

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	キャリアプランニング	必修選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	キャリアプランニングⅢ (Career planning Ⅲ)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	(2)	曜日・時 限	月曜・4限 金曜・2限

【授業の学習内容】

コミュニケーションや基本的対話スキルについて学ぶ。
 他人との人間関係の構築や円滑なコミュニケーションスキルの基盤を学び、実践するスキルを身につける。
 実務経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。過去1レッスン内にて120名近くの集客実績もあり。

【到達目標】

職業人として必要なマナーや知識、技術を習得することを目的として就職活動に生かせる実践的なスキルを身につく事を目標とする。

授業計画・内容

1回目	オリエンテーション		
2回目	実践的な社会的スキルについて説明することができる		
3回目	履歴書の作成を行うことができる①		
4回目	履歴書の作成を行うことができる②		
5回目	履歴書の作成を行うことができる③		
6回目	面談のマナーについて説明することができる①		
7回目	面談のマナーについて説明することができる②		
8回目	面談のマナーについて説明することができる③		
9回目	模擬面接①		
10回目	模擬面接②		
11回目	模擬面接③		
12回目	模擬面接④		
13回目	模擬面接⑤		
14回目	まとめ		
15回目	就職活動の心得を実践することができる		
準備学習時間 外学習	授業で習った内容を日常生活で活用していきましょう。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (100%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生へのメッセージ	就職活動に向けて実践的スキルを身につけることを目的にしています。積極的に授業参加をしてください。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	キャリアプランニング	必修選択	必修	年次	2	担当教員	松沢 恵美
科目名 (英)	キャリアプランニングⅣ (Career planning Ⅳ)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日 時限	火曜日 2限 金曜日 2限
【授業の学習内容】 コミュニケーションや基本的対話スキルについて学ぶ。 他人との人間関係の構築や円滑なコミュニケーションスキルの基盤を学び、実践するスキルを身につける。 実施者経験：2003年に日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格を取得。その後、ハンドボール、テニス、陸上競技を中心とした現場でコンディショニング、トレーニング指導を担当。テニスにおいてはプロ選手の専属もおこない、日本テニス協会主催の国際大会においてオフィシャルトレーナーを務める。病院併設の運動器リハビリセンターや、フィットネスクラブの立ち上げにも関わる。							
【到達目標】 職業人として知識、技術、作法を習得することを目的として就職後に生かせる実践的なスキルを身につく事を目標とする。							

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーション		
2回目	名刺交換のマナーについて説明することができる		
3回目	名刺交換のマナーについて実践することができる		
4回目	訪問時のマナーについて説明することができる		
5回目	訪問時のマナーについて説明することができる		
6回目	来客対応の模擬実践①		
7回目	来客対応の模擬実践②		
8回目	謝罪のマナーについてについて説明できる		
9回目	クレーム対応について実践することができる		
10回目	クレーム対応について実践することができる		
11回目	クレーム対応の模擬実践①		
12回目	クレーム対応の模擬実践②		
13回目	会議やミーティングでの議論や意見交換を行うことができるスキルを実践できる		
14回目	グループディスカッション①		
15回目	グループディスカッション② まとめ		
準備学習時間 外学習	社会人に向けた内容になっています。就職活動等でも活かしてください。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (100%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生へのメッセージ	就職後に向けて実践的スキルを身につけます。積極的に授業参加をしてください。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	体力測定法 (Physical Check)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	月曜・3限
【授業の学習内容】 体力測定法では、柔軟性などの基礎体力を測定するフィットネステスト、専門体力を測定するフィールドテストなど様々な測定の知識、方法を習得する。またスポーツなどの現場でも実践、応用できるよう説明、分析、フィードバックについても習得する。 <							

授業計画・内容			
1回目	体力測定について説明することができる		
2回目	フィールドテストについて説明することができる		
3回目	フィールドテスト実施に向けての計画方法について説明することができる		
4回目	フィールドテスト（室外を予定）を習得することができる		
5回目	データの分析・フィードバックについて説明ができる		
6回目	フィールドテストのデータを基に測定データの分析、フィードバック、メニューのプログラミングについて説明することができる		
7回目	フィットネステストについて説明することができる		
8回目	フィットネステスト実施に向けて計画をたてることができる		
9回目	フィットネステストの実施方法を習得することができる		
10回目	フィットネステストのデータを基に測定データの分析、フィードバック、メニューのプログラミングについて説明することができる		
11回目	身体（組成）測定、柔軟性テストについて説明ができる		
12回目	身体（組成）測定、柔軟性テストの実施方法を習得することができる		
13回目	身体測定、柔軟性テストのデータを基に測定データの分析、フィードバック、メニューのプログラミングについて説明することができる		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	フィールドテスト、フィットネステスト、身体組成にはどのようなテスト項目があるのか、測定項目の実施方法の予習が必要。		
評価方法	1．定期試験（90％） 2．小テスト（％） 3．レポート（％） 4．出席率（10％） 5．実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	体力測定は方法だけでなく、測定の計画、準備、データの活用、フィードバックも大切です。例えば、フィードバック方法によっても選手のトレーニングへの意識や取り組み方も変わります。実践で活かせるように取り組んでいきましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	西山 伸吾
科目名 (英)	体力測定法 (Physical Check)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	金曜・2限
【授業の学習内容】 体力測定法では、柔軟性などの基礎体力を測定する「フィットネステスト」、専門体力を測定する「フィールドテスト」などの測定の知識、方法を習得する。またスポーツなどの現場でも実践できるよう説明、分析、フィードバックについても習得する。 * 実務経験: 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格取得。2021年3月まで15年間フリーランスとして活動し、現在はスポーツクリニックに勤務している。業務では測定や評価の結果をもとにプログラムを立案し、指導している。							
【到達目標】 体力測定実施に必要な測定方法を習得する。また、体力測定の実施計画の立案、実施、分析、フィードバック方法についての基礎知識、方法（演習）を習得する。							

授業計画・内容			
1回目	体力測定について理解し、説明ができる		
2回目	フィールドテストについて理解し、説明ができる		
3回目	フィールドテスト実施に向けて計画をたてることができる		
4回目	フィールドテスト（室外を予定）を実施することができる		
5回目	データの分析・フィードバックについて理解し、説明ができる		
6回目	フィールドテストのデータを基に測定データの分析、フィードバック、メニューのプログラミングができる		
7回目	フィットネステストについて理解し、説明ができる		
8回目	フィットネステスト実施に向けて計画をたてることができる		
9回目	フィットネステストを実施することができる		
10回目	フィットネステストのデータを基に測定データの分析、フィードバック、メニューのプログラミングができる		
11回目	身体（組成）測定、柔軟性テストについて理解し説明ができる、測定の計画をたてることができる		
12回目	身体（組成）測定、柔軟性テストを実施することができる		
13回目	身体測定、柔軟性テストのデータを基に測定データの分析、フィードバック、メニューのプログラミングができる		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	フィールドテスト、フィットネステスト、身体組成にはどのようなテスト項目があるのか、測定項目の実施方法の予習が必要。		
評価方法	1. 定期試験（90％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（10％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	体力測定を行うことで選手のトレーニングへの意識や取り組み方も変えることができます。実践で活かせるように取り組んでいきましょう。瞬発的に動く測定もあるため、痛みなどのある場合は事前に申告して下さい。見学など対応します。		
【使用教科書・教材・参考書】 日本体育協会 AT専門テキスト「検査・測定と評価（5巻）」「予防とコンディショニング（6巻）」			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	宿泊実習	必修選択	必修	年次	2年	担当教員	松沢 恵美 荒牧 友宏
科目名 (英)	宿泊実習 (Staying Practice)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	実習	総時間	60	開講区分	後期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	(2)	曜日・時限	集中
【授業の学習内容】 宿泊実習を通じて、インストラクター、トレーナー、スポーツビジネスに必要な知識を習得し説明できるようになる。また、全体実習を通じて、コミュニケーション能力の向上、コミュニケーションスキルを習得し説明できるようになる。 実務者経験 ・ハンドボール、テニス、陸上競技を中心とした現場でｺﾝﾍﾞｲｼｮﾝｸﾞ、トレーニング指導を担当（松沢） ・大手フィットネスクラブでパーソナルトレーナーとして指導にあたると共に、クラブチーム等へストレングスコーチとしてチーム指導をおこなう（荒牧）							
【到達目標】 各専門分野におけるスキルや知識の応用を理解し、それぞれの分野において的確なエクササイズの指導やグループレッスン指導、マーケティングの実践が実施できるとともに、説明ができる。							

授業計画・内容			
1-8回目	【宿泊実習前】 ・ストレッチの種類、方法について説明ができる ・パートナーストレッチの実践に向けての準備 ・グルーブレッスンのコリオ作成 ・スポーツビジネスにおけるマーケットの調査、分析 ・自重エクササイズを中心としたトレーニングについて説明ができる		
9-25回目	【宿泊実習期間】 ・パートナーストレッチの実践 ・グルーブでのトレーニング指導の実践 ・グルーブエクササイズの実践（エアロビクス） ・コミュニケーションスキルについて説明ができる ・ニーズ分析を考慮したスポーツイベントの企画・運営について説明ができる ・各分野においての情報交換（グルーブディスカッション） ・スポーツ選手に行うテーピングの実践 ・スポーツ選手に行うテーピングの種類について説明ができる ・集団行動において必要な協調性や人間性について説明ができる		
26-30回目	【宿泊実習後】 ・宿泊実習を終えて、各分野の反省や改善点についてディスカッションを行う		
準備学習時間 外学習	1年次に学ぶ基礎的な生理学、解剖学、運動学の復習が必要です。 また、集団行動のため、仲間とのコミュニケーション能力や全体との協調性を身につける。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (100%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	実習地での課題に対する完成度で評価を行う
受講生へのメッセージ	宿泊実習を通じて、専門分野だけでなく多くのことを吸収し、スポーツ現場で活躍できるように頑張りましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	特別講義	必修選択	必修	年次	2	担当教員	
科目名 (英)	特別講義Ⅰ (Special LectureⅠ)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	実習	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			（単位）	（2）	曜日・時限	土曜日・1限 2限
【授業の学習内容】 各企業人事担当者、及び各チームトレーナー、フィットネスクラブインストラクター、スポーツマネジメント分野等業界の方々から、知識を得て、自分たちが目指す道を明確にしていく。各業界の現状や最新情報等を知ること、将来像を描く。 ※実務者経験：各業界プロ、各企業の人事担当等が講演。							
【到達目標】 業界の方、企業の方から知識を得ることにより、自分の将来設計の一助とする。							

授業計画・内容		
1回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる①	
2回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる②	
3回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる③	
4回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる④	
5回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる⑤	
6回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる⑥	
7回目	実習先チームのトレーナーの話を聴き、プロスポーツ及びプロチームのことを知ることができる①	
8回目	実習先チームのトレーナーの話を聴き、プロスポーツ及びプロチームのことを知ることができる②	
9回目	実習先チームのトレーナーの話を聴き、プロスポーツ及びプロチームのことを知ることができる③	
10回目	フィットネスクラブ支配人、インストラクターの話を聴き、フィットネス業界を知ることができる①	
11回目	フィットネスクラブ支配人、インストラクターの話を聴き、フィットネス業界を知ることができる②	
12回目	パーソナルジム経営者、パーソナルトレーナーの話を聴き、昨今のパーソナルトレーニング事情を知ることができる①	
13回目	パーソナルジム経営者、パーソナルトレーナーの話を聴き、昨今のパーソナルトレーニング事情を知ることができる②	
14回目	特別講義を通し業界研究を行い、自分の目指すスポーツ・フィットネス業界を知り将来設計を描ける①	
15回目	特別講義を通し業界研究を行い、自分の目指すスポーツ・フィットネス業界を知り将来設計を描ける②	
準備学習時間外学習	各企業・各チーム等のことを事前にしっかり調べておくことが重要。	
評価方法	1. 定期試験 (80%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (100%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格
受講生へのメッセージ	各業界で活躍する方々の話を聴き、自分たちが目指す道をより明確にしていきたいと思います。積極的な姿勢で参加してください。	
【使用教科書・教材・参考書】		

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	特別講義	必修選 択	必修	年次	2	担当教員	
科目名 (英)	特別講義Ⅱ (Special Lecture Ⅱ)						
学科	スポーツ科学科	授業形 態	実習	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			(単位)	(2)	曜日・時 限	土曜日・1限 2限
【授業の学習内容】 各企業人事担当者、及び各チームトレーナー、フィットネスクラブインストラクター、スポーツマネジメント分野等業界の方々から、知識を得て、自分たちが目指す道を明確にしていく。各業界の現状や最新情報等を知ること、将来像を描く。 ※実務者経験　：各業界プロ、各企業の人事担当等が講演。							
【到達目標】 業界の方、企業の方から知識を得ることにより、自分の将来設計の一助とする。							

授業計画・内容			
1回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる①		
2回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる②		
3回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる③		
4回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる④		
5回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる⑤		
6回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる⑥		
7回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる⑦		
8回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる⑧		
9回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる⑨		
10回目	企業説明会により、自分の目指す企業・分野の話を聴くことができ、将来像を明確にすることができる⑩		
11回目	フィットネスクラブ支配人、インストラクターの話を聴き、フィットネス業界を知ることができる		
12回目	パーソナルジム経営者、パーソナルトレーナーの話を聴き、昨今のパーソナルトレーニング事情を知ることができる①		
13回目	パーソナルジム経営者、パーソナルトレーナーの話を聴き、昨今のパーソナルトレーニング事情を知ることができる②		
14回目	パーソナルジム経営者、パーソナルトレーナーの話を聴き、昨今のパーソナルトレーニング事情を知ることができる③		
15回目	特別講義を通し業界研究を行い、自分の目指すスポーツ・フィットネス業界を知り将来設計を描ける		
準備学習時間 外学習	各企業・各チーム等のことを事前にしっかり調べておくことが重要。		
評価方法	1. 定期試験 (80%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (100%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	各業界で活躍する方々の話を聴き、自分たちが目指す道をより明確にしていきましょう。積極的な姿勢で参加してください。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	卒業制作	必修選 択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	卒業制作 I (Graduate Work I)						
学科	スポーツ科学科	授業形 態	演習	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間 (I ・ II 部)			(単位)	2	曜日・時 限	火曜・4限 金曜・2限

【授業の学習内容】

2年間の集大成として、各コース学んできた内容を活かしたテーマをグループに分かれて考えていく。卒業制作展「若きクリエイター展」での発表へ向け、計画から、資料作成、プレゼンテーションまでを考え、形にしていく。
実務者経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。過去1レッスン内にて120名近くの集客実績もあり。

【到達目標】

卒業制作のテーマを決める卒業制作展「若きクリエイター展」へ向け、計画を立て、その計画に沿って作成を進めていく。

授業計画・内容

1回目	卒業制作テーマを決め、計画を立てることができる		
2回目	卒業制作テーマを決め、計画を立てることができる		
3回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
4回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
5回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
6回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
7回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
8回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
9回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
10回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
11回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
12回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
13回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
14回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
15回目	中間発表		
準備学習時間 外学習	資料作成のためのパワーポイントの使い方を復習しておく必要があります。グループでしっかり話し合いましょう。		
評価方法	1. 平常点（70％） 2. 発表	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	2年間の集大成を形にするととても良い機会です。自分たちの得たものを見る化し、説明できることが、きちんと習得できたという一つの目安になります。興味を持って主体的に取り組んでいってください。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	卒業制作	必修選 択	必修	年次	2	担当教員	松沢 恵美 荒牧 友宏
科目名 (英)	卒業制作Ⅱ (Graduate Work Ⅱ)						
学科	スポーツ科学科	授業形 態	演習	総時間	60	開講区分	後期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	4	曜日・時 限	水曜日・2限金曜日・4限
【授業の学習内容】 前期に引き続き、2年間の集大成として、各コース学んできた内容を活かしたテーマをグループに分かれて考えていく。卒業制作展「We are」での発表へ向け、計画から、資料作成、プレゼンテーションまでを考え、本番に向け仕上げていく。 実施者経験 ・ハンドボール、テニス、陸上競技を中心とした現場でｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ、トレーニング指導を担当。(松沢) ・大手フィットネスクラブでパーソナルトレーナーとして指導に当たると共に、クラブチーム等ヘストレングスコーチとしてチーム指導に当たる。(荒牧)							
【到達目標】 卒業制作展「We are」へ向け、前期に引き続き、作成を進めていく。グループ全員でプレゼンテーションを行う。							

授業計画・内容			
1回目 2回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
3回目 4回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
5回目 6回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
7回目 8回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
9回目 10回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
11回目 12回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
13回目 14回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
15回目 16回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成できる		
17回目 18回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成し、プレゼンテーションを行うことができる		
19回目 20回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成し、プレゼンテーションを行うことができる		
21回目 22回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成し、プレゼンテーションを行うことができる		
23回目 24回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成し、プレゼンテーションを行うことができる		
25回目 26回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成し、プレゼンテーションを行うことができる		
27回目 28回目	卒業制作テーマに沿って、グループで作成し、プレゼンテーションを行うことができる		
29回目 30回目	卒業制作展　【Weare IKEN】にてプレゼンテーションをおこなう		
準備学習時 間外学習	グループで話し合い、プレゼンテーションの練習を繰り返し行うことが重要です。		
評価方法	1. 平常点（70％） 2. 発表	評価方法はGPA制度となります 100～90点　S 89～80点　A 79～70点　B 69～60点　C 59点以下　F 不合格	
受講生への メッセージ	2年間の集大成を形にするとても良い機会です。自分たちの得たものを見る化し、説明できることが、きちんと習得できたという一つの目安になります。興味を持って主体的に取り組み、本番のプレゼンテーションを成功させよう。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康運動実践	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	大西 城太郎
科目名 (英)	健康運動実践指導者Ⅰ (Fitness InstructorⅠ)						
学科	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
コース	昼間(Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	月曜2・3・4限

【授業の学習内容】

健康運動実践指導者資格試験合格に必要な知識（健康・生理学・機能解剖・栄養学）の習得

* 実務経験:

1999年～現在に至るまで様々な年代の人に対して水泳、アクアビクス、ストレッチ、筋力トレーニングなどの指導を実施。また、2006年～関西男子ラクロス選抜、ユースでもトレーナーとしてチーム常同、2007年～2023年まで立命館大学男子ラクロス部で、2024年からは京都産業大学男子ラクロス部でトレーナーとして活動している。2023年から京都のクリニックで非常勤としてメディカルフィットネスでも指導を行っている。

【到達目標】

1. 健康運動実践指導者試験に合格するために必要な知識の習得
2. 習得した知識を自分の現場での指導に役立てるようになる

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーションと世界の健康施策について説明できるようになる		
2回目	日本の健康施策とメタボリックシンドローム・生活習慣病について説明できるようになる		
3回目	運動の発現、運動の分類について説明できるようになる		
4回目	筋収縮のためのエネルギーの分類と特徴、筋繊維の分類と特性について説明できるようになる		
5回目	呼吸系・循環系の特徴と酸素借・酸素負債について説明できるようになる		
6回目	持久系トレーニングによる適応と発育・発達、加齢による変化について説明できるようになる		
7回目	中間テスト（第1章、第2章）		
8回目	骨・関節・骨格筋などの解剖・機能解剖について説明ができるようになる		
9回目	仕事とエネルギー、運動量と力積、水中と陸上運動の違いなどについて説明できるようになる		
10回目	5大栄養素の役割について説明できるようになる		
11回目	消化・吸収、減量計画についての説明ができるようになる		
12回目	運動指導の心理学的基礎について説明できるようになる		
13回目	体力と新体力テストについて説明できるようになる		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	学習する内容に該当する部分についてテキストを事前に読んでおくこと。生理学、解剖学、栄養学の分野は1年生で学習したノートなどで復習しておくこと。授業後はどの問題のどの部分が間違ったのかを確認し、知識の定着を図ること。		
評価方法	1. 定期試験（80％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（20％） 4. 課題成果（％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	この授業は資格試験合格を目指して行うものですが、ただ単に資格の合格のためだけに知識を暗記するだけでなく、習得した知識を現場でも生かせるようにしていければと考えています。1年間がんばりましょう！		
【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』（公益財団法人 健康・体力づくり事業財団）			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康運動実践	必修選択	必修	年次	2	担当教員	大西 城太郎
科目名 (英)	健康運動実践指導者Ⅱ (Fitness Instructor Ⅱ)						
学科	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
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）					曜日・時限	月曜日・2、4限、火曜日・1限
【授業の学習内容】 健康運動実践指導者の資格試験合格に向けて、各章ごとの内容を理解・習得する。 ※実務者経験：2001年 健康運動実践指導者資格を取得。2000年～現在に至るまでフィットネスクラブで会員の指導に関わり、これまでに多くのクライアントに対して、運動指導を行ってきた。							
【到達目標】 スポーツ指導の最も基礎となる資格の一つである健康運動実践指導者試験合格のための知識と実技指導能力を身につける							

授業計画・内容			
1回目	レジスタンストレーニングのシナリオ作り		
2回目	レジスタンストレーニングの指導の実践		
3回目	レジスタンストレーニング/エアロビックダンスの指導の実践		
4回目	エアロビックダンスの指導の実践		
5回目	5分間の指導の実践		
6回目	模擬試験（実技指導）		
7回目	無酸素性体力、有酸素性体力、体脂肪測定方法の説明ができるようになる		
8回目	新体力テストと測定後の評価、測定に必要な条件について説明ができるようになる		
9回目	ウォーミングアップやクールダウン、ストレッチについての説明ができるようになる		
10回目	ウォーキング、ジョギングについて説明ができるようになる		
11回目	エアロビックダンス、水中運動について説明ができるようになる		
12回目	レジスタンス運動、心理学的基礎について説明ができるようになる		
13回目	運動障害と予防について説明ができるようになる		
14回目	筆記試験		
15回目	解説		
準備学習時間 外学習	練習問題の実践と間違った問題をテキストで内容を確認するなどして、知識を確実に自分のものにする		
評価方法	1. 定期試験（％）100 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	しっかり勉強して、全員合格を目指そう！		
【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』（健康・体力づくり事業財団）			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	解剖学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	小杉 峻
科目名 (英)	機能的解剖学Ⅱ (Functional Anatomy Ⅱ)						
学科	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
コース	昼間(Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	金曜・4限
【授業の学習内容】 トレーニング指導を行うには、正しい解剖学的知識を持っている必要がある。基礎解剖の内容から更に各関節の構造、その関節に関わる筋への理解を深め説明できるように学んでいく。また、動作の中で関節や筋がどのような役割や動きをしているのかを理解し、トレーニングやストレッチ等に応用し、説明できるようにしていく。 *実務経験: 2014年に理学療法士の資格を取得し、2023年には保健医療学修士号取得。整形外科クリニックや大学病院での勤務を経験。学術面では国内外ジャーナルへの論文執筆、スポーツ現場では日本陸上競技連盟トレーナー部所属、フィールドホッケーの実業団チームやクラブチームのトレーナーとしてコンディショニング、リハビリテーション、トレーニングを行う。							
【到達目標】 各関節の構造や動き、それに関わる筋の構造を理解し説明ができるようにする。 全身運動の際、各関節や筋がどのような動きや役割を果たしているのかを理解し、説明できるようにする。							

授業計画・内容			
1回目	関節・筋の構造や機能について復習する		
2回目	体幹の関節と筋の構造・機能を理解し、説明できる		
3回目	股関節と筋の構造・機能を理解し、説明できる		
4回目	下肢関節と筋の構造・機能を理解し、説明できる		
5回目	肩関節と筋の構造・機能を理解し、説明できる		
6回目	上肢関節と筋の構造・機能を理解し、説明できる		
7回目	全身の関節運動を理解し、説明できる		
8回目	確認テスト		
9回目	姿勢・日常動作における関節運動を理解し、説明できる		
10回目	歩行動作における関節運動を理解し、説明できる		
11回目	走動作における関節運動を理解し、説明できる		
12回目	投球動作における関節運動を理解し、説明できる		
13回目	まとめ		
14回目	定期試験		
15回目	解説		
準備学習 時間外学習	各関節構造を復習し、授業準備をしておく。復習では教科書の図をよく見て、実際の動作や関節の動きを具体的にイメージできるよう、触れたり動きながら行う。		
評価方法	1. 定期試験（60％） 2. 小テスト（40％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	トレーニング指導を適切に行うためには、解剖学的知識が必要不可欠です。また、解剖学的知識を深めることで個人に適したトレーニングを考え、指導を行うことが出来ます。毎日の勉強を積み重ね、正しい知識を身につけていってください。 ☒		
【使用教科書・教材・参考書】			
プロが教える骨と関節のしくみ・はたらきパーフェクト事典			
プロが教える筋肉のしくみ・はたらきパーフェクト事典			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	機能的解剖学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	松沢 恵美
科目名 (英)	機能的解剖学Ⅱ (Functional AnatomyⅡ)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間(Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	2	曜日・時限	金曜・3限
【授業の学習内容】							
アスレティックトレーナーとして機能的解剖学は正しい測定・評価につなげる為に重要な科目となります。正しいアライメント評価を行うにあたって、解剖学知識はもちろんのこと、機能的な面からみていける機能的解剖学はリハビリやトレーニングメニューを組んでいく為に必要となる分野です。関節の機能を理解し、動きの評価を行っていけるように習得していきます。 実施者経験：2003年に日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格を取得。その後、ハンドボール、テニス、陸上競技を中心とした現場でコンディショニング、トレーニング指導を担当。テニスにおいてはプロ選手の専属もおこない、日本テニス協会主催の国際大会においてオフィシャルトレーナーを務める。							
【到達目標】							
骨の部位名称・筋の起始・停止、関節の機能について細かく学ぶことで、トレーニング実技やアスリハ実技につなげることができる。日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー理論試験資格合格に向けて、解剖学知識を深める。							
授業計画・内容							
1回目	全身の骨・筋の名称を確認し、理解を深めることができる						
2回目	各種トレーナー試験過去問題を通し、上肢の解剖学の理解を深めることができる①						
3回目	各種トレーナー試験過去問題を通し、上肢の解剖学の理解を深めることができる②						
4回目	各種トレーナー試験過去問題を通し、体幹の解剖学の理解を深めることができる①						
5回目	各種トレーナー試験過去問題を通し、体幹の解剖学の理解を深めることができる②						
6回目	各種トレーナー試験過去問題を通し、解剖学の理解を深めることができる①						
7回目	各種トレーナー試験過去問題を通し、解剖学の理解を深めることができる②						
8回目	各種トレーナー試験過去問題を通し、解剖学の理解を深めることができる③						
9回目	各種トレーナー試験過去問題を通し、解剖学の理解を深めることができる④						
10回目	確認テスト						
11回目	外傷の発生メカニズムを理解できる(下肢)						
12回目	外傷の発生メカニズムを理解できる(上肢)						
13回目	外傷の発生メカニズムを理解できる(体幹)						
14回目	定期試験						
15回目	まとめ・解説						
準備学習 時間外学習	AT専門テキストを常に読み返し、復習としてまとめていくことが大切です。授業で触れない範囲も含め、自分自身でしっかり取り組み、覚えていくことを勧めます。						
評価方法	1. 定期試験(80%) 2. 確認テスト(10%) 3. 受講態度(10%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F不合格					
受講生への メッセージ	解剖学を学ぶことは、実技の正確性につながります。指導していく上での説明や、傷害へのリスク管理等は、解剖学知識のあるトレーナーと無いトレーナーでは、全く変わってきます。知識を深め、より安全で効果的な指導ができるトレーナーを目指しましょう。						
【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テキスト 2巻「運動器の機能解剖」 プロが教える骨と関節のしくみ・はたらきパーフェクト辞典、プロが教える筋肉のしくみ・はたらきパーフェクト辞典”							

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ医学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井澤 秀野
科目名 (英)	スポーツ医学Ⅱ (Sports Medicine Ⅱ)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (アスレティックトレーナー)					曜日・時限	月曜・3限

【授業の学習内容】

1年次に学んできた、各競技スポーツにおける外傷・障害や一般の方に多い怪我などをトレーナーは、どのようにして症状の評価し把握をして、再発予防に向けてのトレーニングやストレッチ等を指導していくのかを理解し、実際にプログラム立案まで到達することを目指す。

*実務経験:

2005年～2013年ヤマハ発動機ラグビー部トレーナー、2013年～現在 東海大学附属相模高等学校ラグビー部トレーナー、2015年～2016年 IBM BIG BLUEアメリカンフットボール部トレーナー、2015年～2016年 セブンズラグビー日本代表トレーナー、2017年 栗田工業ラグビー部トレーナー、2018年～現在 富士通アメリカンフットボール部トレーナー、アメフト日本代表トレーナー、各チームにおいて、外傷発生時の応急処置、及び、選手のコンディショニング、リハビリテーションに携わる

【到達目標】

スポーツ外傷・障害に対する症状の把握、またスポーツ傷害の予防、リコンディショニングに対するメニュー作成・運動処方を修得する。

目標①スポーツ活動時に多い外傷・障害が説明できる

目標②スポーツ障害の予防プログラム（ストレッチ等）が作成できる

授業計画・内容			
1回目	足部・足関節の外傷・障害について説明が出来る		
2回目	大腿部・下腿部の外傷・障害について説明が出来る		
3回目	膝関節の外傷・障害について説明が出来る		
4回目	膝関節の外傷・障害について説明が出来る		
5回目	腰・背部・骨盤の外傷・障害について説明が出来る		
6回目	頸部の外傷・障害について説明が出来る		
7回目	肩部の外傷・障害について説明が出来る		
8回目	肘関節の外傷・障害について説明が出来る		
9回目	手・手指の外傷・障害について説明が出来る		
10回目	頭蓋骨骨折・脳損傷・脳振盪の外傷・障害について説明が出来る		
11回目	脊髄損傷・胸腹部外傷・大出血の外傷・障害について説明が出来る		
12回目	顔面・目の外傷・障害について説明が出来る		
13回目	前期のまとめ・復習		
14回目	定期試験		
15回目	解答返却・解説		
準備学習 時間外学習	スポーツ外傷と障害を取り扱うにあたり、解剖学の復習が必要になります。また、リハビリテーションを取り扱うにあたり、1年次のスポーツ医学の内容の復習が必要になります。		
評価方法	1. 定期試験 80 (%) 2. グループ発表 20 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期試験とグループ発表で評価をします。
受講生への メッセージ	外傷、障害の理解を深め、怪我や不定愁訴で悩む選手のニーズに応えていくこともアスレティックトレーナーには必要なスキルです。医学とトレーニングを結び付けていきましょう。		
【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テキスト 3巻 「スポーツ外傷・障害の基礎知識」			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ医学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	藤本 洋平
科目名 (英)	スポーツ医学Ⅱ (sports medicine Ⅱ)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (パーソナルトレーナー)					曜日・時限	木曜・2限

【授業の学習内容】

1年次に学んできた、各競技スポーツにおける外傷・障害や一般の方に多い怪我などをトレーナーは、どのようにして症状の評価し把握をして、再発予防に向けてのトレーニングやストレッチ等を指導していくのかを理解し、実際にプログラム立案することができる。

* 実務経験:

2011年から高校生や大学生に対しアスレティックトレーナーとしての業務を行う。2020年三重国体強化スタッフとして活躍。その後2021年にThe Roots Conditioning Gymを開業。2023年9月には2店舗目、2025年2月に3店舗目をオープン。アスリートから高齢者まで幅広いクライアントに対し体力の評価や身体のコンディショニング、ピラティスを中心とした運動指導などを行う。

【到達目標】

目標①スポーツ活動時に多い外傷・障害が説明できる

目標②スポーツ障害の予防プログラム（ストレッチ等）が作成できる

目標③スポーツ外傷に対する評価方法が説明できる

授業計画・内容			
1回目	各スポーツにおける外傷・障害について説明ができる		
2回目	足関節内反捻挫について（症状・評価・リハビリプログラム）説明ができる		
3回目	膝前十字靱帯損傷または半月板合併損傷について（症状・評価・リハビリプログラム）説明ができる		
4回目	偏平足障害について（症状・評価・リハビリプログラム）説明ができる		
5回目	反復性肩関節脱臼・腱板損傷について（症状・評価・リハビリプログラム）説明ができる		
6回目	投球障害肩について（症状・評価・リハビリプログラム）説明ができる		
7回目	変形性膝関節症について（症状・評価・リハビリプログラム）説明ができる		
8回目	肘内側側副靱帯損傷・テニス肘について（症状・評価・リハビリプログラム）説明ができる		
9回目	腰椎椎間板ヘルニアについて（症状・評価・リハビリプログラム）説明ができる		
10回目	身体評価（柔軟性・筋力）について説明ができる		
11回目	グループ発表		
12回目	グループ発表		
13回目	グループ発表		
14回目	定期試験		
15回目	解答返却・解説		
準備学習 時間外学習	スポーツ外傷と障害を取り扱うにあたり、解剖学の復習が必要になります。また、リハビリテーションを取り扱うにあたり、1年次のスポーツ医学の内容の復習が必要になります。		
評価方法	1. 定期試験 80（％） 2. グループ発表 20（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	1. 定期試験 80（％） 2. グループ発表 20（％）
受講生への メッセージ	外傷、障害の理解を深め、怪我や不定愁訴で悩む選手のニーズに応えていくこともアスレティックトレーナーには必要なスキルです。医学とトレーニングを結び付けていきましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ医学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	藤本 洋平
科目名 (英)	スポーツ内科学 (Sports Internal Medicine)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			(単位)	(2)	曜日・時限	木曜・1限

【授業の学習内容】

スポーツ選手に多く見られる内科的疾患を理解し説明することができる。また、女性・成長期特有の内科的疾患や、トレーナーとして知っておくべきドーピングコントロールについて学び、その予防方法まで立案し説明できる。

* 実務経験:

2011年から高校生や大学生に対しアスレティックトレーナーとしての業務を行う。2020年三重国体強化スタッフとして活躍。その後2021年にThe Roots Conditioning Gymを開業。2023年9月には2店舗目、2025年2月に3店舗目をオープン。アスリートから高齢者まで幅広いクライアントに対し体力の評価や身体のコンディショニング、ピラティスを中心とした運動指導などを行う。

【到達目標】

目標①スポーツ選手に多い内科的疾患が説明できる

目標②スポーツ現場におけるドーピングの理解とその実際を知ることができ説明できる

目標③選手に必要とある内科的アプローチ（体調管理）を理解できる

授業計画・内容			
1回目	スポーツ選手に多くみられる内科的疾患について理解し、説明できる①		
2回目	スポーツ選手に多くみられる内科的疾患について理解し、説明できる②		
3回目	スポーツ選手に多くみられる内科的疾患について理解し、説明できる③		
4回目	熱中症について理解し、その対処方法を説明できる①		
5回目	熱中症について理解し、その対処方法を説明できる②		
6回目	貧血について理解し、その対処方法を説明できる①		
7回目	貧血について理解し、その対処方法を説明できる②		
8回目	スポーツ選手とドーピングの関係性を理解し、説明できる①		
9回目	スポーツ選手とドーピングの関係性を理解し、説明できる②		
10回目	ドーピングコントロールについて知ることができる		
11回目	スポーツ現場における内科的サポートを理解し、そのサポート体制をグループで考案することができる①		
12回目	スポーツ現場における内科的サポートを理解し、そのサポート体制をグループで考案することができる②		
13回目	グループ発表		
14回目	定期試験		
15回目	解答返却・解説		
準備学習 時間外学習	スポーツ選手に必要な医学的サポートは外科的（整形外科）な面だけではありません。内科的な面からもしっかりサポートができるトレーナーになるために、学んだ内容を復習しておくことが大切です。		
評価方法	1. 定期試験（％）80％ 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（％）20％ 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期試験とグループ発表で評価をします。
受講生への メッセージ	内科的・整形外科的両面からサポートできるトレーナーになりましょう。ただ「知っている」だけで終わらず、いざというときにしっかり対応できるよう積極的に学んでください。		
【使用教科書・教材・参考書】			



名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	1	担当教員	福田 翼
科目名 (英)	トレーニング科学 (training science)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間(Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	(2)	曜日・時限	木曜・3限

【授業の学習内容】

人体が動く仕組みや外的・内的刺激に適応していくメカニズム、またはトレーニングなどの様々な介入がもたらす効果の有無やその大きさの違いなどトレーニングに関わる知識を習得する。併せて、各目的に合ったトレーニングメニューの作成方法を学ぶ。

実務者経験：2017年よりアスレティックトレーナーとして、トライアスロン選手や社会人フットサルチームなどのサポートを行う。また、アスリートのトレーニング指導を行うパーソナルトレーナーとしても活動している。選手の怪我の応急処置や予防・再発予防のためのコンディショニング、テーピングなどを行っている。

【到達目標】

エクササイズの意味・、目的を正しく理解し、最も効果的なエクササイズやトレーニングの処方ができるようになる。

目標①エクササイズの意味・目的が説明できる

目標②各目的に適したメニュー作成ができる

目標③エクササイズに見本を正しく見せ、指導ができる

授業計画・内容			
1回目	トレーニングの概要・特性について説明ができる		
2回目	スポーツ選手のパフォーマンス向上に関わるトレーニング要素について説明ができる		
3回目	スポーツ選手に対するトレーニング処方に関する注意点について説明できる		
4回目	ジュニア期のトレーニング処方に関する注意点について説明できる		
5回目	女性に対するトレーニング処方に関する注意点について説明できる		
6回目	疾患をもった選手に対するトレーニング処方に関する注意点について説明できる		
7回目	エクササイズによるスポーツ傷害予防プログラムの有効性について説明できる		
8回目	レジスタンストレーニングの特徴と注意点について説明できる		
9回目	有酸素運動の特徴と注意点について説明できる		
10回目	プライオメトリクストレーニングの特徴と注意点について説明できる		
11回目	スピード・アジリティの特徴と注意点について説明できる		
12回目	様々なストレッチングの特徴と注意点について説明できる		
13回目	フィットネス要素について説明できる		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	1年次に、レジスタンストレーニングの講義で学習したエクササイズやトレーニングについて復習が必要です。		
評価方法	1. 定期試験(100%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	目的や対象に沿ったエクササイズやトレーニングの選択は非常に重要です。 エクササイズやトレーニングを対象や目的に適した実施を可能にするために理解を深めて下さい。		
【使用教科書・教材・参考書】			
公益財団法人 健康・体力づくり事業財団 健康運動実践指導者養成用テキスト			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	山口 瑞生
科目名 (英)	バイオメカニクス (Biomechanics)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	金曜・1限
【授業の学習内容】 運動パフォーマンスの向上には、選手や指導者の経験や勘だけでなく、客観的な事実（科学的な根拠）に基づく測定・評価が求められる。身体の筋骨格の働きと力学を組み合わせた「バイオメカニクス」がスポーツにおいて果たす役割を知り、具体例を挙げて説明できるようにする。 *実務経験: 2015年度より、大学や専門学校のスポーツ実技の科目を担当する。2018年度より、大学のバイオメカニクスの演習科目を担当する。運動を客観的に観察することの重要性を伝えながら、実技授業や学生指導を担ってきた。							
【到達目標】 1. 力学の基本的な法則と考え方を具体例を交えて説明できる。 2. 身体構造の力学的な性質を考慮して、種々の運動の特性を説明できる。							

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーション、パフォーマンス向上におけるスポーツバイオメカニクスの役割とその方法を説明できる。		
2回目	時間・距離・速度の定義を説明できる。平均速度と相対速度を計算できる。また、瞬間速度との違いを説明できる。		
3回目	質量・加速度・力の定義を説明できる。運動の3法則について具体例を挙げて説明できる。		
4回目	運動量・力積の定義を説明できる。運動量保存則をもとに衝撃力を計算できる。		
5回目	仕事・パワー・エネルギーの定義を説明できる。力学的エネルギー保存則をもとに落下運動の速度を計算できる。		
6回目	トルク・慣性モーメント・角運動量の定義を説明できる。回転を伴う身体運動の性質を説明できる。		
7回目	揚力・抗力・浮力の定義を説明できる。流体中の身体運動の性質を説明できる。		
8回目	これまでの復習。		
9回目	身体の構造と筋の収縮様式を説明できる。スポーツにおける力－速度関係を説明できる。		
10回目	スポーツにおいて身体重心を考える意味を説明できる。身体重心の算出方法を説明できる。		
11回目	歩行・走行動作の特徴を説明できる。		
12回目	跳躍・投げ動作の特徴を説明できる。		
13回目	これまでの復習		
14回目	定期試験		
15回目	試験の解説		
準備学習 時間外学習	予習：テキストには一通り目を通し、知らない言葉や記号などを調べておく。		
	復習：まとめ問題を解く。テキストの該当する箇所をあらためて読み、理解できるか確認する。		
評価方法	1. 定期試験 (80%) 2. 小テスト (0%) 3. レポート (20%) 4. 課題成果 (0%) 5. 実地試験 (0%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	授業内でその都度説明しますが、基本的な力学や数学、解剖学・生理学の知識があると内容が理解しやすいです。 理解すべき数式や計算がたくさんありますが、恐れなくて挑戦してください。		
【使用教科書・教材・参考書】			
基本的に授業内で資料を配布します。 参考 スポーツ・バイオメカニクス入門 第3版 絵で見る講義ノート, 金子公有 著, 杏林書院, 2006年.			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修選択	必修	年次	2	担当教員	
科目名 (英)	スポーツ心理学 (Sports psychology)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	講義	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	(2)	曜日・時限	土曜日・1限 2限
【授業の学習内容】 スポーツが個人の人格形成に及ぼす効果や影響を知ることを目的として、個人の性格や環境などがスポーツの選択・パフォーマンスにどのような影響を与えられるかを学習する。さらに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。また、身体・運動発達における心理学的発達への影響や、個人スポーツ・団体スポーツそれぞれに必要なメンタルトレーニングや、選手への指導方法など幅広く習得する。							
実務者経験：スポーツ心理学・運動心理学を専門とし、選手の競技向上に向け、心理的側面からサポートを行う。選手に対してのメンタルトレーニングの実施・及びセルフコントロールに関しての指導を現在もおこなっている。							
【到達目標】 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を実践することができることを目的とする。 〈具体的な目標〉 目標①スポーツへの参加・継続に関わる動機づけ（モチベーション）や動機づけに関わる心理社会的要因について説明ができる 目標②競技スポーツの心理的特徴、コーチングに関わる心理的要因について説明ができる 目標③リラクセーションやイメージなどのメンタルトレーニングの方法や身体に与える影響について説明ができる							
授業計画・内容							
1回目	オリエンテーション						
2回目	スポーツと心の関係について説明することができる						
3回目	スポーツ集団と人間関係における問題について説明できる						
4回目	競技者の精神面の強化に関わる問題について説明できる						
5回目	競技者の自己コントロール能力向上に向けた養成方法を実践することができる						
6回目	競技成績と動機づけの関連性について説明することができる						
7回目	動機づけを高めるトレーニングや競技意欲向上のトレーニング原則について説明・実践することができる①						
8回目	動機づけを高めるトレーニングや競技意欲向上のトレーニング原則について説明・実践することができる②						
9回目	動機づけを高めるトレーニングや競技意欲向上のトレーニング原則について説明・実践することができる③						
10回目	コーチングの心理について説明できる						
11回目	指導者による心理的サポートについて説明することができる						
12回目	指導者による心理的サポート例						
13回目	心理的問題とその対応策について発表						
14回目	定期試験						
15回目	試験解説						
準備学習時間 外学習	毎授業の積み重ねで展開していきます。前授業で習った内容を復習することを忘れないようにして下さい。						
評価方法	1. 定期試験 (80%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (20%) 5. 実地試験 (%) 評価方法は GPA 制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格						
受講生へのメッセージ	スポーツにおける心理的問題を考慮した指導者に向けた授業になっています。積極的な授業参加と意見交換を期待しています。						
【使用教科書・教材・参考書】 日本スポーツ協会公認スポーツ指導者養成テキスト							

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	武山 修
科目名 (英)	コンディショニング演習Ⅱ (Conditioning SeminarⅡ)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間(Ⅰ・Ⅱ部) (アスレティックトレーナー)			(単位)	(2)	曜日・時限	水曜・1限
【授業の学習内容】 コンディショニング概論、コンディショニング演習Ⅰで学んだ知識・技術をもとに、実際の現場に必要な応用力や対応力を修得する。また現場で求められるコミュニケーション能力やコンディショニング計画から実施までを学生に作成させ、より現場を意識した能力、技術を習得する。 *実務経験: 2010年に日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格取得。同時に鍼灸師の資格も取得。野球を中心にプロ・実業団・学生など様々なカテゴリーのコンディショニング指導に携わる。ジュニア世代からの傷害予防にも力を入れる。							
【到達目標】 知識や技術を学ぶだけでなく、実際に選手に対してどのようにコンディショニングをするかまでの実践を含めた対応力を修得できるようにする。							

授業計画・内容			
1回目	冬季競技のコンディショニングが理解して説明することができる①		
2回目	冬季競技のコンディショニングが理解して説明することができる②		
3回目	冬季競技のコンディショニングが理解して説明することができる③		
4回目	記録系競技のコンディショニングが理解して説明することができる①		
5回目	記録系競技のコンディショニングが理解して説明することができる②		
6回目	記録系競技のコンディショニングが理解して説明することができる③		
7回目	球技系競技のコンディショニングが理解して説明することができる①		
8回目	球技系競技のコンディショニングが理解して説明することができる②		
9回目	球技系競技のコンディショニングが理解して説明することができる③		
10回目	球技系競技のコンディショニングが理解して説明することができる④		
11回目	採点競技のコンディショニングが理解して説明することができる		
12回目	格技系競技のコンディショニングが理解して説明することができる		
13回目	まとめ・復習		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	様々な競技特性を理解する。傷害特性や体力特性など各競技に必要な要素も事前に理解を深めておく。		
評価方法	1. 定期試験 80% 2. 平常点 20%	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期試験と平常点で評価をします。
受講生への メッセージ	これまでに学んだことをどんどん実践していきましょう。積極的に授業に参加して自ら行動、発言ができるような授業にしていま しょう。		
【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テキスト 6巻 「予防とコンディショニング」			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	河瀬 智昭
科目名 (英)	アスレティックリハビリテーション概論 (Introduction of Athletic Rehabilitation)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (アスレティックトレーナー)					曜日・時限	火曜・1限
【授業の学習内容】							
アスレティックトレーナーの全体的な役割を学び、その中でもアスレティックリハビリテーションについての基礎となる概論を学んでいきます。アスレティックリハビリテーションとは選手が競技復帰を目指すために行うリハビリテーションのことです。評価、問題点の抽出、改善策の考案、プログラム指導に関連する基礎的知識を学び、実践できるように学びます。							
* 実務経験:							
2008年に日本スポーツ協会公認AT資格を取得。主に野球、ハンドボール、ソフトボール競技でのチームサポートを行ってきました。現場では救急対応、コンディショニング、アスレティックリハビリテーション、ケアに携わっています。							

【到達目標】 アスレティックリハビリテーション概論で基礎的知識を学ぶことで選手がより早期に、より安全に競技復帰ができるようになる。そのための基礎となる知識を習得する。 目標① アスレティックトレーナーの役割を理解する 目標② アスリハを行う上で必要な情報収集をすることができる 目標③ アスリハプログラムの作成、説明することができる。
--

授業計画・内容			
1回目	アスレティックトレーナーの役割を学び、説明できる①		
2回目	アスレティックトレーナーの役割を学び、説明できる②		
3回目	アスレティックトレーナーの役割の確認テスト、アスレティックリハビリテーション全体の流れをイメージする		
4回目	競技特性を理解し、自分の専門競技について説明できる		
5回目	身体評価から問題点の抽出を行い、アスレティックリハビリテーションプログラム作成に必要な情報収集を行う①		
6回目	身体評価から問題点の抽出を行い、アスレティックリハビリテーションプログラム作成に必要な情報収集を行う②		
7回目	段階的負荷設定の考え方を理解し、アスレティックリハビリテーションプログラムの作成がおこなえる		
8回目	実際の現場を想定して、トレーナーとしての役割をイメージする①		
9回目	実際の現場を想定して、トレーナーとしての役割をイメージする②		
10回目	AT過去問題を例に挙げ、アスレティックリハビリテーションプログラムの作成を行い、説明できる①		
11回目	AT過去問題を例に挙げ、アスレティックリハビリテーションプログラムの作成を行い、説明できる②		
12回目	AT過去問題を例に挙げ、アスレティックリハビリテーションプログラムの作成を行い、説明できる③		
13回目	復習		
14回目	定期試験		
15回目	まとめ・解説		
準備学習 時間外学習	AT試験に向け、概論の理解を深めるために、しっかりテキストを読み返すことが重要です。 AT過去問から、「ATの役割」「アスリハ」範囲を抜き出し、繰り返し解いてみましょう。		
評価方法	1. 定期試験（70%） 2. 確認テスト（20%） 3. 受講態度（10%）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	現場での話も交えつつアスレティックリハビリテーション概論を伝えていくので、当事者意識を持って積極的に参加してください。		
【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巻「アスレティックトレーナーの役割」 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巻「アスレティックリハビリテーション」			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井澤 秀野
科目名 (英)	アスレティックリハビリテーション演習Ⅰ (Athletic Rehabilitation SeminarⅠ)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (アスレティックトレーナー)					曜日・時限	月曜・2限

【授業の学習内容】

トレーナーやスポーツ外傷・障害に携わる者として必要な関節可動域および筋力検査のほか、各評価法について実習を行う。疾患を想定して、スポーツ復帰までの過程で行われるメディカル・リハビリテーションからアスレティック・リハビリテーションについて実習を行う。

*実務経験:

2005年～2013年ヤマハ発動機ラグビー部トレーナー、2013年～現在 東海大学附属相模高等学校ラグビー部トレーナー、2015年～2016年 IBM BIG BLUEアメリカンフットボール部トレーナー、2015年～2016年 セブンズラグビー日本代表トレーナー、2017年 栗田工業ラグビー部トレーナー、2018年～現在 富士通アメリカンフットボール部トレーナー、アメフト日本代表トレーナー、各チームにおいて、外傷発生時の応急処置、及び、選手のコンディショニング、リハビリテーションに携わる

【到達目標】

アスレティックリハビリテーションを進めるうえで必要な検査・測定技術及び治療方法を習得することができる。
疾患や症状に応じて適切な検査・測定を選択し、リハビリテーションプログラムを作成する事ができる。

授業計画・内容			
1回目	下肢のアスレティックリハビリテーションについて説明が出来る		
2回目	足関節のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的な足関節捻挫のプログラム立案・計画が出来る）①		
3回目	足関節のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的な足関節捻挫のプログラム立案・計画が出来る）②		
4回目	下腿部のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的なACL損傷のプログラム立案・計画が出来る）①		
5回目	下腿部のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的なMCL損傷のプログラム立案・計画が出来る）②		
6回目	膝関節のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的なACL損傷のプログラム立案・計画が出来る）①		
7回目	膝関節のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的なMCL損傷のプログラム立案・計画が出来る）②		
8回目	膝関節のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的なMCL損傷のプログラム立案・計画が出来る）③		
9回目	大腿部のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的な肉離れのプログラム立案・計画が出来る）①		
10回目	大腿部のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的な肉離れのプログラム立案・計画が出来る）②		
11回目	頸部のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的な肩関節前方脱臼のプログラム立案・計画が出来る）①		
12回目	頸部のアスレティックリハビリテーション（リスクに配慮した上で効果的な投球障害肩のプログラム立案・計画が出来る）②		
13回目	定期試験		
14回目	実技試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	(目標①) 前提：この授業を受けるには、リハビリテーションについてのより実践的な演習とするため、運動学・生理学・解剖学予習が必要である。 (目標③) 筆記試験・実技試験を行いますので、講義・演習の復習が必要です。		
評価方法	1. 定期試験（50％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（％） 5. 実地試験（50％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期試験（50％）と実地試験（50％）で評価をします。
受講生への メッセージ	今まで基礎科目で得た知識とスポーツ外傷・障害が発生するメカニズムをリンクさせ理解し、競技復帰に向けた治療プログラム・トレーニングプログラムを作成することができるようになりますように		
【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テキスト 7巻 「アスレティックリハビリテーション」			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	西山 伸吾
科目名 (英)	アスレティックリハビリテーション演習Ⅱ (Athletic Rehabilitation SeminarⅡ)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			（単位）	（2）	曜日・時限	金曜 5 限
【授業の学習内容】 授業では、機能解剖やスポーツ傷害、外傷などの知識を活かし、アスリハのプログラミングとメニューの指導スキルを習得する。また、競技特性を考慮したアスレティックリハビリテーションのプログラミン、メニューの指導スキルについても習得する。 *実務経験: 日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格取得。2021年3月まで15年間フリーランスとして活動し、現在はスポーツクリニックに勤務している。ドクター、リハビリスタッフと連携し、現場にてクリニックに来院しているアスリートなどに対してアスレティックリハビリテーションの指導も行っている。							
【到達目標】 競技特性を踏まえて競技復帰までのアスレティックリハビリテーションのプログラムを組むことができる。 メニューの見本を見せることができる。また、指導することもできる。							

授業計画・内容			
1回目	アスレティックトレーナー筆記試験対策①		
2回目	アスレティックトレーナー筆記試験対策②		
3回目	アスレティックトレーナー筆記試験対策③		
4回目	アスレティックトレーナー筆記試験対策④		
5回目	部位別（下肢）の外傷、傷害のアスレティックリハビリテーションのプログラミン、指導ができる。		
6回目	部位別（体幹、上肢）の外傷、傷害のアスレティックリハビリテーションのプログラミン、指導ができる。		
7回目	競技種目特性を考慮したアスレティックリハビリテーションについて説明ができる。		
8回目	競技特性（バレーボール）を踏まえてアスリハのプログラムを組むことができる。		
9回目	競技特性（バレーボール）を踏まえてアスリハのプログラムのメニューの指導、修正ができる。		
10回目	競技特性（サッカー）を踏まえてアスリハのプログラムを組むことができる。		
11回目	競技特性（サッカー）を踏まえてアスリハのプログラムのメニューの指導、修正ができる。		
12回目	競技特性（ラグビー）を踏まえてアスリハのプログラムを組むことができる。		
13回目	競技特性（ラグビー）を踏まえてアスリハのプログラムのメニューの指導、修正ができる。		
14回目	定期試験		
15回目	解説		
準備学習 時間外学習	アスレティックリハビリテーションでは「機能解剖」「外傷・障害」の知識も重要です。まずは「機能解剖」「外傷・障害」についての復習を行って下さい。また、メニューの指導の際には見本を見せることも必要なため、授業で行ったエクササイズやトレーニングを日頃から取り組んでください。		
評価方法	1. 定期試験（80％） 2. 小テスト（0％） 3. レポート（10％） 4. 課題成果（10％） 5. 実地試験（0％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	アスレティックリハビリテーションは今まで学んだ解剖学、運動生理学、トレーニング理論などの基礎知識、傷害・外傷のリスクを踏まえてプログラムを考えていきます。基礎知識の応用ができると様々な疾患に対しての対応ができるようになります。応用力を身につけていきましょう。		
【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テキスト7「アスレティックリハビリテーション」			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	必修	担当教員	相谷 芳孝
科目名 (英)	測定評価 (Measurement Evaluation)						
学科	スポーツ科学	授業 形態	演習	総時間 (単位)	60 (4)	開講区分	前期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (アスレティックトレーナー)					曜日・時限	木曜1・2限
【授業の学習内容】 ■アスレティックリハビリテーションと評価の考え方 ■関節可動域 (ROM) 検査 ■徒手筋力検査 (MMT) ■整形外科的テスト (ラックマンテストや内反ストレステストなど) について、解説します。また本講義修了時には、各測定・検査の方法・意義について説明でき、各疾患ごとに適切な検査・測定を選択・実施し、評価ができるようにします。 * 実務経験: ■理学療法士として、総合病院 (術後リハビリテーション) ・整形外科クリニック (スポーツ障害) での勤務経験 ■実業団ハンドボール・社会人野球 (メディカルチェック) ・水泳 (日本選手権・インカレ) など、スポーツ現場活動							
【到達目標】 ■アスレチックリハビリテーションの考え方・流れを理解し、適切な測定・評価項目について習得する ■具体的な整形外科的テスト、ROM検査、MMTなど各種検査について正確な技術を習得する							

授業計画・内容				
1回目	アスレティックリハビリテーションの概論・基本的な考え方が理解できるようになる			
2回目	関節弛緩性・タイトネステストが理解して説明できるようになる			
3回目	膝関節靱帯損傷・半月板損傷の病態と各種ストレステスト方法が理解して説明できるようになる			
4回目	足関節靱帯損傷（内側・外側側副靱帯）の病態と各種ストレステスト方法が理解して説明できるようになる			
5回目	肘関節靱帯損傷（内側・外側側副靱帯）・肘関節周囲疾患の病態とストレステストが理解して説明できるようになる			
6回目	関節不安定性や肩関節周囲疾患の病態とその評価方法が理解して説明できるようになる			
7回目	腰部疾患（腰椎椎間板ヘルニア・分離すべり症・筋筋膜性腰痛）の病態・評価方法が理解して説明できるようになる			
8回目	関節可動域検査（上肢）の方法が理解して説明できるようになる			
9回目	関節可動域検査（下肢）の方法が理解して説明できるようになる			
10回目	徒手筋力検査（下肢）の方法が理解して説明できるようになる			
11回目	徒手筋力検査（下肢・体幹）の方法が理解して説明できるようになる			
12回目	徒手筋力検査（上肢）の方法が理解して説明できるようになる			
13回目	各疾患（前十字靱帯損傷・肩関節不安定性など）に対して総合的な測定評価の方法が理解して説明できるようになる			
14回目	定期試験（筆記試験）を行う			
15回目	定期試験の解説を行い、総合的にアスレティックリハビリテーションの測定・評価について説明できるようになる			
準備学習 時間外学習	■整形外科的検査や病態理解に必要な、解剖学的知識・運動学的知識の予習（復習）が必要です。 ■MMTに関して、各筋名とその作用、触診の予習（復習）が必要です。			
評価方法	1. 定期試験（％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期テストにて、各検査・測定に関する知識・技能の到達評価を行う。 また講義内での実技到達度を適宜評価する。 両者を総合して、成績評価を行う。	
受講生への メッセージ	なぜ、アスレティックリハビリテーションに『評価』が必要なのかを理解し、自信をもって（＝評価に基づいて）、選手にアスレティックリハビリテーションを展開するための基礎を学びましょう。			
【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 5巻 「検査・測定と評価」				

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	木村 友紀
科目名 (英)	トレーニング科学 (Training Science)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			（単位）	（2）	曜日・時限	火曜・3限

【授業の学習内容】

人体が動く仕組みや外的・内的刺激に適応していくメカニズム、
またはトレーニングなどの様々な介入がもたらす効果の有無やその大きさの違いなどトレーニングに関わる知識を修得する。
また、各自目的に合ったトレーニングメニューの作成方法を学ぶ。

* 実務経験:

チームトレーナー：高校硬式テニス部、高校ラグビー部、大学ラクロス部、
パーソナルトレーナー：アーティスト、パレリーナ、プロテニスプレイヤー、プロボクサー、ラグビー
京都府国体テニストレーナー、島津全日本テニス室内選手権大会トレーナーなどの活動をしている。

【到達目標】

エクササイズの意味・目的を正しく理解し、クライアントに最も有効なエクササイズやトレーニングを正しく処方ができるようになる。

目標①エクササイズの意味・目的が説明できるようになる。

目標②クライアントの要望に対し適切なメニュー作成ができるようになる。

授業計画・内容			
1回目	トレーニングの概要・特性について理解し、説明ができる。		
2回目	スポーツ選手のパフォーマンスアップに関わるトレーニング要素について理解し、説明ができる。		
3回目	スポーツ選手に対するトレーニング処方に関する注意点について理解し、説明ができる。		
4回目	ジュニア期に対するトレーニング処方に関する注意点について理解し、説明ができる。		
5回目	女性に対するトレーニング処方に関する注意点について理解し、説明ができる。		
6回目	疾患を持った選手に対するトレーニング処方について理解し、説明ができる。（リハビリテーションの観点から）		
7回目	エクササイズによるスポーツ傷害予防プログラムの有効性について理解し、説明ができる。		
8回目	レジスタンストレーニングの特徴と注意点について理解し、説明ができる。		
9回目	有酸素運動の特徴と注意点について理解し、説明ができる。		
10回目	プライオメトリクストレーニングの特徴と注意点について理解し、説明ができる。		
11回目	スピード・アジリティの特徴と注意点について理解し、説明ができる。		
12回目	様々なストレッチングの特徴と注意点について理解し、説明ができる。		
13回目	フィットネス要素について理解し、説明ができる。		
14回目	定期試験		
15回目	解答返却・解説		
準備学習 時間外学習	トレーニングの種類、方法、生理学の復習を行いましょう。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期試験で評価を行います。
受講生への メッセージ	トレーニングは同じ種目でも目的に応じて方法や意識するポイントは変わってきます。 1つ1つのトレーニングを正しく効果的にクライアントの目的に適したものを提供できるようになりましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			
公益財団法人 健康・体力づくり事業財団 健康運動実践指導者養成用テキスト NSCAジャパン パーソナルトレーナーの為に基礎知識			
トレーニング論 トレーニング科学 パフォーマンス・トレーニング・試合			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	藤本 洋平
科目名 (英)	検査評価演習 (Inspection & Evaluation Seminar)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (パーソナルトレーナー専攻)						

【授業の学習内容】

スポーツトレーナーにおける検査評価はスポーツ外傷障害の予防や応急処置、またリハビリテーション、コンディショニング、運動能力・競技力向上の為に必要な能力です。検査評価はトレーナー業務・運動指導の最初の1回だけ行うだけではなく、対象者の状態を適切に把握するために定期的に行う必要があります。効果的な運動指導を実施する為に継続した検査評価を学んで実践する能力を身に付けていきます。

* 実務経験:

2011年から高校生や大学生に対しアスレティックトレーナーとしての業務を行う。2020年三重国体強化スタッフとして活躍。その後2021年にThe Roots Conditioning Gymを開業。アスリートから高齢者まで幅広いクライアントに対し体力の評価や身体のコンディショニング、ピラティスを中心とした運動指導などを行う。

【到達目標】

目標① 姿勢の評価ができる

目標② 傷害評価ができる

目標③ クライアントにアライメントの改善プログラムを提供できる

授業計画・内容			
1回目	「機能評価・形態測定」について説明・実践することができる		
2回目	「周径囲測定」について説明・実践することができる		
3回目	「関節弛緩性測定」について説明・実践することができる		
4回目	「筋タイトネステスト」について説明・実践することができる		
5回目	「関節可動域（上肢・体幹）」について説明・実践することができる		
6回目	「関節可動域（下肢）」について説明・実践することができる		
7回目	「柔軟性」について説明・実践することができる		
8回目	中間テスト		
9回目	「静的姿勢」について説明・実践することができる		
10回目	「動的姿勢」について説明・実践することができる		
11回目	「生理学的分析」について説明・実践することができる		
12回目	「バイオメカニクスの分析」について説明・実践することができる		
13回目	総復習		
14回目	定期試験		
15回目	解答返却・解説		
準備学習 時間外学習	どのような検査評価項目があるのか、検査評価項目の実施方法の予習が必要になります。		
評価方法	1. 定期試験（100％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期試験で評価をします。
受講生への メッセージ	お客様のトレーニング指導の際にトレーニングの貼り付けでなく、正しく身体をチェックする能力を身に付けてその人に合ったメニューの処方ができるようになります！		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	種村 見名子
科目名 (英)	健康栄養学 (Health Nutrition)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	金曜2・3限

【授業の学習内容】

1年生時に学んだ栄養の基礎知識をもとに対象者のニーズに合わせた現場でのアドバイスができるよう、より実践的な知識の習得をねらいとする。

* 実務経験:

2005年より学校給食、病院、行政で乳幼児栄養相談、特定保健指導、病態別栄養指導に従事。こども食堂の運営や食育教室を開催する傍ら、2014年から社会人フットサルチーム、企業所属の卓球選手、V2リーグのパレーボール選手の栄養サポートに携わる。パーソナルジムでの栄養指導も経験し、2023年に公認スポーツ栄養士を取得。

【到達目標】

スポーツ・フィットネス現場において、栄養学観点からクライアントのコンディショニングサポートが行える。

授業計画・内容			
1回目	バランスの良い食事の重要性、消化吸収について理解し説明できる		
2回目	3大栄養素（糖質・脂質・タンパク質）のとり方について理解し説明できる①		
3回目	3大栄養素（糖質・脂質・タンパク質）のとり方について理解し説明できる②		
4回目	貧血と骨に関連したビタミン・ミネラルのとり方を理解し説明できる		
5回目	水分補給・サプリメントによる影響について理解し説明できる		
6回目	減量について理解し説明できる		
7回目	エネルギー不足や女性アスリートの三主徴(FAT)について理解し説明できる		
8回目	増量について理解し説明できる		
9回目	腸内環境と栄養について理解し説明できる		
10回目	成長期における栄養管理について理解し説明できる		
11回目	シニア期の栄養管理と介護・フレイル予防について理解し説明できる		
12回目	対象者に応じたレシピ媒体づくり		
13回目	グループ発表、まとめ・復習		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	1年次に学んだ基礎栄養学、授業毎の内容を復習する。		
評価方法	1. 定期試験（80％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（20％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	知識をインプットするだけでなく、色々なケースを想定してアウトプットできるように意識して学んでいきましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			
使用>公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト			
参考>公益財団法人 健康・体力づくり事業団 健康運動実践指導者養成用テキスト、理論と実践スポーツ栄養学			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	健康フィットネス概論 (Health Fitness Introduction)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	(2)	曜日・時限	火曜・2限

【授業の学習内容】

ヒトが生活していくためには健康は非常に重要な要素となる。この授業では、健康とはどのようなことを意味するのか、また、健康の維持・向上のためには子供の頃からの運動習慣が重要であること。年代によって運動指導する内容や指導法など工夫する必要があることなどを学ぶ。

実務者経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。 過去1レッスン内にて120名近くの集客実績もあり。

【到達目標】

- ①健康とフィットネスの関係について理解を深める。
- ②様々な対象者とフィットネス、また、適切な運動について理解する。
- ③上記を理解した上で現場でどう生かすかを考え、実践出来るようになる。

授業計画・内容			
1回目	健康とは、健康が求められる背景について説明ができる		
2回目	子どもの成長と運動の必要性について説明ができる		
3回目	スポーツの低年齢化と子どもの成長に合わせた運動指導について説明ができる		
4回目	中高生に対する運動指導について説明ができる		
5回目	子どもに向けた運動指導の実践について説明ができる①		
6回目	子どもに向けた運動指導の実践について説明ができる②		
7回目	成人の運動の必要性について説明ができる		
8回目	運動不足による影響について説明ができる（サルコペニア、ロコモ、フレイル）		
9回目	運動不足による影響について説明ができる（メタボリックシンドローム、生活習慣病）		
10回目	成人に対する運動指導の実践について説明ができる①		
11回目	成人に対する運動指導の実践について説明ができる②		
12回目	女性とスポーツについて説明ができる（貧血、月経異常、骨粗しょう症）		
13回目	女性とスポーツについて説明ができる（食行動異常）		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習			
評価方法	1. 定期試験（90％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 出席率（10％） 5. 実地試験（％）	評価方法はG P A制度となります 1 0 0～9 0 点 S 8 9～8 0 点 A 7 9～7 0 点 B 6 9～6 0 点 C 5 9 点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	授業の中でいろいろと考えたもらうことしていきますので、しっかり学んで現場で生かせるようにしていきましょう！		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	伊藤　ひとみ
科目名 (英)	健康フィットネス概論 (Health Fitness Introduction)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			(単位)	(2)	曜日・時限	火曜・2限
【授業の学習内容】 フィットネスプログラムを経験して、理解を深めていく。 *実務経験: 2000年からインストラクターとして活動。スポーツクラブでのエアロビクス・ダンス系・調整系等の指導。 養成コースの講師経験やプログラム開発、パーソナルトレーナーも実施。 保有資格：日本フィットネス協会ADI・健康運動実践指導者・健康運動指導士							
【到達目標】 様々なプログラム体験を通して、経験値を高め将来につなげる。							

授業計画・内容			
1回目	フィットネスプログラムの種類を理解し、説明できる		
2回目	有酸素系プログラムを理解し、説明ができる		
3回目	有酸素系プログラムの実践を通して理解し、説明ができる①		
4回目	有酸素系プログラムの実践を通して理解し、説明ができる②		
5回目	調整系プログラムを理解し、説明ができる		
6回目	調整系プログラムの実践を通して理解し、説明ができる		
7回目	ダンス系プログラムを理解し、説明ができる		
8回目	ダンス系プログラムの実践を通して理解し、説明ができる		
9回目	ヨガ系プログラムを理解し、説明ができる		
10回目	ヨガ系プログラムの実践を通して理解し、説明ができる①		
11回目	ヨガ系プログラムの実践を通して理解し、説明ができる②		
12回目	復習・試験対策		
13回目	試験対策		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	実際にフィットネスクラブへ行き、リアルな現場を体験する機会を作ってみよう。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	授業態度(20%) 出席状況(20%) 定期試験(60%)
受講生への メッセージ	スポーツ業界を知る一つとして、共に理解を深めましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			
健康・体力づくり事業財団 健康運動実践指導者養成用テキスト			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	大西 城太郎
科目名 (英)	健康フィットネス概論 (Health Fitness Introduction)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	火曜・3限

【授業の学習内容】

1. 健康に必要な3要素とそれぞれの問題点に次いで学ぶ
2. メタボリックシンドロームや生活習慣病について、またその人たちへの運動処方の方法を学ぶ
3. 年齢や性別などの違いによる特徴や問題点などについて学ぶ

1999年～現在に至るまで様々な年代の人に対して水泳、アクアビクス、ストレッチ、筋力トレーニングなどの指導を実施。また、2006年～関西男子ラクロス選抜、ユースでもトレーナーとしてチーム帯同、2007年～2023年まで立命館大学男子ラクロス部で、2024年からは京都産業大学男子ラクロス部でトレーナーとして活動している。2023年から京都のクリニックで非常勤としてメディカルフィットネスでも指導を行っている。

【到達目標】

1. 自ら健康な生活が送れるようにするための知識を得る
2. 自ら実践し、健康な生活を送るように心がけるようになる
3. 家族や友人などにも授業で得た知識を伝え、自分の周りいる人たちが健康な生活を送れるようにサポートする

授業計画・内容			
1回目	健康の定義について説明ができるようになる。自分の健康状態について考える。		
2回目	健康と栄養についての問題点と解決策について考え、発表する		
3回目	健康と運動習慣についての問題点と解決策について考え、発表する		
4回目	健康と休養（睡眠、ストレス）についての問題点と解決策について考え、発表する		
5回目	サルコペニア・ロコモティブシンドローム・フレイルについて説明ができるようになる（高齢者と運動）		
6回目	メタボリックシンドロームについて説明ができるようになる。運動処方ができるようになる。		
7回目	高血圧について説明ができるようになる。運動処方ができるようになる。		
8回目	2型糖尿病について説明ができるようになる。運動処方ができるようになる。		
9回目	脂質異常症について説明ができるようになる。運動処方ができるようになる。		
10回目	子どもの発育・発達について説明ができるようになる。運動指導案を作成する。		
11回目	女性の3主徴と貧血について説明ができるようになる		
12回目	飲酒・喫煙について説明ができるようになる		
13回目	薬物問題について考える		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	授業で扱うテーマについて事前に調べるなどして、自分なりの考えなどをまとめておくようにしましょう。		
評価方法	1. 定期試験（70％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（20％） 4. 課題成果（10％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	社会生活の中では、自分で考える習慣をつけていくことがとても重要です。この授業を通して自分で考えて答えを出すという習慣を作っていきましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】プリント配布			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門のコンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	木村 友紀
科目名 (英)	SAQトレーニング演習 (SAQ Training Seminar)						
学科	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
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部） (パーソナルトレーナー)					曜日・時限	火曜・4限

【授業の学習内容】

SAQトレーニングを行うために、正しい身体の動かし方、身体の軸を習得し、スピード・アジリティ・クイックネスについて理解を深め基本的な知識と方法を習得する。

* 実務経験:

チームトレーナー：高校硬式テニス部、高校ラグビー部、大学ラクロス部、
パーソナルトレーナー：アーティスト、パレリーナ、プロテニスプレーヤー、プロボクサー、ラグビー
京都府国体テニストレーナー、島津全日本テニス室内選手権大会トレーナーなどの活動をしている。

【到達目標】

自身で正しいトレーニングを自身で正しいトレーニングを説明・実演できるようになる事。

身体の動かし方、身体の軸を習得し、クライアントのSAQ能力を向上させるようになること。説明・実演できるようになる事。

身体の動かし方、身体の軸を習得し、クライアントのSAQ能力を向上させるようになること。

授業計画・内容			
1回目	SAQトレーニングについて理解し、説明できる。		
2回目	身体の正しい軸作りを理解し実践できる。		
3回目	ラダードリルを理解し説明、実践できる。①		
4回目	ラダードリルを理解し説明、実践できる。②		
5回目	ラダードリルを理解し説明、実践できる。③		
6回目	ミニハードルドリルを理解し説明、実践できる。①		
7回目	ミニハードルドリルを理解し説明、実践できる。②		
8回目	ミニハードルドリルを理解し説明、実践できる。③		
9回目	マーカードリルを理解し説明、実践できる。①		
10回目	マーカードリルを理解し説明、実践できる。②		
11回目	マーカードリルを理解し説明、実践できる。③		
12回目	複合トレーニングを理解し説明、実践できる。①		
13回目	複合トレーニングを理解し説明、実践できる。②		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	スピード・アジリティ・クイックネスの能力を高めるためには正しい身体の使い方が求められます。 解剖学の復習が必要です。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期試験で評価を行います。
受講生への メッセージ	スピード・アジリティ・クイックネスの能力を高めるためには正しい身体の使い方が求められます。 正しい軸で適切な身体の部位を使えることが大切になるため、身体についての理解を深めしっかりと実践して身に付けていきましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			
スポーツスピード養成SAQトレーニング SAQトレーニング [最新版]子どもからトップアスリートまであらゆるスポーツ競技者の能力を伸ばす			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康・フィットネス演習	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	木村 友紀
科目名 (英)	コーディネーショントレーニング (Coordination Training)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	火曜・2、4 限

【授業の学習内容】

コーディネーショントレーニングの定義を理解し説明ができるようになる。

運動神経を刺激し脳と動きの連動性や表現力を高める。

マーカー、ボール、ミニハードル、音、合図など様々な物を利用し身体能力、運動能力の向上を図る。

また正しく指導を行うスキルを習得する。

***実務経験:**

チームトレーナー：高校硬式テニス部、高校ラグビー部、大学ラグロス部、

パーソナルトレーナー：アーティスト、バレリーナ、プロテニスプレーヤー、プロボクサー、プロラグビー選手

京都府国体テニストレーナー、島津全日本テニス室内選手権大会トレーナー

【到達目標】

自身がトレーニングを行い運動神経を刺激し脳と動きの連動性や表現力を高め、身体能力・運動能力が向上する事。

コーディネーショントレーニングの定義を理解し、コーディネーショントレーニングを正しく指導できるようになる事。

各ニーズに合ったトレーニングをプログラミング・指導できるようになる事。

授業計画・内容

1回目	コーディネーショントレーニングについて7つの能力を学習し、説明できる
2回目	ボールを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
3回目	ボールを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
4回目	マーカーを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
5回目	マーカーを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
6回目	ミニハードルを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
7回目	ミニハードルを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
8回目	ラダーを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
9回目	ラダーを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
10回目	ラインを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
11回目	ラインを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
12回目	様々な物を複合的に使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
13回目	様々な物を複合的に使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
14回目	定期試験
15回目	試験解説

準備学習
時間外学習

コーディネーション能力を高めるためには正しい身体の使い方が求められます。

S A Q トレーニングや解剖学の復習が必要です。

評価方法

1. 定期試験 (%)
2. 小テスト (%)
3. レポート (%)
4. 課題成果 (%)
5. 実地試験 (%)

評価方法はG P A制度となります
100～90点 S
89～80点 A
79～70点 B
69～60点 C
59点以下 F 不合格

定期試験 (80%)、平常点 (20%)

受講生への
メッセージ

コーディネーショントレーニングはクライアントの子どもから高齢の方まで年齢、性別関係なく楽しくできるものです。

各ニーズに合ったトレーニングをプログラミング・指導できるようになります。

またコーディネーション能力を高めるためには正しい身体の使い方が求められます。

トレーニング種目を覚えるだけでなく一つ一つを理解し、また日頃から動ける身体づくりを行ってください。

【使用教科書・教材・参考書】

Visual Coordination Training / Over70 new and innovative Agility Ladder Drills

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必須	年次	2	担当教員	荒牧 友宏
科目名 (英)	ストレングス&コンディショニングⅠ (Strength & Conditioning Ⅰ)						
学科	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
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部） (パーソナルトレーナー)					曜日・時限	木曜・4限
【授業の学習内容】 ストレングス&コンディショニングコーチとして長きに渡り、ストレングスに関わるトレーニングを多くの人に指導してきた教員がパワートレーニングの重要性とプログラミングを理解し、適切な実施方法を習得する授業を行う。様々なクライアントのニーズに対応する為にも非常に重要な内容である。実技を中心に回を追う事に漸進させて行く為、遅刻・欠席をせず、復習に努めてほしい。							
* 実務経験: 2007年にNSCA-CPT、2008年にCSCSを取得し、大手フィットネスクラブでインストラクター、パーソナルトレーナーとして指導に当たると共に、クラブチームや高等学校クラブヘストレングスコーチとしてチーム指導に当たる。2012年より京都市においてジムを2店舗経営し、子どもから高齢者、アスリートに至るまで様々なクライアントへの運動指導にあたる。							
【到達目標】 パワートレーニングの特徴と必要性を理解し、オリンピックリフティングの適切な実施方法を習得する。クライアントのニーズに合わせたプログラミングが出来るようになる。							

授業計画・内容			
1回目	ベーシックエクササイズを習得し説明ができる（下肢エクササイズ）		
2回目	ベーシックエクササイズを習得し説明ができる（下肢エクササイズ2）		
3回目	ベーシックエクササイズを習得し説明ができる（上肢エクササイズ）		
4回目	ベーシックエクササイズを習得し説明ができる（腹部・下背部エクササイズ）		
5回目	オリンピックリフティングの特異性を説明できる		
6回目	クリーンの分習法を行い、適切なエクササイズテクニックを習得して説明ができる		
7回目	クリーンの実践と修正を行い、再現性を向上させ説明ができる		
8回目	クリーンにおけるキャッチのバリエーションを習得して説明ができる		
9回目	スナッチにおけるジャンプwithバーとハイプルを習得して説明ができる		
10回目	スナッチにおけるドロップキャッチとスクワットスナッチを習得して説明ができる		
11回目	スナッチの分習・全習法を行い、適切なエクササイズテクニックを習得して説明ができる		
12回目	クリーンとスナッチの実践・修正を行い、再現性を向上させ説明ができる		
13回目	ベーシックエクササイズとリフティングのまとめを行い、学期末試験に備える		
14回目	学期末実技試験		
15回目	学期末実技試験のフィードバックによりさらなる成長へ繋げる		
準備学習 時間外学習	体得していかなければ漸進出来ない為、復習と実践を行う事。		
評価方法	1．定期試験（70％） 2．小テスト（30％） 3．レポート（％） 4．課題成果（％） 5．実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点　S 89～80点　A 79～70点　B 69～60点　C 59点以下　F 不合格	
受講生への メッセージ	しっかりと実践し体得する事。疑問点が出てきたらその都度質問をし、理解を深める事。		
【使用教科書・教材・参考書】			
ストレングストレーニング&コンディショニングNSCA決定版第3版（ブックハウスHD、2010）			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	荒牧 友宏
科目名 (英)	ストレンクス&コンディショニングⅡ (Strength & ConditioningⅡ)						
学科	スポーツ科学	授業 形態	演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）					曜日・時限	木曜・1,4 限
【授業の学習内容】 パワートレーニングの重要性とプログラミングを理解し、適切な実施方法を習得する。様々なクライアントのニーズに対応する為にも目的に応じた特異的エクササイズも習得する。 *実務経験: 2007年にNSCA-CPT、2008年にCSCSを取得し、大手フィットネスクラブでインストラクター、パーソナルトレーナーとして指導に当たると共に、クラブチームや高等学校・大学クラブhestrengthスコーチとしてチーム指導に当たる。2012年より京都市においてジムを2店舗経営し、子どもから高齢者、アスリートに至るまで様々なクライアントへの運動指導にあたる。							
【到達目標】 パワートレーニングの特徴と必要性を理解し、オリンピックリフティングの適切な実施方法を習得する。基本的なオリンピックリフティングからダンベルを使用したものなど様々なバリエーションのパワーエクササイズを習得する。また、目的に応じたベーシックエクササイズの発展系エクササイズも習得する。クライアントのニーズに合わせたプログラミングが出来るようになる。							

授業計画・内容			
1回目	バワートレーニング、リフティング、ファンクショナルトレーニングの特異性を説明できる		
2回目	プッシュプレス、プッシュジャークの特異性を理解し、パワーポジションを習得する		
3回目	プッシュジャークのバリエーションの理解と適切なエクササイズテクニックを習得する		
4回目	スナッチの特異性を理解し、適切なフォームを習得する		
5回目	クリーンの特異性を理解し、適切なフォームを習得する		
6回目	ファンクショナルトレーニングを習得する①		
7回目	ファンクショナルトレーニングを習得する②		
8回目	ファンクショナルトレーニングを習得する③		
9回目	ベーシックエクササイズにおけるバッドテクニックの修正方法を習得する①、ダンベルリフティングを習得する		
10回目	ベーシックエクササイズにおけるバッドテクニックの修正方法を習得する②、上肢プライオメトリクスを習得する		
11回目	クライアントに合わせたエクササイズの選択と指導方法・修正方法を習得する①、下肢プライオメトリクスを習得する		
12回目	クライアントに合わせたエクササイズの選択と指導方法・修正方法を習得する②、体幹部プライオメトリクスを習得する		
13回目	まとめ、試験対策		
14回目	学期末試験		
15回目	解説		
準備学習 時間外学習	体得していかなければ漸進出来ない為、復習と実践を行う事。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	評価は筆記試験。エクササイズの実施方法や特性を理解しているかを確認する。中間試験30点、学期末試験70点の合計100点満点で評価する。評価は、学則規定に準ずる。
受講生への メッセージ	しっかりと実践しながら学習する事。疑問点が出てきたらその都度質問をし、理解を深める事。		
【使用教科書・教材・参考書】			
ストレングストレーニング&コンディショニングNSCA決定版第3版（ブックハウスHD、2010）			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	荒牧 友宏
科目名 (英)	パーソナルトレーナー演習Ⅰ (Personal training seminarⅠ)						
学科	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
コース	昼間(Ⅰ・Ⅱ部) (パーソナルトレーナー)					曜日・時限	木曜・3限
【授業の学習内容】 パーソナルトレーニングを行う上で必要となる知識と技術、実践力を身につける。授業では、クライアントとの面談・評価、契約方法やニーズに合わせたプログラム作成を行う。							
*実務経験: NSCA-CPT、CSCSを取得し、大手フィットネスクラブでインストラクター、パーソナルトレーナーとして指導に当たると共に、クラブチームや大学・高等学校クラブヘストレングスコーチとしてチーム指導に当たる。2012年より京都市においてジムを2店舗経営し、子どもから高齢者、アスリートに至るまで様々なクライアントへの運動指導にあたる。							
【到達目標】 パーソナルトレーナーとして、即戦力となるよう面談からプログラム作成までを習得する。							

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーション		
2回目	面談と健康評価の目的を説明できる		
3回目	クライアントとトレーナーの適合性、目標設定について説明できる		
4回目	クライアントとトレーナーの契約方法について説明できる		
5回目	参加前健康評価スクリーニングについて説明できる		
6回目	体力評価の選択と管理について説明できる		
7回目	体力テスト方法について説明できる		
8回目	中間まとめ、確認テスト		
9回目	レジスタンストレーニングにおけるプログラム作成について説明できる		
10回目	有酸素性トレーニングにおけるプログラム作成について説明できる		
11回目	クロストレーニングについて説明できる		
12回目	ケーススタディ		
13回目	まとめ		
14回目	学期末試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	この授業には、生理学や解剖学など様々な科目の知識が必要となる為、予習を行う事。プログラム作成をスムーズに行えるよう復習を行い理解を深めておく事。		
評価方法	1. 定期試験 (70%) 2. 小テスト (30%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	しっかりと実践し体得する事。疑問点が出てきたらその都度質問をし、理解を深める事。		
【使用教科書・教材・参考書】			
ストレングストレーニング&コンディショニングNSCA決定版第3版（ブックハウスHD、2010）			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	パーソナルトレーナー演習Ⅱ (Personal Trainingu SeminarⅡ)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	演習	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部） （パーソナルトレーナー）			（単位）	（2）	曜日・時限	火曜・2限 金曜・3限

【授業の学習内容】

フィットネスクラブで用いられるトレーニングマシンを利用し、マシンの利用方法や注意点を演習を通じて学び、説明できるようになる。また、実際のフィットネスクラブで行われているスタジオレッスンを体験し、演習を通じてトレーニング強度やメニューの配列等を学び説明できるようになる。

実務者経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。過去1レッスン内にて120名近くの集客実績もあり。

【到達目標】

パーソナルトレーナーの業務内容の理解とトレーニング現場における活動内容を知ること・実践することを目的とする。
（具体的目標）

目標①：フィットネスマシンの利用方法・注意点の説明ができる

目標②：様々なクライアントに対するトレーニングプログラムの立案ができる

目標③：スタジオレッスンのメニューの配列・注意点について説明ができる

授業計画・内容

1回目	オリエンテーション		
2回目	マシンエクササイズの実施方法・注意点について説明ができる		
3回目	フリーウエイトエクササイズの実施方法・注意点について説明ができる		
4回目	様々なバリエーション（サーキットトレーニングなど）を用いたトレーニング方法について説明ができる		
5回目	女性に多いトレーニング目標（ダイエット・姿勢改善）に対するトレーニングプログラムの指導ができる①		
6回目	子供の発育発達に向けたトレーニング指導について説明ができる		
7回目	高齢者の健康増進に向けたトレーニングプログラムについて説明ができる		
8回目	グループエクササイズの実施方法とその注意点について説明ができる①		
9回目	グループエクササイズの実施方法とその注意点について説明ができる②		
10回目	男性の増量に向けたパーソナルトレーニングの実施方法とその注意点について説明ができる		
11回目	スポーツ選手のパフォーマンスアップに向けたパーソナルトレーニングが指導でき、説明できる		
12回目	ケーススタディ		
13回目	まとめ		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習時間外学習	知識、技術のみならず、トレーニング指導には経験も必要になってきます。トレーニングを練習したうえで授業に臨んでください。		
評価方法	1. 定期試験（80%） 2. 小テスト（%） 3. レポート（%） 4. 課題成果（20%） 5. 実地試験（%）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生へのメッセージ	パーソナルトレーナー活動に向けて実践的スキルを身につけることを目的にしています。これまで習ってきた授業を総復習しながら実践していきましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	大西 城太郎
科目名 (英)	運動療法概論 (Therapeutic Exercise Introduction)						
学科	スポーツ科学	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	後期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (チャイルドスポーツ)					曜日・時限	火曜・3限

【授業の学習内容】

1. 健康や健康維持に必要なことについて説明できるようになる
2. メタボリックシンドロームや生活習慣病を改善するための運動について説明できるようになる
3. 子どもの成長と運動の必要性、子どもの体力低下などの問題点と解決策について説明できるようになる

* 実務経験:

1999年から現在に至るまでフィットネスクラブで様々な年代の方に水泳やアクアビクス、ストレッチ、筋力トレーニングなどの指導を行ってきた。また、2006年からは関西西部地区男子ラクロス選抜チーム、男子ユースチーム、2007年からは立命館大学、2024年からは京都産業大学ラクロス部で部員に対し、トレーニングやストレッチ、栄養指導なども行っている

【到達目標】

様々な年代の人、様々な身体的、精神的に問題を抱えた人に対し、どのような運動を行うことでその症状の改善がみられるかなどについて学び、卒業後にこの授業で学んだことを生かしてもらうことを目標としている。

授業計画・内容			
1回目	健康とは、健康の重要性について説明できるようになる		
2回目	少子高齢化と健康維持の重要性について説明できるようになる		
3回目	栄養摂取と健康の関係性について説明できるようになる		
4回目	健康と運動の関係性について説明できるようになる		
5回目	メタボリックシンドロームとその改善策について説明できるようになる		
6回目	高血圧とその改善方法について説明できるようになる		
7回目	糖尿病と脂質異常症の改善方法について説明できるようになる		
8回目	飲酒と喫煙が身体に与える影響について説明できるようになる		
9回目	子どもの健康と運動の関係性について説明できるようになる		
10回目	子どもの成長と成長に合わせた運動について説明できるようになる		
11回目	スポーツの低年齢化問題について考える		
12回目	精神的健康と運動の関係性について説明できるようになる		
13回目	薬物問題について説明できるようになる		
14回目	前期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	健康や健康に関するニュースや話題などについて自分自身で調べたり、問題点について考えたりすることが重要です。また、授業で学んだことを自分自身で実践したり、人に伝えたりすることで自分自身の知識の定着にもなるので、できることからチャレンジしていきましょう。		
評価方法	1. 定期試験（70％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（30％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	自分自身が健康な状態をキープすることがとても重要です。この授業を通して健康への意識を高めて自分自身の健康状態を高めていきましょう！		
【使用教科書・教材・参考書】教科書はなし／プリントを配布			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修選 択	必修	年次	2	担当教員	松沢 恵美
科目名 (英)	運動療法演習 (Therapeutic Exercise Seminar)						
学科	スポーツ科学科	授業形 態	演習	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部） (チャイルドスポーツ)			(単位)	(2)	曜日・時 限	木曜日・4限

【授業の学習内容】

運動療法は身体全体または一部を動かすことで症状の軽減や機能回復を目指すことができます。運動を行うことで障害や疾患の治療や予防のために運動を活用します。この授業では運動療法概論が学習した内容をもとに運動指導を行うことを目的として整形外科疾患を中心に説明・実践できることを目的とする。

実施者経験：2003年に日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格を取得。その後、ハンドボール、テニス、陸上競技を中心とした現場でコンディショニング、トレーニング指導を担当。テニスにおいてはプロ選手の専属もおこない、日本テニス協会主催の国際大会においてオフィシャルトレーナーを務める。病院併設の運動器リハビリセンターや、フィットネスクラブの立ち上げにも関わる。（松沢）

実務者経験：アスレティックトレーナーとして整形外科クリニック、内科併設の運動療法施設で運動療法指導や運営を行っている。国内・国際学会に所属して、国内・国際学会で発表を行った。（大屋）

【到達目標】

目標① 対象や目的に応じた運動療法を説明・実践することができる

授業計画・内容

1回目	オリエンテーション		
2回目	『頸肩腕症候群』の運動療法について説明・実践することができる		
3回目	『筋筋膜性腰痛症』の運動療法について説明・実践することができる		
4回目	『変形性股関節症』の運動療法について説明・実践することができる		
5回目	『変形性膝関節症』の運動療法について説明・実践することができる		
6回目	『足底筋膜炎・偏平足』の運動療法について説明・実践することができる		
7回目	『野球肩』の運動療法について説明・実践することができる		
8回目	『野球肘』の運動療法について説明・実践することができる		
9回目	『オスグッドシュラッター病』の運動療法について説明・実践することができる		
10回目	『膝関節疾患（膝蓋腱炎・大腿四頭筋腱炎）』の運動療法について説明・実践することができる		
11回目	『有痛性外脛骨』の運動療法について説明・実践することができる		
12回目	ケーススタディ		
13回目	総復習		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習時間 外学習	授業にて配布したプリントや資料で復習をするようにしてください。		
評価方法	1. 定期試験（75%） 2. 小テスト（25%） 3. レポート（9%） 4. 課題成果（9%） 5. 実地試験（9%）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生へのメッセージ	内科的疾患・整形外科的疾患を考慮した上で、運動指導が行えるよう、しっかり医学的知識をつけましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修選択	必修	年次	2	担当教員	藤本 洋平
科目名 (英)	検査評価演習 (Inspection&Evaluation Seminar)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	演習	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部） （ハ°-サトルレーナ、チャイルド・スポーツ）			（単位）	（2）	曜日・時限	木曜日・3限

【授業の学習内容】

スポーツトレーナーにおける検査評価はスポーツ外傷障害の予防や応急処置、またリハビリテーション、コンディショニング、運動能力・競技力向上の為に必要な能力です。検査評価はトレーナー業務・運動指導の最初の1回だけ行うだけではなく、対象者の状態を適切に把握するために定期的に行うことが必要です。効果的な運動指導を実施する為に継続した検査評価を学んで実践する能力を身に付けていきます。

※実務者経験：アスレティックトレーナーとして中学・高校・大学の複数の部活動に帯同。また、国体強化スタッフとしても活動。ピラティススタジオを経営し、アスリートから一般の方まで幅広く指導している。

【到達目標】

目標① 姿勢の評価ができる 目標② 傷害評価ができる
目標③ クライアントにアライメントの改善プログラムを提供できる

授業計画・内容		
1回目	「機能評価・形態測定」について説明・実践することができる	
2回目	「周径囲測定」について説明・実践することができる	
3回目	「関節弛緩性測定」について説明・実践することができる	
4回目	「筋タイトネステスト」について説明・実践することができる	
5回目	「関節可動域（上肢・体幹）」について説明・実践することができる	
6回目	「関節可動域（下肢）」について説明・実践することができる	
7回目	「柔軟性」について説明・実践することができる	
8回目	中間テスト	
9回目	「静的姿勢」について説明・実践することができる	
10回目	「動的姿勢」について説明・実践することができる	
11回目	「生理学的分析」について説明・実践することができる	
12回目	「バイオメカニクスの分析」について説明・実践することができる	
13回目	総復習	
14回目	定期試験	
15回目	解答返却・解説	
準備学習時間外学習	どのような検査評価項目があるのか、検査評価項目の実施方法の予習が必要になります。	
評価方法	1. 定期試験（75%） 2. 小テスト（25%） 3. レポート（%） 4. 課題成果（%） 5. 実地試験（%）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格
受講生へのメッセージ		
【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 5巻「検査・測定と評価」		

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	濱谷 光陽 阿部 信美
科目名 (英)	リハビリテーション概論 (Rehabilitation Introduction)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			(単位)	(2)	曜日・時限	月曜・2限

【授業の学習内容】小児領域のリハビリテーションに関する障害、疾患を理解する。 実施者経験：昭和62年に免許を取得し、実務者経験は15年で、総合病院（急性期～回復期）に所属する。主業務は、脳血管障害や整形疾患の術後リハビリテーションを行っていた。教育経験は17年であり、「生体の構造と機能」「障害学」などの基礎系科目を担当していた。 1990年総合病院勤務後、在宅までの臨床に携わり、急性期から維持期生活期までの理学療法を経験する。それぞれのステージにおける障害をとらえ、リハビリテーションを考える。							
【到達目標】 小児の特徴から小児スポーツにおける指導内容がわかり実践することができる。							

授業計画・内容			
1回目	リハビリテーションとは		
2回目	多職種連携について理解できる		
3回目	片麻痺体験、高齢者体験を通して障害を理解できる		
4回目	リハビリテーション専門職について理解できる		
5回目	車いすの仕組みと、体験を通して障害を理解できる		
6回目	ICF,ICIDHを理解できる		
7回目	立ち上がり、移乗動作を理解できる		
8回目	障害受容とはを説明できる		
9回目	福祉用具について理解できる		
10回目	レポート課題　子供を通した学びと将来への夢について		
11回目	脳卒中のリハビリテーションについて理解できる		
12回目	脊髄損傷とについて理解できる		
13回目	パーキンソン病について理解できる		
14回目	定期試験		
15回目	解説		
準備学習 時間外学習			
評価方法	1. 定期試験（80％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（20％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点　S 89～80点　A 79～70点　B 69～60点　C 59点以下　F 不合格	80％　定期試験 20％　第10講課題
受講生への メッセージ			
【使用教科書・教材・参考書】			
配布資料			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修選択	必修	年次	2年	担当教員	濱谷 光陽・阿部 信美
科目名 (英)	リハビリテーション演習 (Rehabilitation Seminar)						
学科	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
コース	昼間Ⅰ部・Ⅱ部 (チャイルドスポーツ)					曜日・時 限	木曜日・3限

【授業の学習内容】

発達期における身体的特徴、心理的特徴を理解し、発達段階で起こりやすいケガや病気について理解できる。また、それらのケガや病気の症状、予防および対処について理解できる。

【業績】阿部信美：総合病院勤務後、在宅までの臨床に携わり、急性期から維持期生活期まで理学療法士として経験する。濱谷光陽：昭和62年に免許を取得し、実務者経験は15年で、総合病院（急性期～回復期）に所属する。主業務は、脳血管障害や整形疾患の術後リハビリテーションを行っていた。

また、老人保健施設など福祉系施設にも所属し、高齢者を取り囲む障害・環境を考慮し、在宅復帰に向けたリハビリテーションを行っていた。教育経験は17年で、「生体の構造と機能」「障害学」などの基礎系科目を担当していた。

【到達目標】

1. 発達発達期における身体的特徴を理解できる。
2. 発達発達期における心理的特徴を理解できる。
3. 発達発達期における整形外科的疾患の原因、症状、予防、対処について理解できる。
4. 発達発達期における内科学的疾患の原因、症状、予防、対処について理解できる。

授業計画・内容

1回目	発達発達期における身体的特徴をバランスの観点から学ぶ。		
2回目	発達発達期における身体的特徴を理解できる。		
3回目	発達発達期における心理的特徴①を理解できる。		
4回目	発達発達期における心理的特徴②を理解できる。		
5回目	発達発達期におけるけがや病気を理解できる。		
6回目	小児の排泄について理解できる。		
7回目	オーバーユースとオーバートレーニングについて理解できる。		
8回目	オーバーユースとオーバートレーニングについて理解できる。		
9回目	物理療法が理解できる。		
10回目	発達発達期における上肢疾患を理解できる。		
11回目	発達発達期における下肢疾患を理解できる。		
12回目	発達発達期における下肢疾患を理解できる。		
13回目	発達発達期における体幹疾患を理解できる。		
14回目	試験		
15回目	まとめ		
準備学習時間外学習	講義資料を用いて復習してください。多くの医療用語があります。分からない読みなどそのままにせず、解決して次に進んでください。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (20%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生へのメッセージ			

【使用教科書・教材・参考書】

配布資料

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	石塚 文美
科目名 (英)	キッズスタジオ演習Ⅰ (Kid's Studio SeminarⅠ)						
学科	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
コース	昼間部(Ⅰ・Ⅱ部) (チャイルドスポーツ)					曜日・時限	木曜・2限
【授業の学習内容】 ・実際に現場に出た時に、ヒントになる内容を多く盛りこみ、色々なプログラムを体験し進め方を習得する。 ・子どもの発育・発達を理解し、年齢に応じた内容でプログラムを立案・実践することができるようになる。							
*実務経験:指導歴29年 公共施設、スポーツクラブ、幼稚園、ダンススタジオなどで指導。主に、子どもの体操教室、ダンス教室、新体操教室、幼児総合教室を担当。2006年、自身のダンス教室を立ち上げ、今年で19年目。 1998年より現在まで、日本福祉大学、教育・心理学部子ども発達学科 山本秀人教授と『幼児に特化した体操教室』を行う。							
【到達目標】 ・子どもの発育・発達を理解し、各々の年代に合ったプログラムの立案、実践ができる。 ・習得させたい遊びやゲーム、スポーツの特性を理解して、段階を踏んだ指導ができる力を習得する。							

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーション / 安全面について説明ができる。		
2回目	「リレー遊び」を題材に、発達段階に応じた遊び・運動を計画・実践する。		
3回目	保護者との関わりを説明できる。		
4回目	「鬼ごっこ」を題材に、発達段階に応じた遊び・運動を計画・実践する。		
5回目	「鬼ごっこ」を題材に、段階を踏んだ指導を考察できる。		
6回目	「キッズダンス」を題材に、プログラムの組み立て、流れなどを習得する。		
7回目	「キッズダンス」を題材に、オリジナルの動きを考察し、指導の流れを習得する。		
8回目	「マット運動」を題材に、発達段階に応じた遊び・運動を計画・実践する。		
9回目	「マット運動」を題材に、段階を踏んだ指導を考察できる。補助のスキルを習得する。		
10回目	「ボール」を使用して、発達段階に応じた遊び・運動を計画・実践する。		
11回目	「ボール」を使用して、段階を踏んだ指導を考察できる。		
12回目	実際にプログラムを立案・指導案を作成し、進め方や流れを考察する。		
13回目	復習・テスト対策		
14回目	定期試験（実技試験）		
15回目	テスト解説・フィードバック		
準備学習 時間外学習	子どもの指導は、保護者への対応も重要な要素となります。分かりやすく丁寧な言葉遣い、礼儀作法も身に付けられるように言動や行動を意識しましょう。		
評価方法	1. 実技試験（60％） 2. 平常点（30％） 3. 出席率（10％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	子どもが運動を好きになるか、嫌いになるかは、指導者の力量にかかっています。安全で楽しいプログラムを考える力を身に付け、運動指導を通して子どもの自己肯定感を高め、心身共に健やかに成長させることができる指導者になりましょう。また、子ども達と一緒に楽しめる事も重要です。		
【使用教科書・教材・参考書】			
『0～5歳児のたのしい運動遊び』黒井信隆・山本秀人編書 いかだ社 『幼児期 運動あそびの進め方』学校体育研究同志会編 『だれでもできるすきになる 幼児の運動指導法』 山本秀人＋脇田順子 労働旬報社 他			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	キッズマネジメント演習 (Kids Management Seminar)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	金曜・3限
【授業の学習内容】 子どもの運動指導及び子どもイベントの企画・運営。スポーツイベントの運営や予算案など、キッズ及びスポーツ全体のマネジメントについての知識を学び、演習を通して子供の運動指導や子供イベントの企画・運営・予算管理等を実施していく。							
実務者経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。 過去1レッスン内にて120名近くの集客実績もあり。							
【到達目標】 子どもの運動指導の実施スキル・イベント企画・運営力等現場でマルチに動けるスキルを身につけられるようにする							

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーション		
2回目	子どもの運動指導についての内容を理解し、指導スキルを習得する①		
3回目	子どもの運動指導についての内容を理解し、指導スキルを習得する②		
4回目	子どもイベントを企画するための知識を身につけ、実際に企画できるようになる①		
5回目	子どもイベントを企画するための知識を身につけ、実際に企画できるようになる②		
6回目	スポーツイベントを企画するための知識を身につけ、実際に企画できるようになる①		
7回目	スポーツイベントを企画するための知識を身につけ、実際に企画できるようになる②		
8回目	イベントを運営する上での予算管理についての知識を身につけて説明ができるようになる①		
9回目	イベントを運営する上での予算管理についての知識を身につけて説明ができるようになる②		
10回目	販売促進のツールについての知識を身につけて、実際にツール作成ができるようになる①		
11回目	販売促進のツールについての知識を身につけて、実際にツール作成ができるようになる②		
12回目	試験対策演習①		
13回目	試験対策演習②		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	運動指導について気を付けることなどを事前に調べ、安全に実施ができるようにするにはどうするかを調べておくようにする		
評価方法	1. 定期試験（90％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 出席率（10％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	指導や企画のみに特化するだけではこれから先の社会では通用しないです。双方のスキルを身につけて自身で企画から運営まで携われるような人材になれるように学んでいきましょう！		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	服部 千秋
科目名 (英)	レクリエーション演習 (Recreation Seminar)						
学科	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
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）					曜日・時限	金曜・1限

【授業の学習内容】

誰もが手軽にできるレクリエーションについて、実際に体験し、その活動がもたらす健康への効果を理解、説明がすることができる。また、実技によってプログラムの立て方や、指導する際の基本的要素を身につけることができる。

*実務経験:

1994年～名古屋YMCAで企業フィットネスや高浜市の健康づくりの指導に関わる。その後はフリーとなり、高齢者体操サークル「チーズ体操クラブ」、「スタジオヴィータ」で地域の方の健康づくり、デイサービス「ミライプロジェクト新瑞橋」で体操、レクリエーション指導を実施している。

【到達目標】

レクリエーションを体験・理解して、実際にプログラムを立てて指導できるようになることを目標とする。対象に合わせたリズム体操や軽スポーツをグループで作成、指導できるようになる。

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーション		
2回目	一般の方を対象とした体操の体験、実技を実施し、習得する		
3回目	一般の方を対象とした軽スポーツの体験、実技を実施し、習得する		
4回目	子どもを対象とした体操の体験、実技を実施し、習得する		
5回目	子どもを対象とした軽スポーツの体験、実技を実施し、習得する		
6回目	高齢者を対象とした体操の体験、実技を実施し、習得する		
7回目	高齢者を対象とした軽スポーツの体験、実技を実施し、習得する		
8回目	レクリエーションについて理解、説明ができる		
9回目	グループ実習において対象に合わせた体操を作成し、実践することができる		
10回目	グループ実習において対象に合わせた体操を作成、実践することができる		
11回目	体操指導方法を習得する		
12回目	体操指導を撮影		
13回目	グループ実習において対象に合わせた軽スポーツを作成、実践することができる		
14回目	軽スポーツ指導方法を習得する		
15回目	軽スポーツ実技試験		
準備学習 時間外学習	自身が経験したレクリエーションについて書き出してくる		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	出席率 10% グループ実習（体操） 40% 実技試験 40% 態度 10%
受講生への メッセージ	レクリエーションは健康づくりに役立ち、生活に楽しみをもたらします。授業を通して体験、実施して指導できるようにしましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康管理	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	
科目名 (英)	スポーツ障害 (sports injury)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間Ⅰ・Ⅱ部			(単位)	2	曜日・時限	火曜日・4限

【授業の学習内容】

スポーツ現場において、外傷や障害は起こりうるものであるが、選手やクライアントの方にとっては大きな問題となる。スポーツ外傷・障害について、正しい知識を持ち、適切な応急処置を行えるように学んでいく。

*実務経験:

2009年に日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーを取得。2009年～現在、中部大学春日丘高等学校ラグビー部にてアスレティックリハビリテーションやコンディショニング指導を行う。また、スポーツ整形外科にてアスリートへのアスレティックリハビリテーション指導を行い、現在はデイケアセンターにて高齢者の介護予防の運動指導も行っている。

【到達目標】

- スポーツ外傷・障害について解剖を理解したうえで、説明することができる。
- スポーツ外傷・障害に対して、適切な応急処置を行うことができる。

授業計画・内容			
1回目	関節・筋の構造からスポーツ外傷とはどのようなものか説明ができる		
2回目	足部の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
3回目	足部・下腿の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
4回目	膝の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
5回目	股関節の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
6回目	腰部の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
7回目	頸部・腹部の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
8回目	肩関節の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
9回目	肘関節の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
10回目	手関節・手部の傷害について説明でき、正しい応急処置を習得する		
11回目	スポーツ障害が起きやすい環境について理解し、その対策を習得・説明できる		
12回目	スポーツにおけるリハビリテーションについての知識を習得する		
13回目	まとめ		
14回目	定期試験		
15回目	解説		
準備学習 時間外学習	基礎解剖学を復習し、身体の構造を理解しておく。復習では、各部位における外傷・障害に対しての理解度を深め、正しい応急処置を行ってみる。		
評価方法	1. 定期試験（50％） 2. 確認テスト（40％） 3. 授業態度（10％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	スポーツの現場において、外傷や障害はつきものです。外傷・障害の知識を習得することで、予防や応急処置を実施することが出来ます。スポーツ現場において、正しい知識を持って、実践できるよう学んでいきましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			
新スポーツ外傷・障害とリハビリテーション			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康管理	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	大西 城太郎
科目名 (英)	健康管理概論 (Health Care Introduction)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	火曜・3限

【授業の学習内容】

1. 健康に必要な3要素とそれぞれの問題点に次いで学ぶ
2. メタボリックシンドロームや生活習慣病について、またその人たちへの運動処方の方法を学ぶ
3. 年齢や性別などの違いによる特徴や問題点などについて学ぶ

* 実務経験:

1999年～現在に至るまで様々な年代の人に対して水泳、アクアビクス、ストレッチ、筋力トレーニングなどの指導を実施。また、2006年～関西男子ラクロス選抜、ユースでもトレーナーとしてチーム帯同、2007年～2023年まで立命館大学男子ラクロス部で、2024年からは京都産業大学男子ラクロス部でトレーナーとして活動している。2023年から京都のクリニックで非常勤としてメディカルフィットネスでも指導を行っている。

【到達目標】

1. 自ら健康な生活が送れるようにするための知識を得る
2. 自ら実践し、健康な生活を送るように心がけるようになる
3. 家族や友人などにも授業で得た知識を伝え、自分の周りいる人たちが健康な生活を送れるようにサポートする

授業計画・内容			
1回目	健康の定義について説明ができるようになる。自分の健康状態について考える。		
2回目	健康と栄養についての問題点と解決策について考え、発表する		
3回目	健康と運動習慣についての問題点と解決策について考え、発表する		
4回目	健康と休養（睡眠、ストレス）についての問題点と解決策について考え、発表する		
5回目	サルコペニア・ロコモティブシンドローム・フレイルについて説明ができるようになる（高齢者と運動）		
6回目	メタボリックシンドロームについて説明ができるようになる。運動処方ができるようになる。		
7回目	高血圧について説明ができるようになる。運動処方ができるようになる。		
8回目	2型糖尿病について説明ができるようになる。運動処方ができるようになる。		
9回目	脂質異常症について説明ができるようになる。運動処方ができるようになる。		
10回目	子どもの発育・発達について説明ができるようになる。運動指導案を作成する。		
11回目	女性の3主徴と貧血について説明ができるようになる		
12回目	飲酒・喫煙について説明ができるようになる		
13回目	薬物問題について考える		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	授業で扱うテーマについて事前に調べるなどして、自分なりの考えなどをまとめておくようにしましょう。		
評価方法	1. 定期試験（70％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（20％） 4. 課題成果（10％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	社会生活の中では、自分で考える習慣をつけていくことがとても重要です。この授業を通して自分で考えて答えを出すという習慣を作っていきます。		
【使用教科書・教材・参考書】プリント配布			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業科目名 (英)	エクササイズ演習 スタジオエクササイズⅡ (Studio ExerciseⅡ)	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	伊藤 ひとみ
学科	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (スポーツインストラクター)			(単位)	(2)	曜日・時限	木曜・3限
【授業の学習内容】 フィットネスインストラクターとして必要なスキルの習得。 エアロビクス指導から、あらゆるジャンルの指導に繋がる動作スキルの向上・指導法の習得・構成の理解等を学ぶ。							
* 実務経験: 2000年からインストラクターとして活動。スポーツクラブでのエアロビクス・ダンス系・調整系等の指導。 養成コースの講師経験やプログラム開発、パーソナルトレーナーも実施。 保有資格：日本フィットネス協会ADI・健康運動実践指導者・健康運動指導士							
【到達目標】 様々なカテゴリーに対応できるようチャレンジしましょう。 その中で得意なことを見つけ、生涯の職業となる土台を築き上げる。							

授業計画・内容			
1回目	一年生で学んだ基本動作スキルを理解し、説明できる		
2回目	ウォーミングアップの指導を理解し、説明できる		
3回目	初級クラスの指導を理解し、説明できる		
4回目	初級クラスの構成を理解し、説明できる		
5回目	エアロビックダンスの効果について理解し、説明できる		
6回目	エアロビックダンスの強度を理解し、説明できる		
7回目	ポストパートとクールダウンについて理解し、説明できる		
8回目	シンメトリーコリオ作成を理解し、説明できる		
9回目	ブレイクダウン法について理解し、説明できる		
10回目	オリジナルコリオの指導を理解し、説明できる		
11回目	アドオン法を理解し、説明できる		
12回目	全体の復習		
13回目	試験対策		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	インストラクターとは、指導者であり接客業でもあります。 指導スキルだけではなくホスピタリティある対応ができるよう 内面的向上にも一緒に取り組んでいきましょう。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	授業態度(20%) 出席状況(20%) 定期試験(60%)
受講生への メッセージ	共に学べるのもあと一年。二度とない時間を大切に過ごしてください。 実りある時間になるよう一緒に築いていきましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			
健康・体力づくり事業財団 健康運動実践指導者 養成用テキスト			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	フィットネス総論	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	
科目名 (英)	J A F A 基礎講座						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			(単位)	2	曜日・時限	水曜日・3限

【授業の学習内容】 JAFA（日本フィットネス協会）GFI資格取得に向け、基礎的知識を修得する。

実施者経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。過去1レッスン内にて120名近くの集客実績もあり。

【到達目標】

①カラダの仕組みなど運動指導者としての基本的な知識を習得する
②フィットネスの現場指導における安全性や効果を理論的に説明できる
③ADI筆記試験に合格する

授業計画・内容

1回目	フィットネス概論・運動器の基礎解剖学① 骨と関節について理解し、説明できる		
2回目	運動器の基礎解剖学② 関節運動や、主働筋と拮抗筋、神経系のしくみについて理解し、説明できる		
3回目	運動生理学① 筋線維タイプ、運動のためのエネルギー供給機構について理解し、説明できる		
4回目	運動生理学② 呼吸器と循環器の構造と機能、運動と呼吸循環系について理解し、説明できる		
5回目	体力学・トレーニング科学・運動処方① トレーニングの原理と原則について理解し、説明できる		
6回目	5回目までの小テスト実施。今までの知識についての確認する		
7回目	体力学・トレーニング科学・運動処方② M E T s と運動強度について理解し、説明できる		
8回目	運動と栄養・体重管理① 糖質・タンパク質・脂質、無機質とビタミンについて理解し、説明できる		
9回目	運動と栄養・体重管理② 水、身体組成、肥満の基準判定、体重管理について理解し、説明できる		
10回目	心と運動 運動の心理的効用、運動とストレス、運動の開始と継続について理解し、説明できる		
11回目	運動と安全管理、事故・障害の予防 運動中止の条件、運動傷害、応急処置について理解し、説明できる		
12回目	エアロビックダンスエクササイズ指導理論について理解し、説明できる		
13回目	グループエクササイズ指導理論について理解し、説明できる		
14回目	定期試験		
15回目	解説		
準備学習時間外学習	準備学習：日頃から体を動かした時には、どこの筋肉や骨、関節が関与したか興味を持つ。わからない時は、調べる癖をつける。		
評価方法	1. 定期試験（80％） 2. 小テスト（％） 3. 授業態度（20％） 4. 課題成果（％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生へのメッセージ	座学で退屈と感じるかもしれませんが、なぜ運動が体にいいのかを、知識として基礎からしっかり学習し、理解することで、説得力のあるプロのインストラクターとして活躍できることでしょう。		

【使用教科書・教材・参考書】公益社団法人日本フィットネス協会

フィットネス基礎理論・グループエクササイズ指導理論
エアロビックダンスエクササイズ指導理論

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康・フィットネス演習	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	木村 友紀
科目名 (英)	コーディネーショントレーニング (Coordination Training)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	(2)	曜日・時限	火曜・2、4 限

【授業の学習内容】

コーディネーショントレーニングの定義を理解し説明ができるようになる。

運動神経を刺激し脳と動きの連動性や表現力を高める。

マーカー、ボール、ミニハードル、音、合図など様々な物を利用し身体能力、運動能力の向上を図る。

また正しく指導を行うスキルを習得する。

***実務経験:**

チームトレーナー：高校硬式テニス部、高校ラグビー部、大学ラグロス部、

パーソナルトレーナー：アーティスト、バレリーナ、プロテニスプレーヤー、プロボクサー、プロラグビー選手

京都府国体テニストレーナー、島津全日本テニス室内選手権大会トレーナー

【到達目標】

自身がトレーニングを行い運動神経を刺激し脳と動きの連動性や表現力を高め、身体能力・運動能力が向上する事。

コーディネーショントレーニングの定義を理解し、コーディネーショントレーニングを正しく指導できるようになる事。

各ニーズに合ったトレーニングをプログラミング・指導できるようになる事。

授業計画・内容

1回目	コーディネーショントレーニングについて7つの能力を学習し、説明できる
2回目	ボールを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
3回目	ボールを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
4回目	マーカーを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
5回目	マーカーを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
6回目	ミニハードルを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
7回目	ミニハードルを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
8回目	ラダーを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
9回目	ラダーを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
10回目	ラインを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
11回目	ラインを使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
12回目	様々な物を複合的に使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる①
13回目	様々な物を複合的に使ったコーディネーショントレーニングを理解し、説明できる②
14回目	定期試験
15回目	試験解説

準備学習
時間外学習

コーディネーション能力を高めるためには正しい身体の使い方が求められます。

S A Q トレーニングや解剖学の復習が必要です。

評価方法

1. 定期試験 (%)
2. 小テスト (%)
3. レポート (%)
4. 課題成果 (%)
5. 実地試験 (%)

評価方法はG P A制度となります
100～90点 S
89～80点 A
79～70点 B
69～60点 C
59点以下 F 不合格

定期試験 (80%)、平常点 (20%)

コーディネーショントレーニングはクライアントの子どもから高齢の方まで年齢、性別関係なく楽しくできるものです。

各ニーズに合ったトレーニングをプログラミング・指導できるようになります。

またコーディネーション能力を高めるためには正しい身体の使い方が求められます。

トレーニング種目を覚えるだけでなく一つ一つを理解し、また日頃から動ける身体づくりを行ってください。

【使用教科書・教材・参考書】

Visual Coordination Training / Over70 new and innovative Agility Ladder Drills

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツ科学	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	石塚 文美
科目名 (英)	フィットネス演習 (Fitness Seminar)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	実習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部） (スポーツインストラクター)					曜日・時限	木曜・2限

【授業の学習内容】

- ・実際に現場に出た時に、ヒントになる内容を多く盛りこみ、色々なプログラムを体験し進め方を習得する。
- ・子どもの発育・発達を理解し、年齢に応じた内容でプログラムを立案・実践することができるようになる。

科目名(英)

公共施設、スポーツクラブ、幼稚園、ダンススタジオなどで指導。主に、子どもの体操教室、ダンス教室、新体操教室、幼児総合教室を担当。2006年、自身のダンス教室を立ち上げ、今年で19年目。1998年より現在まで、日本福祉大学、教育・心理学部子ども発達学科 山本秀人教授と『幼児に特化した体操教室』を行う。

【到達目標】

- ・子どもの発育・発達を理解し、各々の年代に合ったプログラムの立案、実践ができる。
- ・習得させたい遊びやゲーム、スポーツの特性を理解して、段階を踏んだ指導ができる力を習得する。

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーション / 安全面について説明ができる。		
2回目	「リレー遊び」を題材に、発達段階に応じた遊び・運動を計画・実践する。		
3回目	保護者との関わりを説明できる。☑		
4回目	「鬼ごっこ」を題材に、発達段階に応じた遊び・運動を計画・実践する。		
5回目	「鬼ごっこ」を題材に、段階を踏んだ指導を考察できる。		
6回目	「キッズダンス」を題材に、プログラムの組み立て、流れなどを習得する。		
7回目	「キッズダンス」を題材に、オリジナルの動きを考察し、指導の流れを習得する。		
8回目	「マット運動」を題材に、発達段階に応じた遊び・運動を計画・実践する。		
9回目	「マット運動」を題材に、段階を踏んだ指導を考察できる。補助のスキルを習得する。		
10回目	「ボール」を使用して、発達段階に応じた遊び・運動を計画・実践する。		
11回目	「ボール」を使用して、段階を踏んだ指導を考察できる。		
12回目	実際にプログラムを立案・指導案を作成し、進め方や流れを考察する。		
13回目	復習・テスト対策		
14回目	定期試験（実技試験）		
15回目	テスト解説・フィードバック		
準備学習 時間外学習	子どもの指導は、保護者への対応も重要な要素となります。分かりやすく丁寧な言葉遣い、礼儀作法も身に付けられるように言動や行動を意識しましょう。		
評価方法	1. 実技試験（60％） 2. 平常点（30％） 3. 出席率（10％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	子どもが運動を好きになるか、嫌いになるかは、指導者の力量にかかっています。安全で楽しいプログラムを考える力を身に付け、運動指導を通して子どもの自己肯定感を高め、心身共に健やかに成長させることができる指導者になりましょう。また、子ども達と一緒に楽しめる事も重要です。		
【使用教科書・教材・参考書】			
『0～5歳児のたのしい運動遊び』黒井信隆・山本秀人編書 いかだ社 『幼児期 運動あそびの進め方』学校体育研究同志会編 『だれでもできるすきになる 幼児の運動指導法』 山本秀人+脇田順子 労働旬報社 他			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康・フィットネス演習	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	伊藤 ひとみ
科目名 (英)	グループフィットネスⅠ (Group FitnessⅠ)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	木曜・2限

【授業の学習内容】

エアロビクス以外のグループ指導を学ぶ。

* 実務経験:

2000年からインストラクターとして活動。

エアロビクス・バレトン・ヨガ・MEGADANZ・ボルドブラ等を指導。

イベントプレゼンター・養成コースの講師・プログラム開発等を経験。

資格：健康運動指導士・ADI

【到達目標】

エアロビクス以外のカテゴリーも経験し、興味を増やしましょう。

授業計画・内容	
---------	--

1回目	ヨガ・太陽礼拝を理解し、指導方法を習得する
2回目	ヨガ・太陽礼拝を理解し、指導方法を習得する
3回目	ヨガ・太陽礼拝を理解し、指導方法を習得する
4回目	ヨガ・ヴィンヤサ以外の指導ができる
5回目	ヨガ・ヴィンヤサ以外の指導ができる
6回目	ヨガ・ヴィンヤサ以外の指導ができる
7回目	調整系エクササイズの効果・特徴を理解し、説明ができる
8回目	調整系エクササイズの効果・特徴を理解し、説明ができる
9回目	様々なダンススタイルの特徴を理解し説明ができる
10回目	様々なダンススタイルの特徴を理解し説明ができる
11回目	様々なダンススタイルの特徴を理解し説明ができる
12回目	復習・試験対策
13回目	試験対策
14回目	定期試験
15回目	解説

準備学習	卒業まで残すところあと半年。		
時間外学習	学んだことを生かす機会を作り、準備の大切さを学びましょう。		

評価方法	1. 定期試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	授業態度 (20%) 出席状況 (20%) 定期試験 (60%)
	2. 小テスト (%)		
	3. レポート (%)		
	4. 課題成果 (%)		
	5. 実地試験 (%)		

受講生への メッセージ	皆さんの可能性も伸びしろもまだまだ無限大です。 限界を決めず、視野を広げて進んでもらえるよう願っています。
----------------	--

【使用教科書・教材・参考書】

公益財団法人 健康運動実践指導者養成用テキスト

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康・フィットネス演習	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	伊藤 ひとみ
科目名 (英)	グループフィットネスⅡ (Group FitnessⅡ)						
学科	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
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）					曜日・時限	木曜・4限
【授業の学習内容】 一年生エアロビックダンスからスタートしたグループ指導の集大成となります。 二年生後期には、校内イベント以外も経験させてもらえる機会があります。 自信に繋がるよう取り組んでいきましょう。 *実務経験: 2000年からインストラクターとして活動。 エアロビクス・バレトン・ヨガ・MEGADANZ・ボルドブラ等を指導。 イベントプレゼンター・養成コースの講師・プログラム開発等を経験。 資格：健康運動指導士・ADI							
【到達目標】 音楽に合わせてのグループ指導の長所をしっかりと理解し、将来に生かせる自信を持ち卒業する							

授業計画・内容			
1回目	ファイナルソングの選曲ポイント・曲の構成を理解し説明ができる		
2回目	シングルリード・シンメトリーの特徴を理解し説明ができる		
3回目	曲の特徴を理解しコリオを作成できる		
4回目	曲の特徴を理解しコリオを作成できる		
5回目	ブレイクダウンを理解し説明ができる		
6回目	ブレイクダウンを理解し説明ができる		
7回目	ウォームアップからクールダウンまでの流れを理解し説明ができる		
8回目	ウォームアップからクールダウンまでの流れを理解し説明ができる		
9回目	初級クラスの指導を理解し説明ができる		
10回目	初級クラスの指導を理解し説明ができる		
11回目	初級クラスの指導を理解し説明ができる		
12回目	復習・試験対策		
13回目	試験対策		
14回目	定期試験		
15回目	解説		
準備学習 時間外学習	卒業まで残すところあと半年。 学んだことを生かす機会を作り、準備の大切さを学びましょう。		
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	授業態度 (20%) 出席状況 (20%) 定期試験 (60%)
受講生への メッセージ	皆さんの可能性も伸びしろもまだまだ無限大です。 限界を決めず、視野を広げて進んでもらえるよう願っています。		
【使用教科書・教材・参考書】			
公益財団法人 健康運動実践指導者養成用テキスト			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康・フィットネス演習	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	AD対策Ⅰ (Exam Preparation for ADⅠ)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	
【授業の学習内容】							
前期では、基本動作や基本のキューイングを中心に、インストラクターとしての基礎を作っていきます。 A D BⅠ、A DⅠの実技試験に合格できるように基本動作と、プログラミングについて学習します。 実務経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。過去1レッスン内に120名近くの集客実績もあり。							
【到達目標】①エアロビクスのクラスが実際に担当できるようにしましょう。②グループエクササイズ指導のスキルを身につけましょう。③A D BⅠの実技試験に合格しましょう。							
授業計画・内容							
1回目	自己紹介。デモレッスン受講。フィットネスクラブでのニーズやトレンドを習得する。						
2回目	第1章有酸素運動の基礎知識① ・運動強度、実施効果について習得する。						
3回目	第1章有酸素運動の基礎知識② ・有酸素運動のトレーニング条件、運動強度の評価法について習得する。						
4回目	第1章有酸素運動の基礎知識③ ・目標心拍数の計算、エネルギー消費量の計算について習得する。						
5回目	第1章の知識の定着度の確認。ミニテストの実施。						
6回目	第2章エアロビクスの歴史と運動特性について習得する。						
7回目	第3章エアロビクスの基本の動き① ・良い姿勢、動き方の注意点について習得する。						
8回目	第3章エアロビクスの基本の動き② ・下肢の動き、上肢の動きについて習得する。						
9回目	第3章エアロビクスの基本の動き③ ・下肢と上肢の動きの組み合わせについて習得する。						
10回目	第2章、第3章の知識の定着度の確認。ミニテストの実施。						
11回目	エアロビクスのプログラミングについて習得する。						
12回目	プログラミングしたレッスンの発表会の開催。フィードバックと修正の実施。						
13回目	テスト対策。前期の復習						
14回目	定期試験						
15回目	解説						
準備学習 時間外学習	《準備学習》レッスンを受講できる環境の者は、一度受講してみる。音楽を聴くときに、8カウントを数えてみる。						
評価方法	1. 定期試験 (%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	授業態度 (20%) 出席状況 (20%) 定期試験 (60%)				
受講生への メッセージ	フィットネスクラブ等で、レッスンを担当できるように学習するクラスです。一度に大勢を指導できる技術は、フィットネスクラブに限らず、部活や、介護施設、子供のスクールなど様々な現場でニーズがある能力です。しっかりと基礎や理論を学ぶことで、臨機応変に対応できるプログラム作りができ、お客様から信頼されるインストラクターになれます。						
【使用教科書・教材・参考書】エアロビクダンスエクササイズ指導理論							

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	健康・フィットネス演習	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	A D 対策Ⅱ (Exam Preparation for AD Ⅱ)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間	30	開講区分	集中
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	2	曜日・時限	

【授業の学習内容】

前期では、基本動作や基本のキューイングを中心に、インストラクターとしての基礎を作っていきます。
A D B I、A D Iの実技試験に合格できるように基本動作と、プログラミングについて学習します。
実務経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。過去1レッスン内に120名近くの集客実績もあり。

【到達目標】

- ①エアロビクスの30分～45分のクラスが実際に担当できるようにしましょう。
- ②ADBI、ADIの実技試験に合格しましょう。
- ③フィットネスクラブオーディションを受けられるようになりましょう。

授業計画・内容

1回目	デモレッスンを受講 後期で学習するエアロビックダンスエクササイズについて理解し、実習する
2回目	メインパートの強度変換について理解し、実習する
3回目	メインパートの上肢、下肢のつながりについて理解し、実習する
4回目	エアロビックダンスエクササイズ指導法、指導の循環、キューイングについて理解し、実習する
5回目	エアロビックダンスエクササイズのプログラミングについて理解し、実習する
6回目	10分間のメインパートを作成し、指導できるように練習する
7回目	10分間のメインパートの発表① フィードバックを実施
8回目	10分間のメインパートの発表② フィードバックを実施 改善をし、再び発表
9回目	ウォーミングアップ、クールダウンについて理解し、実習する①
10回目	ウォーミングアップ、クールダウンについて理解し、実習する② 作成する
11回目	A D B I の実技試験内容を実習し、習得する
12回目	A D I の実技試験内容を実習し、習得する①
13回目	A D I の実技試験内容を実習し、習得する② 発表する
14回目	定期試験
15回目	解説

準備學習時間
外學習

準備学習：レッスンを受講できる環境の者は、一度受講してみる。

評価方法	1. 定期試験 (80%) 2. 小テスト (%) 3. 授業態度 (20%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
------	---	---	--

受講生への メッセージ	フィットネスクラブ等で、レッスンを担当できるように学習するクラスです。一度に大勢を指導できる技術は、素晴らしい能力です。しっかりと基礎や理論を学ぶことで、より体にいいプログラム作りができ、お客様から信頼される本物のカッコいいインストラクターになることができますよ。
----------------	---

【使用教科書・教材・参考書】エアロビックスエクササイズ指導理論

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツビジネス総論	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	松沢 恵美 実習先担当者
科目名 (英)	スポーツメディア論 (Sports Media Theory)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	集中
コース	昼間 (I ・ II 部)					曜日・時 限	

【授業の学習内容】

マラソンのイベントの運営を行う。
各所ドリンクブース、救護ブース、参加者の誘導など、人員配置や各ブースでの業務内容の取り決め、またスタッフの管理など、大会運営に関する内容を実習を通じて学び、説明ができる。
※実務者経験：トレーナーとしてフィットネスクラブの立ち上げやイベントサポート、各種プログラム作成などのマネジメントを行う。(松沢)
テレビ愛知…各部署担当者による。

【到達目標】

イベント・大会主催に関する運営体制づくりについて説明ができる。
〈具体的な目標〉
①主催団体の安全管理責任について説明ができる。
②スタッフに対する安全教育について説明ができる。
③利用施設に関する注意事項の項目について説明ができる。
④様々な環境に対する安全管理について説明ができる。

授業計画・内容

1回目	大会運営に関して、担当者との打ち合わせ		
2回目	担当者との企画立案に対するディスカッション		
3回目	大会運営に対する安全管理について説明ができる		
4回目	ブース運営について担当者とのディスカッション①		
5回目	ブース運営について担当者とのディスカッション②		
6回目	ステージ発表について担当者とのディスカッション①		
7回目	ステージ発表について担当者とのディスカッション②		
8回目	特殊環境における対策方法について説明ができる		
9回目	イベント本番 ・ドリンクエリア運営サポート ・救護ブース運営サポート ・ステージ発表サポート ・参加者誘導サポート		
10回目			
11回目			
12回目			
13回目			
14回目			
15回目	(まとめ) 今後のスポーツイベントサポートに向けての修正案発表		
準備学習時間 外学習	新聞やネットニュースで今起きているスポーツビジネスに関連する問題を調べておいてください。		
評価方法	発表 50% 提出レポート 50%	評価方法は GPA 制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	発表と提出課題で評価します。
受講生への メッセージ	企業との産学連携になります。 学んできたことを実践で活かせるように頑張りましょう。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツビジネス総論	必修選択	必修	年次	2	担当教員	松沢 恵美
科目名 (英)	スポーツマーケティング論 (Sports Marketing Theory)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	演習	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	(2)	曜日・時限	金曜日・2限

【授業の学習内容】

スポーツを指導する範囲にとどめることなく、経営・運営、何よりも社会とのかかわりを理解しておくことで、『社会に存在』を認められることになる。そのためにもマーケティングの理論と実例を通してビジネスのイメージを構築して、スポーツというツールを活用できる発想力ができるように期待する。

※実施者経験：2003年に日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格を取得。その後、ハンドボール、テニス、陸上競技を中心とした現場でコンディショニング、トレーニング指導を担当。テニスにおいてはプロ選手の専属もおこない、日本テニス協会主催の国際大会においてオフィシャルトレーナーを務める。病院併設の運動器リハビリセンターや、フィットネスクラブの立ち上げにも関わる。

【到達目標】

ショップ運営・クラブ運営・イベント運営などに共通する顧客志向をベースにビジネスモデルをシミュレーションを通して構築する。

〈具体的な目標〉

目標①ターゲットとなる市場の情報収集して、ビジョンをまとめる。目標②ビジョンを具体化するための施策を構築する。
目標③ビジネスモデルを発表してディスカッション能力を高める。

授業計画・内容		
1回目	目標①マーケティングの概要が理解して説明できる	
2回目	目標①ターゲットに関する社会的背景問題が理解して説明できる	
3回目	目標①ターゲットの実態を調査・把握方法が理解して説明できる	
4回目	目標①ターゲットに提供できる商品（物品・サービス・知的財産）の定義について理解して説明できる。	
5回目	目標①商品に関する定義を発表してディスカッションを行い説明できる。	
6回目	目標②事業計画に必要なを具体的にするために商品詳細・広報・人事・収益モデルが理解して説明できる	
7回目	目標②ディスカッション意見を参考に商品開発をする。	
8回目	目標②商品の価格設定をするための収益モデルについて理解して説明ができる	
9回目	目標②開発した商品をターゲットが購入に至る心理について理解して説明ができる	
10回目	目標②商品を購入するための広報戦略について理解して説明ができる	
11回目	目標②開発した商品のPOP・パンフレットについて理解して説明ができる	
12回目	目標②運営組織の構築について理解して説明ができる	
13回目	目標②最終的な収支モデルを構築してビジネスモデルとしてまとめることができる	
14回目	（まとめ）ビジネスモデルとして発表を行う。①	
15回目	（まとめ）ビジネスモデルとして発表を行う。②	
準備学習時間 外国学習	日経新聞などビジネスに関連する情報に触れて、社会・政治・企業の対策など一般的な動向にアンテナを張る努力が必要である。 東京オリンピックが近づくにつれて、スポーツが経済効果としてどのように影響するのかを意識しておくことも大切である。	
評価方法	発表５０％ 提出レポート５０％	評価方法はGPA制度となります １００～９０点 S ８９～８０点 A ７９～７０点 B ６９～６０点 C ５９点以下 F 不合格 発表と提出課題で評価します。
受講生への メッセージ	スポーツ活動は、そのままビジネスに応用できる実践体験であることに気づくことが、運動経験者の強みである。 対戦相手を調べ、勝つための戦略を立て、そのためのトレーニングを積み当日までのコンディショニングを実行する。 自分たちに備わっている内部資源を応用できるように意識を高めよう。	
【使用教科書・教材・参考書】		

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツビジネス総論	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	黒柳 茂
科目名 (英)	スポーツマネジメント概論 (Sports Management Introduction)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部） （スポーツビジネス）			（単位）	2	曜日・時限	木曜・2限
【授業の学習内容】 スポーツビジネス概論の中で実践につなげるために「理論領域」と「実技領域」に分けられます。理論領域には「Ⅰ必要とされる資質」「Ⅱ職務知識」「Ⅲ一般知識」の3つである。実技領域には「Ⅳマナー、接遇」「Ⅴ技能」の2つである。以上5つのポイントを学習します。 *実務経験: 愛知県の商業高校でビジネス実務経験があり、検定委員を担当する。スポーツ推進委員長として各種スポーツ団体、スポーツクラブ理事長、レクスポーツなどを現在担当。過去高校では、ゴルフ部、サッカー部などのスポーツ関係の監督、指導などを経験。全国スポーツ推進功労者表彰受ける。							
【到達目標】 理論、実技領域とも60％以上が合格となります。どちらか一方が60％未満のときは不合格となります。定期試験、USB、態度などを守り、検定合格を目標として学習する。							

授業計画・内容			
1回目	【第1章 必要とされる資質】 ①秘書の心構えについて説明できるようになる。		
2回目	②要求される資質について説明できるようになる。		
3回目	【第2章 職務知識】 ①秘書の機能と役割について説明できるようになる。		
4回目	②職務の上手心得と仕事の進め方について説明できるようになる。		
5回目	【第3章 一般知識】 ①企業の基礎知識と社会常識について説明できるようになる。		
6回目	【第4章 マナー、接遇】 ①職場での話し方について説明できるようになる。		
7回目	②電話応対、接遇について説明できるようになる。		
8回目	③交際について説明できるようになる。		
9回目	【第5章 技能】 ①会議、文書の作成について説明できるようになる。		
10回目	②文書の取り扱いについて説明できるようになる。		
11回目	③資料管理、日程管理について説明できるようになる。		
12回目	④仕上げ1、2 について説明できるようになる。		
13回目	⑤模擬試験について説明できるようになる。		
14回目	定期試験		
15回目	まとめ、解説		
準備学習 時間外学習	集中講義改定版のテキストケーススタディで学ぶ。ファイリング、USBなどで保存繰り返し学習する。		
評価方法	1. 定期試験(60%) 2. 課題(20%) 3. 授業態度、出欠(20%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	知識だけでなく、態度、振る舞い、話し方の調子など体得部分があり、知識と連結しています。		
【使用教科書・教材・参考書】			
実務技能検定協会 秘書検定 集中講義 3級（早稲田教育出版）			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	専門的コンディショニング	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	スポーツマネジメント演習 (Sports Management Seminar)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時限	金曜・3限
【授業の学習内容】							
子どもの運動指導及び子どもイベントの企画・運営。スポーツイベントの運営や予算案など、キッズ及びスポーツ全体のマネジメントについての知識を学び、演習を通して子供の運動指導や子供イベントの企画・運営・予算管理等を実施していく。							
実務者経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。 過去1レッスン内にて120名近くの集客実績もあり。							
【到達目標】							
子どもの運動指導の実施スキル・イベント企画・運営力等現場でマルチに動けるスキルを身につけられるようにする							

授業計画・内容			
1回目	オリエンテーション		
2回目	子どもの運動指導についての内容を理解し、指導スキルを習得する①		
3回目	子どもの運動指導についての内容を理解し、指導スキルを習得する②		
4回目	子どもイベントを企画するための知識を身につけ、実際に企画できるようになる①		
5回目	子どもイベントを企画するための知識を身につけ、実際に企画できるようになる②		
6回目	スポーツイベントを企画するための知識を身につけ、実際に企画できるようになる①		
7回目	スポーツイベントを企画するための知識を身につけ、実際に企画できるようになる②		
8回目	イベントを運営する上での予算管理についての知識を身につけて説明ができるようになる①		
9回目	イベントを運営する上での予算管理についての知識を身につけて説明ができるようになる②		
10回目	販売促進のツールについての知識を身につけて、実際にツール作成ができるようになる①		
11回目	販売促進のツールについての知識を身につけて、実際にツール作成ができるようになる②		
12回目	試験対策演習①		
13回目	試験対策演習②		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	運動指導について気を付けることなどを事前に調べ、安全に実施ができるようにするにはどうするかを調べておくようにする		
評価方法	1. 定期試験（90％） 2. 小テスト（％） 3. レポート（％） 4. 出席率（10％） 5. 実地試験（％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	指導や企画のみに特化するだけではこれから先の社会では通用しないです。双方のスキルを身につけて自身で企画から運営まで携われるような人材になれるように学んでいきましょう！		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツビジネス総論	必修選択	必修	年次	2	担当教員	松沢 恵美
科目名 (英)	クラブマネジメント (Club management)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	講義	総時間	30	開講区分	後期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	(2)	曜日・時限	水曜日・1限

【授業の学習内容】

スポーツクラブ等においてクラブマネジメントのための諸活動をサポートするため、マネジメントに不可欠な「コミュニケーションスキル」、「マーケティング」、「経営戦略」、「運営」、「財務」、「評価」の基礎的知識を身につける。
 実施者経験：2003年に日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格を取得。その後、ハンドボール、テニス、陸上競技を中心とした現場でコンディショニング、トレーニング指導を担当。テニスにおいてはプロ選手の専属もおこない、日本テニス協会主催の国際大会においてオフィシャルトレーナーを務める。

【到達目標】

日本スポーツ協会公認アシスタントマネジャー資格取得を目指し、生涯スポーツ社会実現のための新しい仕組みともいえる「総合型地域スポーツクラブ」の存在を認知し、自身のスポーツに関わる職業の活躍の場を探すきっかけづくりに期待する。

授業計画・内容

1回目	オリエンテーション 総合型地域スポーツクラブとはなにか説明できる。
2回目	地域スポーツを取り巻く環境について理解し、説明することができる。
3回目	「スポーツ基本法」と「スポーツ基本計画」について説明することができる。
4回目	クラブマネジャーの役割について説明することができる。
5回目	経営戦略の重要性について説明することができる。
6回目	スポーツクラブのリスクマネジメントを理解し、説明することができる。
7回目	クラブのつくり方について説明することができる。
8回目	法人格の取得について説明することができる。
9回目	財源の確保のための参加料の設定ができる。
10回目	ケーススタディ（事例クラブ紹介）①
11回目	ケーススタディ（事例クラブ紹介）②
12回目	事業シュミレーションで、プレゼンテーションが行える。
13回目	総復習
14回目	定期試験
15回目	試験解説
準備学習時間 外学習	専門用語、業界用語の意味を十分に理解を深めておく。

評価方法	1. 定期試験 (100%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生へのメッセージ	より実践を踏まえながら、学びを深めましょう。どんな「総合型地域スポーツクラブ」があるのか自身でも調べてみましょう。		

【使用教科書・教材・参考書】

参考：（公財）日本スポーツ協会公認アシスタントマネジャー 養成テキスト

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツビジネス	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	スポーツビジネス演習Ⅲ (Sports Business Seminar III)						
学科	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
コース	昼間Ⅰ・Ⅱ部 (スポーツビジネスコース)					曜日・時限	金曜・2限

【授業の学習内容】

ビジネス・マネジメントの基礎知識を習得する。演習を通じて習得した知識から新しいものを創造する力を身につける。

*実務者経験：井戸田：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルの他、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。

【到達目標】

社会人としての基礎知識を習得し、社会に出た際に柔軟に適應できるようになる。

授業計画・内容

1回目	オリエンテーション
2回目	会社に入るといこと①について理解し、説明することが出来る。
3回目	会社に入るといこと②について理解し、説明することが出来る。
4回目	会社に入るといこと③について理解し、説明することが出来る。
5回目	組織の中で働くといこと①について理解し、説明することが出来る。
6回目	組織の中で働くといこと②について理解し、説明することが出来る。
7回目	組織の中で働くといこと③について理解し、説明することが出来る。
8回目	「社会人基礎力を高める」①について理解し、説明することが出来る。
9回目	「社会人基礎力を高める」②について理解し、説明することが出来る。
10回目	自分を成長させるキャリアパス①について理解し、説明することが出来る。
11回目	自分を成長させるキャリアパス②について理解し、説明することが出来る。
12回目	企業人として遵守すべき規範とはについて理解し、説明することが出来る。
13回目	社会人としての自分を守り高めるについて理解し、説明することが出来る。
14回目	定期試験
15回目	試験解説

準備学習
時間外学習

教科書の内容を確認しながら、自分が将来社会に出た際の守るべきルールなどをイメージして下さい。

評価方法	1. 定期試験 (80%) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (20%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
------	---	---	--

受講生へのメッセージ
新社会人として社会に出た時に、こういった基礎力を職場で研修される機会はありません。今の内からしっかりと知識として蓄え、常識を持って会社の輪に入っていけるようになっていきましょう。

【使用教科書・教材・参考書】

2024年度版 新社会人の基礎力109

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	スポーツビジネス演習	必修選択	必修	年次	2	担当教員	井戸田 修一
科目名 (英)	イベント企画演習 (Event Planning Seminar)						
学科	スポーツ科学科	授業形態	演習	総時間	60	開講区分	後期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (スポーツビジネス)			(単位)	(4)	曜日・時限	木曜・1限

【授業の学習内容】

スポーツイベントにおける企画から運営までを想定し、個人、又はグループでの発案・プレゼンテーションを中心に進めていく。対象も、年齢や運動レベルなどを基準に、様々なカテゴリーを想定して企画から運営までの発案、プレゼンテーションを行っていく。実務者経験：大学卒業後、スポーツクラブで約12年勤務。自分自身の現場の中で培った接客等のスキルはもちろん、店長としての現場マネジメントを通して、店舗運営や人材育成等多岐に渡り担当。スタジオレッスンも多数担当。過去1レッスン内にて120名近くの集客実績もあり。

【到達目標】

スポーツイベントにおける企画から運営までについての発案力を身に付ける。
また、その内容を企業側・チーム側等に具体的に分かりやすくプレゼンテーションを通して伝える力を身に付ける。

授業計画・内容			
1回目	スポーツチームが行っているスポーツイベントについて調べ、共有できる		
2回目	スポーツイベントがもたらす効果について説明ができる		
3回目	イベント企画においての手順や注意点について説明ができる		
4回目	高齢者向けスポーツイベントの企画演習を行う		
5回目	高齢者向けスポーツイベントの企画発表を行う/フィードバック		
6回目	子供向けスポーツイベントの企画演習を行う		
7回目	子供向けスポーツイベントの企画発表を行う/フィードバック		
8回目	イベントの有効な広告方法・宣伝方法について説明ができる		
9回目	広告やチラシの作成を行う		
10回目	Jリーグについて調べ、Jリーグチームに提案することを想定した、スポーツイベント企画演習を行う		
11回目	Bリーグについて調べ、Bリーグチームに提案することを想定した、スポーツイベント企画演習を行う		
12回目	グループ発表準備①		
13回目	グループ発表準備②		
14回目	実技試験を行う		
15回目	試験解説		
準備学習時間 校外学習	日頃から様々なスポーツイベントについて情報を収集すること。高齢者の特徴や子供の特徴、または運動レベル別など様々なカテゴリーの人たちの特徴について調べておく必要がある。		
評価方法	1. 定期試験（％） 2. 課題成果（100％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	イベントに参加する側、企画する側の両側面からしっかりと物事を捉え、企画から運営までを行えるようにしていきましょう。また、プレゼンテーションを通して人に伝えることも大切です。		
【使用教科書・教材・参考書】			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

科目名 (英)	グローバルプログラムII (Global Program II)	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	ILC Michael Earnest
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間(Ⅰ・Ⅱ部)			(単位)	2	曜日・時限	火・2

【授業の学習内容】

スポーツ場面における「ビジネス英語」の内容を中心に、学生の将来のキャリアにおいて、スポーツ業界で必要な英語を身につけ、職場において簡単な英語でコミュニケーションができるようになることを目標とする。
スポーツ現場におけるグローバル会に対応するために必要となる基本的な英会話を実践形式で学習する。
実務者経験：TEFL及びTESOL(英語教授に関わる資格)を取得し、2021年より英語講師として教育機関にて勤務してきた。

【到達目標】

スポーツ現場におけるグローバル会に対応するため、スポーツビジネス現場での接客やトレーナーの現場で必要となる英語コミュニケーションを主とする語学スキルを習得する。英会話を中心とした演習授業を行い、ビジネス基礎レベルの英語力を身につけることを目標とする。

授業計画・内容			
1回目	Unit 7 イントロダクション。仕事の内容を説明できる。ジムのルールを説明できる。		
2回目	Unit 7 仕事について会話できる。職場・ジムで指示することができる。		
3回目	Unit 8 今後の打合せの約束について話すことができる。カレンダーの日付、時間の言い方が分かる。		
4回目	Unit 8 ミーティングをスケジュールすることができる。お客や同僚に謝ることができる。		
5回目	Unit 9 ロケーションを説明できる。道案内ができる。		
6回目	Unit 9 数字1,000-1,000,000を言えるようになる。物の値段について質問・説明できる。お店で買い物ができる。		
7回目	Unit 10 予約を取ることができる。フライトを手配できる。		
8回目	Unit 10 レンタカーを借りることができる。期間を説明できる。		
9回目	Unit 11 丁寧に依頼をすることができる。締切りを理解し対応することができる。		
10回目	Unit 11 手助けを申し出ることができる。イベントの詳細について確認できる。		
11回目	Unit 12 コーヒーショップ・ファストフードコーナーで注文できる。人からの誘いに対応できる、または誘われた際に対応できる。		
12回目	Unit 12 いろいろな食べ物について会話できる。友人・仕事関係者との集まりを取り決めることができる。		
13回目	復習		
14回目	定期試験		
15回目	定期試験返却、解説		
準備学習 時間外学習	授業の前に、教科書をよく読み、予習が必要。		
評価方法	1. 定期試験 (100 %) 2. 小テスト (%) 3. レポート (%) 4. 課題成果 (%) 5. 実地試験 (%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F不合格	
受講生への メッセージ	受身の姿勢ではなく、自分から発信し、積極的な姿勢で授業に参加してください。 英語を楽しく学びましょう。分からない時は遠慮せずに先生に質問してください。		
【使用教科書・教材・参考書】			
Business Venture Beginner			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

科目名 (英)	グローバルコミュニケーションⅡ (Global Communication Ⅱ)	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	ILC Michael Earnest
学科	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
コース	昼間(Ⅰ・Ⅱ部)					曜日・時間	月・2

【授業の学習内容】

リスニング、リーディング、スピーキング、ライティングの4技能を統合的に学び、興味関心のあることについての簡単な文章の読み書き、また買い物やその他の日常生活についての平易な会話ができるようになる。
実務者経験：TESOL(英語教授法)の修士号を取得し、2002～2009年まで英語非常勤講師として教育に携わる。2010年より(株)国際教育社において専門学校での英語教育(基礎英語、ビジネス英語、医学英語)に携わる。

【到達目標】

スポーツ現場におけるグローバル会に対応するため、スポーツビジネス現場での接客やトレーナーの現場で必要となる英語コミュニケーションを主とする語学スキルを習得する。英会話を中心とした演習授業を行い、ビジネス基礎レベルの英語力を身につけることを目標とする。

授業計画・内容			
1回目	Unit 7.1 「数量詞」(加算名詞・不可算名詞)を理解できる。一番好きな食べ物について話すことができる。		
2回目	Unit 7.2 「動名詞」とTO不定詞を理解できる。食品の味や調理形態について話すことができる。		
3回目	Unit 8.1 接続詞[if / when]の使い方を理解できる。旅行に関する表現を理解できる。自分の町で何をするのかについて話すことができる。		
4回目	Unit 8.2 [to/for]の使い方を理解できる。過去に行った旅行について話すことができる。		
5回目	Unit 9.1 「形容詞の比較級」を理解できる。アクセサリーを説明できる。いろいろな物を比較する会話ができる。		
6回目	Unit 9.2 「形容詞の最上級」を理解できる。顔や髪などの特徴に関する語彙を使って、写真に写っている人を説明できる。		
7回目	Unit 10.1 [have to]の使い方を理解できる。仕事でどのように危険を避けるかを話し合うことができる。		
8回目	Unit 10.2 怪我や病気について話すことができる。これから先のことについて予測できる。(次回授業の課題を与える。)		
9回目	授業なし。課題対応。		
10回目	Unit 11.1 (課題を回収する。) 「現在完了形(経験)」を理解できる。 今までに経験したことのあることや経験したことのないことについて話し合うことができる。		
11回目	Unit 11.2 ソーシャルメディアについての内容を読む、話す、質問することができる。		
12回目	Unit 12.1 [be like]を使って、天気について話すことができる。		
13回目	Unit 12.2 + 復習 「関係代名詞(who, which, that)」の使い方を理解できる。場所、人、物事を説明できる。		
14回目	定期試験		
15回目	定期試験返却、解説		
準備学習 時間外学習	授業の前に、教科書をよく読み、予習が必要。		
評価方法	1. 定期試験(100 %) 2. 小テスト(%) 3. レポート(%) 4. 課題成果(%) 5. 実地試験(%)	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	
受講生への メッセージ	受身の姿勢ではなく、自分から発信し、積極的な姿勢で授業に参加してください。 英語を楽しく学びましょう。分からない時は遠慮せずに先生に質問してください。		
【使用教科書・教材・参考書】			
Evolve 2			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	ビジネススキル	必修 選択	必修 (選択)	年次	2	担当教員	熊崎 悦子
科目名 (英)	MOSスペシャリスト (MOS Specialist)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	講義 演習	総時間 (単位)	30 (2)	開講区分	前期
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (スポーツビジネス、他)					曜日・時限	
【授業の学習内容】 スポーツ系は、Excelスキルは必須となるので、Microsoft Office Specialist Excel2019の試験対策を行い取得をすることを目的とします。 主にExcelの基本的で多岐に渡る操作に関する資格になりますので、試験の傾向と解答のコツを説明しながら模擬試験を行うスタイルの授業になります。この授業を受けることで、Excelの幅広い操作を習得することができます。							
* 実務経験: 専門学校にてWord、Excel、PowerPoint、ホームページ制作などのPCに関係する授業を約21年行う。就労移行支援事業所のPC講座を約9年行い継続中。また、Web関係のプログラミングを中心としたIT関連の業務を主に行っている。基本情報処理技術者、MOS(Excel365&2023)、工業高校教員2級を所持。							
【到達目標】 Microsoft Office Specialist Excel365&2023の試験対策を経て、MOSを取得することです。							

授業計画・内容			
1回目	MOS Excel2023 受験申込する。MOS試験について理解ができる。		
2回目	MOS Excel2023 Excel環境の管理を習得する（第1章） 模擬試験1を練習モードで行い試験手順がわかる		
3回目	MOS Excel2023 セルデータの作成ができる（第2章） 模擬試験1を練習モードで行い解答が理解できる		
4回目	MOS Excel2023 セルやワークシートの書式設定ができる（第3章） 模擬試験2を練習モードで行い解答が理解できる		
5回目	MOS Excel2023 ワークシートやブックの管理ができる（第4章） 模擬試験3を練習モードで行い解答が理解できる		
6回目	MOS Excel2023 数式や関数を使うことができる（第5章） 模擬試験4を練習モードで行い解答が理解できる		
7回目	MOS Excel2023 視覚的なデータの表示をすることができる（第6章） 模擬試験5を練習モードで行い解答が理解できる		
8回目	MOS Excel2023 ワークシートのデータ共有をすることができる（第7章） 模擬試験1を本番モードで行い習得する		
9回目	MOS Excel2023 データの分析と生理をすることができる（第8章） 模擬試験のランダム出題で練習を行い操作の習得をする		
10回目	MOS Excel2023 模擬試験1～5を本番モードで行い操作の習得をし、実力判定テストを行い操作の習得をする		
11回目	MOS Excel2023 模擬試験1～5を本番モードで行い操作の習得をする		
12回目	MOS Excel2023 模擬試験1～5を本番モードで行い操作の習得をし、実力判定テストを行い操作の習得をする		
13回目	MOS Excel2023 模擬試験1～5を本番モードで行い練習を重ねて理解を深める		
14回目	MOS Excel2023 模擬試験1～5を本番モードで行い練習を重ねて理解を深める		
15回目	MOS Excel2023 試験を受けて、合格をする		
準備学習 時間外学習	○授業中に大切であると話した箇所は何度も復習をする。 ○模擬試験問題を徹底的に解いて、問題出題方法に慣れること。 ○模擬試験問題を徹底的に解くことで操作方法を覚えること。		
評価方法	1. 定期試験（％） 2. 小テスト（50％） 3. レポート（％） 4. 課題成果（％） 5. 実地試験（50％）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	評価は、2度の「実力判定テスト」の結果50％と 実際の試験結果50％で行います。 実地試験の50％は、本試験で合格の場合のみです。
受講生への メッセージ	Excelの基本操作を覚えるための資格試験です。 スキルアップになるだけでなく、取得をすると履歴書へ書くことができます。 就職にも有利になりますので、がんばって合格しましょう！		
【使用教科書・教材・参考書】			
○テキスト Microsoft Office Specialist攻略問題集Excel365&2023（日経BP社）			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	ビジネススキル	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	熊崎 悦子
科目名 (英)	情報技術Ⅲ (Computer SkillⅢ)						
学科	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
コース	昼間 (Ⅰ・Ⅱ部) (スポーツビジネス)					曜日・時限	火曜・4限

【授業の学習内容】

Word、Excel、PowerPointにおいて、情報技術ⅠおよびⅡよりもよりビジネスシーンに近い内容を行います。Wordでは、企画書を作成するのに便利な機能や名刺作成の習得、Excelでは、見積書、勤怠表などで使用する関数やアンケート集計に役立つピボットテーブルの習得、PowerPointでは、プロモーションに役立つ自動スライドショーの作成方法を習得することができるようになります。

* 実務経験：

専門学校にてWord、Excel、PowerPoint、ホームページ制作などのPCに関係する授業を約20年行う。就労移行支援事業所のPC講座を約9年行い継続中。Webサイト制作、プログラミングも請負中。(使用言語：ExcelVBA、AccessVBA、PHPなど) 基本情報処理技術者、MOS Excel2019、工業高校教員2級を所持。

【到達目標】

ビジネスに必要な技術を習得すること。

授業計画・内容			
1回目	Word&Excel Wordの文書にExcelのデータを差し込んで利用する方法がわかる		
2回目	Word1 名刺を作成する方法がわかる		
3回目	Word2 段組みについて理解ができる		
4回目	Word3 企画書の作成に便利な機能を習得する		
5回目	Word4 通知書の作成方法を習得する		
6回目	Excel1 基本的な関数とグラフの作成を習得できる		
7回目	Excel2 テーブル（データベース）としての活用方法がわかる、条件付き書式の使い方がわかる		
8回目	Excel3 別表参照の方法がわかる（見積書、納品書などの作成ができる）		
9回目	Excel4 顧客管理をするための機能を習得する		
10回目	Excel5 ピボットテーブルの使い方を理解できる		
11回目	PowerPoint1 マスタースライドの変更方法を習得する。プロモーション用の自動スライド作成方法がわかる		
12回目	PowerPoint2 プロモーション用の自動スライド作成方法がわかり、作成することができる（課題）		
13回目	PowerPoint3 プロモーション用の自動スライドを作成することができる（課題）		
14回目	Word、Excelのこれまで学んだ内容から資料を作成できる。（期末試験）		
15回目	解説		
準備学習 時間外学習	○Word 機能習得のための復習が必要です ○Excel ピボットテーブルの使い方や条件付き書式の使い方の復習が必要です。 ○PowerPoint プロモーション用の自動スライドショー作成のための事前準備として、デザインや写真、イラストの準備が必要です。		
評価方法	1. 定期試験（60%） 2. 小テスト（%） 3. レポート（%） 4. 課題成果（30%） 5. 実地試験（10%）	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	○PowerPointは、課題作成と提出にて評価を行う。 ○WordとExcelは、定期テストにて評価を行う。
受講生への メッセージ	情報技術Ⅲでは、基本から少し発展した内容になります。授業の80%ほどで、ビジネスシーンにて使われるような内容を学習してもらいます。 即戦力としてPCを操作できるようになることを目標としています。		
【使用教科書・教材・参考書】			
○30時間アカデミックWord&Excel2019（1年生で使用したテキストを使います） ○USBフラッシュメモリ			

名古屋医健スポーツ専門学校 2025年度 シラバス

授業	アスレティックトレーナー実習Ⅰ	必修 選択	必修	年次	2	担当教員	武山 修
科目名 (英)	アスレティックトレーナー実習Ⅰ (AT TrainingⅠ)						
学科	スポーツ科学科	授業 形態	演習	総時間	30	開講区分	前期
コース	昼間（Ⅰ・Ⅱ部）			(単位)	(2)	曜日・時限	水曜・2限

【授業の学習内容】

競技現場におけるスポーツ外傷・障害の発生から復帰までのプログラムの作成・実施する知識・技術を修得する。また、競技現場で起る様々な外傷・障害に対しての対応力を実践を通して修得する。

*実務経験:

2010年に日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー資格取得。同時に鍼灸師の資格も取得。野球を中心にプロ・実業団・学生など様々なカテゴリーのコンディショニング指導に携わる。ジュニア世代からの傷害予防にも力を入れる。

【到達目標】

これまでに学んできたコンディショニング、アスレティックリハビリテーションの知識・技術を実践の中で評価、判断し的確な対応ができるようになる。また、選手それぞれの背景を理解しその選手にベストな判断ができるようにする。

授業計画・内容			
1回目	足関節におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる①		
2回目	足関節におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる②		
3回目	膝関節におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる①		
4回目	膝関節におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる②		
5回目	下肢におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる①		
6回目	下肢におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる②		
7回目	体幹におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる①		
8回目	体幹におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる②		
9回目	肩関節におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる①		
10回目	肩関節におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる②		
11回目	肘関節におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる		
12回目	手関節におけるアスレティックリハビリテーションが理解して説明できる		
13回目	まとめ・復習		
14回目	定期試験		
15回目	試験解説		
準備学習 時間外学習	外傷・障害の基礎知識やリハビリテーションの順序などを復習しておく。		
評価方法	1. 定期試験 80% 2. 平常点 20%	評価方法はGPA制度となります 100～90点 S 89～80点 A 79～70点 B 69～60点 C 59点以下 F 不合格	定期試験と平常点で評価をします。
受講生への メッセージ	積極的に発言、行動して、実践の中で対応していける能力を養って行って下さい。		
【使用教科書・教材・参考書】			
・日本体育協会 AT専門テキスト（7巻）「アスレティックリハビリテーション」			