

| スポーツ実技（陸上競技） | | 実習 | 准教授 諏訪 利成 |
|--------------|--|----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目、 スポーツトレーナーコースの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322101 11531103 12220103 12531103 13220108 13531103 |

1. 授業のねらい・概要

多くのスポーツの原点と言える陸上競技について、基礎技術および指導法の習得を目指す。また、正しいランニング技術、トレーニング方法を学ぶことで、スポーツの素晴らしさを伝えられる指導者の育成を目的とする。

2. 授業の進め方

授業は実技を中心に屋外グラウンド、または体育館で行うが、技術理解を深めるために講義を行う場合もある。

3. 授業計画

| | |
|---|--|
| 1. ガイダンス～本講義の概要説明(教室にて) 2. ウォーミングアップの方法、ストレッチ 3. ランニング～基礎知識とランニングフォーム 4. ランニング～効率的走法の習得 5. 短距離走の技術～スタート準備と姿勢 6. 短距離走の技術～中間走の動きとゴール 7. 跳躍種目の技術～幅跳び 8. 跳躍種目の技術～高跳び | 9. ハードル種目の技術～歩幅と抜き足技術 10. ハードル種目の技術～タイムトライアル 11. 投てき種目の技術～砲丸・ハンマー 12. 投てき種目の技術～やり・円盤 13. リレー種目の技術 14. 長距離種目の技術 15. まとめ |
|---|--|

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

日頃から20分間ほど適度な運動を行っておく。また、実技内容をイメージできるよう写真やビデオ等で30分間ほどかけて事前に確認しておくことが望ましい。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

授業最終日、各自に対応する。

6. 授業における学修の到達目標

陸上競技の指導者として正しい知識を身につけて、指導現場で活かせるようにする。

7. 成績評価の方法・基準

求められる実技がしっかり行えるか（50%）、また積極的に参加できているか（50%）を見て評価する。

8. テキスト・参考文献

随時指示する。

9. 受講上の留意事項

実技を行う際には、運動に適した服装で参加すること。受講希望者が多い場合、人数制限を行う場合がある。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ実技（器械運動） (1) (2) | | 実技 | 非常勤講師 相原 誠 |
|-------------------------|--|----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コースの専門選択科目 教職科目 救急救命士コースの専門選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322102 11531102 12220104 12531102 13220107 13531102 |

1. 授業のねらい・概要

器械運動器具（マット・跳び箱・鉄棒など）を使用して、『使い方、技の方法ならびに指導法』を習得することを目的とし、個人レベルでも、洗練された運動を努力や工夫によってできるようにする。また実技中における安全確保を最優先に考えながらも創意工夫された練習・態度を身につけると同時に教育者としての意識を高め、常に邁進向上に努める。

2. 授業の進め方

毎時間、試験内容の技の練習を段階的に行ない習得することを目的とする。
また、その為の基本の体創り運動も取得する。

3. 授業計画

| | |
|---|----------------------|
| 1. オリエンテーション：器械運動の説明 （目的・方法・授業計画・評価法及び諸注意） 意識づけ | 8. マット②：前転、後転、側転 |
| 2. 準備運動①：器具を使わないマット、跳び箱、鉄棒 の導入 | 9. マット③：倒立前転、伸膝前転 |
| 3. 準備運動②：倒立等の自分自身の体重を保持する | 10. 跳び箱①：跳び箱を使った準備運動 |
| 4. 鉄棒①：鉄棒を使った準備運動 | 11. 跳び箱②：開脚とび |
| 5. 鉄棒②：上がり（逆上がり）中技（前方支持回転、 後方支持回転） | 12. 跳び箱③：台上前転 |
| 6. 鉄棒③：上がり、中技の復習 下り技（横飛び越し下り） | 13. 試験用、規定演技の練習 |
| 7. マット①：マットを使った準備運動 | 14. 練習のまとめ |
| | 15. まとめと復習 |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

柔軟 日頃から15分間ほど柔軟を行い、ケガの予防に努める。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

毎回の授業の中で、段階を追ったポイントを都度説明。
試験終了時に採用試験を見据えて、注意点や改善点を伝える。

6. 授業における学修の到達目標

各種目別の準備運動の組み立て。各種目別の技習得への段階的な器具セッティング。
各技目標の達成。

7. 成績評価の方法・基準

各項目となる運動（マット運動・跳び箱運動・鉄棒運動）の試験結果（20%）・授業態度（80%）で総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

特になし。

9. 受講上の留意事項

受講（運動）するにふさわしい服装及び態度。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本講義は、体操クラブでの指導経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ実技（体づくり運動） | | 実習 | 准教授 諏訪 利成 |
|----------------|--|----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322103 11531101 12220105 12531101 13220106 13531101 |

1. 授業のねらい・概要

「体づくり運動」は、自己の体力や生活に応じて、体の調子を整えるなどの体ほぐしをしたり、体力を高めたりすることをねらいとして行われる運動のことであり、全面的な体づくりを配慮しながら、個に応じた体づくりを行うとともに、「体ほぐし運動」や「体力を高める運動」の実践・指導ができる能力を身に付けることを目的とする。

2. 授業の進め方

実技を中心に行う。運動の課題によって個人、グループ、全員で取り組み、互いに協力し安全に、しかも楽しみながら運動ができるようにすすめて行く。

3. 授業計画

| | |
|---|---|
| 1. ガイダンス(教室にて) 2. 「体づくり運動」とは 3. 「体ほぐしの運動」ストレッチ 4. 「体ほぐしの運動」器具を用いない運動 5. 「体ほぐしの運動」縄跳び 6. 「体ほぐしの運動」器具を用いた運動 7. 「体ほぐしの運動」マット運動 8. 「体力を高める運動」全身持久力を高める運動 | 9. 「体力を高める運動」筋力を高める運動 10. 「体力を高める運動」スピードを高める運動 11. 「体力を高める運動」柔軟性を高める運動 12. 「体力を高める運動」瞬発力を高める運動 13. 「体力を高める運動」調整力を高める運動 14. 総合体力を高める運動①（サーキット運動） 15. 総合体力を高める運動②（球技） |
|---|---|

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

日頃から20分間ほど適度な運動をし、体の調子を整えておく。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

授業最終日、各自に対応する。

6. 授業における学修の到達目標

個々の体力の向上を目的とし、実践した内容を自身以外の相手へ指導できるようになること。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取組姿勢や参加態度などの平常点（100%）で評価する。

8. テキスト・参考文献

随時指示する。

9. 受講上の留意事項

授業の目的を認識し、運動にふさわしい服装で出席すること。慢性的な疾病もしくは障害によって実技部分の受講に不安のある学生は事前に申し出ること。人数が多い場合は調整することもある。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無
該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|---------------------------------|---|----------|-----------|----------|
| スポーツ実技（サッカーA） 【スポーツ実技（サッカー）】 | | 実習 | 准教授 山口 重信 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目 スポーツトレーナーコースの専門選 択科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322104 | 11322104 |
| | | | 11532102 | 12220106 |
| | | | 11532102 | 13220112 |
| | | | 13532102 | |

1. 授業のねらい・概要

本科目は、サッカーの基本的なルールや基礎技術を学び、試合形式のゲームを通じてサッカーの魅力、楽しさを体験する。仲間とともにゴールや勝利の喜びを体感する。また、この授業を通して体力の増進を図る。

2. 授業の進め方

初心者、経験者を問わずサッカーのルール・基本技術の習得と様々な形の試合形式を中心に行う。

雨天時は教室においてビデオを使用して、ルールの確認や海外の試合を見る。

3. 授業計画

| | |
|--------------------------|-----------------------|
| 1. ガイダンス | 9. 対人プレー クワトロゲーム |
| 2. 基本技術の習得（パス、ボールコントロール） | 10. 対人プレー 7対7 |
| 3. 基本技術の習得（ドリブル） | 11. ゴール前の攻防 |
| 4. 基本技術の習得（様々なキックの種類） | 12. 試合11対11 セットプレーの攻撃 |
| 5. アイスブレイクの実践 | 13. 試合11対11 セットプレーの守備 |
| 6. 対人プレー 1対1 | 14. 試合11対11 主審・副審の実践 |
| 7. 対人プレー 3対1 | 15. まとめ |
| 8. 対人プレー 4対2 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

Jリーグや海外の試合を見ることでサッカーの技術・戦術の魅力を感じて欲しい、グラウンドレベルで再現できるかは別として真似をしてみようとイメージをつくる。当然、サッカーの1試合（90分）を通して見る。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

授業中のプレーに対して留意点を指摘する。また、素晴らしいプレーに関しては褒める声掛けをしてモチベーションを上げる。

6. 授業における学修の到達目標

サッカー観戦およびサッカーの試合を行うとき、指導を行うときにルールを十分に理解してサッカーを楽しむことが出来る。対戦相手、レフリー、チームメイトをリスペクトしてトレーニングや試合を行うことができる。

7. 成績評価の方法・基準

授業の取り組み、技術、戦術の理解度（50%）。定期的に試験（リフティング等の技術）を行い、上達度を加味して（30%）講義への参加意欲（20%）で評価する。

8. テキスト・参考文献

サッカー競技規則と実践的審判法（公益財団法人 日本サッカー協会審判委員会 制作）

9. 受講上の留意事項

実技の際は、運動に適した服装・シューズで参加すること。また、時計・装飾品（ネックレス、ピアス、指輪）は外して参加すること、自分や他の人を傷つける可能性があるため。

運動に適さない服装で出席した場合は、授業の参加を認めない場合もある。

怪我をしていて参加できないときは怪我の状況を伝えて見学をすること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ実技（サッカーB） | | 実習 | 准教授 山口 重信 | |
|---------------|----------------------|----------|-----------|----------|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目 | 科目ナンバリング | | 11322105 |
| | スポーツトレーナーコースの専門選択科目 | | | 11322105 |
| | 教職科目 | | | 11532103 |
| | 柔道整備師コースの教養選択科目 | | | 11220107 |
| | 教職科目 | | | 13220112 |

1. 授業のねらい・概要

本科目は、サッカーの基本的なルールや基礎技術を学び、試合形式のゲームを通じてサッカーの魅力、楽しさを体験する。仲間とともにゴールや勝利の喜びを体感する。また、この授業を通して体力の増進を図る。

2. 授業の進め方

初心者、経験者を問わずサッカーのルール・基本技術の習得と様々な形の試合形式を中心に行う。
雨天時は教室においてビデオを使用して、ルールの確認や海外の試合を見る。

3. 授業計画

| | |
|-----------------|-------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. セットプレー（CK FKの攻守） |
| 2. アイスブレイクの実践 | 10. 対人プレー 7対7 |
| 3. 守備の個人戦術（講義） | 11. ハーフコートゲームでの攻守の切り替え |
| 4. 守備の個人戦術（実技） | 12. 試合11対11 リトリートからの守備 |
| 5. 攻撃の個人戦術（講義） | 13. 試合11対11 ビルドアップからの攻撃 |
| 6. 攻撃の個人戦術（実技） | 14. 試合11対11 主審・副審の実践 |
| 7. 守備のグループ戦術の習得 | 15. まとめ |
| 8. 攻撃のグループ戦術の習得 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

Jリーグや海外の試合を見ることでサッカーの技術・戦術の魅力を感じて欲しい、グラウンドレベルで再現できるかは別として真似をしてみようとイメージをつくる。当然、サッカーの1試合（90分）を通して見る。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

授業中のプレーに対して留意点を指摘する。また、素晴らしいプレーに関しては褒める声掛けをしてモチベーションを上げる。

6. 授業における学修の到達目標

サッカー観戦およびサッカーの試合を行うとき、指導を行うときにルールを十分に理解してサッカーを楽しむことができる。対戦相手、レフリー、チームメイトをリスペクトしてトレーニングや試合を行うことができる。

7. 成績評価の方法・基準

授業の取り組み、技術、戦術の理解度（50%）。定期的に試験（リフティング等の技術）を行い、上達度を加味して（30%）講義への参加意欲（20%）で評価する。

8. テキスト・参考文献

サッカー競技規則と実践的審判法（公益財団法人 日本サッカー協会審判委員会 制作）

9. 受講上の留意事項

実技の際は、運動に適した服装・シューズで参加すること。また、時計・装飾品（ネックレス、ピアス、指輪）は外して参加すること、自分や他の人を傷つける可能性があるため。

運動に適さない服装で出席した場合は、授業の参加を認めない場合もある。

怪我をしていて参加できないときは怪我の状況を伝えて見学をすること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ実技(バスケットボール) (1) (2) | | 実習 | 非常勤講師 棟方 公寿 |
|--------------------------|--|----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコースの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322106 11532101 12220108 12532101 13220111 13532101 |

1. 授業のねらい・概要

バスケットボールを通じて個々の運動能力、体力の向上を目指し、またチームの一員としてどのように役割を果たし、貢献できるかを考えることで、自己の責任とコミュニケーション能力の向上を目指す。さらに、教員を志望する学生は指導法を考えながら実施することを目指す。

2. 授業の進め方

基礎的なスキル練習を行ないながら、1on1, 2on2, 3on3, 4on4 などを経て、5on5 のゲームへと発展させる。

3. 授業計画

| | |
|---|--------------------------------------|
| 1. ガイダンス (バスケットボールの概論) | 8. 準備運動、基本的スキル 5on5 (Off・Def の基本) |
| 2. 導入(設備・用具・準備運動「ドリブルレイアップシュート」・5on5) | 9. 準備運動、パス&ラン⇒2 メンカッティングムーブとスクリーンプレイ |
| 3. 準備運動、ファンダメンタル(ドリブルの基本的な考え方⇒2 ボールドリブル) | 10. 準備運動、基礎的スキル 2on2⇒5on5 (ハーフコート) |
| 4. 準備運動、ファンダメンタル(ドリブルのタイプ⇒1 ボールドリブル ZigZag) | 11. 準備運動、基礎的スキル 3on3⇒5on5 (ハーフコート) |
| 5. 準備運動、ファンダメンタル(パスの基礎知識・パスの種類・キャッチ) | 12. 準備運動、基礎的スキル 4on4⇒5on5 (ハーフコート) |
| 6. 準備運動、1on1 の技術と戦術(オフェンス) | 13. 準備運動、5on5 (ゲームの進め方) |
| 7. 準備運動、1on1 の技術と戦術(ディフェンス) | 14. 準備運動、5on5 (ゲームを楽しむ) |
| | 15. 準備運動、5on5 (ゲームとまとめ) |

4. 準備学修(予習・復習等)の具体的な内容及びそれに必要な時間

バスケットボールの最新ルールを事前に調べ、ある程度理解しておくこと(1時間)。個人のスキルに関して、可能な範囲で繰り返し練習をしておくこと。

5. 課題(試験やレポート等)に対するフィードバックの方法

授業ごとにその日の練習のテーマに関して質問、感想、意見等を聞き、回答する。

6. 授業における学修の到達目標

バスケットボールの基礎技術を身につけること。また、教員志望者は授業の展開の仕方、注意する点などを学び、教育実習に活かせるよう自分の指導法の選択肢を増やすことを目的とする。

7. 成績評価の方法・基準

積極性などの平常点(60%)、意欲態度(20%)、知識技量(20%)。

8. テキスト・参考文献

特になし。必要があれば授業中に紹介、またはプリントを配布することがある。

9. 受講上の留意事項

バスケットボールは比較的激しいスポーツであり、ダッシュやジャンプを繰り返すため、服装はスポーツに適したものを着用し、シューズも可能な限り、衝撃を吸収する素材のものを使用すること。Gパンやチノパンなど、また外履きシューズの使用は認めない。Tシャツ、ジャージ等スポーツにふさわしい服装で臨むこと。

さらに、爪は短く切り、ネックレス、ピアス等は、危険なので外すこと。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | |
|-------------------------|--|----------|--|
| スポーツ実技(テニス) (1) (2) (3) | | 実習 | 教授 大森 肇 講師 成田 仁 |
| 科目カテゴリ | スポーツマネジメントコースの専門選択科目、スポーツトレーナーコースの専門選択科目 柔道整復師コースの教養選択科目 救命救急士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322107 11531105 12220109 12531105 13220113 13531105 |

1. 授業のねらい・概要

本授業は、スポーツ文化としてのテニスを生涯にわたって楽しむための基礎づくりをねらいとしている。そのために、1) テニスの用具、施設・設備、技術、関連体力、ルール、マナー、戦術などの基礎知識を学び、2) テニスを実践し、3) 学修の成果について考察することが求められる。

2. 授業の進め方

基礎的な技術の理解と反復練習により段階的にレベルを上げ、ゲームへと発展させながらルール・マナーも身につける。

3. 授業計画

| | |
|--------------------------------------|------------------------------|
| 1. 知識 (コート, ラケット, グリップ), ラケットワーク | 9. スマッシュ導入 (素振り, ヒット) |
| 2. フォアストローク (素振り, ショートラリー) | 10. ダブルスゲーム導入 (ルール, 進行, マナー) |
| 3. フォア&バックストローク (素振り, ショートラリー) | 11. ダブルスゲーム導入 (戦術) |
| 4. フォア&バックストロークを用いたロングラリー | 12. ダブルスゲーム (班別対抗戦1) |
| 5. シングルスゲーム導入 (初級: ショート, 中級: 半面) | 13. ダブルスゲーム (班別対抗戦2) |
| 6. フォアボレー導入 (キャッチ, 手の平ボレー, 短く持ってボレー) | 14. ダブルスゲーム (班別対抗戦3) |
| 7. フォア&バックボレー (交互にボレー, ボレー&ボレー) | 15. ダブルスゲーム (班別対抗戦4) |
| 8. サービス導入 (キャッチボール, 素振り, ヒット) | |

4. 準備学修に必要な時間, 又はそれに準じる程度の具体的な学習内容

本授業の内容を修得するためには段階的な積み重ねが大事である。授業後、当日中に授業内容を知識・実践・考察の観点で整理しておくこと。この事後学修には1時間程度が必要である。それが次回に向けての準備学修になる。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

毎回の授業自体が発展的課題となっている。課題に対する成果について、授業内で全体的・個別的にフィードバックする。

6. 授業における学修の到達目標

1) テニスの用具、施設・設備、技術、体力、ルール、マナー、戦術などの基礎知識を学び、2) テニス実践を通して上達し、3) 学修の成果について考察することを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

意欲・態度 (30%), 知識・理解 (30%), 技術 (40%) を総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

必要に応じて資料を配布する。

9. 受講上の留意事項

運動に適した服装とテニスシューズかそれに準ずる靴を用意する。コート面数の関係で受講人数の調整をする場合がある。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

日本テニス協会の1級公認指導員の資格を持ち、多数の民間テニススクールでの指導経験を有する教員がそのキャリアを活かして授業を実施する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と該当授業科目との関連

上記の「科目カテゴリ」欄の記載のとおり。

| スポーツ実技（ソフトボール） | | 実習 | 教授 谷口 英規 | |
|----------------|---|--------|--|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目、スポーツトレーナーコースの専門選択科目、教職科目、柔道整復師コースの教養選択科目、救急救命士コースの教養選択科目 | ナンバリング | 11322108 11531104 12220110 12531104 13220117 13531104 | |

1. 授業のねらい・概要

ソフトボールは、「投げる・打つ・走る」などの運動の基本動作から構成され、バランスのとれた運動能力を養うことができる。また、役割を区分しやすい競技であるため、自他の能力の活かし方を考え、チームスポーツで必要とされる協調性や責任感を養い、ソフトボールにおけるルールや安全面での配慮や留意事項等の知識を学習することにより、ソフトボールの指導方法や運営方法を身につけることを目的とする。

2. 授業の進め方

基本的な技術を習得するため、グラウンド・屋内練習場での実技が中心となる。また、天候によっては教室でルールや戦術といった講義形式で実施し、レポート提出を課す場合もある。

※授業の進行状況により内容等が変更になる場合もある。

3. 授業計画

| | |
|--------------------------------|-----------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. ゲーム①（短いイニングを役割決めて行う） |
| 2. 投球の基礎技術（グラブの使い方、キャッチボール） | 10. ゲーム②（短いイニングで基礎戦術を学ぶ） |
| 3. 守備の基礎技術（グラブ操作、ゴロ捕球、フライ捕球） | 11. 班別対抗戦①（ケースを決めて走・攻・守を行う） |
| 4. 投手の基礎技術（ウィンドミル投法） | 12. 班別対抗戦②（ケース毎に戦術を立てる） |
| 5. ノックの基礎技術（内野手および外野手へのノック） | 13. 班別対抗戦③（これまでの基礎技術を活かす） |
| 6. チームでの守備連携（併殺プレー、シートノック） | 14. 班別対抗戦④（スコアの書き方を学ぶ） |
| 7. 打撃の基礎技術（トスバッティング、ティーバッティング） | 15. 班別対抗戦⑤（まとめ） |
| 8. 走塁の基礎技術（ベースランニング・打球判断） | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

ソフトボールのルールを事前に調べ、自分の言葉で説明できるようにする為の準備学修に1時間以上必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

レポート提出の際、出題意図および回答を提出期限最終日に解説する。

6. 授業における学修の到達目標

ソフトボールの基礎技能を理解し、指導するうえで、必要な基本的な動作「投・捕・打・走」を身につけること。また、体育教員（中学校・高校）やスポーツ少年団などの各地域でのスポーツ指導者として、必要な知識（ルール・戦術）及び安全面の配慮などの留意事項等を学び、正しく安全に指導ができる力を身につけることを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

技術の習熟度及び授業への取り組み（70%）、期末試験としてのレポート課題（30%）によって評価する。

8. テキスト・参考文献

ソフトボール 最強の戦術 メイツ出版 安藤美佐子（¥1,404）

ソフトボール 監督・コーチ入門 池田書店 宗方貞徳（¥1,296）

9. 受講上の留意事項

実技が中心のため運動に適した服装で出席すること。また、実技を行うことを考慮し受講者数を調整する場合もある。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無
該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ実技(ダンス) (1) (2) | | 実技 | 非常勤講師 河野 さゆり | |
|---------------------|--|----------|--------------|----------|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目、 スポーツトレーナーコースの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322109 | 11531108 |
| | | | 12220111 | 12531108 |
| | | | 13220114 | 13531108 |

1. 授業のねらい・概要

色々なジャンルの音楽に合わせて、身体を自由に表現する楽しさを体験する。
 ソロでは自己表現、グループでは協力しながら創作する経験を学んで欲しい。

2. 授業の進め方

実技を中心に進めていく。

3. 授業計画

| | |
|--|---------------------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. エアロビクスエクササイズの基本 基礎的なステップ |
| 2. 基本の体づくり ストレッチ・アイソレーション | 10. エアロビクスエクササイズの基本 低強度のステップの実習と構成 |
| 3. 基本の体づくり 体幹の使い方・基本のステップ | 11. エアロビクスエクササイズの基本 中強度のステップの実習と構成 |
| 4. レクリエーションダンス 年代に合わせたダンスの基本 (幼少年期) | 12. エアロビクスダンス チームエアロビックダンスの構成 |
| 5. レクリエーションダンス 年代に合わせたダンスの応用 (幼少年期) | 13. エアロビックダンス チームエアロビックダンス作品の編集 |
| 6. 現代的なリズムのダンス 基本の振りを習得 | 14. エアロビクスダンス チームエアロビックダンス作品の仕上げ |
| 7. 現代的なリズムのダンス 自己表現の表し方 | 15. 作品発表の準備 |
| 8. 現代的なリズムのダンス 規定演技の習得 | 規定演技とグループ作品の総仕上げ |

4. 準備学修 (予習・復習等) の具体的な内容及びそれに必要な時間

毎回の授業を受講するまでに、前回の授業内容 (振りや構成など) を必ず復習しておく。
 この準備学修には1時間程度が必要である。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

試験 (作品発表) やレポート提出の際、評価のポイントを試験終了 (レポート提出) 直後に説明する。

6. 授業における学修の到達目標

正しい体の使い方や動き方を身に付けて、身体を自由に表現できるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取り組み (50%)、実技試験 (30%)、レポート (20%) によって評価する。

8. テキスト・参考文献

必要に応じて資料を配布する。

9. 受講上の留意事項

運動に適した服装で参加すること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ実技（水泳） | | 実習 | 非常勤講師 野村 孝路 | |
|------------|---|----------|-------------|----------|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコース、スポーツトレーナーコースの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322110 | 11531104 |
| | | | 12220112 | 12531104 |
| | | | 13220109 | 13531104 |

1. 授業のねらい・概要

幼児から高齢者まで幅広い年齢で楽しめる水泳の特性にふれることで、水泳指導員の養成を目的とした（財）日本水泳連盟アシスタント指導員資格検定試験に基づく、資質・知識・技術の習得を図る。

そのため、水泳指導に必要な基礎・応用・実践技術・補助技術を身につけ、初心者指導法および各種泳法（バタフライ・背泳ぎ・平泳ぎ・クロール）、さらに救助法・救急法を理解し現場における救急処置が行なえる技量を身につける。

2. 授業の進め方

教本の内容に沿った泳法指導を基本とするが、随時、泳力別にグループ分けし個別的な課題を明確にし、具体的な出練習法・指導法を取り上げて実践的なポイントを説明し練習する。また、理解の定着を図るため、実技問題および関心意欲・態度を促す所感を筆記させる課題を課すこととする。

3. 授業計画

| | |
|------------------------------------|---------------------------|
| 1. 水泳概説 水慣れ、呼吸法、バランスの習得 | 7. 背泳ぎの初歩技術の習得 |
| 2. 初心者指導法 エレメンタリー泳法および補助技術の習得 | 8. 背泳ぎの技術の応用（スタート、ターン） |
| 3. クロール初歩技術の習得と指導法 | 9. バタフライの初歩技術の習得 |
| 4. クロール技術の応用（スピードの上げ方、スタート、ターン） | 10. バタフライの技術の応用（スタート、ターン） |
| 5. 平泳ぎの初歩技術の習得と指導法 | 11. 救助技術の習得（横泳ぎ、潜行） |
| 6. 平泳ぎの技術の応用（遠泳、スピードの上げ方、スタート、ターン） | 12. 蘇生法の習得 |
| | 13. 泳法指導の実際 |
| | 14. 50m個人泳法測定 |
| | 15. まとめ |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

毎回の授業を受講し、実技指導のポイントの配布資料を復習しておく。そのためには30分程度が必要である。さらに、実技内容を毎回の授業で実践し、改善していく。これらの実技習得には、毎回の授業前後に20分程度の陸での実技練習を行う。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

実技試験や机上試験の実施の際、解答のポイントおよび評価の観点を終了直後に説明する。

6. 授業における学修の到達目標

水泳の競技特性の基本的な概要を理解して、現場での初心者指導が理論的に組み立てられ、安全かつ効果的に進めることができる。また本授業を通じて将来スポーツの指導者となるよう資質向上に務める意欲を育む。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取組み姿勢（50%）および実技テストおよびペーパーテストの結果（50%）によって、評価する。

8. テキスト・参考文献

テキストは、財団法人日本水泳連盟編 競技力向上指導者用『水泳教師教本教本』大修館書店をベースに毎回の授業を組み立てている。また、参考文献は適宜紹介する。

9. 受講上の留意事項

受講の要件としては、受講生の健康診断や既往症を把握していることが重要である。水泳経験があることが望ましいが、そうでない場合も、理解でき、実践できるように授業を個別に対応し進めていく。疑問や不明な点については、遠慮なく質問してもらいたい。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、学校及び地域スポーツ活動における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

スポーツ実技(スキー)

2026年度

休講

| スポーツ実技（柔道）(1) (2) | | 実習 | 講師 小向 啓介 | |
|-------------------|--|----|----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目 スポーツトレーナーコースの専門選択科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 教職科目 | | 科目ナンバリング | 11322112 11322112 13220116 11531107 13531107 |

1. 授業のねらい・概要

大学における「スポーツ」はスポーツの実習とスポーツ科学の理論の学習を通して、自己のライフステージや心身の状態（健康、体力、運動能力）に適したスポーツを生活の中に取り入れ、豊かなライフスタイルを形成できる能力を目的としている。

柔道は日本を発祥とするオリンピック競技種目であり、健康と体力の維持、増進のための身体や運動に基礎的な理論と実践方法を身に着けることができる競技である。本講義では学科の特性を踏まえ、その精神、体力、歴史、礼法、基本動作、受身、投技、固技、乱取などを通して、中学・高等学校保健体育教育職員、柔道整復師になる上で必要な技能の習得をねらいとする。

2. 授業の進め方

授業の初回に発生する外傷について詳細に説明を行い、安全に柔道を行う意識を持ってもらう。授業の流れ・内容として、柔道着の着方と礼法の指導／柔道修行における受身の重要性の理解と実践：後方受身、側方受身、前方受身の学習～前方回転受身の学習／受身の復習ならびに受身の応用練習、足技、腰技、手技の学習と応用練習／固技：抑え技の学習と応用練習／などこれらを行う。尚、毎回の授業時に礼法の確認、準備運動、各種受身を必ず行い柔道精神の理解と外傷発生防止に努める。

3. 授業計画

| | |
|----------------------------------|--------------------------|
| 1. ガイダンス（柔道の歴史、礼節、発生する外傷） | 9. 固技の基本動作 |
| 2. 柔道着の着用、礼法、受身（後受身、横受身） | 10. 固技（袈裟固・肩固・横四方固）、投技復習 |
| 3. 基本動作（受身：後受身・横受身・前回受身）、固技（袈裟固） | 11. 受身、約束乱取 |
| 4. 基本動作（受身：前受身・前回受身）、固技（袈裟固、肩固） | 12. 受身、約束乱取（固技あり） |
| 5. 受身、基本動作（姿勢・組み方・進退動作・崩し方） | 13. 礼法、受身、投技、固技の復習、約束乱取 |
| 6. 受身、投技（背負投・体落・払腰） | 14. 礼法、受身のテスト、固技、投技の総復習 |
| 7. 受身、投技（小内刈・大内刈・大外刈・出足払） | 15. 投技・固技のテスト、解説および再試験 |
| 8. 投げ技の応用練習～立技の約束乱取 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

予習として、「体育学習における武道」のうち、特にp7～26を読み、柔道指導について理解をしておくこと。実技前はストレッチなどの準備運動を全身に対して十分にいき、身体を柔軟に動かせるように準備をすること。

「体育学習における武道（文部科学省）」

https://www.mext.go.jp/component/a_menu/sports/detail/_icsFiles/afieldfile/2013/04/26/1333611_03_1.pdf

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

健康と体力の維持、増進のための身体や運動に基礎的な理論と実践方法を身に着けること。また、柔道精神、体力、歴史、礼法、基本動作、受身、立技、固技などの技能の習得を到達目標とする。さらに安全に対する意識を学び実践する。

6. 授業における学修の到達目標

健康と体力の維持，増進のための身体や運動に基礎的な理論と実践方法を身につけること。また，柔道精神，体力，歴史，礼法，基本動作，受身，立技，固技などの技能の習得を到達目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取組み姿勢（50%），および最終テストの結果（下記①②③）によって評価する。

- ① 身体の安全を，守れる体力・技術・知識を身につけているか（受身の試験 15%）
- ② 柔道の基礎的知識を理解して，その基本的技術を習得しているか（投技の試験 15%）
- ③ 講義内に行われる応用練習について理解しているか（20%）

8. テキスト・参考文献

講義内で参考資料を配布。

9. 受講上の留意事項

互いの負傷発生を防ぐため以下の項目を厳守すること。

- ・手足の爪は短く切っておくこと。
- ・ネイルは付けないこと。ネイルを付けていたら外すこと。
- ・装飾品（指輪，ネックレス，ピアス，ブレスレット，ミサンガなど）は授業前に必ず外しておくこと。
- ・髪の毛の長い学生は髪を結び襟につかないようにすること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は講道館柔道二段有し，柔道指導歴などの実務経験を活かして実技指導を行う。て実技指導を行う。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ指導論 | | 講義 | 准教授 山口 重信 | |
|---------|--|----------|-----------|----------|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選 択科目、スポーツトレーナーコースの 選択必修科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11321101 | 11532108 |
| | | | 12220116 | 12532108 |
| | | | 13220122 | 13532108 |

1. 授業のねらい・概要

スポーツには事故はつきものであり、指導者が法律上の責任を問われる場合がある。そうした事態を未然に防ぐためには、スポーツ指導者はさまざまな知識を身につけて、安全かつ楽しくスポーツに取り組める環境を作ることが大切である。

本講義は、財団法人日本スポーツ協会の「公認スポーツ指導者制度」で定めるカリキュラムに基づいて行う。スポーツ指導者に必要な知識を身につけ、「スポーツを安全に、正しく、楽しく」指導し、「スポーツの本質的な楽しさ、素晴らしさ」を伝えることができる人材に育ててほしいと考えている。

2. 授業の進め方

公認スポーツ指導者養成テキストを参考に進めていく。講義内容に関連したビデオの鑑賞なども行う。

また、与えた課題についてのレポートを提出してもらい授業内容の理解度を確認しながら展開していく。

3. 授業計画

| | |
|---------------------|------------------------------|
| 1. ガイダンス～本講義の概要説明 | 9. 長期的な視野に立った競技者育成 |
| 2. 指導者の役割とは | 10. 世界の頂点をめざすアスリートの育成・強化の在り方 |
| 3. 安全管理システムの構築 | 11. スポーツ事故のリスクマネジメント |
| 4. プレイヤーと指導者の望ましい関係 | 12. スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任 |
| 5. コーチングスキル | 13. スポーツと人権 |
| 6. コーチングとティーチング | 14. スポーツ仲裁 |
| 7. ミーティングの方法 | 15. まとめ |
| 8. ミーティング実施のポイント | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

前回の講義内容を復習し、理解して自分の言葉で表現できるようにしておく。なお事前課題があれば予習をしておくこと。これらの学修には、2時間程度が必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

レポート提出の際、解答などを説明する。

6. 授業における学修の到達目標

スポーツ指導者としての正しい知識を身につけて、指導現場で活かせるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取組み姿勢（50%）およびレポートの結果（50%）を総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

参考図書：「リファレンスブック」（公益財団法人 日本スポーツ協会）

「公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目Ⅰ・Ⅲ」（公益財団法人 日本体育協会）

9. 受講上の留意事項

前期に行われる「コーチング論」の単位取得後の受講が望ましい。

受講時間数も単位修得に必要とされる科目のため、講義回数の3分の1以上欠席した場合は単位を与えない。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| 運動学 | | 講義 | 教授 大森 肇 | |
|---------|--|----------|--|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの専門選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322113 11531105 13220147 13531105 | |

1. 授業のねらい・概要

運動学という学問分野の捉え方は単一ではない。本授業では解剖学・生理学的な観点から運動器の形態・機能を中心に運動学を捉えることにする。運動器としての筋・骨格系を概観し、レジスタンストレーニングの実例と結びつけて学ぶ。またトレーニングの効果を生み出す神経・筋のメカニズムをマクロからミクロまでの視点で学ぶ。そうしたことを通じて、自己のトレーニング経験をより深く理解し、トレーニングのスキルを高めることをねらいとしている。

2. 授業の進め方

パワーポイントによるプレゼンテーション, 配布資料, 板書等により授業を展開する。

3. 授業計画

| | |
|-----------------------------|-----------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. 下肢を鍛えるレジスタンストレーニング |
| 2. 多様な運動学の概念 | 10. 強度によるレジスタンストレーニング効果の違い |
| 3. 解剖学・生理学的な運動器の機能を中心とした運動学 | 11. 筋収縮の様式とレジスタンストレーニング効果 |
| 4. 代表的な骨格筋の名称と作用様式 | 12. 神経・筋の構造と機能 (マクロからミクロまで) |
| 5. 代表的な関節運動 | 13. 運動単位の分類と動員パターン |
| 6. 肩および上肢を鍛えるレジスタンストレーニング | 14. レジスタンストレーニング期間による効果の推移 |
| 7. 胸部および腹部を鍛えるレジスタンストレーニング | 15. まとめ |
| 8. 背部を鍛えるレジスタンストレーニング | |

4. 準備学修 (予習・復習等) の具体的な内容及びそれに必要な時間

各テーマについて予習し, 理解のための基盤を作っておくこと (30分)。復習時に講義内容を改めて整理し, 理解が不十分な部分は自ら調べを深め, 疑問点を次回のショートレポートで質問できるようにまとめておくこと (30分)。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

毎回の授業冒頭において, 前回のショートレポートで出された質問に答えることでフィードバックする。また, 定期試験後に全体講評を掲示または一斉メールにてフィードバックする。

6. 授業における学修の到達目標

レジスタンストレーニングの解剖学的・生理学的な理論を学び, 自己のトレーニング体験と融合させることで, 指導に活かせる知識を身につけることを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

期末試験 (70%) および受講態度 (30%) を総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

資料を配布する。

9. 受講上の留意事項

私語, 水分補給以外の飲食, 授業内容に関する検索以外のスマホ・PC等の使用, 居眠りの4項目を禁止する。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無
該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| コーチング論 | | 講義 | 准教授 山口 重信 | |
|---------|---|----------|-----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの選択必修科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | | 11321102 11532107 12220118 12532107 13220121 13532107 |

1. 授業のねらい・概要

近年のライフスタイル変化にともない、スポーツは人々の生活を豊かにするために欠かせない要素の一つとなってきた。スポーツジムやフィットネスクラブなど施設を利用したものに限らず、スポーツ教室のように地域の人々が集まって取り組むケースも多く見られ、スポーツ指導者を求める声も高まってきている。

本講義は、公益財団法人日本スポーツ協会の「公認スポーツ指導者制度」で定めるカリキュラムに基づいて行う。スポーツのコーチングに関するさまざまな知識を身につけ、「スポーツを安全に、正しく、楽しく」指導し、「スポーツの本質的な楽しさ、素晴らしさ」を伝えることができる人材に育ってほしいと考えている。

2. 授業の進め方

公認スポーツ指導者養成テキストを参考に進めていく。講義内容に関連したビデオの鑑賞なども行う。
また、与えた課題についてのレポートを提出してもらい授業内容の理解度を確認しながら展開していく。

3. 授業計画

| | |
|----------------------------|-------------------|
| 1. ガイダンス～本講義の概要説明 | 9. 指導計画の立て方 |
| 2. スポーツ指導者とは | 10. スポーツ指導計画の重要性 |
| 3. スポーツ環境からみた指導者の役割 | 11. 指導計画の検証 |
| 4. 指導者の心構え・視点 | 12. ドーピング防止に必要な知識 |
| 5. スポーツ指導者のコミュニケーションスキル | 13. スポーツ活動と安全管理 |
| 6. 一貫指導とそのシステム化の重要性 | 14. 安全確保のための具体的行動 |
| 7. 発達発育とスポーツ | 15. まとめ |
| 8. 時代をリードするコーチング（女性コーチの活躍） | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

前回の講義内容を復習し、理解して自分の言葉で表現できるようにしておく。なお事前課題があれば予習をしておくこと。これらの学修には、2時間程度が必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

レポート提出の際、解答などを説明する。

6. 授業における学修の到達目標

スポーツにおけるコーチングの知識を身につけて、指導現場で活かせるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取り組み姿勢（50%）およびレポートの結果（50%）を総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

参考図書：「リファレンスブック」（公益財団法人 日本スポーツ協会）

「公認スポーツ指導者養成テキスト共通科目Ⅰ・Ⅲ」（公益財団法人 日本体育協会）

9. 受講上の留意事項

受講時間数も単位修得に必要とされる科目のため、講義回数の3分の1以上欠席した場合は単位を与えない。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| 健康とスポーツA | | 講義 | 准教授 諏訪 利成 |
|----------|--|----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目、 スポーツトレーナーコースの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11220130 11510102 12220146 12510102 13220125 13510102 |

1. 授業のねらい・概要

自由時間の増大にともない、スポーツを通じてどのように豊かな生活を過ごしたらよいかを考えることをねらいとする。スポーツという言葉は日常おおく使われるが、これから定義したり内容を限定しようとする問題が多い言葉である。

そこで、スポーツ生活について言語学的な理解とスポーツについての理解を深め、スポーツ生活について考え、学生たちが屋外で行う健康的なスポーツとして幅広い教養とスポーツを享受する能力を高め、ゆとりある社会生活を営むことを考えていく講義にする。

2. 授業の進め方

理論と実技を交えながら講義を行う。低下しつつある体力の回復を計ることを狙いとするとともにスポーツを通じて仲間づくりと、運動の量を確保しながら講義を進めて行きたい。

3. 授業計画

| | |
|-----------------------|------------------------------|
| 1. ガイダンス (教室にて) | 9. サッカー (②班別による練習ゲーム) |
| 2. 健康の考え方 | 10. ソフトボール (ルールの理解) |
| 3. スポーツ活動 | 11. ソフトボール (簡単スコアの書き方) |
| 4. 実技種目の説明 | 12. ソフトボール (簡単スコアの書き方・練習ゲーム) |
| 5. サッカー (ルールの理解) | 13. ソフトボール (①班別による練習ゲーム) |
| 6. サッカー (パスの練習) | 14. ソフトボール (②班別による練習ゲーム) |
| 7. サッカー (パスの練習・練習ゲーム) | 15. まとめ (歴史についての理解) |
| 8. サッカー (①班別による練習ゲーム) | |

4. 準備学修 (予習・復習等) の具体的な内容及びそれに必要な時間

事前に 60 分ほどかけて、書籍などにより各種目のルールを理解しておくこと。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

授業最終日、各自に対応する。

6. 授業における学修の到達目標

スポーツを通じてどのように豊かな生活を過ごしたらよいかを理解し、実践できることを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

求められる実技がしっかり行えているか (50%)、また積極的に参加できているか (50%) を見て評価する。

8. テキスト・参考文献

随時指示する。

9. 受講上の留意事項

実技を行う際には運動に適した服装で出席すること。受講人数が多い場合は調整することもある。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無
該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| 運動トレーニング論B | | 講義 | 准教授 諏 利成 |
|------------|--|----------|----------------------------------|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目、スポーツトレーナーコースの専門選択科目 柔道整復師コースの教養選択科目 救急救命士コースの教養選択科目 | 科目ナンバリング | 11322115 12220115 13220120 |

1. 授業のねらい・概要

現代は機械化にともない以前は歩かなければならなかった場所に車や電車で到着することができる。最低限の体力さえあれば生きていくことができる。

日本人の平均寿命は世界でも有数であるが、長命と長寿は異なるのだと思う。

長命とは単に長生きすることで、長寿とは生きがい持ちつつ健康で長生きすることである。そのために体力がいかに大切であるかを考えてもらうことを狙いとする。

トレーニングを効果的に行うには体力を高めるだけでなく、技術を習得することも必要である。

この講義では、各個人に合わせた練習手段、回数、セット間の休憩などの観点から事例をあげ体力づくりの態度を養うことと、技術習得もあわせて行いたい。

2. 授業の進め方

体力測定を実施し各自の体力の評価を行い、体力づくりのためのトレーニングの技術習得方法等を実践を交えながら行う。

3. 授業計画

| | |
|--------------------------|-------------------------|
| 1. ガイダンス（教室にて） | 9. 体力テストとその活用（2）各自の評価 |
| 2. 体力テストのねらい | 10. 集中力トレーニング（1）集中力とは |
| 3. 体力テスト方法とテスト項目 | 11. 集中力トレーニング（2）注意集中タイプ |
| 4. 体力テスト（1）握力・上体起し・長座体前屈 | 12. 集中力を高めるトレーニングの実際 |
| 5. 体力テスト（2）反復横跳び・立ち幅とび | 13. 筋の収縮様式・静的収縮・動的収縮 |
| 6. 体力テスト（3）持久走・50m走 | 14. プレッシャー、あがり、スランプの克服 |
| 7. 体力テスト（4）ハンドボール投げ | 15. まとめ |
| 8. 体力テストとその活用（1）項目別得点 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

事前に60分ほどかけて、トレーニングに関する参考文献を読んでおくこと。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

試験実施後、各自に対応する。

6. 授業における学修の到達目標

体力向上と共にトレーニング内容について理解することと、説明できるようになることを目的とする。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取り組み姿勢（50%）および定期試験の結果（50%）で評価する。

8. テキスト・参考文献

別途指示する。

9. 受講上の留意事項

実技を行う際には運動に適した服装で出席すること。慢性的な疾病もしくは障害によって実技部分の受講に不安のある

学生は、事前に申し出ること。受講希望者が多い場合、人数制限を行う場合がある。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| 救急処置 | | 講義 | 非常勤講師 | 新井 淑弘 |
|---------|---|----|----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの選択必修科目 教職科目 柔道整復師コースの専門基礎科目 教職科目 | | 科目ナンバリング | 11321103 11531111 12332101 12531111 |

1. 授業のねらい・概要

救急法・応急処置法および学校安全の基礎を学び、教育現場における安全管理や危機管理に関する知識および技術について学習を行う。

2. 授業の進め方

救急法に関しては、AHAガイドラインに沿った日本国内の心肺蘇生法ガイドラインについての学習および実習を行う。応急処置法は教育現場で起こりうる各種トラブルに関する処置方法について具体的事例を通して学んでいく。また、リスクアセスメントおよびリスクマネージメントの考え方を学び、教育現場における危機管理体制の事例について学習を進めていく。

3. 授業計画

| | |
|---------------------------------------|--------------------------------------|
| 1. 救急法および応急処置法の概念 | 9. ショックおよび意識障害の種類と対処方法について |
| 2. 学校安全の構成および構成員、リスクアセスメントとリスクマネージメント | 10. 水の事故とその予防方について |
| 3. 保健統計およびマスコミ報道からみる不慮の事故と安全管理 | 11. 熱中症とその予防方について |
| 4. 救急法に必要な解剖学、生理学、生化学および生物学的知識 について | 12. 野外活動におけるリスクおよび救急法、危険な動植物に関する基礎知識 |
| 5. AHAガイドラインと日本国内の心肺蘇生法ガイドラインについて | 13. 災害時の救急法・応急処置法、傷病者と救護者の安全確保 |
| 6. 一次救命処置についての理論学習 (AED の使用方法含む) | 14. 学校内での安全体制の整備と今後の課題 |
| 7. 一次救命処置の実際 (AED の使用を含む) | 15. まとめ |
| 8. スポーツ外傷と応急処置法および止血法について | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

各授業の最後に次回のテーマに関連した課題を出すので、受講までに準備を行うこと。また、ノート提出を行い学習状況の確認を行うので、毎回の授業について復習を行いながら、ノートを整理しておくこと。(2時間程度を必要とする内容)

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

試験実施後もしくはミニレポート提出後に、解答のポイント、出題意図等についての説明を行う。

6. 授業における学修の到達目標

救急法の基本理念を理解し、救急法や応急処置法の基本的技術の理解と習得を目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

授業への貢献度・積極性、ミニレポートなどの平常点：20%、レポート・試験等：80%

8. テキスト・参考文献

テキスト：緊急・応急処置 Q&A

参考文献：衛藤 隆他 『最新Q&A 教師のための救急百科』 大修館書店

9. 受講上の留意事項

理解度確認のためにミニレポートの作成もしくはミニテストを行うことがある。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------------------|--|----------|----------------------------------|--|
| スポーツコンディショニングの理論と実際A | | 講義 | 准教授 牛島 詳力 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコースの 専門選択科目 柔道整復師コースの教養選択科目 救急救命士コースの専門基礎分野科目 | 科目ナンバリング | 11322119 12220156 13322103 | |

1. 授業のねらい・概要

「スポーツコンディショニング」という言葉には幅広い領域が含まれる。競技の大会に向けて身体の状態を調整するという目的を達成するには、選手の体調面でのコントロールといった直接的な要素だけでなく、練習やトレーニングを安全に行える環境づくりや、予期せぬアクシデントなどに対してどのように対応するかについての指針を示したエマージェンシーアクションプラン（EAP）の策定など、環境面やシステム面の整備がその鍵となる。

本授業では競技スポーツ指導の現場で、選手が本来もつ能力を最大に発揮するうえで必要となる、選手の安全を守るための知識をはじめ、環境や仕組みづくりといった要素それぞれがどのようにアスリートのコンディショニングに関わっていくかをより深く学習し、スポーツの指導に従事する者あるいは医療従事者としての基本的知識を身につける。

2. 授業の進め方

授業では配布資料と板書を活用する。

3. 授業計画

| | |
|----------------------------------|---------------------------|
| 1. ガイダンス 「コンディショニング」とは、 | 9. EAP: 心肺停止に対する対応 |
| 2. スポーツコンディショニングに関する資格・職種 | 10. EAP: 頭部外傷における対応 |
| 3. 関連各職種の理想的な連携・役割分担 | 11. EAP: 出血・外傷における対応 |
| 4. スポーツコンディショニングの長期計画 | 12. アスリートを守る環境づくり |
| 5. スポーツコンディショニングの中期・短期計画 | 13. 暑熱環境下のコンディショニング |
| 6. 外傷・障害からのリコンディショニング | 14. 外傷の応急処置と再受傷予防（テーピング1） |
| 7. アスリートを支えるシステムづくり | 15. 外傷の応急処置と再受傷予防（テーピング2） |
| 8. Emergency Action Plan (EAP)とは | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

自らが経験した競技スポーツあるいは国内または海外のプロスポーツや有名アスリートにおけるコンディショニングやそれにまつわる環境や仕組みについてつねに興味を持ち、それらに関するニュースを見聞した際には、自らのよく知る環境下ではどのように対処できるかについて思考を巡らせる習慣をもつ（翌週の講義までに1時間半程度）。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

コメントシート（成績評価の方法・基準を参照）については次の講義時に受講者全員に対して、定期試験については正答と問題の要点を希望者に開示する。

6. 授業における学修の到達目標

スポーツ指導者あるいは医療従事者としてのスポーツコンディショニングに関する基礎的な知識を身につける。

7. 成績評価の方法・基準

授業中の態度、提出物や定期試験での成績を総合して評価を行う。

定期試験（50%）＋コメントシート合計点（40%）＋平常点*（10%）＝総合（100%）

*平常点（授業参加点）：授業での発言、質問など、教員の主観も含まれる。

追再試験について：何らかの理由で定期試験が受けられなかった者に対して追試験を行うことがある、しかし成績不良者に対する再試験は行わない。

8. テキスト・参考文献

テキスト： 特になし

参考文献： 講義の際に紹介する

授業内容に応じて資料を配布する。

9. 受講上の留意事項

毎回の授業時に配布されるコメントシートは必ず記入し提出すること。

講義回数の3分の1以上を欠席した場合は、定期試験の受験資格を失うこととする。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、接骨院やプロスポーツチームにおける実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------------|---|-----------------|----------------------------------|--|
| 保健医療福祉論 | | 講義 | 非常勤講師 一戸 真子 | |
| 科目カテゴリ | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの専門選択科目 柔道整復師コースの専門基礎科目 救急救命士コースの専門基礎科目 | 科目ナンバリング | 11322117 12331101 13332202 | |

1. 授業のねらい・概要

保健, 医療, 福祉・介護に関連した関係法規と制度の基礎知識や理論について講義する。保健・医療・福祉・介護各サービスの内容や技術について学ぶことは大切であるが, これらのサービスは, 法律によって根拠づけられ, 規制され, 一定のルールのもとで役割分担されているということの重要さと必要性を学生が理解できるようになることを本講義の目的とする。さらに人々の QOL の向上には, 保健・医療・福祉・介護の連携が大変重要であり, 相互に関連性があることについても理解を深められるよう講義する。

2. 授業の進め方

テキストの内容に沿った講義形式を基本とする。振り返りシートを活用して, 理解を深められるよう工夫する。

3. 授業計画

| | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| 1. 保健・医療・福祉・介護各サービスの特徴 | 9. 健康増進法, 予防の重要性 |
| 2. 憲法第 25 条と社会保障, 医師法・各医療従事者法 | 10. 生活習慣病とがん対策 |
| 3. 医業と治療行為, 医業類似行為 | 11. 患者の QOL とセルフケア |
| 4. 医療法, 健康保険法, 介護保険法 | 12. 職種間の連携・チーム医療の重要性 |
| 5. 後期高齢者医療制度, 障害者総合支援法 | 13. 障害者対策, 難病対策 |
| 6. 診療報酬制度・介護報酬制度, 公的扶助 | 14. 地域包括ケアシステム |
| 7. 医療機能, 病床機能, 介護機能, 在宅 | 15. 利用者中心の保健・医療・福祉・介護システムの構築と連携 |
| 8. サービス利用者の人権, 自己決定・尊厳 | |

4. 準備学修 (予習・復習等) の具体的な内容及びそれに必要な時間

今回の授業テーマに関するテキストを読み込んでおくことと, 各授業後に指示する課題についてまとめておくこと。これらの予習・復習の時間には 2 時間以上必要とする。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

試験実施後, 解答などを掲示板に掲示する。

6. 授業における学修の到達目標

1. 保健・医療・福祉・介護各サービスの特徴と制度の果たす役割について説明できる。
2. 保健, 医療, 福祉各関連法規および医療従事者各法について説明できる。
3. 保健医療福祉制度のあり方について説明でき, 保健・医療・福祉・介護の連携の重要性について説明できる。

7. 成績評価の方法・基準

期末試験 (60%), レポート (40%) によって評価する。

8. テキスト・参考文献

テキストは, 『保健医療福祉制度政策論』(2026) 日本看護協会出版会 (ISBN9784818029712) を使用するの, 毎回の課題に必要である。その他必要な参考書等は適宜紹介する。

9. 受講上の留意事項

保健・医療・福祉・介護に関する各法制度等を知っておくことは、今後患者や患者家族経験、要介護者や介護者を経験する際にも役立つことが多いので、関心を持って積極的に受講して欲しい。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、医療施設や福祉施設評価に関する実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------------|--|----------|------------------------------|--|
| グローバルコミュニケーション | | 講義 | 国際交流委員会 (コーディネーター：吉田 英二郎) | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322118 | |

1. 授業のねらい・概要

本科目は一言で言えば、「英語を学ぶ」のではなく「英語で学ぶ」講座である。近年、グローバル化の進展に伴い、ビジネスの世界では、経済・経営の専門知識は勿論、それに加えて、英語での議論や交渉の場面が多くなってきているように、我々には一層の国際的感覚が求められ、その必須条件の一つとして、いかに英語力を増強していくかが課題となっている。他方、学生諸君においては、高校までの英語の授業で、とすると、文法の理解の充実等に重点が置かれることもあり、残念ながら、実際に英語でコミュニケーションをスムーズにこなせる程度には至らない場合が多い。

そこで、本科目は、少なくとも、本学が提供する海外プログラム（国際交流プログラム、海外研修、スポーツマネジメント研修等）や個人的な観光旅行で外国に渡航した際、臆することなく英語でコミュニケーションを取れる能力を養い、そして、将来的に仕事で英語を使用することに対する希望と自信を持ってもらうことを目指す講義を展開する。具体的には、海外での留学・勤務経験を持つ複数教員が担当し、極力全て英語で行い、①英語でコミュニケーションを取るための基本的表現・姿勢、②各教員の海外経験の共有を通じた異文化理解のあり方、③各教員の専門分野（経済、海外事情等）の基礎知識、の3点を中心に網羅的に学び、コミュニケーション能力を向上してもらう。なお、本科目の単位を修得した場合、大学より別途定められた範囲内で、上記海外プログラムへの参加費用の一部が補助される。

2. 授業の進め方

本科目は複数教員によるオムニバス形式で担当される。教員が一方向的な講義を行うだけでなく、ディスカッション、ケーススタディ、視聴覚教材、アクティブ・ラーニング等を活用し、コミュニケーション能力の増強を図る。

3. 授業計画

| | |
|--|---|
| 1. (吉田英) イントロダクション 2. (岡野) 世界の中の日本 3. (岡野) 日本と世界のつながり 4. (吉田一) 法律英語①売買契約 5. (吉田一) 法律英語②米国の陪審裁判 6. (松本) 世界と日本文化 7. (松本) 世界と英語教育 8. (鈴木) 上武大学の学生、卒業生の国際交流の状況 9. (鈴木) ハワイについて知って欲しいこと 10. (澁谷) 学生の自己紹介と講師の異文化体験①(自己表現の方法) 学生は2～3分で英語の自己紹介を準備すること 11. (澁谷) 学生の自己紹介と講師の異文化体験②(適切な質問の方法) | 12. (大澤) 欧州人の思考 13. (大澤) 欧州人の行動 14. (牛島) 大学生スポーツ①(日米の部活動の違い) 15. (牛島) 大学生スポーツ②(日米の部活動の違い) 16. (吉田英) レポート提出 授業計画は担当教員の変更、授業内容、タイトルの変更の可能性はある。 |
|--|---|

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

毎週、可能な限り、講義での耳慣れを目指しつつ、リスニング等を通じて英語に30～60分程度触れるよう努める。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

授業中の課題や発表、レポート（期末レポートを含む）に関しては、各授業担当者、もしくはコーディネーターが、適切な方法（その場でのコメント、添削して返却など）によって、フィードバックを実施する。

6. 授業における学修の到達目標

外国に渡航した際、現地での様々な場面で臆することなく、英語でやり取りできる能力を養う。そして、学生諸君が将来的なビジネスの場で、専門用語を交えながら、英語で議論や交渉を行うことへの希望と自信を喚起する。

7. 成績評価の方法・基準

各回の担当教員が、学生諸君に与えた課題の出来栄え、講義や議論への参加状況等に基づき素点を算出し(70%)、さらに期末レポートの出来栄えを勘案した上で(30%)、最終的に国際交流委員会が成績評価を行う。

8. テキスト・参考文献

テキストは特に指定しない。必要に応じて、各回の担当教員がレジュメや資料を配付する。

9. 受講上の留意事項

講義を全て英語で行うとなると、受講を躊躇する学生も少なくないだろう。しかし、必要に応じて、教員も極力平易な言い回しで説明するように心掛けているため、英語に自信のない学生こそ、ぜひ臆せずに挑戦して欲しい。そのことによって、受講生のコミュニケーション能力は大いに向上するだろう。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------------|---|----------|----------|--|
| グローバリゼーションの経済学 | | 講義 | 教授 田中 秀臣 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322218 | |

1. 授業のねらい・概要

グローバリゼーション（グローバル化）といわれる各国経済の国際的統合は、主にヒト、モノ、カネ、情報の国際間の移動として今日見ることができている。ヒトの移動は例えば、今日の日本でも政策的課題になっている外国人労働者の問題、または国際的紛争の激化などに伴って大量に発生している難民の問題、さらには海外旅行から商談のための一時的な国際間移動まで多様な広がりを持っている。またカネの移動はより複雑である。今日のモノやヒトの移動を数倍するカネの国際間の移動は、それらの移動やネットワークが妨げられた新型コロナ危機の中で、世界経済への不況の波及、世界経済の政策的対立である緊縮と反緊縮、それに関連する政治的ポピュリズムの動きなど、今日でも世界の人たちの注目を集めている。情報の国際間交流も多様で深い。一例では、インターネットの拡充とソフトウェアの進展によって、言語の敷居が低くなり、さまざまな国の文化的現象を消費しやすくなっている。またいわゆるトランプ 2.0 や世界経済が激変する中で、世界の経済的ネットワークやサプライチェーンの再構築、そしてデジタル・トランスフォーメーション、また地球環境問題の行方がどうなるかについて注目を浴びている問題でもある。この講義では、これら多様な国際間の経済活動の進展をいくつかのトピックスに絞って解説していく。

2. 授業の進め方

特に教科書は用いないで毎回、Power Point などを利用して解説していく。初心者でも予備知識なくグローバル化経済の理解が深まるように講義は進行していかせよう。日々の時事問題をできるだけ取り入れるので、授業計画は柔軟にその都度変更を加えていく。

3. 授業計画

| | |
|---------------------------------|------------------|
| 1. ポスト・コロナ、ウクライナ戦争以降のグローバル化を考える | 9. 中国経済の中所得国の罍 |
| 2. トランプ 2.0 の国際貿易の変化 | 10. 北朝鮮と韓国の経済 |
| 3. イスラエル・ハマス戦争と中東の経済・政治 | 11. 米国経済の動向 |
| 4. 南米とアフリカ経済の注目点 | 12. ユーロ圏とイギリス経済 |
| 5. 世界の貧困問題 | 13. ロシア経済と資源の経済学 |
| 6. ピケティ「資本とイデオロギー」解説 | 14. 地球環境の経済学 |
| 7. 緊縮 vs 反緊縮 | 15. デジタル経済圏の行方 |
| 8. 難民問題（欧州、アフリカなどの事例） | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

毎回の授業の前に指定された参考資料を各自よく学んでおくこと。目安として1時間程度の学習時間が必要。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

試験実施後、レポートについては提出後に、標準的なレポートの書き方、求められたポイント、高得点のためのコツなどを解説する。

6. 授業における学修の到達目標

グローバル経済の動向と、日ごろからの時事問題を国際的・経済的観点からおさえることができる関心を養う。

7. 成績評価の方法・基準

授業中の取り組み姿勢を重視する（50%）。期末には試験またはレポートを提出させて総合的に評価（50%）していく。

8. テキスト・参考文献

教科書はなく適宜配布資料や power point で解説していく。

9. 受講上の留意事項

特にないが、熱意をもって講義を理解しようとする姿勢が重要である。また現実の経済の話題に常に注意を払ってほしい。疑問や議論があれば積極的に質問してほしい。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

ベンチャービジネス

ス論

2026年度

休講

サービス経済学

2026年度

休講

| | | | | |
|---------|--------------------------|----------|-----------|--|
| ミクロ経済学 | | 講義 | 准教授 小松原崇史 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目 | 科目ナンバリング | 11320204 | |

1. 授業のねらい・概要

ミクロ経済学についての基本的な考え方を説明します。経済における一般的な法則を見出そうとすることが、ミクロ経済学の目指していることです。

2. 授業の進め方

講義形式で授業を行います。授業の理解を深めるため、問題演習を行うことがあります。なお、履修者の理解度に応じて、以下の授業計画を変更する可能性があります。

3. 授業計画

| | |
|------------------------|------------------------|
| 1. ミクロ経済学とは | 9. 寡占（カルテルの可能性） |
| 2. 生産にかかる費用（固定費用と可変費用） | 10. 寡占（寡占の均衡） |
| 3. 生産にかかる費用（平均費用と限界費用） | 11. 独占的競争（広告をめぐる論争） |
| 4. 独占（独占の価格設定について） | 12. 独占的競争（ブランドをめぐる論争） |
| 5. 独占（価格差別の分析） | 13. 財の性質（公共財，共有資源） |
| 6. 独占（価格差別の例） | 14. 財の性質（排除可能性，消費の競合性） |
| 7. 前半のまとめと復習 | 15. 後半のまとめと復習 |
| 8. 寡占（寡占とは） | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

毎回の授業を受講後、その回の内容を復習してください。そのためには、毎回1，2時間程度が必要です。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

問題の解答を、授業内に解説します。

6. 授業における学修の到達目標

目標は、ミクロ経済学の基本的な考え方を、理解できるようになることです。

7. 成績評価の方法・基準

期末試験（100%）によって、成績を評価します。

8. テキスト・参考文献

参考書として、N・グレゴリー・マンキュー著『マンキュー経済学 I ミクロ編（第4版）』（東洋経済新報社，2019年）を使用します。

9. 受講上の留意事項

私語を厳禁とします。守れない学生に対しては直接注意を行い、改善が見られない場合には退学を求めます。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|---------|--------------------------|----------|-----------|--|
| マクロ経済学 | | 講義 | 准教授 小松原崇史 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目 | 科目ナンバリング | 11320203 | |

1. 授業のねらい・概要

マクロ経済学についての基本的な考え方を説明します。各国の経済成長の可能性をさぐることで、マクロ経済学の目指していることです。

2. 授業の進め方

講義形式で授業を行います。授業の理解を深めるため、問題演習を行うことがあります。なお、履修者の理解度に応じて、以下の授業計画を変更する可能性があります。

3. 授業計画

| | |
|-------------------|--------------------|
| 1. マクロ経済学とは | 9. 為替レートの表し方 |
| 2. GDP（国内総生産）とは | 10. 為替レートが社会に与える影響 |
| 3. 一人あたり GDP | 11. 物価が社会に与える影響 |
| 4. GDP の分解 | 12. 消費者物価指数とは |
| 5. 名目 GDP と実質 GDP | 13. 失業が社会に与える影響 |
| 6. 経済成長の可能性 | 14. 完全失業率とは |
| 7. 前半のまとめと復習 | 15. 後半のまとめと復習 |
| 8. 為替レートとは | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

毎回の授業を受講後、その回の内容を復習してください。そのためには、毎回1、2時間程度が必要です。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

問題の解答を、授業内に解説します。

6. 授業における学修の到達目標

目標は、マクロ経済学の基本的な考え方を、理解できるようになることです。

7. 成績評価の方法・基準

期末試験（100%）によって、成績を評価します。

8. テキスト・参考文献

参考書として、N・グレゴリー・マンキュー著『マンキュー経済学 II マクロ編（第4版）』（東洋経済新報社、2019年）を使用します。

9. 受講上の留意事項

私語を厳禁とします。守れない学生に対しては直接注意を行い、改善が見られない場合には退学を求めます。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

地域経済論

2026年度

休講

| | | | | |
|----------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|--|
| 経済政策論 | | 講義 | 教授 大澤 秀一 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目 | 科目ナンバリング | 11320206 | |

1. 授業のねらい・概要

経済政策とは、政府や中央銀行が経済の管理や制御を行うために採用する一連の戦略や措置です。これにより、経済成長の促進、インフレーションの抑制、物価の安定、雇用の創出などが図られます。授業では、財政政策、金融政策、労働政策、地域経済政策などの主要な経済政策を取り上げ、それぞれの政策が経済に与える影響や役割を探ります。さらに、政策の歴史的背景や足元で進行中の事例を通じて、理論と実践を結びつける力を養うことを目指します。

2. 授業の進め方

授業は講義形態で行い、理解度を確認する小テストを3回繰り返しながら概ね以下の内容に沿って進めます。

3. 授業計画

| | |
|----------------------|--------------------------|
| 1. 授業の概要説明 | 9. 市民生活のための「社会福祉政策」 |
| 2. 経済成長のための「財政政策」 | 10. 第2回小テスト |
| 3. 物価安定のための「金融政策」 | 11. 信頼性のための「企業統治と株式市場改革」 |
| 4. 効率向上のための「構造改革」 | 12. 高市内閣の「経済政策」 |
| 5. 第1回小テスト | 13. 外国政府の「経済政策」 |
| 6. 競争力強化のための「産業政策」 | 14. 第3回小テスト |
| 7. 経済活性化のための「地域経済政策」 | 15. 総まとめ |
| 8. 労働市場健全化のための「労働政策」 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

事前配布される講義資料を予習し、あらましを把握してから授業に臨んでください。授業内容の定着と論点整理のための復習も重要です。予習・復習に2時間以上かけて疑問点や不明点がなくなるまで学修してください。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

各小テストの次の授業で出題の意図と解答のポイントを説明します。

6. 授業における学修の到達目標

日本経済の現状と課題を理解し、それらに対応する政策について自分なりの意見を持ち説明することができることを目指します。

7. 成績評価の方法・基準

授業への取組姿勢(50%)と小テストの結果(50%)によって評価します。

8. テキスト・参考文献

オリジナルの講義資料を使用します。必要に応じて参考文献などを適宜紹介します。

9. 受講上の留意事項

初回の授業で説明します。授業への主体的な参加を期待します。疑問や不明な点については、遠慮せずに授業などで質問しましょう。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。この授業は金融機関やシンクタンクにおける実務経験を活かして指導します。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

經濟原論

2026年度

休講

| | | | | |
|---------|----------------------|----------|-----------|--|
| 中小企業論 A | | 講義 | 准教授 八木 孝幸 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11320207 | |

1. 授業のねらい・概要

統計によれば、日本の全企業数に占める中小企業の割合は99.7%、全企業の雇用者数に占める中小企業雇用者の割合は70.1%と、中小企業の問題は日本人にとっても身近な問題である。この『中小企業論』は、そんな日本人にとっても身近な問題である中小企業の問題を理解していこうとする講義である。

講義内容の詳細については「授業計画」の項にゆずるが、前期は主に「中小企業とは何か」について講義を行う予定である。なお、本講義の履修に関して特に制限はないが、『経営学基礎』の単位が修得済みであることが望ましい。

2. 授業の進め方

テキストは用いず、毎回板書をしながら講義を実施する予定である。

3. 授業計画

| | |
|---|---|
| 1. 中小企業の特徴 2. 中小企業を区分する基準 3. 日本における中小企業の区分基準 4. 中小企業基本法による中小企業の定義 5. 近年の中小企業政策の動向 6. 日本経済における中小企業の地位 7. 大企業の補完的役割を果たす中小企業 8. 地域経済の活性化に貢献する中小企業 | 9. イノベーションの担い手としての中小企業 10. 中小企業の経営特性①（非組織的な意思決定） 11. 中小企業の経営特性②（低い市場占有率） 12. 中小企業の経営特性③（制約の多い経営資源） 13. 子会社と関連会社、系列会社とその事例 14. 中小企業の下請をめぐる動向 15. 下請における中小企業の経営課題 |
|---|---|

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

授業計画を参考に、次回講義までに参考文献などを読んで2時間以上の予習をしておくことが望ましい。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

試験実施（あるいはレポート提出）の後、解答例等を掲示板に掲示する。

6. 授業における学修の到達目標

日本人にとって身近な問題である中小企業の問題について理解を深めた上で、議論が行えるようになることを目標としている。

7. 成績評価の方法・基準

課題（定期試験やレポート等）の結果（50%）及び授業への取り組み姿勢（50%）によって評価する。ただし、課題（定期試験やレポート等）の結果が授業への取り組み姿勢の評価のいずれかが59点以下になった場合は、不可とする。

8. テキスト・参考文献

〈テキスト〉

テキストは用いず、必要に応じて適宜資料を配布する。

〈参考文献〉

- (1) 井上善海・木村弘・瀬戸正則編『中小企業経営入門』中央経済社、2014年。
- (2) 関満博『日本の中小企業——少子高齢化時代の起業・経営・承継』中央公論新社、2017年。
- (3) 高田亮爾・上野紘・村社隆・前田啓一編『現代中小企業論』同友館、2009年。

9. 受講上の留意事項

座席表作成の都合上、履修学生は初回より必ず出席のこと。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|---------|----------------------|----------|-----------|--|
| 中小企業論B | | 講義 | 准教授 八木 孝幸 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11320208 | |

1. 授業のねらい・概要

統計によれば、日本の全企業数に占める中小企業の割合は99.7%、全企業の雇用者数に占める中小企業雇用者の割合は70.1%と、中小企業の問題は日本人にとっても身近な問題である。この『中小企業論』は、そんな日本人にとっても身近な問題である中小企業の問題を理解していこうとする講義である。

講義内容の詳細については「授業計画」の項にゆずるが、後期は主に「世界と日本における中小企業の歴史の変遷」について講義を行う予定である。なお、本講義の履修に関して特に制限はないが、『経営学基礎』の単位が修得済みであることが望ましい。

2. 授業の進め方

テキストは用いず、毎回板書をしながら講義を実施する予定である。

3. 授業計画

| | |
|-------------------------------|--|
| 1. 世界における中小企業の歴史の変遷①（転換期） | 10. 日本における中小企業の歴史の変遷⑦（変革期） |
| 2. 世界における中小企業の歴史の変遷②（発展期） | 11. 日本における中小企業の歴史の変遷⑧（サブプライムローンとは何か） |
| 3. 世界における中小企業の歴史の変遷③（革命期） | 12. 日本における中小企業の歴史の変遷⑨（サブプライムローン普及の理由） |
| 4. 日本における中小企業の歴史の変遷①（誕生期） | 13. 日本における中小企業の歴史の変遷⑩（サブプライム問題が日本に与えた影響） |
| 5. 日本における中小企業の歴史の変遷②（高度経済成長期） | 14. 日本における中小企業の歴史の変遷⑪（リーマンショック後の中小企業） |
| 6. 日本における中小企業の歴史の変遷③（経済安定期） | 15. 日本における中小企業の歴史の変遷⑫（コロナ禍と中小企業） |
| 7. 日本における中小企業の歴史の変遷④（バブル経済期） | |
| 8. 日本における中小企業の歴史の変遷⑤（経済停滞期） | |
| 9. 日本における中小企業の歴史の変遷⑥（自立期） | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

授業計画を参考に、次回講義までに参考文献などを読んで2時間以上の予習をしておくことが望ましい。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

試験実施（あるいはレポート提出）の後、解答例等を掲示板に掲示する。

6. 授業における学修の到達目標

日本人にとって身近な問題である中小企業の問題について理解を深めた上で、議論が行えるようになることを目標としている。

7. 成績評価の方法・基準

課題（定期試験やレポート等）の結果（50%）及び授業への取り組み姿勢（50%）によって評価する。ただし、課題（定期試験やレポート等）の結果が授業への取り組み姿勢の評価のいずれかが59点以下になった場合は、不可とする。

8. テキスト・参考文献

〈テキスト〉

テキストは用いず、必要に応じて適宜資料を配布する。

〈参考文献〉

(1) 井上善海・木村弘・瀬戸正則編『中小企業経営入門』中央経済社、2014年。

- (2) 関満博『日本の中小企業——少子高齢化時代の起業・経営・承継』中央公論新社，2017年。
- (3) 高田亮爾・上野紘・村社隆・前田啓一編『現代中小企業論』同友館，2009年。

9. 受講上の留意事項

座席表作成の都合上，履修学生は初回より必ず出席のこと。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

日本經濟論

2026年度

休講

經濟史

2026年度

休講

經營分析

2026年度

休講

管理会計論 A

2026年度

休講

管理会計論 B

2026年度

休講

| 学校保健論 | | 講義 | 非常勤講師 | 新井 淑弘 |
|---------|--|----------|-------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コースの専門基礎科目 教職科目 救急救命士コースの専門基礎分野科 目 教職科目 | 科目ナンバリング | | 11322206 11531204 12332203 12531207 13332201 13531204 |

1. 授業のねらい・概要

学校教育目標の具現化としての学校保健の位置づけを理解し、学校保健の実践が児童生徒の発達にどのような役割を担っているかを学ぶ。学校保健の意義と目的、行政と学校保健、法規に基づく学校保健の内容と組織、保健主事や養護教諭等の関係職員の役割などについて具体的な実践例をとおして学習する。

2. 授業の進め方

主に講義形式で授業を進めます。授業の始めに前回の振り返りを行った後に、今回の授業概要について説明を行う。授業内容によっては、調べ学習や、題学習等の形式でも授業を行う。授業の最後に次回の内容と準備についての説明を行う。

3. 授業計画

| | |
|-------------------------|-----------------------------|
| 1. 学校保健の理念と目的，学校保健の構成 | 9. 学校保健活動の実際(小・中学校・高校・養護学校) |
| 2. 学校保健計画と評価，学校保健と関係職員 | 10. 学校環境衛生とその評価および改善 |
| 3. 子どもの発育・発達と学校保健 | 11. 学校環境衛生の新たな課題 |
| 4. 学校における健康情報とその管理および利用 | 12. 学校災害と学校安全，セイフティープロモーション |
| 5. 児童生徒の健康障害および伝染病の予防 | 13. 救急法と緊急時の体制 |
| 6. 健康障害のある児童生徒と学校生活 | 14. これからの教育環境と学校保健，海外の事例 |
| 7. 精神保健とがん教育 | 15. まとめ |
| 8. 保健教育とヘルスプロモーション，組織活動 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

各授業の最後に次回のテーマに関連した課題を出すので、受講までに準備を行うこと。また、ノート提出を行い学習状況の確認を行うので、毎回の授業内容について復習を行いながら、ノートを整理しておくこと。(2時間程度を必要とする内容)

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

試験実施後もしくはミニレポート提出後に、解答のポイント、出題意図等についての説明を行う。

6. 授業における学修の到達目標

学校保健・学校安全の目的・目標・活動の全体構成について理解し、各項目についての内容と実施について理解することを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

授業への貢献度・積極性、ミニレポートなどの平常点：20%、レポート・試験等 80%

8. テキスト・参考文献

教科書：①学校保健ハンドブック 教員養成系大学保健協議会(編) ぎょうせい
 ②学校保健マニュアル 衛藤隆也 南山堂

参考文献：授業の中で適宜紹介する。

9. 受講上の留意事項

授業後にミニレポートもしくはミニテストを行うことがあるので、毎回の授業のノートを作成して、予習や復習に活用すること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------------------------|--|-----------------|----------------------------------|--|
| 公衆衛生学 (公衆衛生学 I) | | 講義 | 教授 田中 基晴 | |
| 科目カテゴリ | スポーツマネジメントコース, スポーツトレーナーコースの専門選択科目 柔道整復師コースの専門基礎科目、教職科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11322204 12332201 11531203 | |

1. 授業のねらい・概要

日本では少子高齢化が進み、世界全体では食糧や環境問題が深刻化している。これらが私たちの健康や生活に大きな影響を与えていることは良く知られている。この事態に対処するには、社会を担う一人ひとりが取り組むことが必要であり、人と社会との接点を知ることが重要である。すなわち、第一に人を取り巻く衣食住環境、家庭環境、地域環境、社会制度、地球環境などの知識を身につけることであり、第二に個人のみでなく集団の構造を把握し、健康水準を高めるための戦略、戦術を学び、日常生活に応用できるようにすることである。本講座では、公衆衛生の基本的な知識、考え方、その役割、重要性を学び、理解することを目的とする。

2. 授業の進め方

基本的には、教科書を中心にして講義を進める。必要に応じて参考資料のプリントを配布する。

3. 授業計画

| | |
|----------------------|------------------|
| 1. 健康の科学としての公衆衛生学 | 9. 環境の衛生 |
| 2. 人口の動向・世界の人口、日本の人口 | 10. 環境汚染と公害 |
| 3. 妊娠・出産、胎児期の保健 | 11. 感染症：微生物による病気 |
| 4. 新生児・乳幼児期の保健 | 12. 食物と健康 |
| 5. 青少年の保健 | 13. 職業生活と健康 |
| 6. 成人期の保健 | 14. 保健・医療行政 |
| 7. 老年期の保健と死の問題 | 15. まとめ |
| 8. 心の健康と心身障害 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

前回の講義内容を復習、理解し、授業前に必ず一度は教科書の予定範囲を予習（1時間程度）として読んで、わからない点を把握しておくこと。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

筆記試験

- a) 正解は貼りだす。
- b) 解説は、不正解問題を中心に行う。

6. 授業における学修の到達目標

1. 公衆衛生の概念、感染症、予防医学を理解する。
2. 日本及び世界の人口動向について理解する。
3. 人の一生の前半期である妊娠、出産と、胎児、新生児、乳幼児、青少年の各期の健康と母子保健、学校保健について学び、理解する。
4. 人の健康の維持増進、疾病予防を実践するために関わる環境因子を把握し、環境衛生を学ぶ。

7. 成績評価の方法・基準

1) 基準

公衆衛生学について基礎的な理解ができているかを評価対象とする。

2) 方法

- a) 受講態度（出席，遅刻，早退，スマホ閲覧，など）（30％）。（スマホ閲覧を禁止しています）
- b) 筆記試験（70％）。

8. テキスト・参考文献

教科書： 学生のための現代公衆衛生 [第8版] 野中浩一 編 南山堂 2022年

9. 受講上の留意事項

あらかじめ，授業前に必ず一度は予定範囲を読んでおくこと。復習は，その日のうちに行うこと。また不明な点，理解できない点があれば，遠慮しないで質問すること。

10. [実務経験のある教員等による授業科目]の該当の有無

該当する。本授業は，以下の実務経験を生かして実施する。製薬会社における新薬開発の実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------------|--|-----------------|-----------------|--|
| 健康心理学 | | 講義 | 教授 竹内 成生 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目, スポーツトレーナーコー スの選択必修科目 | 科目ナンバリング | 11321206 | |

1. 授業のねらい・概要

健康心理学は健康の維持・増進, 疾病の予防と治療といった健康に関する諸問題と, その改善に心理学の立場から貢献することを目的とした心理学分野である。本講義では, 健康心理学の歴史的背景と理論的背景について概観し, 感情やストレス, パーソナリティなどの健康心理学が取り扱う基本的問題を扱い, さらに対人関係といった個人と社会との関係性における健康問題について学ぶ。これら健康の要因・増進・管理について総合的に理解することで, 健康問題に対して心理学的知見から考察する知識を身に付けることを目標とする。

2. 授業の進め方

パワーポイント, 視聴覚教材, 板書等による講義形式で授業を進める。また実体験を目的として心理検査等の各種心理測定材料を適宜利用する。

3. 授業計画

| | |
|-------------------------|-------------------------|
| 1. 健康心理学とは | 9. 健康とパーソナリティ 2 (獲得的要因) |
| 2. 健康の概念 | 10. 健康行動と決定要因 |
| 3. 健康心理学の基礎理論 1 (認知・行動) | 11. 生活習慣と健康 1 (個人) |
| 4. 健康心理学の基礎理論 2 (生理) | 12. 生活習慣と健康 2 (対人・社会) |
| 5. 健康の生理学的メカニズム | 13. ソーシャルサポート |
| 6. ストレスと健康 | 14. 疾病予防と健康教育 |
| 7. ストレスとコーピング | 15. まとめ |
| 8. 健康とパーソナリティ 1 (生得的要因) | |

4. 準備学修 (予習・復習等) の具体的な内容及びそれに必要な時間

講義はシラバスに則って進行するため, 各テーマについて予め考察しておくこと。加えて, 各講義で学んだ概念や各トピックについて, 自らの経験と照らし合わせて理解を深めることが重要である。なお, 各講義における準備学習時間は2時間程度を要する。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

小課題や小レポートに関する詳細解説は次の講義内にておこなう。また, 最終課題のフィードバックは出題意図・解答ならびに理解すべき点等について課題終了後に実施する。

6. 授業における学修の到達目標

個人や社会における健康について理解し, 健康の維持・増進とその管理に関して, 心理学的立場から理解する。そして, 健康に関する諸問題について自ら考察するための知識と考察力を身に付けることを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

各回の課題実施状況 (25%), 課題/小レポート評価 (45%), 最終課題 (30%) を基準として総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

テキストは特に指定しないが, 参考図書を初回授業内に紹介する。各講義でプリントを配布することがある。

9. 受講上の留意事項

健康心理学もスポーツ心理学と同じく, 我々にとって身近な分野であり, 健康に関する心理的背景や諸問題を具体的にイメージしやすい。各自, 自らの経験と照らし合わせて理解を深めるようにすること。また, 講義内で各テーマに関係した

心理検査などを進んで体験すること。これら体験をもとに理解を深めることを重要な評価のひとつとするので、履修希望者が定員を超えた場合には抽選となることがあるため、希望者は初回講義に必ず参加すること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。障害を対象とした研究機関での実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| 発育発達論 | | 講義 | 教授 西川 彰 | |
|---------|---|----------|----------|----------|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 教職科目 柔道整復師コース専門基礎科目 柔道整復師コース教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 救急救命士コース教職科目 | 科目ナンバリング | 11322205 | 11532209 |
| | | | 12311203 | 12532209 |
| | | | 13220210 | 13532209 |

1. 授業のねらい・概要

発達とは、成長に伴って人体に有する組織や器官が変化し、それらの諸機能が発現する過程をいう。スポーツに関わる専門職を志す者にとって、各発達期における行動様式や精神活動の特徴を把握することは、障害予防の観点から運動指導の在り方を考える上で大変重要である。この授業では、人間発達学の概念を学ぶことから始め、さらに代表的な発達理論に触れた上で、各発達期における身体的・生理的・運動的機能の発達を中心に学習する。さらに、各発達期における代表的な問題点と対応方法（特にスポーツとの関連性）についても理解を深める。

2. 授業の進め方

プレゼンテーションソフトを用いたスライドにより関連する写真やイラストを呈示しながら、さらに板書を組み合わせた講義形式で授業を進めていく。さらに、授業内で説明した重要語句の意味やそれらの関連性をまとめた「発育発達論レポート」を作成し提出課題とする。

3. 授業計画

| | |
|---|-------------------------------------|
| 1. ガイダンス、人間発達学の概念（発達に関する用語、発達期の区分、発達の原則） | 8. 学童期の発達①（身体の変化、運動機能の変化） |
| 2. 発達理論（歴史の変遷、エリクソンのライフサイクル理論、ピアジェの発生的認知理論） | 9. 学童期の発達②（子どものロコモティブシンドローム） |
| 3. 新生児期の発達（健康状態の指標、測定分類、ハイリスク要因） | 10. 成長期スポーツ障害①（成長期の骨への障害、投球障害） |
| 4. 乳児期の発達①（身体的発達、運動機能の発達：原始反射） | 11. 成長期スポーツ障害②（ランニング障害、女性アスリートと骨障害） |
| 5. 乳児期の発達②（運動機能の発達：姿勢反射、平衡反応） | 12. 高齢期の加齢変化①（フレイルとロコモティブシンドローム） |
| 6. 幼児期の発達①（身体的発達、運動機能の発達：歩行） | 13. 高齢期の加齢変化②（サルコペニア） |
| 7. 幼児期の発達②（運動機能の発達：上肢機能） | 14. 障害（身体障害、精神障害、知的障害、発達障害） |
| | 15. まとめ |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

授業で学んだ重要語句や図表などをまとめた「発育発達論レポート」作成に取り組んだ上で、毎回の授業に臨むこと（30分程度）。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

レポートについては添削、採点を行った上で返却する。また、定期試験については模範解答例を希望者に配布する。

6. 授業における学修の到達目標

本授業では、各発達期における発育発達の特徴をただ暗記するだけでなく、その知識を用いて運動指導に役立てることができるよう統合的な理解が得られることを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

提出課題（レポート）（約 30%程度）並びに定期試験（期末試験）の結果（約 70%程度）より総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

必要に応じて授業中に紹介または配布する。

9. 受講上の留意事項

毎回の授業時には配布プリントを必ず持参すること。

講義回数の 3 分の 1 以上を欠席した場合は、定期試験の受験資格を失うこととする。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、医療機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

応用ソフトウェア

2026年度

休講

コンピュータ概論

2026年度

休講

図形と画像の処理

2026年度

休講

プレゼンテーション

2026年度

休講

アルゴリズム A

2026年度

休講

データベース論

2026年度

休講

| | | | | |
|-----------|---|----------|----------|--|
| 情報社会と情報倫理 | | 講義 | 准教授 関川 弘 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目, スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322214 | |

1. 授業のねらい・概要

インターネットをはじめとする情報技術の発達によって私たちの生活は大変便利になった。しかし、その反面、情報技術は従来になく新たな社会的な課題を生み出している。情報技術を活かして社会をさらに良いものにするためには、利便性の向上など情報技術がもたらす良い面を活かすとともに、サイバー犯罪などの悪い面を抑える必要がある。本科目では、社会と情報技術のありかたについて考え、適切な行動がとれる素養を身に付ける。

2. 授業の進め方

配布資料を基にした講義形式で進める。毎回、課題を出し意見を求め提出された内容についてディスカッションする。また、海外の文献や雑誌に掲載されている英語による最新記事や動画を用いて関連動向について検討する。

3. 授業計画

| | |
|--------------------------|---------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. インターネットの脆弱性について考える |
| 2. 情報倫理について考える | 10. 生成AI とフェイクニュースについて考える |
| 3. 技術革新と指針の空白について考える | 11. なりすましとアカウントについて考える |
| 4. 技術革新がもたらす社会変化について考える | 12. プラットフォームビジネスについて考える |
| 5. インターネットと共有地の悲劇について考える | 13. 企業の社会的責任について考える |
| 6. ソフトウェアの信頼性について考える | 14. 監視社会について考える |
| 7. 中間テスト | 15. 講義のまとめ |
| 8. 人工知能活用における課題について考える | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

準備として1時間程度、インターネットや関連文献を用いて調査すること。毎回の講義終了後30分程度、学習した内容をどれだけ多く、正確に説明・解説できるか自身で試みる。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

回答のポイント、及び出題の目的を説明した資料を配布する。また、毎回の講義で質問を受け付ける。レポート提出を求める場合、いくつかのレポートを事例に取り上げアドバイスを行う。

6. 授業における学修の到達目標

情報技術の進歩により次々と新しいサービスが登場する。そのような変化の中でも、自ら考え、適切に情報技術やサービスを活用できるようになること。

7. 成績評価の方法・基準

期末試験（50%）と毎回講義後に提出を求める講義サマリー（30%）、授業への貢献度（20%）で評価する。サマリーについては、どれだけ多く思考したかを基準に評価する。

8. テキスト・参考文献

資料を毎回プリント配布する。教科書は用いない。参考文献は適宜紹介する。

9. 受講上の留意事項

提出された講義サマリーを基に授業中ディスカッションを行う。積極的にディスカッションに加わる。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、情報システム開発会社における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

Web アプリケーション ヨソ

2026年度

休講

オペレーティングシ
ステム

2026年度

休講

ネットワークシステム
テム

2026年度

休講

| | | | | |
|----------|--|----------|----------|--|
| プログラム言語C | | 講義 | 教授 樽井 勇之 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322227 | |

1. 授業のねらい・概要

Python によりプログラミングの基礎を学習し、基礎的な Python プログラムが作成できるようになることがねらいである。

- (1) アルゴリズムを理解し、フローチャートを描くことができる。
- (2) プログラムの基礎とデータ構造を学び、順次・分岐・反復を組み合わせてプログラミングできる。
- (3) 代表的なアルゴリズムである探索（サーチ）と並び替え（ソート）のプログラムが理解できる。

2. 授業の進め方

テキストやプリントの演習問題に基づいてプログラムを作成する。講義と実習中心の授業形式で進める。

3. 授業計画

| | |
|---|---|
| 1. ガイダンス (Python の開発環境) 2. アルゴリズムの表現 (フローチャート) 3. プログラミング基礎 (文字型, 整数型, 浮動小数点型) (変数, 代入, 四則演算, 論理演算) 4. データ構造 (配列, リスト) 5. 順次 6. 分岐 (if 文) 7. 分岐 (if 文複合条件) 8. 反復 (for 文) | 9. 反復 (while 文) 10. 関数の基礎 (関数, 引数, 戻り値) 11. 関数の利用 12. 探索 1 (サーチ) 13. 探索 2 (線形探索, 二分探索) 14. 並び替え 1 (ソート) 15. 並び替え 2 (選択ソート, 挿入ソート) |
|---|---|

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

プログラムを理解するため、パソコンを使ったプログラミングが 4.5 時間以上必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

課題を出題後にプログラミングのヒントを与え、授業時間終了前に模範解答を説明する。定期試験については模範解答を掲示する。

6. 授業における学修の到達目標

プログラムの動作原理やアルゴリズムの概念が理解できるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

課題の成果物 (60%), 定期試験の結果 (40%) によって評価する。

8. テキスト・参考文献

テキスト：「プログラムのつくりかた Python 入門編 Lv.0」, 実教出版, 2022

「プログラムのつくりかた Python 基礎編 Lv.1」, 実教出版, 2022

9. 受講上の留意事項

演習を中心に進めるので必ず出席すること。操作や意味がわからないときには積極的に質問すること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------|--|----------|----------|--|
| プログラム言語D | | 講義 | 教授 樽井 勇之 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322228 | |

1. 授業のねらい・概要

Python によりプログラミングの基礎と応用を学習し、AI のアルゴリズムや AI を活用することがねらいである。

- (1) プログラミングの基礎、順次・分岐・反復構造の利用、関数やデータ構造を理解できる。
- (2) データの形式を理解し、ファイルの読み書きができる。
- (3) オブジェクト指向プログラミングについて理解できる。
- (4) AI のアルゴリズムやデータ構造を理解し、AI の企画・構築・実施・評価ができる。

2. 授業の進め方

テキストやプリントの演習問題に基づいてプログラムを作成する。講義と実習中心の授業形式で進める。

3. 授業計画

| | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. ガイダンス Python の概要と開発環境 2. プログラミング基礎 (文字型, 整数型, 浮動小数点型) (変数, 代入, 四則演算, 論理演算) 3. 構造化プログラミング (順次・分岐・反復) 4. 関数とメソッド 5. データ表現 (配列・リスト, タプル, 集合, 辞書) 6. ライブラリの利用 7. データ形式とデータ変換 (CSV, JSON 等) 8. ファイルの読み書き | <ol style="list-style-type: none"> 9. オブジェクト指向プログラミング 10. AI の開発環境と実行環境 11. AI のアルゴリズムとデータ表現 12. AI の学習と推論 13. AI の評価, 再学習 14. AI 活用の企画・構築 15. AI 活用の実施・評価 |
|---|---|

4. 準備学修 (予習・復習等) の具体的な内容及びそれに必要な時間

プログラムを理解するため、パソコンを使ったプログラミングが 4.5 時間以上必要である。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

課題を出題後にプログラミングのヒントを与え、授業時間終了前に模範解答を説明する。定期試験については模範解答を掲示する。

6. 授業における学修の到達目標

プログラムの動作原理やオブジェクト指向の概念の理解、AI 活用の企画・構築・実施・評価ができるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

課題の成果物 (60%), 定期試験の結果 (40%) によって評価する。

8. テキスト・参考文献

テキスト: 「プログラムのつくりかた Python 入門編 Lv. 0」, 実教出版, 2022

「プログラムのつくりかた Python 基礎編 Lv. 1」, 実教出版, 2022

9. 受講上の留意事項

- ・受講条件として基礎科目である「プログラム言語 C」を単位修得済みであること。
- ・演習を中心に進めるので欠席しないように。操作や意味がわからないときには積極的に質問すること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無
該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|---------------|---|-----------------|----------------------|--|
| 基礎運動学 | | 講義 | 准教授 中川 剣人 | |
| 科目カテゴリ | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの選択必修科目 柔道整復師コースの教養選択科目 | 科目ナンバリング | 11321201 12220212 | |

1. 授業のねらい・概要

運動学は、ヒトや動物の身体運動に関する学問領域であり、解剖学と生理学の理論に基づいてからだの動き方・使い方を観察し、その機能および機序について探求するものである。また近年では、心理学、機械学、情報学などの横断的な知見と融合しながら、運動の制御、学習、発達といった認知神経科学的課題へのアプローチも進む。本授業では、これらの基礎となるヒトの解剖学的な構造と機能について学習し、そのうえでより複雑な運動行動や身体動作に対して運動学的視点からの観察力を養成することを目指す。

2. 授業の進め方

指定テキストにそって、主にスライド呈示による講義形式で授業を進める。また機能解剖を対象とする回では、講義や実習を行う回の翌週回に個別に確認テストを行う。

3. 授業計画

| | |
|-----------------------|--------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. 下肢(近位部)の機能解剖①(講義+実習) |
| 2. 運動学の対象と歴史/位置と方向の表現 | 10. 下肢(近位部)の機能解剖②(確認テスト) |
| 3. 細胞と組織/運動器の構造と機能 | 11. 下肢(遠位部)の機能解剖①(講義+実習) |
| 4. 神経系と反射/感覚器の構造と機能 | 12. 下肢(遠位部)の機能解剖②(確認テスト) |
| 5. 上肢の機能解剖①(講義+実習) | 13. 体幹の機能解剖①(講義+実習) |
| 6. 上肢の機能解剖②(確認テスト) | 14. 体幹の機能解剖②(確認テスト) |
| 7. 手の機能解剖①(講義+実習) | 15. 総復習 |
| 8. 手の機能解剖②(確認テスト) | |

4. 準備学修(予習・復習等)の具体的な内容及びそれに必要な時間

前回までの授業ノートの見直しに30分程度、また課題が出された場合はさらに1時間程度以上の準備学修を要する。

5. 課題(試験やレポート等)に対するフィードバックの方法

課題後、解答、要点等を解説し、フィードバックする。

6. 授業における学修の到達目標

運動器・感覚器の基本的な構造と機能を理解し、身体運動に対して機能解剖学的表現を用いて説明できるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

受講態度と参加・活動状況(30%程度)、期末試験(70%程度)によって評価する。

8. テキスト・参考文献

「基礎運動学第6版(補訂)」(中村隆一・斎藤宏・長崎浩:医歯薬出版)を指定テキストとする。

9. 受講上の留意事項

特になし。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国立研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | |
|--------------|--|----------|-----------|
| トレーニングの科学的基礎 | | 講義 | 教授 小笠原 正志 |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目、スポーツトレーナーコースの選択必修科目 | 科目ナンバリング | 11321202 |

1. 授業のねらい・概要

トレーニングはアスリートの競技力向上を目的として発展し、これまで安全で効果的なプログラムが数多く開発されてきた。人生 100 年時代を迎え、アスリートのみならず広く一般にもトレーニングの必要性が叫ばれるようになり、ストレス解消、体力づくり、健康増進、介護予防、自己研鑽などその目的も多様化している。スポーツ指導者には、トレーニング目的、年齢、体力レベル、健康状態、発育発達段階など、クライアントの個別状況を考慮し、それに合致したトレーニングプログラムを構築する能力が求められている。そこで、本講義では、解剖学・運動生理学・バイオメカニクスといった基礎的な科目のなかから特にトレーニングに重要な項目をピックアップして解説し、適切なプログラムの構築とその指導を可能とする基本的な知識を獲得することを目的とする。

2. 授業の進め方

主に、Power Point を用いたスライドおよび板書による講義形式で授業を行う。必要に応じて動画を教材として利用し、イラストを中心にわかりやすく編集された教科書を補足的に用いる。また、各回に行う課題の実施により、講義の理解度を確認しながら展開していく。

3. 授業計画

| | |
|----------------------|-----------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. 神経系・ホルモン |
| 2. エネルギー供給系 | 10. 筋肥大のメカニズム |
| 3. 運動強度の変化とエネルギー供給系 | 11. トレーニングの原理原則 |
| 4. 運動時の心肺機能 | 12. トレーニングプログラムの立案 |
| 5. 酸素摂取量の変化 | 13. トレーニングの目標設定 |
| 6. 筋骨格系 | 14. ピリオダイゼーション |
| 7. 筋線維の特性（速筋線維と遅筋線維） | 15. 人生 100 年時代におけるトレーニングの意義 |
| 8. 筋の収縮様式・骨格と筋のてこ作用 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

テキストによる予習(30分程度)、前回のノートでの復習(30分程度)。

次回取り扱う範囲のトレーニングおよび生理学的・解剖学的背景について理解および把握しておくこと。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

各回に行う課題は次回の授業で解説する。期末試験については後日解答を掲示板等に掲示する。

6. 授業における学修の到達目標

様々なトレーニング方法の中から対象者に適したトレーニングプログラムを提供できる力を身につけていくことを目指す。その際に、対象者の体力レベルを適切に測定・評価していく力を併せて身につけていくことを目指す。

7. 成績評価の方法・基準

講義への参加意欲ならびに各回の課題への取り組み状況(50%)、および期末試験(50%)により総合的に評価する。ただし、講義回数数の3分の1以上欠席した者は評価の対象としない。

8. テキスト・参考文献

小笠原正志、「健康生活とスポーツ」、SIS、2024

参考図書：「ストレングス&コンディショニング第4版」、ブックハウスHD

9. 受講上の留意事項

私語および携帯電話の使用，飲食，帽子の着用は禁止とする。

NSCA の CSCS 資格取得希望者を優先とする。トレーニングの基礎知識を有することが望ましい。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は，企業における実務経験（地域住民の運動指導）を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ心理学 | | 講義 | 教授 竹内 成生 | |
|---------|--|----------|----------|----------|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコースの 選択必修科目 柔道整復師コースの教養選択科目 救急救命士コースの教養選択科目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11321205 | 11532202 |
| | | | 12220205 | 12532202 |
| | | | 13220205 | 13532202 |

1. 授業のねらい・概要

スポーツ心理学は主に運動の実践と指導について心理学的見地から研究する分野である。しかしながら、近年のスポーツ心理学は競技スポーツのみならず、生涯スポーツや観戦といった個人・社会とスポーツの関係までを研究対象としており、健康で充実した生涯を過ごすという視点も重要視している。本講義では動機付け、パーソナリティ、ストレス、コーチング、メンタルトレーニング、運動の制御と学習などをキーワードとしてスポーツ心理学を概観し、ピークパフォーマンスの発揮に重要な運動意欲、セルフコントロール等の心理スキルを自身のスポーツ活動に応用できる知識を身に付けることを目標とする。

2. 授業の進め方

パワーポイント、スライド、板書等による講義形式であるが体験を用いた授業を進める。また視聴覚教材を適宜使用する。

3. 授業計画

| | |
|---------------------|---------------------|
| 1. スポーツ心理学とは | 9. スポーツとメンタルヘルス |
| 2. 運動の制御 | 10. スポーツとメンタルトレーニング |
| 3. 運動技能の学習 1 (学習機構) | 11. スポーツへの参加・離脱 |
| 4. 運動技能の学習 2 (情報処理) | 12. スポーツと指導者 |
| 5. 発達と運動 | 13. 運動技能の指導 |
| 6. スポーツと動機付け | 14. スポーツとメンタルヘルス |
| 7. パーソナリティとはなにか | 15. まとめ |
| 8. スポーツとストレス | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

講義はシラバスに則って進行するため、各テーマについて予め考察しておくこと。加えて、各講義で学んだ概念や各トピックについて、自らの経験と照らし合わせて理解を深めることが重要である。なお、各講義における準備学習時間は2時間以上を要する。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

小課題や小レポートに関する詳細解説は次の講義内にておこなう。また、最終課題のフィードバックは出題意図・解答ならびに理解すべき点等について課題終了後に実施する。

6. 授業における学修の到達目標

スポーツ心理学の概略を理解し、スポーツ場面における心理とその機能に関する知見の重要性を理解すること。また、心理的スキルを自身のスポーツ活動にも応用できる知識を身に付けること、ならびにスポーツを行う状況（健康の維持・増進活動としてのスポーツ、競技としてのスポーツ）や、スポーツに関与する立場（実践者、指導者、応援・観覧）による心理的差異についての理解を深めることを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

各回の課題実施状況（25%）、課題/小レポート評価（45%）、最終課題（30%）を基準として総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

テキストは特に指定しないが、参考図書を初回授業内に紹介する。各講義でプリントを配布することがある。

9. 受講上の留意事項

スポーツ心理学はスポーツをする人にとって身近な分野であり、その心理作用を具体的にイメージし易いことから、自身の経験に当てはめて考え、理解を深めるようにすること。また、講義内で各テーマに関係した簡単な実験デモンストレーションや心理検査などを進んで体験すること。これら体験をもとに理解を深めることを重要な評価のひとつとするので、積極的に学習を進めてほしい。履修希望者が定員を超えた場合には抽選となることがあるため、希望者は初回講義に必ず参加すること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。障害を対象とした研究機関での実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|---------|---|----------|----------|--|
| スポーツ医学 | | 講義 | 教授 柳澤 修 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322201 | |

1. 授業のねらい・概要

基本的なスポーツ傷害の発生メカニズムを学習するとともに、スポーツ傷害を予防する方策やスポーツ傷害からの復帰方法などを学ぶ。加えて、子ども特有のスポーツ傷害ならびに女性とスポーツの関係についても学習する。

2. 授業の進め方

パワーポイントを用いた座学の講義が中心となる。

3. 授業計画

| | |
|---------------------------|----------------------|
| 1. スポーツ医学総論 | 10. スポーツ現場での処置 |
| 2. 外科系スポーツ傷害の基本的知識 | 11. メディカルチェック |
| 3. 頭頸部・体幹のスポーツ傷害 | 12. 子どもの体力・からだの特徴 |
| 4. 上肢のスポーツ傷害（肩関節） | 13. ジュニア期のスポーツ傷害 |
| 5. 上肢のスポーツ傷害（肘関節, 前腕, 手部） | 14. 青少年のスポーツ障害の原因と対策 |
| 6. 下肢のスポーツ傷害（股関節, 大腿部） | 15. 女性とスポーツ |
| 7. 下肢のスポーツ傷害（膝関節, 下腿, 足部） | |
| 8. スポーツ活動と内科的疾患 | |
| 9. 熱中症 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

次回のテーマに関する基本的な用語は事前によく調べておくこと。なお、この事前準備には1時間程度が必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

事前学習の課題に関しては、授業の冒頭で解説をする。定期試験の際には、出題の意図などを説明する。

6. 授業における学修の到達目標

基本的な人体構造・機能を理解し、スポーツ傷害の起こるメカニズムやそれを防ぐ方法などを科学的に理解できるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

期末テストにて評価する（100%）。成績評価にあたっては、授業回数の2/3以上の出席を前提とする。

8. テキスト・参考文献

授業中に適宜配布する。

9. 受講上の留意事項

事前にもしくは併せて人体構造学や運動生理学、バイオメカニクス関連の科目を履修していることが望ましい。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国内トップアスリートを対象とした研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| スポーツ栄養学 | | 講義 | 非常勤講師 | 田口 郁美 |
|---------|--|----|----------|----------------------------------|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目、スポーツトレーナーコースの選択必修科目 柔道整復師コースの専門基礎科目 救急救命士コースの専門基礎分野科目 | | 科目ナンバリング | 11321203 12312202 13311103 |

1. 授業のねらい・概要

運動と食事・栄養との関係、からだづくり、コンディションの維持、競技力向上のための栄養摂取について科学的理論に基づいた知識や食事のポイントを学ぶ。栄養素の体内代謝及び生理機能について理解を深め、アスリートの種目特性、年齢、性別、体調などを考慮した食事、栄養障害と食事対策、トレーニング期や試合期などの期分けによる食生活のあり方、食事管理などについて学ぶ。

2. 授業の進め方

配布資料を中心に、課題提出を含めて理解の程度を確認しながら講義を進める。

3. 授業計画

| | |
|---------------------|-------------------------|
| 1. 講義概要説明 | 9. 目的別の食事 持久力と食事 |
| 2. スポーツと栄養 五大栄養素の役割 | 10. 時期、目的別区分と栄養・食事（合宿時） |
| 3. 活動時の栄養素等摂取量 | 11. 時期、目的別区分と栄養・食事（試合期） |
| 4. アスリートの栄養アセスメント | 12. アスリートに多くみられる栄養障害 |
| 5. トレーニングと食事 | 13. 栄養補助食品(サプリメント)について |
| 6. スポーツをする人の基本的な食事 | 14. 水分補給について |
| 7. アスリートの栄養摂取と食生活 | 15. まとめ |
| 8. 目的別の食事 からだ作り・減量 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

次回授業までに、参考文献、配布資料などによる予習・復習をして疑問点などを明確にしておく。

毎回1時間以上の準備学習（予習・復習）をして受講すること。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

試験実施後、解答などを掲示板に掲示する。課題レポートの講評は講義の中で行う。

6. 授業における学修の到達目標

健康の維持・増進、からだづくり、コンディション維持、競技力向上のための食事など科学的理論に基づいた知識を習得するとともに、競技力向上の支えとなる食事の重要性を認識し、食事管理、栄養管理を実践できるようにする。

7. 成績評価の方法・基準

試験や提出レポートの結果（70%）、授業や課題への取り組み（30%）によって総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

配付資料中心。

参考文献：公益財団法人 日本スポーツ協会 リファレンスブック

その他、必要に応じて講義の中で紹介する。

9. 受講上の留意事項

毎日の食事が心身の健康と密接に関係することを認識し、自らの食生活を充実させるよう努めること。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無
該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| リハビリテーション論 | | 講義 | 教授 大森 肇 | |
|------------|--|----|----------|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 教職科目 救急救命士コースの教養選択科目 柔道整復師コースの専門基礎科目 教職科目 | | 科目ナンバリング | 11322113 11531105 12531105 13220147 13531105 12312101 |

1. 授業のねらい・概要

本授業の内容は、「アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画」、「コンディショニングの手法」、「特殊環境下での対応」の3項目が中心となる。「アスレティックリハビリテーションとトレーニング計画」では、一般人を対象とした社会復帰（リハビリ）だけではなく、スポーツ選手（アスリート）を対象としたリハビリ、すなわち達成目標として競技復帰までをマネジメントしていく方法論を学ぶ。「コンディショニングの手法」では、コンディショニングとは何かということ学ぶと同時に、ウォーミングアップ、クーリングダウンや患部以外の活用を含めた全身トレーニングについて学ぶ。「特殊環境下での対応」では、スポーツ活動の中でも身体負担度の大きな運動に対応する研究事例に触れることで、スポーツ選手のコンディション管理に関する知見を学ぶ。

2. 授業の進め方

パワーポイントによるプレゼンテーション、配布資料、板書等により授業を展開する。

3. 授業計画

| | |
|------------------------------------|--|
| 1. ガイダンス | 10. 患部以外の活用と全身トレーニング（筋力、持久力、スピード、協調性） |
| 2. スポーツ外傷とスポーツ障害 | 11. 特殊環境下での対応（長時間走行による疲労とアミノ酸摂取による疲労軽減） |
| 3. RICE 処理、アイシングの方法と効果 | 12. 特殊環境下での対応（高強度レジスタンス運動による筋痛・筋損傷に及ぼすアミノ酸摂取の効果） |
| 4. メディカルリハビリテーションとアスレティックリハビリテーション | 13. 特殊環境下での対応（高強度レジスタンス運動による筋痛・筋損傷に及ぼす事前運動の効果） |
| 5. アスレティックリハビリテーション実施上の留意点 | 14. 特殊環境下での対応（動物の筋損傷モデル実験における熱ショックタンパク質の役割） |
| 6. アスレティックリハビリテーションの段階的プログラム | 15. まとめ |
| 7. コンディショニングとは何か | |
| 8. ウォーミングアップとクーリングダウン | |
| 9. ストレッチングの目的・種類・方法 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

各テーマについて予習し、理解のための基盤を作っておくこと（30分）。復習時に講義内容を改めて整理し、理解が不十分な部分は自ら調べを深め、疑問点を次回のショートレポートで質問できるようにまとめておくこと（30分）。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

毎回の授業冒頭において、前回のショートレポートで出された質問に答えることでフィードバックする。また、定期試験後に全体講評を掲示または一斉メールにてフィードバックする。

6. 授業における学修の到達目標

運動で起こり得るダメージを理解し、その軽減法と予防法を学び、指導に活かせる知識を修得することを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

期末試験（70%）および受講態度（30%）を総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

資料を配布する。

9. 受講上の留意事項

私語，水分補給以外の飲食，授業内容に関する検索以外のスマホ・PC等の使用，居眠りの4項目を禁止する。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| 運動生理学 | | 講義 | 教授 大森 肇 | |
|---------|--|----------|--|--|
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの選択必修科目 教職科目 柔道整復師コースの教養選択科目 救急救命士コースの専門基礎分野科 目 教職科目 | 科目ナンバリング | 11531202 12531202 13531107 11321204 12220207 13311102 | |

1. 授業のねらい・概要

運動生理学とは、運動時の身体応答とその機序を追究するとともに、そうした環境の変化に身体がどのように適応していくかを求めていく学問である。またその応用範囲は広く、スポーツパフォーマンスの向上、健康の維持・増進、疾病の予防・治療、幅広い年齢層への身体教育などに及んでいる。本授業では、特に運動に関係の深い身体機能に焦点を当て、基本となる構造・機能を学ぶとともに、上記の応用例について考えていくことをねらいとしている。

2. 授業の進め方

パワーポイントによるプレゼンテーション、配布資料、板書等により授業を展開する。

3. 授業計画

| | |
|-----------------|--------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. 運動時のホルモン分泌 |
| 2. 運動生理学とは何か | 10. 運動と呼吸 |
| 3. 骨格筋の構造と機能 | 11. 運動と循環 |
| 4. 神経系による運動の調節 | 12. 運動時の疲労と生理的合目的性 |
| 5. 筋力と筋パワー | 13. 運動と酸化ストレス |
| 6. 筋の肥大と萎縮 | 14. 運動と抗疲労（休養・栄養・トレーニング） |
| 7. 栄養素の消化・吸収と代謝 | 15. まとめ |
| 8. 運動時の代謝 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

各テーマについて予習し、理解のための基盤を作っておくこと（30分）。復習時に講義内容を改めて整理し、理解が不十分な部分は自ら調べを深め、疑問点を次回のショートレポートで質問できるようにまとめておくこと（30分）。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

毎回の授業冒頭において、前回のショートレポートで出された質問に答えることでフィードバックする。また、定期試験後に全体講評を掲示または一斉メールにてフィードバックする。

6. 授業における学修の到達目標

身体の基本的なメカニズムと運動時の変化に関する知識を身につけることを目標とする。

7. 成績評価の方法・基準

期末試験（70%）および受講態度（30%）を総合的に評価する。

8. テキスト・参考文献

資料を配布する。

9. 受講上の留意事項

私語、水分補給以外の飲食、授業内容に関する検索以外のスマホ・PC等の使用、居眠りの4項目を禁止する。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無
該当しない。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連
上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

救急法実習

2026年度

休講

ストレングス & コ
ンディショニング
海外研修

2026年度

休講

| | | | | |
|--------------------|---|----------|-----------|--|
| 健康・体力科学のデータサイエンス基礎 | | 実習 | 准教授 中川 剣人 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322224 | |

1. 授業のねらい・概要

情報社会の現代、あらゆるデータが世の中に溢れている。その膨大なデータを適切に分析し、そこに潜む規則性・傾向を明らかにする能力が求められる。健康診断や体力測定などのデータは、各年代でオープンデータとして公表されているものが多く、これらを用いて、数値データの集計、可視化、統計処理方法の概念や実施法を身につけることが目的である。

2. 授業の進め方

コンピュータールームにて実施する。実際にアンケートや実験で取得したデータや、ウェブ上に公開されているオープンデータを用いて、エクセルにてデータ集計・計算・図表表示・統計処理を実施する実習形式で授業を進める。終盤では、履修者独自の視点からデータを集計してもらい、一連の調査内容を発表する準備を進め、最後にプレゼンテーションをするプロジェクトベースドラーニング(PBL)を行う。Google Classroomにて資料の提示、課題提出を行う。

3. 授業計画

| | |
|-----------------------|---------------------------|
| 1. ガイダンス | 9. T検定 |
| 2. 実験・アンケートデータの集計 | 10. カイ二乗検定 |
| 3. 平均値の計算・標準偏差の理解 | 11. 回帰分析 |
| 4. 棒グラフによるデータ表示 | 12. 偏差値計算 |
| 5. データのフィルタ、カウント、並び替え | 13. PBL① 集計データの発表手続き |
| 6. 散布図によるデータ表示 | 14. PBL② 受講生の半数による発表 |
| 7. 度数分布表によるデータ表示 | 15. PBL③ 前回発表者以外の受講生による発表 |
| 8. 折れ線グラフによるデータ表示 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

毎回出される課題に1時間程度以上の準備学修を要する。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

毎回の課題は個別に評価を与える。PBLの発表においては個別に講評を与え、また発表とレポート提出が完了した後、期末試験期間中に全体講評を行う。

6. 授業における学修の到達目標

コンピュータを用いた健康・体力関連データの集計・分析方法の実践的理解を通して、データサイエンスを扱う力を養う。またPBLを通じて問題発見・解決とプレゼンテーションのスキルが向上する。

7. 成績評価の方法・基準

受講態度と参加・活動状況（50%程度）、PBLレポートと発表（50%程度）によって評価する。

8. テキスト・参考文献

特になし。資料はGoogle Classroomにて配布する。

9. 受講上の留意事項

エクセルの一定の操作能力があることを前提に授業を進めるため、PC操作やエクセルに自信がある方が履修することを推奨する。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国立研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|-----------|--|----------|-----------|--|
| ヒトの動作情報解析 | | 実習 | 准教授 中川 剣人 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの選択必修科目 | 科目ナンバリング | 11321207 | |

1. 授業のねらい・概要

スポーツにおけるアスリートの運動スキル評価やリハビリテーションにおける患者の運動機能評価のため、ヒトの動作情報をコンピュータで解析することが広く用いられている。ビデオカメラ 1 台による二次元動作分析、複数台のビデオカメラや光学式カメラを用いた三次元動作分析などがヒトの動作の主要な計測手法である。また、近年ではビデオカメラによって記録された動画内の情報を機械学習によって分析することが広く用いられている。本授業では、これらの手法を用いて、履修者自身の動作情報を記録し、数値化された身体各部位の位置情報の解析をエクセルにて行っていく。本授業は、「バイオメカニクス」や「コンピュータリテラシ」で学習する内容の応用的実習に位置づけられ、身体運動を対象とした動作解析の手法について実践的に理解を深めていく。

2. 授業の進め方

コンピュータールームにて実施する。実際にビデオカメラ撮影を行い、取得したビデオ映像から PC やスマートフォンを用いて各種動作パラメータを分析していく。最後に、総復習として、履修者自身が自由テーマで動作情報解析を行い、その成果を発表するプロジェクトベースドラーニング(PBL)を行う。Google Classroom にて資料の提示、課題提出を行う。

3. 授業計画

| | |
|-------------------------|---------------------|
| 1. ガイダンス | 9. 投球到達点分析① (デジタイズ) |
| 2. 動作情報解析の概要 | 10. 投球到達点分析② (分布計算) |
| 3. ビデオ撮影 | 11. PBL-① (実験計画) |
| 4. デジタイズ、キャリブレーション | 12. PBL-② (実験) |
| 5. 機械学習による位置座標推定 | 13. PBL-③ (分析) |
| 6. 速度・加速度計算 | 14. PBL-④ (発表：前半) |
| 7. ランニング分析① (ピッチ) | 15. PBL-⑤ (発表：後半) |
| 8. ランニング分析② (ストライド・走速度) | |

4. 準備学修 (予習・復習等) の具体的な内容及びそれに必要な時間

毎回出される課題に 1 時間程度以上の準備学修を要する。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

毎回の課題は個別に評価を与える。PBL の発表においては個別に講評を与え、また発表とレポート提出が完了した後、期末試験期間中に全体講評を行う。

6. 授業における学修の到達目標

コンピュータを用いた動作情報解析法の実践的理解を通して、データサイエンスを扱う力を養う。また PBL を通じて問題発見・解決とプレゼンテーションのスキルが向上する。

7. 成績評価の方法・基準

受講態度と参加・活動状況 (50%程度)、PBL レポートと発表 (50%程度) によって評価する。

8. テキスト・参考文献

「身体運動のバイオメカニクス研究法」(D. G. E. ロバートソンほか：大修館書店) を参考図書とする。

9. 受講上の留意事項

エクセルの一定の操作能力があることを前提に授業を進めるため、PC 操作やエクセルに自信がある方が履修することを推奨する。「生体力学の基礎」や「バイオメカニクス」を履修していると理解が深まる。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国立研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------------|--|----------|----------|--|
| スポーツデータサイエンス入門 | | 講義 | 教授 柳澤 修 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目、スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322225 | |

1. 授業のねらい・概要

現代のスポーツ界では、様々なデータが競技力向上や障害予防、選手評価に活用されており、効果的なデータ活用の方法が重視されている。この授業では、様々な量的・質的データがどのように分析され、スポーツ現場で活用されているのかを学ぶ。加えて、実習を通じて、取得したデータを効果的にフィードバックする方法についても学習する。

2. 授業の進め方

資料を活用した座学と実習（データの整理）が中心となる。

3. 授業計画

| | |
|------------------------|-----------------------------------|
| 1. ガイダンス | 10. 表によるデータ提示 |
| 2. スポーツデータサイエンスとは | 11. グラフによるデータ提示 |
| 3. データの見方：代表値について | 12. スポーツ現場でのデータ活用：セイバーメトリクス |
| 4. データの見方：データのばらつきについて | 13. スポーツ現場でのデータ活用：ゲーム分析 |
| 5. データの見方：統計的有意差について | 14. スポーツ現場でのデータ活用：アスリートのパフォーマンス評価 |
| 6. 差の分析に関する基礎的知識：t検定 | 15. スポーツ現場でのデータ活用：コンディショニング |
| 7. 差の分析に関する基礎的知識：分散分析 | |
| 8. 関連の分析に関する基礎的知識：相関分析 | |
| 9. 関連の分析に関する基礎的知識：回帰分析 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

次回のテーマに関する基本的な用語は事前によく調べておくこと。なお、この事前準備には1時間程度が必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

事前学習の課題に関しては、授業の冒頭で解説をする。

6. 授業における学修の到達目標

スポーツに関する量的・質的データの読み方やまとめ方について理解・実践できるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

期末レポート（100%）にて評価する。成績評価にあたっては、授業回数の2/3以上の出席を前提とする。

8. テキスト・参考文献

授業中に適宜配布する。

9. 受講上の留意事項

事前にもしくは併せて統計学関連の科目を履修していることが望ましい。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国内トップアスリートを対象とした研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|---------------|---|----------|----------|--|
| スポーツパフォーマンス分析 | | 講義 | 教授 柳澤 修 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322226 | |

1. 授業のねらい・概要

「スポーツパフォーマンスは、科学的なデータによって支えられている」と言っても過言ではない。この授業では、アスリートの形態・体力・動作測定に関する基本的知識と測定スキルなどを学ぶ。加えて、取得したデータを分析し、整理し、それを他者に効果的にフィードバックするプレゼンテーションスキルについても学習する。

2. 授業の進め方

資料を活用した講義と実習（データの計測と整理）が中心となる。加えて、まとめとして、学生自らが授業内で計測したデータを他の学生に対してプレゼンテーションする形式を組み込む。

3. 授業計画

| | |
|------------------------|-------------------------|
| 1. ガイダンス | 10. データ分析（差の分析） |
| 2. スポーツパフォーマンス分析の目的と意義 | 11. データ分析（関係の分析：相関） |
| 3. 筋形態の計測 | 12. データ分析（関係の分析：回帰） |
| 4. 筋力・筋パワーの計測 | 13. データプレゼンテーション（グループA） |
| 5. 身体動作の計測 | 14. データプレゼンテーション（グループB） |
| 6. バランスの計測 | 15. データプレゼンテーション（グループC） |
| 7. スピード・敏捷性の計測 | |
| 8. 取得データの提示方法（表作成） | |
| 9. 取得データの提示方法（グラフ作成） | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

次回のテーマに関する基本的な用語は事前によく調べておくこと。なお、この事前準備には1時間程度が必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

事前学習の課題に関しては、授業の冒頭で解説をする。

6. 授業における学修の到達目標

スポーツパフォーマンスに関わる生体データの取得方法ならびにデータの効果的なまとめ方について理解・実践できるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

プレゼンテーション（50%）と期末レポート（50%）にて評価する。成績評価にあたっては、授業回数数の2/3以上の出席を前提とする。

8. テキスト・参考文献

フィットネスチェックハンドブック—体力測定に基づいたアスリートへの科学的支援, 大修館書店

9. 受講上の留意事項

事前にもしくは併せて、人体構造学や運動生理学、バイオメカニクス、統計学関連の科目を履修していることが望ましい。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国内トップアスリートを対象とした研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|----------------|--|-----------------|-----------------|--|
| 指導実習 I | | 実習 | 教授 柳澤 修 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門 選択科目, スポーツトレーナーコー スの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322301 | |

1. 授業のねらい・概要

NSCA (National Strength and Conditioning Association) の認定資格である CSCS (Certified Strength & Conditioning Specialist: 認定ストレンクス&コンディショニングスペシャリスト) に求められる運動指導の基本的事項を学ぶ。加えて、運動指導に関連した運動パフォーマンスの測定方法および評価方法を学習する。

2. 授業の進め方

授業はトレーニングルームで実技を中心に展開する。最後に、エクササイズプログラムに基づいたプレゼンテーションを実施する。

3. 授業計画

| | |
|-------------------------|--------------------------|
| 1. 柔軟性の測定評価と指導 | 9. プライオメトリックス (下肢) の実技 |
| 2. 無酸素性能力の測定評価と指導 | 10. プライオメトリックス (下肢) の指導法 |
| 3. 有酸素性能力の測定評価と指導 | 11. スピード・アジリティーの実技 |
| 4. スピード・敏捷性の測定評価と指導 | 12. スピード・アジリティーの指導法 |
| 5. ウォームアップとストレッチングの実技 | 13. 有酸素系エクササイズの実技 |
| 6. ウォームアップとストレッチングの指導法 | 14. 有酸素系エクササイズの指導法 |
| 7. プライオメトリックス (上肢) の実技 | 15. プレゼンテーション |
| 8. プライオメトリックス (上肢) の指導法 | |

4. 準備学修 (予習・復習等) の具体的な内容及びそれに必要な時間

次回のテーマに関する基本的な理論と実技を予習しておくこと。なお、これらの準備学修には、1 時間程度が必要である。

5. 課題 (試験やレポート等) に対するフィードバックの方法

事前学習の課題に対しては、授業冒頭で解説する。エクササイズの実施時や実習レポート提出時に、出題の意図などを説明する。

6. 授業における学修の到達目標

競技力向上や健康増進、障害予防を目的としたトレーニングを安全且つ効果的に指導できるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

プレゼンテーション (30%) と実習レポート (70%) にて評価する。成績評価にあたっては、授業回数 2/3 以上の出席を前提とする。

8. テキスト・参考文献

NSCA 決定版 ストレンクストレーニング&コンディショニング

9. 受講上の留意事項

- 1) NSCA の認定資格である CSCS を受験する学生が履修の対象となる。
- 2) 運動生理学, バイオメカニクス, およびトレーニングの科学的基礎を受講済み, もしくは履修中の学生を受講の対象とする。
- 3) トレーニングルームでの実技が中心となるため, 実技にふさわしい服装 (室内用運動シューズを含む) をすること。
- 4) トレーニング実技は危険を伴うこともあるので, 安全上の注意事項に留意して受講すること。

5) 実技に積極的に関わろうとする姿勢を求める。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国内トップアスリートを対象とした研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|---------|---|----------|----------|--|
| 指導実習Ⅱ | | 実習 | 教授 柳澤 修 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの専門選択科目 | 科目ナンバリング | 11322302 | |

1. 授業のねらい・概要

NSCA (National Strength and Conditioning Association) の認定資格である CSCS (Certified Strength & Conditioning Specialist: 認定ストレンクス&コンディショニングスペシャリスト) に求められる運動指導の基本的事項を通じて学ぶ。

2. 授業の進め方

授業はトレーニングルームで実技を中心に展開する。最後に、エクササイズプログラムに基づいたプレゼンテーションを実施する。

3. 授業計画

| | |
|------------------------|-------------------------|
| 1. 肩のレジスタンストレーニングの実技 | 9. 下腿のレジスタンストレーニングの実技 |
| 2. 肩のレジスタンストレーニングの指導法 | 10. 下腿のレジスタンストレーニングの指導法 |
| 3. 上腕のレジスタンストレーニングの実技 | 11. 腹部のレジスタンストレーニングの実技 |
| 4. 上腕のレジスタンストレーニングの指導法 | 12. 腹部のレジスタンストレーニングの指導法 |
| 5. 前腕のレジスタンストレーニングの実技 | 13. 背部のレジスタンストレーニングの実技 |
| 6. 前腕のレジスタンストレーニングの指導法 | 14. 背部のレジスタンストレーニングの指導法 |
| 7. 大腿のレジスタンストレーニングの実技 | 15. プレゼンテーション |
| 8. 大腿のレジスタンストレーニングの指導法 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

次回のテーマに関する基本的な理論と実技を予習しておくこと。なお、これらの準備学修には、1 時間程度が必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

事前学習の課題に対しては、授業冒頭で解説する。エクササイズの実施時や実習レポート提出時に、出題の意図などを説明する。

6. 授業における学修の到達目標

競技力向上や健康増進、障害予防を目的としたトレーニングを安全且つ効果的に指導できるようになる。

7. 成績評価の方法・基準

プレゼンテーション (30%) と実習レポート (70%) にて評価する。成績評価にあたっては、授業回数数の 2/3 以上の出席を前提とする。

8. テキスト・参考文献

NSCA 決定版 ストレングストレーニング&コンディショニング

9. 受講上の留意事項

- 1) NSCA の認定資格である CSCS を受験する学生が履修の対象となる。
- 2) 運動生理学, バイオメカニクス, およびトレーニングの科学的基礎を受講済み, もしくは履修中の学生を受講の対象とする。
- 3) トレーニングルームでの実技が中心となるため, 実技にふさわしい服装 (室内用運動シューズを含む) をすること。
- 4) トレーニング実技は危険を伴うこともあるので, 安全上の注意事項に留意して受講すること。

5) 実技に積極的に関わろうとする姿勢を求める。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国内トップアスリートを対象とした研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。

| | | | | |
|--------------------------------|---|-----------------|----------------------------------|--|
| ストレングス・コンディショニング 特講 | | 講義 | 教授 柳澤 修 | |
| 科目カテゴリー | スポーツマネジメントコースの専門選択科目, スポーツトレーナーコースの専門選択科目, 柔道整復師コースの教養選択科目, 救急救命士コースの教養選択科目 | 科目ナンバリング | 11322401 12220401 13220401 | |

1. 授業のねらい・概要

NSCA(National Strength and Conditioning Association)の認定資格である CSCS(Certified Strength & Conditioning Specialist : 認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト) の受験対策講義である。本授業のねらいは、CSCS 資格認定試験の受験に必要な基本的な知識の獲得である。本講義を通じて、「運動科学の概念と適用」「測定と評価」「エクササイズテクニック」「プログラムデザイン」、そして「構成と運営」に関する基本的な事項を学ぶ。

2. 授業の進め方

講義と問題演習を組み合わせる授業を進めていく。

3. 授業計画

| | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1. 筋系, 神経系, 呼吸循環系の構造と機能 | 9. ウォームアップとストレッチング |
| 2. 運動とエネルギー供給系 | 10. レジスタンスエクササイズテクニック |
| 3. トレーニングと内分泌系 | 11. 無酸素性運動の処方 |
| 4. レジスタンスエクササイズのバイオメカニクス | 12. 有酸素性運動の処方 |
| 5. トレーニングに対する適応 | 13. ピリオダイゼーション |
| 6. 競技と心理学 | 14. リハビリテーションとリコンディショニング |
| 7. トレーニングと栄養 | 15. 組織と運営 |
| 8. テストと評価 | |

4. 準備学修（予習・復習等）の具体的な内容及びそれに必要な時間

次回のテーマに該当する章（NSCA 決定版 ストレングストレーニング&コンディショニング）を熟読しておくこと。なお、この準備学修には2時間以上が必要である。

5. 課題（試験やレポート等）に対するフィードバックの方法

問題演習の解説を通じて、トレーニング科学に関する知識をフィードバックする。

6. 授業における学修の到達目標

CSCS 資格認定試験の受験に必要な基本的な知識を獲得する。

7. 成績評価の方法・基準

授業内の問題演習で評価する（100%）。成績評価にあたっては、授業回数の2/3以上の出席を前提とする。

8. テキスト・参考文献

NSCA 決定版 ストレングストレーニング&コンディショニング

9. 受講上の留意事項

CSCS を受験する学生が履修の対象となる。受講までに「NSCA 決定版 ストレングストレーニング&コンディショニング」を熟読しておくこと。

10. 「実務経験のある教員等による授業科目」の該当の有無

該当する。本授業は、国内トップアスリートを対象とした研究機関における実務経験を活かして指導する。

11. 卒業認定・学位授与の方針と当該授業科目との関連

上記の「科目カテゴリー」欄の記載のとおり。