等速性筋力測定(様々な測定、スクリーニング)							
第13回	競技別フィールドテストの作成、フィードバック(1)							
第14回	競技別フィールドテストの作成、フィードバック(2)							
第15回	まとめ							
テキスト	測定と評価 (ブックハウスHD) 公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト5・6 (日本スポーツ協会)							
参考文献	フィットネスチェックハンドブック-体力測定に基づいたアスリートへの科学的支援-(大修館書店)							
評価方法	○	筆記試験	○	小テスト	○	出席率		実技(実習)
	○	授業態度	○	提出物(レポート)		その他 ()
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	身体評価学		講師名	西川 泰己	
			実務経験	○	
実務内容	PT、トレーナーとして指導				
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	全身から各部位へ視診・触診でアライメント評価して傷害を予測し、さらに的確にストレステストを行って傷害を確定できるようになることを目標とする。 主な成績評価は、実技試験と筆記試験の総合評価で行う。				
到達目標	関節可動域や整形外科(スペシャル)テストが模擬選手に実施できる。				
回数	講義計画				
第1回	アライメントの評価(講義)				
第2回	アライメントの評価(実技)				
第3回	感覚・腱反射・ストレステスト(講義)				
第4回	足部、足関節の評価(講義)				
第5回	足部、足関節の評価(実技)				
第6回	膝関節、股関節の評価(講義)				
第7回	膝関節、股関節の評価(実技)				
第8回	腰部、頸部の評価(講義)				
第9回	腰部、頸部の評価(実技)				
第10回	肩関節の評価(講義)				
第11回	肩関節の評価(実技)				
第12回	肘関節、手関節、手指の評価(講義)				
第13回	肘関節、手関節、手指の評価(実技)				
第14回	実技まとめ				
第15回	総まとめ				
テキスト	ATテキスト⑤「検査・測定と評価」、③「スポーツ外傷・障害の基礎知識」				
参考文献	図解 四肢と脊椎の診かた				
評価方法	○	筆記試験	○	小テスト	○
	○	授業態度	○	提出物(レポート)	○
履修上の注意	出席率 ○ 実技(実習) その他 ()				
備考					

2023(令和5) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位			
科目名	トレーニング実技Ⅲ	講師名	田中 典					
		実務経験	○					
実務内容	身体運動塾でトレーナーとして指導							
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技			
授業概要	1年次の復習とその応用を中心に、身体機能の向上とクライアントの多様化する目的を達成させるために、必要なさまざまなトレーニングの実際と指導法を学習します。							
到達目標	トレーニングセット法の理解と指導ができる。							
回数	講義計画							
第1回	1年次の復習と動作チェック(1)							
第2回	1年次の復習と動作チェック(2)							
第3回	トレーニングシステムの応用(1)							
第4回	トレーニングシステムの応用(2)							
第5回	トレーニングシステムの応用(3)							
第6回	トレーニングシステムの応用(4)							
第7回	トレーニングシステムの応用(5)							
第8回	パワー系トレーニング(1)							
第9回	パワー系トレーニング(2)							
第10回	パワー系トレーニング(3)							
第11回	プライオメトリックドリル(1)							
第12回	プライオメトリックドリル(2)							
第13回	プライオメトリックドリル(3)							
第14回	まとめ							
第15回	実技試験							
テキスト								
参考文献	アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑥ ストレンクス&コンディショニングトレーニング-4版-(NSCA)							
評価方法	<input type="checkbox"/>	筆記試験	<input type="checkbox"/>	小テスト	<input type="checkbox"/>	出席率	<input type="checkbox"/>	実技(実習)
	<input type="checkbox"/>	授業態度	<input type="checkbox"/>	提出物(レポート)	その他 ()			
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位			
科目名	トレーニング実技Ⅳ	講師名	田中 典					
		実務経験	○					
実務内容	身体運動塾でトレーナーとして指導							
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技			
授業概要	1年次の復習とその応用を中心に、身体機能の向上とクライアントの多様化する目的を達成させるために、必要なさまざまなトレーニングの実際と指導法を学習します。							
到達目標	トレーニング計画を個々で立てることができ指導に活かせるようになる。							
回数	講義計画							
第1回	バランストレーニング(1)							
第2回	バランストレーニング(2)							
第3回	バランストレーニング(3)							
第4回	スピードアジリティトレーニング(1)							
第5回	スピードアジリティトレーニング(2)							
第6回	総合トレーニング(1)							
第7回	総合トレーニング(2)							
第8回	トレーニング計画の実際(1)							
第9回	トレーニング計画の実際(2)							
第10回	トレーニング計画の実際(3)							
第11回	トレーニング計画の実際(4)							
第12回	トレーニング計画の実際(5)							
第13回	トレーニング計画の実際(6)							
第14回	まとめ							
第15回	実技試験							
テキスト								
参考文献	アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑥ ストレンクス&コンディショニングトレーニング-4版-(NSCA)							
評価方法	○	筆記試験		小テスト	○	出席率	○	実技(実習)
	○	授業態度	○	提出物(レポート)		その他 ()		
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	触診Ⅱ	講師名	西村 壽晃		
		実務経験	○		
実務内容	鍼灸院開業 はり師、きゅう師として臨床および理学療法士として病院での臨床				
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	アスレティックトレーナーにおいて、評価、アプローチを行う上で触診技術を習得することは必要不可欠である。 骨・筋・靭帯・神経等の解剖学の知識を整理し、それらの触診技術の習得を目指す。 「触診Ⅱ」においては「触診Ⅰ」にて習得した”骨・腱の指標”をもとに”筋”の触診実技を中心に進める。				
到達目標	”骨指標”および”腱”触診をもとに”筋”の正確な触診ができる。				
回数	講義計画				
第1回	筋の触診(外側広筋、薄筋、縫工筋)				
第2回	筋の触診(半腱様筋、半膜様筋、大腿二頭筋)				
第3回	筋の触診(長内転筋、内側広筋、大腿直筋、)				
第4回	筋・靭帯の触診(大腿筋膜張筋、腸脛靭帯)				
第5回	筋・靭帯の触診(大腿部筋群総復習)				
第6回	筋の触診(前脛骨筋、長趾伸筋)				
第7回	筋の触診(長・短腓骨筋)				
第8回	筋の触診(腓腹筋)				
第9回	筋の触診(ヒラメ筋、膝窩筋)				
第10回	筋の触診(棘下筋、大円筋、小円筋)				
第11回	筋の触診(棘上筋、肩甲挙筋)				
第12回	筋(上腕の筋群)				
第13回	筋(前腕の筋群)				
第14回	総復習				
第15回	まとめ				
テキスト	林 典雄:機能解剖学的触診技術(上肢)(下肢・体幹)、メジカルビュー社				
参考文献	河上敬介、磯貝 香:骨格筋の形と触察法、大峰閣				
評価方法	○	筆記試験	○	小テスト	○
	○	授業態度	○	出席率	○
履修上の注意	○				
	○				
備考	○				
	○				

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位		
科目名	トレーニング実践	講師名	部谷 祐紀				
		実務経験	○				
実務内容	日本代表チーム(ボート競技)トレーナーとして指導						
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	この授業のコンセプトは、ストレングス系アスレティックトレーナーにとって、必ず習得すべき実技であるパワートレーニング(クリーン、スナッチ)、プライオメトリックトレーニング、アジリティートレーニングを習得することである。実技を中心に、上記のトレーニングができるようになることを目的とする。						
到達目標	パワー、アジリティ能力について理解し、その種目について自身がフォーム習得する。選手に対して安全なフォーム指導、効果的なプログラム処方を行えるようになる。						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション						
第2回	パワートレーニング実技①						
第3回	パワートレーニング実技②						
第4回	パワートレーニング実技③						
第5回	パワートレーニング実技④						
第6回	プライオメトリックトレーニング①						
第7回	プライオメトリックトレーニング②						
第8回	プライオメトリックトレーニング③						
第9回	プライオメトリックトレーニング④						
第10回	アジリティートレーニング①						
第11回	アジリティートレーニング②						
第12回	アジリティートレーニング③						
第13回	まとめ						
第14回	実技総まとめ						
第15回	実技総まとめ						
テキスト	なし						
参考文献	なし						
評価方法	筆記試験		小テスト	○	出席率	○	実技(実習)
	○	授業態度	○	提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 夏季	単位数	2 単位
科目名	ファンクショナルトレーニング実習 I	講師名	長嶺 まこと、脇田 涼平		
		実務経験			
実務内容					
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技
授業概要	人間の基本動作について理解を深めた後、TRXサスペンショントレーナーを用いて、動きをより良いものにしていく方法について学ぶ。TRXサスペンショントレーニングの基本概念を理解し、自身のトレーニングおよび指導に使える技能を習得する。加えて、サンドバッグやメディシンボールといったツールも使いながら、「動き」を良くするための最適解を探し、その考え方をベースに、サーキットトレーニングを作成、指導する方法を学ぶ。				
到達目標	哲学・考え方を理解し、ツールを用いたトレーニング立案・指導ができるようになる。				
回数	講義計画				
第1回	オリエンテーション				
第2回	TRXサスペンショントレーニングの歴史と基本概念・TRXワークアウト実践①、設置方法、基礎動作の考え方				
第3回	プランク動作、プッシュ動作、プル動作				
第4回	TRX ワークアウト実践②、ローテーション動作、スクワット動作、ランジ動作				
第5回	ケーススタディ				
第6回	ベースラインワークアウト				
第7回	プランクサーキット				
第8回	プッシュ／プルサーキット				
第9回	ローテーションサーキット				
第10回	ヒンジ／スクワットサーキット				
第11回	ランジ、基礎動作のおさらい				
第12回	サーキットのプログラムデザイン				
第13回	リフトトレーニングの紹介				
第14回	リフトトレーニングの紹介				
第15回	総括、まとめ				
テキスト	TRXサスペンショントレーニングコースガイド、TRXファンクショナルトレーニングコースガイド				
参考文献					
評価方法	筆記試験		小テスト	○	出席率
	授業態度	○	提出物(レポート)		その他 ()
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 冬季	単位数	2 単位
科目名	ファンクショナルトレーニング実習Ⅱ	講師名	荒木 雄一郎、脇田 涼平		
		実務経験			
実務内容					
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技
授業概要	指導者として、昨今話題に挙がっているファンクショナルトレーニングの本質や原理原則、スクリーニングからプログラミング、3Dエクササイズ等をグローバルで活用されているViPRというファンクショナルトレーニングツールを通して、自ら学び実践し習得をしていく。				
到達目標	哲学・考え方を理解し、ツールを用いたトレーニング立案・指導ができるようになる。				
回数	講義計画				
第1回	・オリエンテーション ・ファンクショナルトレーニングとは				
第2回	・ViPRの概要				
第3回	・Loaded Movement Trainingと科学的な基盤 ・ViPRの基礎と実践Ⅰ				
第4回	・ViPRの基礎と実践Ⅱ ・ViPRのプログラミングと実践Ⅰ				
第5回	・ViPRのプログラミングと実践Ⅱ ・まとめ				
第6回	・ViPR実技練習				
第7回	・ViPR実技練習				
第8回	・ViPR実技練習				
第9回	・ViPR実技練習				
第10回	・ViPR実技練習				
第11回	・イントロ ・ViPR Movement Preparationの概要				
第12回	・ViPR Movement Preparation Basicの実践Ⅰ				
第13回	・ViPR Movement Preparation Basicの実践Ⅱ				
第14回	・ViPR Movement Preparation Advanceの実践Ⅰ				
第15回	・ViPR Movement Preparation Advanceの実践Ⅱ ・まとめ				
テキスト	ViPRライセンス認定コース マニュアル2種				
参考文献	・身体運動の機能解剖改訂版 ・ファンクショナルトレーニング～機能向上と障害予防のためのパフォーマンストレーニング				
評価方法	筆記試験	小テスト	○	出席率	実技(実習)
	授業態度	提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	4 単位
科目名	AT理論対策Ⅱ		講師名	小山幹生、加用麗香、脇田涼平、大石果歩	
実務内容			実務経験		
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門理論
授業概要	11月に行われるアスレティックトレーナー客観式試験の合格を目指し授業を行う。 前半は各要点を復習し、確認テストにて理解度を把握し、各々の苦手分野を認識させる。 後半にはより実践的な出題形式で確認テストを行い、より理解度を上げていく。 また、繰り返し試験を行うことで弱点の克服にもなる。 最終4コマにて、実際の試験形式に近い形で模擬試験を行う。				
到達目標	ATの役割、スポーツ外傷障害の知識、検査測定と評価、予防とコンディショニング、アスリハ、スポーツと栄養の範囲内容を理解し、模擬試験にて7割の正答率を出す。 各々の弱点を理解し、克服方法を考え実践する。				
回数	講義計画		回数	講義計画	
第1回	ATの役割 要点講義		第16回	アスリハ 確認テスト②	
第2回	ATの役割 確認テスト		第17回	救急処置 要点講義	
第3回	スポーツ外傷障害の基礎知識 要点講義		第18回	救急処置 確認テスト	
第4回	スポーツ外傷障害の基礎知識 確認テスト		第19回	スポーツと栄養 要点講義	
第5回	健康管理とスポーツ医学 要点講義		第20回	スポーツと栄養 確認テスト	
第6回	健康管理とスポーツ医学 確認テスト		第21回	総合演習(基礎範囲)①	
第7回	検査・測定と評価 要点講義		第22回	総合演習(基礎範囲)②	
第8回	検査・測定と評価 確認テスト		第23回	総合演習(基礎範囲)③	
第9回	予防とコンディショニング 要点講義①		第24回	総合演習(応用範囲)①	
第10回	予防とコンディショニング 確認テスト①		第25回	総合演習(応用範囲)②	
第11回	予防とコンディショニング 要点講義②		第26回	総合演習(応用範囲)③	
第12回	予防とコンディショニング 確認テスト②		第27回	模擬試験Ⅰ(基礎)	
第13回	アスリハ 要点講義①		第28回	模擬試験Ⅰ(応用)	
第14回	アスリハ 確認テスト①		第29回	模擬試験Ⅱ(基礎)	
第15回	アスリハ 要点講義②		第30回	模擬試験Ⅱ(応用)	
テキスト	AT教本(①～⑨)				
参考文献					
評価方法	○	筆記試験	小テスト	出席率	実技(実習)
		授業態度	提出物(レポート)	その他()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	6 単位
科目名	AT理論対策Ⅲ		講師名	小山幹生、加用麗香、脇田涼平、大石果歩	
実務内容			実務経験		
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	専門理論
授業概要	<p>11月に行われるアスレティックトレーナー客観式試験の合格を目指し授業を行う。 前期にて行った対策授業を確認テストにて理解度を調査し、各々の苦手分野をなくしていく。 後半には実践的な出題形式での確認テストを繰り返し行い、本番同用の基準で合格ライン以上まで正答率を上げていく。 11月の客観式試験後は、実技試験対策のための準備を行い、1月からの実技試験対策への導入をしやすくする。</p>				
到達目標	各々の苦手分野を克服し、模擬試験にて7割の正答率を出す。 実技試験に向けて各カテゴリーの流れ、注意点を理解し、実践できる。				
回数	講義計画		回数	講義計画	
第1回	前期理解度確認試験		第16回	模擬試験4	
第2回	前期理解度確認試験		第17回	直前模試	
第3回	フィードバック1		第18回	直前模試	
第4回	フィードバック1		第19回	客観式試験自己採点・フィードバック	
第5回	フィードバック2		第20回	客観式試験自己採点・フィードバック	
第6回	フィードバック2		第21回	実技試験対策1(アスリハ理論)	
第7回	フィードバック3		第22回	実技試験対策1(アスリハ理論)	
第8回	フィードバック3		第23回	実技試験対策2(アスリハ理論)	
第9回	模擬試験1		第24回	実技試験対策2(アスリハ理論)	
第10回	模擬試験1		第25回	実技試験対策3(各種目競技特性)	
第11回	模擬試験2		第26回	実技試験対策3(各種目競技特性)	
第12回	模擬試験2		第27回	実技試験対策4(各種目競技特性)	
第13回	模擬試験3		第28回	実技試験対策4(各種目競技特性)	
第14回	模擬試験3		第29回	フィードバック	
第15回	模擬試験4		第30回	フィードバック	
テキスト	AT教本(①~⑨)				
参考文献					
評価方法	筆記試験	○	小テスト	出席率	実技(実習)
	○	授業態度	提出物(レポート)	その他 ()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	トータル美容	講師名	オムニバス		
		実務経験			
実務内容					
講義形態	実技	必修・選択の別	選択	分野	専門実技
授業概要	実際の現場でクライアントに提供している臨床家の先生をオムニバスで招聘し、実際に行っているメニューを学生たちに紹介するかたちで授業展開をします。 すべて基礎からの内容のため予備知識のない学生でも受講していただける内容です。				
到達目標	肌のクスマや弛みは、体の歪みや日常のストレス、食生活が相互的に関連しあっていることが理解できる。				
回数	講義計画				
第1回	オリエンテーション				
第2回	ウィメンズヘルスケア①				
第3回	ウィメンズヘルスケア②				
第4回	リフレクソロジー				
第5回	美脚ケア				
第6回	アロマセラピー①				
第7回	アロマセラピー②				
第8回	ファンクショナルトレーニング基礎①				
第9回	ファンクショナルトレーニング基礎②				
第10回	ファンクショナルトレーニング実技①				
第11回	ファンクショナルトレーニング実技②				
第12回	手技基礎				
第13回	ヘッドスパ基礎				
第14回	デコルテ基礎				
第15回	まとめ				
テキスト	なし				
参考文献	なし				
評価方法	筆記試験		小テスト		出席率
	授業態度	○	提出物(レポート)		○ 実技(実習) その他 ()
履修上の注意					
備考					

2023(令和5) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	トリートメント	講師名	小山幹生、加用麗香、部谷祐紀		
		実務経験			
実務内容					
講義形態	実技	必修・選択の別	選択	分野	専門実技
授業概要	近年、スポーツ現場で選手のケアを行う際に様々な機器を利用することが増えてきている。本授業では、実技を中心に様々な機器を利用したボディーケアの方法を身に付ける。				
到達目標	様々な機器の使用方法和選手やクライアントに対して正しい機器の選択ができるようになる。また、学生同士で相手の体の悩みを軽減できるようになる。				
回数	講義計画				
第1回	オリエンテーション				
第2回	ラジオ波 理論				
第3回	ラジオ波 実習				
第4回	超音波 理論				
第5回	超音波 理論				
第6回	超音波 理論				
第7回	ファンクショナルカップング 実習①				
第8回	ファンクショナルカップング 実習②				
第9回	フロッシングバンド 理論				
第10回	フロッシングバンド 実習①				
第11回	フロッシングバンド 実習②				
第12回	徒手療法 理論				
第13回	徒手療法 実習①				
第14回	徒手療法 実習②				
第15回	まとめ				
テキスト	なし				
参考文献	なし				
評価方法	筆記試験	小テスト	○	出席率	実技(実習)
	授業態度	提出物(レポート)		その他 ()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	4 単位
科目名	スポーツツーリズム演習		講師名	AT専任教員	
実務内容			実務経験		
講義形態	実技	必修・選択の別	選択	分野	専門実技
授業概要	スポーツ基本法、基本計画のひとつである「スポーツによる地方創生、まちづくり」の取組について理解を広めるために、自ら調査、体験を行い、スポーツツーリズムの企画を行う。				
到達目標	スポーツを活用した地域の社会課題の解決促進の事例を知る。 スポーツが地域・社会にどの様に貢献しているかを理解する。 スポーツツーリズムを企画できる。				
回数	講義計画		回数	講義計画	
第1回	オリエンテーション		第16回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第2回	スポーツ基本法、基本計画		第17回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第3回	地域創生、まちづくり		第18回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第4回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第19回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第5回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第20回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第6回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第21回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第7回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第22回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第8回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第23回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第9回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第24回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験	
第10回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第25回	スポーツツーリズム企画	
第11回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第26回	スポーツツーリズム企画	
第12回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第27回	スポーツツーリズム企画	
第13回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第28回	スポーツツーリズム企画	
第14回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第29回	スポーツツーリズム企画	
第15回	演習 各地のスポーツツーリズム調査、体験		第30回	スポーツツーリズム企画	
テキスト	なし				
参考文献	なし				
評価方法	筆記試験		小テスト		出席率
	授業態度	○	提出物(レポート)		その他 ()
履修上の注意	調査に必要な交通費等は実費となることに注意してください。				
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位			
科目名	トレーニング指導者論	講師名	脇田 涼平					
		実務経験						
実務内容								
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	専門理論			
授業概要	トレーニング指導者認定試験模擬問題集を参考に試験対策をおこなう。							
到達目標	日本トレーニング指導者協会 認定 トレーニング指導者の資格試験に向けた知識の定着							
回数	講義計画							
第1回	体力学総論							
第2回	機能解剖学							
第3回	バイオメカニクス							
第4回	運動生理学							
第5回	運動生理学							
第6回	運動生理学							
第7回	運動と医学							
第8回	運動指導の科学、トレーニング指導者論							
第9回	各種トレーニング法の理論とプログラム①							
第10回	各種トレーニング法の理論とプログラム②							
第11回	各種トレーニング法の理論とプログラム③							
第12回	各種トレーニング法の実際①							
第13回	各種トレーニング法の実際②							
第14回	トレーニング効果の測定と評価							
第15回	トレーニングの運営と情報活用							
テキスト	大修館書店 トレーニング指導者テキスト(理論編)、(実践編)							
参考文献	日本トレーニング指導者協会 認定トレーニング指導者模擬問題集							
評価方法	<input type="radio"/>	筆記試験	<input type="radio"/>	小テスト	<input type="radio"/>	出席率	<input type="checkbox"/>	実技(実習)
	<input type="radio"/>	授業態度	<input type="radio"/>	提出物(レポート)	<input type="checkbox"/>	その他 (
履修上の注意								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	AT対策栄養学		講師名	下村 有佳里	
			実務経験	○	
実務内容	病院にて栄養指導				
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	専門理論
授業概要	AT理論試験の対策を行う。 AT理論試験後は、栄養カウンセリングや献立作成、栄養セミナーなどの実践を行う。				
到達目標	AT試験に合格できるレベルのスポーツ栄養学の知識を身につける。 得た知識を現場で活かせるようにする。現場で栄養スタッフが実際に行っていることを学び、実際の現場で連携をとったり、自分が簡易な栄養面のサポートを行うことができるようにする。				
回数	講義計画				
第1回	試験対策 要点まとめ				
第2回	試験対策 アスリートの身体組成、からだ作りとウエイトコントロール				
第3回	試験対策 トレーニングスケジュール、競技特性と食事				
第4回	試験対策 栄養欠陥に基づく疾病と対策				
第5回	試験対策 さまざまな状況下における栄養ケア				
第6回	試験対策 サプリメントとエルゴジェニック				
第7回	試験対策 アスリートの栄養指導、栄養教育				
第8回	試験対策 暗記すべきポイント整理				
第9回	栄養カウンセリングの手法				
第10回	栄養カウンセリングの実践①				
第11回	栄養カウンセリングの実践②				
第12回	集団栄養指導の手法				
第13回	集団栄養指導の実践①				
第14回	集団栄養指導の実践②				
第15回	まとめ				
テキスト	公益財団法人日本スポーツ協会 公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト⑨ スポーツと栄養				
参考文献	日本文芸社 理論と実践 スポーツ栄養学				
評価方法	筆記試験		小テスト	出席率	実技(実習)
	授業態度	○	提出物(レポート)	その他 ()	
履修上の注意					
備考					

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 前期	単位数	4 単位	
科目名	AT実習Ⅱ	講師名	AT教員			
		実務経験				
実務内容						
講義形態	実習	必修・選択の別	必修	分野	実習	
授業概要	各自、定められた実習現場にて、その現場の状況に応じたAT業務の見学・体験を通して以下の内容を出せるだけ実施する。					
到達目標	実習指導者のAT業務を迫体験し理解する。 実習指導者の助言・指導の下にAT業務を遂行する。					
回数	講義計画					
第1回	下記の1)～7)について各実習現場で見学迫体験を行う。					
第2回						
第3回						
第4回						
第5回						1) 検査・測定・観察と評価
第6回						2) アスレティックリハビリテーション
第7回						3) スポーツ外傷・障害の予防
第8回						4) コンディショニング
第9回						5) スポーツ現場における救急処置
第10回						6) 内科的疾患に対する救急処置健康管理と組織運営
第11回						7) 教育的指導
第12回						
第13回						
第14回						
第15回						
テキスト						
参考文献						
評価方法	筆記試験	小テスト	○	出席率	実技(実習)	
	○ 授業態度	提出物(レポート)		その他 ()		
履修上の注意	実習前学内オリエンテーションでの注意事項参照のこと					
備考						

学科・コース名	スポーツ 学科 アスレティックトレーナー コース	開講時期	2年 後期	単位数	4 単位
科目名	AT実習Ⅲ	講師名	AT教員		
実務内容					
講義形態	実習	必修・選択の別	選択	分野	実習
授業概要	合宿や大会期間中のチームに帯同し、AT業務の見学・体験を通して以下の内容を実施する。				
到達目標	通常練習とは異なるチームの合宿、大会期間中において終日実施されるAT業務の見学・体験を通して、更にAT業務を理解する。				
回数	講義計画				
第1回	<p>下記の1)～3)について各実習現場で見学・体験を行う。</p> <p>1) チームのタイムスケジュールの確認、作成 練習、試合時間に合わせた、食事時間、起床時間、プライマリーチェック・リコンディショニング時間の調整</p> <p>2) 合宿、試合期間中の競技者の健康管理 セルフチェックの管理、プライマリーチェックの実施 生活スタイルや生活リズムの作り方 食事の内容やタイミング、補食、水分補給 疲労への対処(睡眠、セルフケアなど) 環境に応じた対策(気温、湿度、天候など)</p> <p>3) 合宿、試合期間中の競技者のコンディショニングおよびリコンディショニング 合宿、試合に臨む競技者に対するコンディション指導、管理、実施 トレーナー室の準備 コンディショニング、リコンディショニングの方法と時間調整</p>				
第2回					
第3回					
第4回					
第5回					
第6回					
第7回					
第8回					
第9回					
第10回					
第11回					
第12回					
第13回					
第14回					
第15回					
テキスト					
参考文献					
評価方法	筆記試験	小テスト	○	出席率	実技(実習)
	○	授業態度	提出物(レポート)	その他 ()	
履修上の注意	実習前学内オリエンテーションでの注意事項参照のこと				
備考					