

## 2020 年度 授業計画(シラバス)

学 科	柔道整復スポーツトレーナー学科		科 目 区 分	その他	授業の方法	講義実習
科 目 名	スポーツ総論		必修/選択の別	必修	授業時数(単位数)	60 (2) 時間(単位)
対 象 学 年	1年生		学期及び曜時限	通年	教室名	
担 当 教 員	中村 和博	実務経験と その関連資格	健康運動指導士、ホリスティックコンディショナー			
《授業科目における学習内容》						
スポーツ指導に関する事柄について、以下の資格取得にとって必要な要素を幅広く学ぶことで、スポーツ指導者資質の向上につなげる。 健康運動実践指導者、JATIトレーニング指導者、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者						
《成績評価の方法と基準》						
70点(筆記試験) 20点(出席点) 10点(平常点)						
《使用教材(教科書)及び参考図書》						
Reference Book(日本スポーツ協会) 健康運動実践指導者養成講習会テキスト JATIトレーニング指導者テキスト(実践編)						
《授業外における学習方法》						
テキストの熟読、次の学習内容に目を通す。関連記事をネットで検索し、出来るだけ多くの事例に触れる。						
《履修に当たっての留意点》						
トレーナーとしての基礎知識をしっかり学び、広く新しい情報をチェックし、わからないことはすぐに調べ、クリアにするように心がける。						
授業の 方法	内 容			使用教材	授業以外での準備学習 の具体的な内容	
第 1 回	授業を 通じての 到達目標	【健康運動実践者 認定講座】 ウォーミングアップについて、理解することが出来るようになる。		健康運動実践指 導者テキスト		
	各コマに おける 授業予定	ウォーミングアップ特性と意義について				
第 2 回	授業を 通じての 到達目標	【健康運動実践者 認定講座】 クーリングダウンについて、理解することが出来るようになる。		健康運動実践指 導者テキスト		
	各コマに おける 授業予定	クーリングダウンの特性と意義について				
第 3 回	授業を 通じての 到達目標	【健康運動実践者 認定講座】 具体的な事例に基づいて、ウォーミ ングアップについて、理解することが出来るようになる。		健康運動実践指 導者テキスト		
	各コマに おける 授業予定	実際のウォーミングアップの方法について体系的に学ぶ				
第 4 回	授業を 通じての 到達目標	【健康運動実践者 認定講座】 具体的実践に基づいて、ウォーミン グアップについて、理解することが出来るようになる。		健康運動実践指 導者テキスト		
	各コマに おける 授業予定	実際にウォーミングアップを指導実践し体系的に学ぶ				
第 5 回	授業を 通じての 到達目標	【健康運動実践者 認定講座】 具体的な事例に基づいて、クーリン グダウンについて、理解することが出来るようになる。		健康運動実践指 導者テキスト		
	各コマに おける 授業予定	実際のクーリングダウンの方法について体系的に学ぶ				

授業の方法		内 容		使用教材	授業以外での準備学習の具体的な内容
第6回	講義形式	授業を通じての到達目標	【健康運動実践者 認定講座】 具体的実践に基づいて、クーリングダウンについて、理解することが出来るようになる。	健康運動実践指導者テキスト	
		各コマにおける授業予定	実際にクーリングダウンを指導実践し体系的に学ぶ		
第7回	講義形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 アンチドーピングについて、理解することが出来るようになる。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	スポーツ特論での「スポーツイングリティ」の復習 ドーピング検査と結果管理について		
第8回	講義形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 アンチドーピングについて、世界的な取り組みについて、理解することが出来るようになる。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	日本と世界のアンチドーピング機構について 国内外のドーピング教育と啓発活動について		
第9回	講義形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 アンチドーピングとスポーツ指導者の役割について、理解することが出来るようになる。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	ドーピングコントロールについて スポーツ指導者の役割について		
第10回	講義形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 スポーツ組織のマネジメントについて、理解することが出来るようになる。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	スポーツ組織について 組織の「目的・補完」について		
第11回	講義形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 地域におけるスポーツクラブについて、理解することが出来るようになる。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	スポーツ少年団について(活動内容と分野など) 事例から学ぶ全国のスポーツ少年団の取り組みについて		
第12回	講義形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 海外におけるスポーツクラブについて、理解することが出来るようになる。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	海外におけるスポーツクラブについて学ぶ		
第13回	講義演習形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 日本スポーツ少年団について、理解することが出来るようになる。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	海外の事例を元に日本における理想的な総合型クラブとの連携や協同について考える		
第14回	講義形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 日本スポーツ少年団におけるマネジメントについて、理解することが出来るようになる。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	スポーツ指導者のマネジメントについて スポーツ組織のあり方について		
第15回	講義形式	授業を通じての到達目標	【日本スポーツ協会 コーチングアシスタント】 スポーツ指導者の資質適性について、理解度を把握することが出来る。	Reference Book (日本スポーツ協会)	
		各コマにおける授業予定	総復習と理解度の確認		