

2024 年度（令和 6 年度）

シラバス

スポーツ学科
バスケットボールコース

履正社国際医療スポーツ専門学校

学科・コース名	スポーツ 学科	バスケットボール	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	キャリアデザイン			講師名	松永 麻由		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	一般		
授業概要	就職に向けての面接対策として、自己PRの話し方、立ち居振る舞いを中心に行う。コミュニケーション力を高めるためのグループワークトレーニングを交えながら、社会に出てからの他者とのコミュニケーションが潤滑にいくように体験を通して学ぶ。						
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・プレゼンテーションを通して人前で話すことに慣れる ・シナリオを作成する中で、どの順序で何を話すかを考える力を身に付ける ・グループワークを通して人の話を聞き、自分の意見を言えるようにする ・サービス接客検定3級合格 						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション・授業の主旨説明 目標						
第2回	グループワークトレーニング①「価値の順位」意見を交換する						
第3回	プレゼンテーションシナリオ構成 プレゼンテーション実践 シナリオ作成①「私のオン」						
第4回	プレゼンテーションの実践 シナリオ作成②「バスケットの魅力」						
第5回	サービス接客検定3級合格に向けて 演習						
第6回	サービス接客検定3級合格に向けて 過去問題						
第7回	サービス接客検定3級合格に向けて 過去問題						
第8回	サービス接客検定3級合格に向けて 総復習						
第9回	プレゼンテーション シナリオ作成(自己PRなど)						
第10回	プレゼンテーション実施とチェック① 面接官になり客観的視点を持つ						
第11回	プレゼンテーション実施とチェック② 面接官になり客観的視点を持つ						
第12回	集団面接を想定して、SDGsについて学ぶ						
第13回	集団面接を想定して、SDGsについてディスカッション						
第14回	前期プレゼンテーション試験実施 1分間プレゼンテーション①						
第15回	前期プレゼンテーション試験実施 1分間プレゼンテーション②						
テキスト							
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	日本語表現 I			講師名	中央ゼミナール		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	一般		
授業概要	就職試験や論述や大学編入学試験の論述のほか、さまざまな論文やレポートが書けるようになるための基本日本語表現演習を行い、「正しい書き言葉で、読み手にわかりやすい文章」を書くように意識づける。また、毎回テーマを決め、そのテーマについて”YES”または”NO”いずれかの立場に立ち、根拠が述べられるようになる練習も行う。						
到達目標	①文章力を身に付ける ②自らの考えを理論的かつ説得的に説明できる ③日々の社会問題に意識を持つことができる ④これからの提案力を身に付ける						
回数	講義計画						
第1回	ミニ進路ガイダンス						
第2回	日本語能力テスト						
第3回	文章読解 1 原稿用紙の使い方						
第4回	文章読解 2 日本語表現・要約練習						
第5回	文章読解 3 自己表現練習(主張と根拠)						
第6回	文章読解 4 原稿用紙の使い方						
第7回	文章読解 5 日本語表現・要約練習						
第8回	文章読解 6 自己表現練習(主張と根拠)						
第9回	文章読解 7 原稿用紙の使い方						
第10回	文章読解 8 日本語表現・要約練習						
第11回	文章読解 9 自己表現練習(主張と根拠)						
第12回	文章読解 10 原稿用紙の使い方						
第13回	文章読解 11 日本語表現・要約練習						
第14回	文章読解 12 自己表現練習(主張と根拠)						
第15回	まとめ演習						
テキスト	オリジナルプリント教材使用						
参考文献	-						
評価方法	<input type="radio"/>	筆記試験	<input type="radio"/>	小テスト	<input type="radio"/>	出席率	実技(実習)
	<input type="radio"/>	授業態度	<input type="radio"/>	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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	日本語表現Ⅱ			講師名	中央ゼミナール		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	一般		
授業概要	卒業後の進路を見据えて、進路先で通用する日本語表現力を身に付けることを目標にする。 作文から小論文への移行をおよび、就職・編入学各筆記試験の過去問題を中心に演習・解説を行い、書くことによる客観的な意見主張ができるようにする。						
到達目標	①文章力を身に付ける ②自らの考えを理論的かつ説得的に説明できる ③日々の社会問題に意識を持つことができる ④これからの提案力を身に付ける						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション&ウォーミングアップ						
第2回	日本語表現応用(作文から論文へ)概論						
第3回	日本語表現応用練習 1 一般常識テスト						
第4回	日本語表現応用練習 2 一般常識テスト						
第5回	日本語表現応用練習 3 一般常識テスト						
第6回	日本語表現応用練習 4 一般常識テスト						
第7回	日本語表現応用練習 5 一般常識テスト						
第8回	日本語表現応用練習 6 一般常識テスト						
第9回	日本語表現応用練習 7 一般常識テスト						
第10回	日本語表現応用練習 8 一般常識テスト						
第11回	日本語表現応用練習 9 一般常識テスト						
第12回	日本語表現応用練習 10 一般常識テスト						
第13回	日本語表現応用練習 11 一般常識テスト						
第14回	日本語表現応用練習 12 一般常識テスト						
第15回	総まとめ						
テキスト	オリジナルテキスト(「日本語表現テキスト」「Career Guide」)						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	リーダーシップ論			講師名	平野 真衣		
				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	近年、現代社会や企業経営だけでなく、スポーツにおけるチームや組織運営においてもリーダーシップが求められる。そこで、本授業科目では、社会やスポーツを問わず、リーダーシップに関する基礎的な知識を学ぶことを目標としている。なかでも、指導者やキャプテンなどスポーツ組織の中でのリーダーシップを中心に学習し、身につけることを主眼に置いていく。						
到達目標	スポーツにおけるリーダーシップだけでなく、社会における好ましいリーダー像、好ましくないリーダー像を理解するとともに、説明・実践できる。						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション						
第2回	リーダーシップの定義						
第3回	演習①:グループワーク(リーダーに望ましい資質)						
第4回	演習②:グループワーク(リーダーに好ましくない資質)						
第5回	演習③:グループワーク(まとめ)						
第6回	リーダーの理想像						
第7回	リーダーシップとマネジメントの違い						
第8回	成功するリーダーの共通点						
第9回	経営におけるリーダーシップ						
第10回	スポーツにおけるリーダーシップ						
第11回	リーダーシップとコミュニケーションの関係						
第12回	歴史から学ぶリーダーシップ						
第13回	リーダーシップにおける原理原則						
第14回	聞く力と伝える力						
第15回	まとめ						
テキスト	-						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	発育発達論			講師名	平野 真衣		
				実務経験			
実務内容							
講義形態	講義	必修・選択の別	必修	分野	専門基礎		
授業概要	人間の生涯における心身の発達過程および変化に影響を与える諸要因について理解する。加えて、発育発達に関連する外部からの働きかけや発達を促すための知識や発達発育に合わせた正しい運動・トレーニング方法を学ぶことを中心に授業進行を行なう。						
到達目標	年齢や性別等の違いによる人間の発育発達の特性について正しい知識を身に付ける。						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション						
第2回	個体の発生						
第3回	スキャモンの発達曲線						
第4回	子どものスポーツ						
第5回	形態発達1						
第6回	形態発達2						
第7回	機能発達1-筋の発達-						
第8回	機能発達2-神経系と感覚系の発達-						
第9回	機能発達3-呼吸器系と循環器系の発達-						
第10回	機能発達4-内分泌系とエネルギー代謝系の発達-						
第11回	機能発達5-運動能力の発達-						
第12回	機能発達1-筋の発達						
第13回	女性の運動能力の特徴						
第14回	トレーニングの原理原則						
第15回	まとめ						
テキスト	-						
参考文献	-						
評価方法		筆記試験	○	小テスト	○	出席率	グループワーク・発表
	○	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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	障害者スポーツ論			講師名	尾下 雅徳		
				実務経験	○		
実務内容	鍼灸接骨院で勤務後、専門学校勤務スポーツ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	専門基礎		
授業概要	近年のパラリンピックの普及・振興をきっかけに障がい者スポーツに関する興味・関心が高まる一方で、現状として、トップパラアスリートではない一般の障がい者スポーツに関する知識が乏しいといえる。そこで本授業科目では、障がいのある人のスポーツに関わる概要(障がい区分・意義や理念・大会・競技規則等)について幅広い知見を獲得し、障がい者スポーツに関する理解度を高めることを目標とする。						
到達目標	障害者スポーツに関する正しい知識を理解するとともに、障害区分や競技種目の分類についても理解、説明できる。						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション						
第2回	演習①:ケーススタディ・グループワーク						
第3回	マンガから学ぶ障がい者スポーツ						
第4回	映像から学ぶ障がい者スポーツ						
第5回	障がいの種類・区分						
第6回	障がい者と健常者						
第7回	障がい者スポーツの意義と理念						
第8回	(公財)日本障害者スポーツ協会公認障害者スポーツ指導制度について						
第9回	パラリンピックとは						
第10回	全国障害者スポーツ大会とは						
第11回	演習②:ケーススタディ・グループワーク						
第12回	演習③:ケーススタディ・グループワーク						
第13回	障がいに合わせた特徴的な競技規則1						
第14回	障がいに合わせた特徴的な競技規則2						
第15回	まとめ						
テキスト	-						
参考文献	-						
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	グループワーク・発表
	○	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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 前期	単位数	4 単位
科目名	バスケットボール概論 I			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	必修	分野	専門理論		
授業概要	バスケットボールの歴史を学ぶ。 バスケットボールの発祥と発展の歴史を学ぶ。 土曜日の講義の為、試合が近い場合、また大会が重なった場合は実技を実施する。						
到達目標	バスケットボールのルールと歴史を学び、基礎技術を習得。 ゲームの中で、各ポジションや役割を理解し、実践できるようになる。						
回数	講義計画						
第1回	バスケットボールの歴史 1						
第2回	バスケットボールの歴史 2						
第3回	バスケットボールの歴史 3						
第4回	バスケットボール概論(実技含む)						
第5回	バスケットボール概論(実技含む)						
第6回	バスケットボール概論(実技含む)						
第7回	バスケットボール概論(実技含む)						
第8回	バスケットボール概論(実技含む)						
第9回	バスケットボール概論(実技含む)						
第10回	バスケットボール概論(実技含む)						
第11回	バスケットボール概論(実技含む)						
第12回	バスケットボール概論(実技含む)						
第13回	バスケットボール概論(実技含む)						
第14回	バスケットボール概論(実技含む)						
第15回	まとめ						
テキスト	-						
参考文献	-						
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	グループワーク・発表
	○	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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 後期	単位数	4 単位
科目名	バスケットボール概論Ⅱ			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	必修	分野	専門理論		
授業概要	バスケットボールの歴史を学ぶ。 バスケットボールの発祥と発展の歴史を学ぶ。 土曜日の講義の為、試合が近い場合、また大会が重なった場合は実技を実施する。						
到達目標	バスケットボールのルールと歴史を学び、基礎技術を習得。 ゲームの中で、各ポジションや役割を理解し、実践できるようになる。						
回数	講義計画						
第1回	バスケットボールの歴史 4						
第2回	バスケットボールの歴史 5						
第3回	バスケットボールの歴史 6						
第4回	バスケットボール概論(実技含む)						
第5回	バスケットボール概論(実技含む)						
第6回	バスケットボール概論(実技含む)						
第7回	バスケットボール概論(実技含む)						
第8回	バスケットボール概論(実技含む)						
第9回	バスケットボール概論(実技含む)						
第10回	バスケットボール概論(実技含む)						
第11回	バスケットボール概論(実技含む)						
第12回	バスケットボール概論(実技含む)						
第13回	バスケットボール概論(実技含む)						
第14回	バスケットボール概論(実技含む)						
第15回	まとめ						
テキスト	-						
参考文献	-						
評価方法		筆記試験		小テスト	○	出席率	グループワーク・発表
	○	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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	バスケットボール実技VI			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	バスケットボールの実技を基礎から応用まで実践的に行う。基本的なオフェンススキルの習得を目指す。1対1で目の前のディフェンスを破るスキルだけでなく、練習中から試合を想定し、裏のスペース、カバーのディフェンスと勝負を挑む。 また、個人ディフェンススキルの習得を目指す。チームとして守るために大切な予測とコミュニケーション力を身に付ける。そして、チームの約束事やルールを理解し、実践していく。						
到達目標	培った技術を実践の中で使えるように、練習を積み上げる。 状況判断能力を養い、ディフェンスのミスやスペースの攻め方を習得する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	Team philosophyの導入 VI-1			第16回	体力測定 VI-1		
第2回	Team philosophyの導入 VI-2			第17回	体力測定 VI-2		
第3回	Cutting/Meat/Drive/Finish VI ~ボールのもらい方~抜き方~フィニッシュ~			第18回	DEF footwork/Closeout/Jump to the ball VI ~手の使い方、足の使い方、バランス、ビジョン~		
第4回	Pass/Catch/Pass variation VI ~キャッチ ボールの動かし方~パスの出し方~			第19回	X-change/Lotation VI ~受け渡しのコミュニケーション~		
第5回	On ball pick 2on2 VI-1 ~スクリーンの掛け方~			第20回	On ball/Off ball Screenの対応 分解 VI		
第6回	On ball pick 2on2 VI-2 ~スクリーンの使い方~			第21回	On ball/Off ball Screenの対応 実践 VI		
第7回	2on2/3on3/4on4 VI ~ハーフコートでスペースを攻める~			第22回	Rebound boxout/DEF contact VI		
第8回	Free Brake/Reb~Brake/Restart~Brake VI			第23回	Hesitation VI ~DEFのかけひき~		
第9回	Early OFF VI ~アウトナンバーの攻め方~			第24回	Early DEF VI ~アウトナンバーの守り方~		
第10回	System OFF VI-1 ~DEFの対応とスペースを見て攻める~			第25回	Zone pless VI		
第11回	System OFF VI-2 ~終わり方の共通理解、OFF Rebへの入り方~			第26回	Zone DEF VI		
第12回	Zone attack VI ~Zone DEFの崩し方~			第27回	5on5 VI-1 ~片道、1往復~		
第13回	Pless down VI ~Zone Plessの崩し方~			第28回	5on5 VI-2 ~Situation game(Behind start)~		
第14回	Baseline/Sideline inbounds play VI			第29回	5on5 VI-3 ~Situation game(Lead start)~		
第15回	Special play VI			第30回	5on5 VI-4 ~10min game~		
テキスト	-						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	バスケットボール実技Ⅶ			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	バスケットボールの実技を基礎から応用まで実践的に行う。基本的なオフェンススキルの習得を目指す。1対1で目の前のディフェンスを破るスキルだけでなく、練習中から試合を想定し、裏のスペース、カバーのディフェンスと勝負を挑む。また、個人ディフェンススキルの習得を目指す。チームとして守るために大切な予測とコミュニケーション力を身に付ける。そして、チームの約束事やルールを理解し、実践していく。						
到達目標	培った技術を実践の中で使えるように、練習を積み上げる。 状況判断能力を養い、ディフェンスのミスやスペースの攻め方を習得する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	Team philosophyの導入 Ⅶ-1			第16回	体力測定 Ⅶ-1		
第2回	Team philosophyの導入 Ⅶ-2			第17回	体力測定 Ⅶ-2		
第3回	Cutting/Meat/Drive/Finish Ⅶ ~ボールのもらい方~抜き方~フィニッシュ~			第18回	DEF footwork/Closeout/Jump to the ball Ⅶ ~手の使い方、足の使い方、バランス、ビジョン~		
第4回	Pass/Catch/Pass variation Ⅶ ~キャッチボールの動かし方~パスの出し方~			第19回	X-change/Lotation Ⅶ ~受け渡しのコミュニケーション~		
第5回	On ball pick 2on2 Ⅶ-1 ~スクリーンの掛け方~			第20回	On ball/Off ball Screenの対応 分解Ⅶ		
第6回	On ball pick 2on2 Ⅶ-2 ~スクリーンの使い方~			第21回	On ball/Off ball Screenの対応 実践Ⅶ		
第7回	2on2/3on3/4on4 Ⅶ ~ハーフコートでスペースを攻める~			第22回	Rebound boxout/DEF contact Ⅶ		
第8回	Free Brake/Reb~Brake/Restart~Brake Ⅶ			第23回	Hesitation Ⅶ ~DEFのかけひき~		
第9回	Early OFF Ⅶ ~アウトナンバーの攻め方~			第24回	Early DEF Ⅶ ~アウトナンバーの守り方~		
第10回	System OFF Ⅶ-1 ~DEFの対応とスペースを見て攻める~			第25回	Zone pless Ⅶ		
第11回	System OFF Ⅶ-2 ~終わり方の共通理解、OFF Rebへの入り方~			第26回	Zone DEF Ⅶ		
第12回	Zone attack Ⅶ ~Zone DEFの崩し方~			第27回	5on5 Ⅶ-1 ~片道、1往復~		
第13回	Pless down Ⅶ ~Zone Plessの崩し方~			第28回	5on5 Ⅶ-2 ~Situation game(Behind start)~		
第14回	Baseline/Sideline inbounds play Ⅶ			第29回	5on5 Ⅶ-3 ~Situation game(Lead start)~		
第15回	Special play Ⅶ			第30回	5on5 Ⅶ-4 ~10min game~		
テキスト	-						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位	
科目名	バスケットボール実技Ⅷ			講師名	浅村 典正			
				実務経験	○			
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導							
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技			
授業概要	バスケットボールの実技を基礎から応用まで実践的に行う。基本的なオフェンススキルの習得を目指す。1対1で目の前のディフェンスを破るスキルだけでなく、練習中から試合を想定し、裏のスペース、カバーのディフェンスと勝負を挑む。また、個人ディフェンススキルの習得を目指す。チームとして守るために大切な予測とコミュニケーション力を身に付ける。そして、チームの約束事やルールを理解し、実践していく。							
到達目標	培った技術を実践の中で使えるように、練習を積み上げる。 状況判断能力を養い、ディフェンスのミスやスペースの攻め方を習得する。							
回数	講義計画			回数	講義計画			
第1回	Team philosophyの導入 Ⅷ-1			第16回	体力測定 Ⅷ-1			
第2回	Team philosophyの導入 Ⅷ-2			第17回	体力測定 Ⅷ-2			
第3回	Cutting/Meat/Drive/Finish Ⅷ ~ボールのもらい方~抜き方~フィニッシュ~			第18回	DEF footwork/Closeout/Jump to the ball Ⅷ ~手の使い方、足の使い方、バランス、ビジョン~			
第4回	Pass/Catch/Pass variation Ⅷ ~キャッチボールの動かし方~パスの出し方~			第19回	X-change/Lotation Ⅷ ~受け渡しのコミュニケーション~			
第5回	On ball pick 2on2 Ⅷ-1 ~スクリーンの掛け方~			第20回	On ball/Off ball Screenの対応 分解Ⅷ			
第6回	On ball pick 2on2 Ⅷ-2 ~スクリーンの使い方~			第21回	On ball/Off ball Screenの対応 実践Ⅷ			
第7回	2on2/3on3/4on4 Ⅷ ~ハーフコートでスペースを攻める~			第22回	Rebound boxout/DEF contact Ⅷ			
第8回	Free Brake/Reb~Brake/Restart~Brake Ⅷ			第23回	Hesitation Ⅷ ~DEFのかけひき~			
第9回	Early OFF Ⅷ ~アウトナンバーの攻め方~			第24回	Early DEF Ⅷ ~アウトナンバーの守り方~			
第10回	System OFF Ⅷ-1 ~DEFの対応とスペースを見て攻める~			第25回	Zone pless Ⅷ			
第11回	System OFF Ⅷ-2 ~終わり方の共通理解、OFF Rebへの入り方~			第26回	Zone DEF Ⅷ			
第12回	Zone attack Ⅷ ~Zone DEFの崩し方~			第27回	5on5 Ⅷ-1 ~片道、1往復~			
第13回	Pless down Ⅷ ~Zone Plessの崩し方~			第28回	5on5 Ⅷ-2 ~Situation game(Behind start)~			
第14回	Baseline/Sideline inbounds play Ⅷ			第29回	5on5 Ⅷ-3 ~Situation game(Lead start)~			
第15回	Special play Ⅷ			第30回	5on5 Ⅷ-4 ~10min game~			
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								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科	バスケットボール	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	バスケットボール実技Ⅸ			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	バスケットボールの実技を基礎から応用まで実践的に行う。基本的なオフェンススキルの習得を目指す。1対1で目の前のディフェンスを破るスキルだけでなく、練習中から試合を想定し、裏のスペース、カバーのディフェンスと勝負を挑む。また、個人ディフェンススキルの習得を目指す。チームとして守るために大切な予測とコミュニケーション力を身に付ける。そして、チームの約束事やルールを理解し、実践していく。						
到達目標	培った技術を実践の中で使えるように、練習を積み上げる。 状況判断能力を養い、ディフェンスのミスやスペースの攻め方を習得する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	Team philosophyの導入 Ⅸ-1			第16回	体力測定 Ⅸ-1		
第2回	Team philosophyの導入 Ⅸ-2			第17回	体力測定 Ⅸ-2		
第3回	Cutting/Meat/Drive/Finish Ⅸ ~ボールのもらい方~抜き方~フィニッシュ~			第18回	DEF footwork/Closeout/Jump to the ball Ⅸ ~手の使い方、足の使い方、バランス、ビジョン~		
第4回	Pass/Catch/Pass variation Ⅸ ~キャッチボールの動かし方~パスの出し方~			第19回	X-change/Lotation Ⅸ ~受け渡しのコミュニケーション~		
第5回	On ball pick 2on2 Ⅸ-1 ~スクリーンの掛け方~			第20回	On ball/Off ball Screenの対応 分解Ⅸ		
第6回	On ball pick 2on2 Ⅸ-2 ~スクリーンの使い方~			第21回	On ball/Off ball Screenの対応 実践Ⅸ		
第7回	2on2/3on3/4on4 Ⅸ ~ハーフコートでスペースを攻める~			第22回	Rebound boxout/DEF contact Ⅸ		
第8回	Free Brake/Reb~Brake/Restart~Brake Ⅸ			第23回	Hesitation Ⅸ ~DEFのかけひき~		
第9回	Early OFF Ⅸ ~アウトナンバーの攻め方~			第24回	Early DEF Ⅸ ~アウトナンバーの守り方~		
第10回	System OFF Ⅸ-1 ~DEFの対応とスペースを見て攻める~			第25回	Zone pless Ⅸ		
第11回	System OFF Ⅸ-2 ~終わり方の共通理解、OFF Rebへの入り方~			第26回	Zone DEF Ⅸ		
第12回	Zone attack Ⅸ ~Zone DEFの崩し方~			第27回	5on5 Ⅸ-1 ~片道、1往復~		
第13回	Pless down Ⅸ ~Zone Plessの崩し方~			第28回	5on5 Ⅸ-2 ~Situation game(Behind start)~		
第14回	Baseline/Sideline inbounds play Ⅸ			第29回	5on5 Ⅸ-3 ~Situation game(Lead start)~		
第15回	Special play Ⅸ			第30回	5on5 Ⅸ-4 ~10min game~		
テキスト							
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 通年	単位数	8 単位
科目名	バスケットボール実技X			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	実習	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	バスケットボールの実技を基礎から応用まで実践的に行う。基本的なオフェンススキルの習得を目指す。1対1で目の前のディフェンスを破るスキルだけでなく、練習中から試合を想定し、裏のスペース、カバーのディフェンスと勝負を挑む。また、個人ディフェンススキルの習得を目指す。チームとして守るために大切な予測とコミュニケーション力を身に付ける。そして、チームの約束事やルールを理解し、実践していく。						
到達目標	培った技術を実践の中で使えるように、練習を積み上げる。 状況判断能力を養い、ディフェンスのミスやスペースの攻め方を習得する。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	Team philosophyの導入 X-1			第16回	体力測定 X-1		
第2回	Team philosophyの導入 X-2			第17回	体力測定 X-2		
第3回	Cutting/Meat/Drive/Finish X ~ボールのもらい方~抜き方~フィニッシュ~			第18回	DEF footwork/Closeout/Jump to the ball X ~手の使い方、足の使い方、バランス、ビジョン~		
第4回	Pass/Catch/Pass variation X ~キャッチボールの動かし方~パスの出し方~			第19回	X-change/Lotation X ~受け渡しのコミュニケーション~		
第5回	On ball pick 2on2 X-1 ~スクリーンの掛け方~			第20回	On ball/Off ball Screenの対応 分解X		
第6回	On ball pick 2on2 X-2			第21回	On ball/Off ball Screenの対応 実践X		
第7回	2on2/3on3/4on4 X ~ハーフコートでスペースを攻める~			第22回	Rebound boxout/DEF contact X		
第8回	Free Brake/Reb~Brake/Restart~Brake X			第23回	Hesitation X ~DEFのかけひき~		
第9回	Early OFF X ~アウトナンバーの攻め方~			第24回	Early DEF X ~アウトナンバーの守り方~		
第10回	System OFF X-1 ~DEFの対応とスペースを見て攻める~			第25回	Zone pless X		
第11回	System OFF X-2 ~終わり方の共通理解、OFF Rebへの入り方~			第26回	Zone DEF X		
第12回	Zone attack X ~Zone DEFの崩し方~			第27回	5on5 X-1 ~片道、1往復~		
第13回	Pless down X ~Zone Plessの崩し方~			第28回	5on5 X-2 ~Situation game(Behind start)~		
第14回	Baseline/Sideline inbounds play X			第29回	5on5 X-3 ~Situation game(Lead start)~		
第15回	Special play X			第30回	5on5 X-4 ~10min game~		
テキスト	-						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	Workout II			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	実技	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	個人個人のバスケットボールスキルを高めること、ゲームシチュエーションでの状況判断をテーマとし、一人一人のレベルアップにつなげる。また、スキルアップと共に、チーム力向上につなげ、実践で使えるような授業展開にしていく。						
到達目標	正しいシュートフォームを身に付けて身体の使い方で下半身の力をボールに伝える。シューティングマシンやペアシューティングなどで様々なシチュエーションで練習を行う。試合で確率の高いシュートを決めることを目標に取り組む。						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション						
第2回	ペアで行うDribble handring Skill						
第3回	ペアで行うDribble handring Skill						
第4回	個々で行うFinish Drill						
第5回	個々で行うFinish Drill						
第6回	複数名で行うFinish Drill、Shooting Drill						
第7回	複数名で行うFinish Drill、Shooting Drill						
第8回	Meet、Dribble～Kickout Drill						
第9回	Meet、Dribble～Kickout Drill						
第10回	Ball side 2on2・3on3 + 逆サイドの動き方						
第11回	Ball side 2on2・3on3 + 逆サイドの動き方						
第12回	Ball side 2on2・3on3 + 逆サイドの動き方						
第13回	総合Workout ①						
第14回	総合Workout ②						
第15回	総合Workout ③						
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							
備考							

学科・コース名	スポーツ 学科	バスケットボール	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(男子)			講師名	藤元 大詩		
				実務経験	○		
実務内容	スポーツ関連企業にてパーソナルトレーナーとして指導						
講義形態	実習	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	ウエイトトレーニングに対する正しい知識・基本的なフォームを理解し、実行する。 バスケットボールの競技力を向上させるためのトレーニングプログラムの組み方を知る。 選手に対してトレーニングの指導、種目の補助の方法を知り、実践する。						
到達目標	バスケットボールの競技力向上 トレーニングの基礎基本の知識・スキルを習得する						
回数	講義計画						
第1回	ガイダンス及びMax測定(BP/SQ/C)						
第2回	体力測定(スプリント/プロアジリティ/レーンアジリティ)						
第3回	体幹トレーニングの実際						
第4回	ウエイトトレーニングの実際(押す動作1:胸部・脚部)						
第5回	ウエイトトレーニングの実際(引く動作1:背部・臀部)						
第6回	プライオメトリクストレーニング①						
第7回	プライオメトリクストレーニング②						
第8回	コンディショニングの実際						
第9回	ウエイトトレーニングの実際(押す動作2:胸部・脚部)						
第10回	ウエイトトレーニングの実際(引く動作2:背部・臀部)						
第11回	ウエイトトレーニングの実際(押す動作3:胸部・脚部)						
第12回	ウエイトトレーニングの実際(引く動作3:背部・臀部)						
第13回	プライオメトリクストレーニング③						
第14回	前期まとめ						
第15回	テスト前学習						
テキスト	-						
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	バスケットボール	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(女子)			講師名	本田 創大		
				実務経験	○		
実務内容	スポーツ関連企業にてパーソナルトレーナーとして指導						
講義形態	実習	必修・選択の別	必修	分野	専門実技		
授業概要	自分のからだを知り、理解し、運動およびトレーニングをすることを楽しむ。バスケットボールに必要なトレーニング方法、動作スキルを理解し、その習得を目指すとともにライフスタイルへの応用を考える。						
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・ヒトのからだを知り、自分のからだを理解し、競技動作に応用できる。 ・トレーニングの基礎・基本を学習し、自ら考え、実践することができる。 ・授業の運動実践を通じて、身体の相互作用を理解することができる。 						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション(座学:なぜトレーニングをするのか?)						
第2回	準備運動の理解と実践						
第3回	からだの使い方①						
第4回	からだの使い方②						
第5回	からだの使い方③						
第6回	上半身種目の習得①(押すトレーニング)						
第7回	下半身種目の習得①(スクワットなど)						
第8回	上半身種目の習得②(引くトレーニング)						
第9回	下半身種目の習得②(デッドリフトなど)						
第10回	全身運動(回旋動作)						
第11回	全身運動(サーキットトレーニング)						
第12回	スピードパフォーマンス						
第13回	競技特異的なトレーニング①						
第14回	競技特異的なトレーニング②						
第15回	前期のまとめ						
テキスト	-						
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	バスケットボール	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(男子)			講師名	藤元 大詩		
				実務経験	○		
実務内容	スポーツ関連企業にてパーソナル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	ウエイトトレーニングに対する正しい知識・基本的なフォームを理解し、実行する。バスケットボールの競技力を向上させるためのトレーニングプログラムの組み方・考え方を学ぶ。選手に対してトレーニングの指導、種目の補助の方法を知り、実践する。						
到達目標	バスケットボールの競技力向上 トレーニングの基礎基本の知識・スキルを習得する						
回数	講義計画						
第1回	オリエンテーション						
第2回	Max測定(ベンチプレス・スクワット・チンニング)						
第3回	フィジカル測定(プロアジリティ/20mスプリント/垂直跳び)						
第4回	ウエイトトレーニングの実践(上半身①)						
第5回	ウエイトトレーニングの実践(下半身①)						
第6回	フィールド SAQTトレーニングの実践①						
第7回	フィールド SAQTトレーニングの実践②						
第8回	フィールド SAQTトレーニングの実践③						
第9回	ウエイトトレーニングの実践(上半身②)						
第10回	ウエイトトレーニングの実践(下半身②)						
第11回	ウエイトトレーニングの実践(上半身③)						
第12回	ウエイトトレーニングの実践(下半身③)						
第13回	Max測定(ベンチプレス・スクワット・チンニング)						
第14回	フィジカル測定(プロアジリティ/20mスプリント/垂直跳び)						
第15回	後期まとめ						
テキスト	-						
参考文献	トレーニング指導者テキスト(実技編・実践編・理論編)						
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	バスケットボール	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(女子)			講師名	本田 創大			
				実務経験	○			
実務内容	スポーツ関連企業にてパーソナル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	自分のからだを知り、理解し、運動およびトレーニングをすることを楽しむ。バスケットボールに必要なトレーニング方法、動作スキルを理解し、その習得を目指すとともにライフスタイルへの応用を考える。							
到達目標	<ul style="list-style-type: none"> ・ヒトのからだを知り、自分のからだを理解し、競技動作に応用できる。 ・トレーニングの基礎・基本を学習し、自ら考え、実践することができる。 ・授業の運動実践を通じて、身体の相互作用を理解することができる。 							
回数	講義計画							
第1回	オリエンテーション(座学:前期の復習と後期の概要説明)							
第2回	前期の復習(トレーニング技能の確認)							
第3回	ストレングス・パワーテスト							
第4回	ムーブメントスキルテスト							
第5回	自己課題の確認と考察(座学)							
第6回	筋肥大を目的としたトレーニング①							
第7回	筋肥大を目的としたトレーニング②							
第8回	筋肥大を目的としたトレーニング③							
第9回	筋肥大を目的としたトレーニング④							
第10回	筋肥大を目的としたトレーニング⑤							
第11回	競技パフォーマンスへの移行を目的としたトレーニング①							
第12回	競技パフォーマンスへの移行を目的としたトレーニング②							
第13回	競技パフォーマンスへの移行を目的としたトレーニング③							
第14回	競技パフォーマンスへの移行を目的としたトレーニング④							
第15回	後期のまとめ							
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								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科	バスケットボール	コース	開講時期	2年 前期	単位数	4 単位
科目名	CPT演習			講師名	宮崎 拓哉		
				実務経験	○		
実務内容	スポーツ関連企業でトレーニング指導						
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	専門理論		
授業概要	CPT合格に向けた授業対策。毎時間を通して、各章の小テスト問題を実施し、問題の傾向に慣れる。テストの解説をしながら、各章のポイントを解説する。また、自身の競技に生かすことができるよう、現場で使える知識と指導方法についても学ぶ。						
到達目標	CPTの資格取得を目指す。						
回数	講義計画			回数	講義計画		
第1回	1章 筋系、神経系、骨格系の機能と構造			第16回	13章 レジスタンストレーニング		
第2回	2章 心肺系とガス交換			第17回	15章 プログラムデザイン		
第3回	3章 生体エネルギー機構			第18回	15章 プログラムデザイン		
第4回	3章 生体エネルギー機構			第19回	16章 プログラムデザイン		
第5回	4章 バイオメカニクス			第20回	16章 プログラムデザイン		
第6回	5章 レジスタンストレーニングの適応			第21回	17章 プライオメトリクス		
第7回	6章 有酸素性持久カトレーニング			第22回	17章 プライオメトリクス		
第8回	14章 心臓血管系トレーニング			第23回	24-25章 安全性と法的問題		
第9回	7章 パーソナルトレーニングにおける栄養			第24回	24-25章 安全性と法的問題		
第10回	7章 パーソナルトレーニングにおける栄養			第25回	18-23章 特定のクライアント向けに		
第11回	8章 運動心理学			第26回	18-23章 特定のクライアント向けに		
第12回	8章 運動心理学			第27回	18-23章 特定のクライアント向けに		
第13回	9-11章 初回面談と評価			第28回	18-23章 特定のクライアント向けに		
第14回	9-11章 初回面談と評価			第29回	18-23章 特定のクライアント向けに		
第15回	12章 柔軟性、自重トレーニング			第30回	18-23章 特定のクライアント向けに		
テキスト	NSCAパーソナルトレーナーのための基礎知識						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	バスケットボール指導法 I			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	専門理論		
授業概要	バスケットボールのコーチングに特化した授業を展開。講義の中で一人一人がコーチングフィロソフィーについて考え、発達段階や技能レベルにあった、指導内容や指導方法を工夫するスキルを身に付ける。 プレイヤーの健康状態に注意を払い、怪我や病気を起こさせないことを意識した指導を身に付ける。						
到達目標	外部実習に向けてコーチングの基礎知識を学ぶ。 グループに分かれ、学内での模擬授業を行う。						
回数	講義計画						
第1回	学習指導案の作成						
第2回	模擬授業						
第3回	学習指導案の作成のポイント						
第4回	コーチングの基本						
第5回	指導する上での注意点						
第6回	ティーチングとコーチングの違い						
第7回	授業案作成						
第8回	模擬授業 グループディスカッション						
第9回	模擬授業 グループディスカッション						
第10回	模擬授業 グループディスカッション						
第11回	模擬授業 グループディスカッション						
第12回	模擬授業 グループディスカッション						
第13回	模擬授業 グループディスカッション						
第14回	模擬授業 グループディスカッション						
第15回	指導のまとめ						
テキスト	-						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位
科目名	バスケットボール指導法Ⅱ			講師名	浅村 典正		
				実務経験	○		
実務内容	大学のバスケットボールヘッドコーチとして指導						
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	専門理論		
授業概要	バスケットボールのコーチングに特化した授業を展開。講義の中で一人一人がコーチングフィロソフィーについて考え、発達段階や技能レベルにあった、指導内容や指導方法を工夫するスキルを身に付ける。プレーヤーの健康状態に注意を払い、怪我や病気を起こさせないことを意識した指導を身に付ける。						
到達目標	グループに分かれ外部実習で指導にあたり、実践力を身に付ける。指導後ディスカッションを行い、準備した指導案を振り返り次回の実習に向けて準備する。						
回数	講義計画						
第1回	チームを作る						
第2回	チームフィロソフィーの作成						
第3回	年間計画、練習計画作成						
第4回	年間計画、練習計画作成						
第5回	年間計画、練習計画作成						
第6回	怪我と対応の注意点						
第7回	怪我と対応の注意点						
第8回	模擬授業 グループディスカッション						
第9回	模擬授業 グループディスカッション						
第10回	模擬授業 グループディスカッション						
第11回	模擬授業 グループディスカッション						
第12回	模擬授業 グループディスカッション						
第13回	模擬授業 グループディスカッション						
第14回	模擬授業 グループディスカッション						
第15回	指導のまとめ						
テキスト	-						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	スカウティング実践 I			講師名	三枝 一輝		
				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	バスケットボールにおけるデータ集計、分析に必要な応用力、基礎力の定着を図る。ゲーム分析をしながらグループでのディスカッション能力、バスケットボールの戦術理解、対応スキルを身に着けたい。						
到達目標	バスケットボールゲーム分析における、データ集計、資料作成、分析能力、応用、対応力の向上						
回数	講義計画						
第1回	授業オリエンテーション						
第2回	Ipad入力 player'sAT teamEntry 記入復習						
第3回	Bリーグ championship SemiFinal 2021-22 ゲーム分析①						
第4回	Bリーグ championship SemiFinal 2021-22 ゲーム分析②						
第5回	同チームスカウティング 資料準備						
第6回	Bリーグ championship SemiFinal 2022-23 ゲーム分析①						
第7回	Bリーグ championship SemiFinal 2022-23 ゲーム分析②						
第8回	同チームスカウティング 資料準備 ゲーム総括						
第9回	Bリーグ championship Final 2022-23 ゲーム分析準備						
第10回	Bリーグ championship Final 2022-23 ゲーム分析①						
第11回	Bリーグ championship Final 2022-23 ゲーム分析②						
第12回	Euroleague ゲーム分析①						
第13回	Euroleague ゲーム分析②						
第14回	後期ゲーム分析準備(大阪エヴェッサ)						
第15回	総まとめ						
テキスト	-						
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	バスケットボール	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位	
科目名	スカウティング実践Ⅱ			講師名	三枝 一輝			
				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	バスケットボールにおけるデータ集計、分析に必要な応用力、基礎力の定着を図る。ゲーム分析をしながらグループでのディスカッション能力、バスケットボールの戦術理解、対応スキルを身に着けたい。							
到達目標	バスケットボールゲーム分析における、データ集計、資料作成、分析能力、応用、対応力の向上							
回数	講義計画							
第1回	授業オリエンテーション							
第2回	映像編集方法							
第3回	NBA Final #1 2022-23 ゲーム分析①							
第4回	NBA Final #1 2022-23 ゲーム分析②							
第5回	NBA Final #1 2022-23 ゲーム分析③							
第6回	映像編集 (各チームpick&Roll)							
第7回	NBA Final #7 2022-23 ゲーム分析①							
第8回	NBA Final #7 2022-23 ゲーム分析②							
第9回	NBA Final #7 2022-23 ゲーム分析③							
第10回	ゲーム分析総括							
第11回	Bリーグ 2023-24 大阪エヴェッサ ゲーム分析①							
第12回	Bリーグ 2023-24 大阪エヴェッサ ゲーム分析②							
第13回	会場実習							
第14回	Bリーグ 2023-24 大阪エヴェッサ ゲーム分析③							
第15回	総まとめ							
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								
備考								

学科・コース名	スポーツ 学科	バスケットボール	コース	開講時期	2年 後期	単位数	2 単位	
科目名	バイオメカニクス			講師名	松井 宏岳			
				実務経験	○			
実務内容	大学やプロチームでトレーナーとして指導							
講義形態	講義・実技	必修・選択の別	選択	分野	専門理論			
授業概要	運動指導の基礎になる学問は力学や解剖学、スポーツ生理学である。この授業は「運動することによる身体の動きを理解」してより効率の良い動きを理解し、パフォーマンスの向上および傷害予防の知識に役立てることを学ぶ。今後、安全で有効な運動指導をするにあたって、運動動作を観て、考え、理解する事が大切である。従って、本授業では基礎的な力学の理解を基礎として、運動の動作による身体に及ぼす力の影響を理解する事を目的とする。							
到達目標	効果的なコーチング、運動指導に必要な力学や物理学の視点を考察できる力を養う。実践的指導に応用できる。							
回数	講義計画							
第1回	オリエンテーション:スポーツバイオメカニクスの概論							
第2回	基礎力学①:ニュートンの3法則							
第3回	基礎力学②:運動とテコ							
第4回	基礎力学③:回転運動と抵抗							
第5回	基礎力学④:姿勢の安定性とベクトル							
第6回	基礎力学⑤:運動と力積							
第7回	パフォーマンスを知る①:歩く・走る							
第8回	パフォーマンスを知る②:止まる							
第9回	パフォーマンスを知る③:跳ぶ							
第10回	パフォーマンスを知る④:投げる							
第11回	実践スポーツバイオメカニクス①:ディフェンス							
第12回	実践スポーツバイオメカニクス②:パス							
第13回	実践スポーツバイオメカニクス③:シュート							
第14回	総復習							
第15回	まとめ							
テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅲ (日本スポーツ協会)							
参考文献	・スポーツ・バイオメカニクス入門(第3版):株式会社杏林書院 ・バイオメカニクス:株式会社杏林書院							
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								

2024(令和6) 年度

講義計画(シラバス)

学科・コース名	スポーツ 学科	バスケットボール	コース	開講時期	2年 前期	単位数	2 単位
科目名	テーピング			講師名	松井 宏岳		
				実務経験	○		
実務内容	大学やプロチームでトレーナーとして指導						
講義形態	講義	必修・選択の別	選択	分野	専門理論		
授業概要	各関節におけるテーピング技術の習得。 正確さ・早さに重点をおき、実技テストの評価のみで課程を修業とする。 各テーピングでの実技テストで及第点を取らない場合、テーピング I コースを修業と見做さない。						
到達目標	方法だけでなくテーピングの意図や影響まで深く理解する。						
回数	講義計画						
第1回	足関節(練習)						
第2回	足関節(練習)						
第3回	足関節(練習+実技テスト:スキル)						
第4回	足関節(練習+実技テスト:タイム)						
第5回	足関節(実技テスト:スキル+タイム)						
第6回	手関節(練習)						
第7回	膝関節(練習)手関節(実技テスト)						
第8回	膝関節(練習+実技テスト)						
第9回	シンスプリント(練習+実技テスト)						
第10回	アーチテーピング(練習+実技テスト)						
第11回	肘・肩関節(練習)						
第12回	肩関節(練習)・肘関節(実技テスト)						
第13回	肩関節(実技テスト)						
第14回	キネシオ(上半身)						
第15回	キネシオ(下半身)						
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							
備考							