

《基礎科目》

科目名	心理学				
担当者氏名	小川 茜				
授業方法	講義	単位・必選	2単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP1 質の高いスポーツ指導者としての人間性、社会性を有する。				

《授業の概要》

心理学の基礎的知見を概説し、人間とは何か、心の仕組みとはどのようなものか、生涯にわたって心にはどのような変化が起きるのか、などについて理解を深める

《教科書》

プリントを配布する

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

提出物は評価・フィードバックをした上でその後の授業で返却します

《授業の到達目標》

1. 心理学の基礎知識を習得し、行動とこころの関係、また健康とこころの関係について説明できる
2. 多様な心理検査を実際に体験して自己理解、他者理解を深めることができる
3. 乳児期から老年期までの生涯にわたって起こる心の動きを解釈できる

《成績評価基準》

1. 試験において、授業で説明した内容を6割以上解答できる
2. 毎授業および授業内で取り組む心理検査・体験について、教員の指示に従い振り返りのコメントと体験した用紙を提出する

《成績評価の方法》

筆記試験 60% レポート %
 課題 % 実技 %
 授業の取組 40%
 その他 () %

《参考図書》

心理学概論, 京都大学心理学連合 編, ナカニシヤ出版

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	ガイダンス、パーソナリティ	自身の性格について考えまとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
2	パーソナリティ	自身の性格について考えまとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
3	動機づけ	自身の学習や取り組んでいることへの動機をまとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
4	対人認知	これまでに対人関係で経験した事柄を振り返り、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
5	協働とチームワーク	これまでに集団内で経験した事柄を振り返り、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
6	ストレスとメンタルヘルス	最近感じるストレスの内容について考え、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
7	ストレスとメンタルヘルス	自身のストレス発散方法を振り返り、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
8	発達とは、乳児期	自身の子供のころを振り返り、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
9	幼児期、児童期	自身の子供のころを振り返り、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
10	青年期、成人期	大学生までの間に経験した事柄を振り返り、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
11	老年期、発達障害	発達障害についての知識やニュースを調べてまとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
12	感覚・知覚・認知	錯視の例などを調べる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
13	学習	これまでに身につけた行動や動作をどう身につけたか振り返り、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
14	記憶	自分の記憶力や思い出について振り返り、まとめる(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)
15	まとめ	これまでの授業内容を復習する(2時間)・今回の授業内容の復習(2時間)

《基礎科目》

科目名	情報処理演習				
担当者氏名	小川 茜				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP1 質の高いスポーツ指導者としての人間性、社会性を有する。				

《授業の概要》

表計算ソフト Excel を用いた統計学、Power Point を用いたプレゼンテーション、Google formを用いたアンケート調査について学びます。またそれらを競技力向上や健康づくり支援のための情報収集や指導に活かせるように演習を行います。

《教科書》

なし

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

筆記試験については解答の解説を行います。課題については、提出されたデータは適宜チェックやコメントをして返します。

《授業の到達目標》

- ・パソコン操作の基本的スキル及び統計学の基礎的知識を習得する。
- ・運動指導、競技力向上のための情報を収集し、活用できるようになる。

《成績評価基準》

- ・筆記試験で6割以上正答できる
- ・与えられる課題に対して指示通りに取り組むことができる

《成績評価の方法》

筆記試験 20% レポート %
 課題 40% 実技 %
 授業の取組 40%
 その他 () %

《参考図書》

健康・スポーツ科学のための Excel による統計解析入門, 出村慎一監修, 杏林書院

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	ガイダンス, Power Point の基本技能の確認	パワーポイントの基本的な使い方を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
2	Power Point を用いた自己紹介	自己紹介スライドを完成させる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
3	Excelを用いた統計学(データ入力, 集計)	エクセルの基本的な使い方を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
4	Excelを用いた統計学(表・グラフの作成)	エクセルを使ってどのような表やグラフが作成できるかを調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
5	Excelを用いた統計学(t検定)	t検定について調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
6	Excelを用いた統計学(相関係数)	相関係数について調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
7	Google formを用いた情報収集	Google formを使ってどのようなことが出来るか調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
8	Google formを用いた情報収集	Google formを使う練習をする(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
9	Google formを用いた情報収集	Google formを使う練習をする(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
10	調査テーマと調査内容の決定	どのような調査をしたいか考える(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
11	データの収集・分析	調査テーマに対してどのようなデータを収集すべきか考える(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
12	データの収集・分析	得られたデータの分析方法を考える(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
13	スライドの作成	得られたデータのまとめ方を考える(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
14	プレゼンテーション	発表練習を行う(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
15	まとめ	これまでの授業内容を振り返る(30分)・今回の授業内容の復習(30分)

《基礎科目》

科目名	キャリア演習 B				
担当者氏名	高木 富士男、小川 茜、坂元 瑞貴				
授業方法	演習	単位・必修	1単位・必修	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP1 質の高いスポーツ指導者としての人間性、社会性を有する。				

《授業の概要》

1. 進路選択、社会人基礎力向上に関する授業を行います
2. グループで課題を設定し、解決する取り組みを行います

《教科書》

「大学生学びのハンドブック（5訂版）」世界思想社編集部（編）世界思想社、「就職活動ハンドブック」西短進路指導部

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

提出課題は評価・フィードバックをした上で返却します

《授業の到達目標》

1. 対自己基礎力を身に付ける（感情制御力、自信創出力、行動持続力など）
2. 対人基礎力を身に付ける
3. 対課題発見力を身に付ける
4. 伝える技術（プレゼンテーション）力を身に付ける

《成績評価基準》

1. 授業の内容を踏まえ、かつ与えられる課題を通して、進路選択に関連する取り組みを実践できる
2. 課題を設定し、それを解決するための取り組みを行い、人に分かりやすく伝えることができる
3. 授業内で取り組む一般常識問題について6割以上解答できる

《成績評価の方法》

筆記試験 % レポート %
 課題 80% 実技 20%
 授業の取組 %
 その他 () %

《参考図書》

適宜紹介

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	ガイダンス、進路支援養成校資格の説明	大学生生活で取り組みたい事について考え、まとめる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
2	進路支援 適性検査(全学科対象)	文献、インターネット等で一般常識問題に取り組む(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
3	進路支援 実習報告会	興味のある進路の情報を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
4	進路支援 適性検査解説会(全学科対象)	興味のある進路の情報を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
5	進路支援 第1回就職模擬試験	興味のある進路の情報を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
6	グループワーク 課題の発見	日常生活での疑問をまとめる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
7	グループワーク 課題の解決への取り組み	グループで決めたテーマに関する情報を調べてまとめる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
8	グループワーク 課題の解決への取り組み	グループで決めたテーマに関する情報を調べてまとめる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
9	グループワーク プレゼンテーション資料作成	グループで決めたテーマに関する情報を調べてまとめる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
10	グループワーク プレゼンテーション資料作成	グループで決めたテーマに関する情報を調べてまとめる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
11	グループワーク プレゼンテーション	効果的なプレゼンテーションとなるよう練習する(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
12	進路支援 履歴書作成	興味のある進路の情報を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
13	進路支援 マイナビ登録会	興味のある職業の求人を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
14	進路支援 2年生就活体験報告会	興味のある進路の情報を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
15	進路支援 就活キックオフセミナー	興味のある進路の情報を調べる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)

《基礎科目》

科目名	総合演習 B				
担当者氏名	星子 和夫、高木 富士男、小川 茜、坂元 瑞貴				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・必修	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP1 質の高いスポーツ指導者としての人間性、社会性を有する。				

《授業の概要》

“共に動く”ことをスローガンとし、イベントの準備をクラス全体で行います。学校行事と学科イベントは本講の一環としてとらえ、必ず出席しましょう。社会人になる上で重要な要素が多く組み込まれています。積極的に参加しましょう。

《授業の到達目標》

1. 本学科の教育方針である『健スポ五心』の趣旨を理解し、日常生活で実践できる
2. 社会人として必要なコミュニケーション能力を身に付け、グループ活動に参加できる
3. ダブルダッチにおいて、基本的な技を生かしたグループパフォーマンスが実施できる

《成績評価の方法》

課題 30% 実技 40%
授業の取組 30%

《教科書》

適宜資料を配布します

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

提出課題は評価・フィードバックをした上で、まとめて返却します。
グループワークへの参加姿勢や発表内容について、講評の時間を設けます。

《成績評価基準》

1. イベント参加を通して学んだことを、自分の言葉で丁寧にまとめることができる
2. グループ内で協力し、与えられた課題やイベント活動を共同作業によって達成することができる
3. プログラムを計画し、ダブルダッチの基本的な技を生かしたパフォーマンスを実施することができる

《参考図書》

「ダブルダッチ入門」日本ダブルダッチ協会

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	ガイダンス、後期履修指導、福浜祭について	学生便覧を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
2	グループワーク (パフォーマンス練習)	ダブルダッチについてインターネット等で予習する(2時間) グループで練習をする(2時間)
3	グループワーク (パフォーマンス練習)	グループでパフォーマンスを考え、計画する(2時間) グループで練習をする(2時間)
4	グループワーク (パフォーマンス練習)	グループでパフォーマンスを考え、計画する(2時間) グループで練習をする(2時間)
5	学校イベントへの取り組み(福浜祭)	出店の仕事内容・役割を確認する(2時間) 福浜祭で学んだことを振り返り、提出物を作成する(2時間)
6	学科イベントへの取り組み	駅伝のコース・役割を確認する(2時間) 駅伝で学んだことを振り返り、提出物を作成する(2時間)
7	学科イベントへの取り組み	キッズスポーツフェスティバルの内容・役割を確認する(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
8	学科イベントへの取り組み	予習:キッズスポーツフェスティバルの内容・役割を確認する(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
9	学科イベントの振り返り	イベントで学んだことを考え、まとめる(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
10	個人ミーティング	学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) ミーティング内容について振り返る(2時間)
11	個人ミーティング	学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) ミーティング内容について振り返る(2時間)
12	ADI 発表会	エアロビックエクササイズについて調べる(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
13	1年間の振り返り	学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) ポートフォリオを作成する(2時間)
14	1年間の振り返り	学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) ポートフォリオを作成する(2時間)
15	まとめ	学校生活で学んだことを考え、まとめる(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)

《専門科目》

科目名	運動生理学				
担当者氏名	西内 久人				
授業方法	講義	単位・必修	2単位・必修	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。				

《授業の概要》

スポーツ科学の分野において、もっとも基礎となる学問の一つが運動生理学です。本講義では、ヒトが運動している時、運動した後、あるいは日常活動を行っている時に身体においてどのような反応や変化が起こっているかを学習します。また、アスリートのトレーニングメニューや健康エクササイズプログラムを作成するうえで必要となる基礎知識を習得することを目的にして授業を展開します。

《授業の到達目標》

ヒトが運動することによって起こる身体的変化と適応、動くことのメカニズムについて説明できる。また、筋力の増強のための運動、エネルギー消費のための運動の理論を説明できる。

《成績評価の方法》

筆記試験 80%
授業の取組 20%

《教科書》

「運動とスポーツの生理学」北川薫著市村出版
「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

授業では5分程度の確認テストを行う場合があります。確認テストは採点后、次回の授業で返却し、授業の始めに誤答の多かった問いへの解説を行います。

《成績評価基準》

運動することによって起こる身体的変化と適応、動きのメカニズムについてや、運動、エネルギー消費のための運動理論について、専門用語を用いて具体的に説明できるか、筆記試験を行い評価します(80%)。また、不定期で確認テストを行い、授業への取り組みを評価します(20%)。

《参考図書》

「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康・体力づくり事業財団

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	運動と神経機能	運動とスポーツの生理学P1~P13を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
2	エネルギー供給機構	運動とスポーツの生理学P14~P17を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
3	筋線維と素質	運動とスポーツの生理学P18~P21を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
4	筋力発揮とトレーニング	運動とスポーツの生理学P22~P28を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
5	酸素運搬系 - 呼吸と循環	運動とスポーツの生理学P29~P43を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
6	持久力の評価とトレーニング	運動とスポーツの生理学P82~P91を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
7	身体組成	運動とスポーツの生理学P54~P64を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
8	疲労及びその予防	運動とスポーツの生理学P14~P17を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
9	運動と内分泌	運動時に使われるホルモンと男女差についてまとめる(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
10	運動と生活習慣病	運動とスポーツの生理学P48~P53を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
11	特殊環境下での対応	運動とスポーツの生理学P44~P47を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
12	特殊環境下での対応	運動とスポーツの生理学P44~P47を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
13	労働による人体機能の変化	運動とスポーツの生理学P14~P17を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
14	職業適性	スポーツ現場のどのような場面で生理学が必要とされるかまとめる(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
15	まとめ	運動とスポーツの生理学を全体的に熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)

《専門科目》

科目名	トレーニング論				
担当者氏名	高木 富士男				
授業方法	講義	単位・必修	2単位・必修	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。				

《授業の概要》

この数十年において、スポーツ科学は目覚ましい発展をとげ、アスリートはもちろんのこと、健康増進指導においてもその成果は活かされています。

本講義では、トレーニングの基礎理論とトレーニング方法を学び、指導現場で実践できるような内容としています。スポーツ指導者となる上で、ベースとなる内容になりますので、意欲をもって取り組みましょう。

《授業の到達目標》

1. トレーニングの原理・原則を理解し、効果的なトレーニング方法を作成できる。
2. 筋力トレーニング、有酸素性トレーニング、パワー及びスピード向上トレーニングのプログラム作成ができる。

《成績評価の方法》

筆記試験 80%
授業の取組 20%

《教科書》

「トレーニング指導者テキスト(実践編)」日本トレーニング指導者協会編著、大修館書店
「Reference Book」(公財)日本スポーツ協会

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

効果的なトレーニング方法や、各種トレーニングのプログラム作成について、専門用語を用いて具体的に説明できるか、筆記試験を行い評価します(80%)。

また、不定期で確認テストを行い、授業への取り組みを評価します(20%)。

《成績評価基準》

授業では5分程度の確認テストを行う場合があります。確認テストは採点后、次回の授業で返却し、授業の始めに誤答の多かった問いへの解説を行います。

《参考図書》

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	オリエンテーション、トレーニングの定義	トレーニング指導者テキストP12～23を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
2	トレーニング指導者の役割	トレーニング指導者テキストP12～23を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
3	スポーツトレーニングの基本的と理論体系	トレーニング指導者テキストP26～33を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
4	スポーツトレーニングの基本と理論体系	トレーニング指導者テキストP33～37を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
5	筋力トレーニング理論とプログラムの作成	トレーニング指導者テキストP38～53を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
6	パワー向上トレーニング理論とプログラム作成	トレーニング指導者テキストP54～67を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
7	スピード向上トレーニング理論とプログラム作成	トレーニング指導者テキストP78～85を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
8	スキルのトレーニング	Reference Book P192～197を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
9	スキルのトレーニング	Reference Book P192～197を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
10	有酸素性持久力向上トレーニング理論とプログラム作成	トレーニング指導者テキストP68～77を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
11	無酸素性持久力向上トレーニング理論とプログラム作成	トレーニング指導者テキストP68～77を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
12	ウォーミングアップ	トレーニング指導者テキストP86～93を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
13	クーリングダウンと疲労回復	トレーニング指導者テキストP86～93を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
14	柔軟性向上トレーニング	トレーニング指導者テキストP86～93を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
15	まとめ	トレーニング指導者テキストP12～93を熟読し整理しておくこと(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)

《専門科目》

科目名	機能解剖学				
担当者氏名	藤木 賢二				
授業方法	講義	単位・必選	2単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って 重点的に身につける能力	1-DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。				

《授業の概要》

たとえ一つの関節であっても、多くの筋肉が関与し動きが現れています。本講義では、主に関節の構造をとらえたうえで、運動時の身体の動きについて学習します。また、こうした理解を通して運動に伴うケガの予防や、一流スポーツ選手の解析へと発展させていきます。

《教科書》

「ぜんぶわかる 筋肉・関節の動きとしくみ事典」川島 敏生 著、成美堂出版、「健康運動実践指導者養成用テキスト」（公財）健康・体力づくり事業財団

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

筆記試験は、次回授業で解説をする。
ミニッツペーパーは、その授業内に採点および解説する。

《授業の到達目標》

- ・スポーツ動作に関わる主要な関節の動きのメカニズムを説明できる。
- ・主要な骨格筋のエクササイズを説明できる。
- ・各スポーツ動作を上手に行うためのコツを説明できる。

《成績評価基準》

- ・関節の動きのメカニズムを理解している。
- ・主要な骨格筋の効果的なエクササイズの方法を理解している。
- ・スポーツ動作を安全に上手に行うためのコツを理解している。

《成績評価の方法》

- 筆記試験 70%
- 授業の取組 20%
- ミニッツペーパー 10%

《参考図書》

「身体運動の機能解剖」Clem W.Thompson , R.T.Floyd 著、医道の日本社

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	基礎知識	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p116～p125)を読んでおく(2.5時間) 【復習】関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間)
2	上肢 : 手関節	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p34～p39)を読んでおく(2.5時間) 【復習】手関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間)
3	上肢 : 肘関節	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p24～p33)を読んでおく(2.5時間) 【復習】肘関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間)
4	上肢 : 肩関節	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p10～p21)を読んでおく(2.5時間) 【復習】肩関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間)
5	体幹	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p76～p81)を読んでおく(2.5時間) 【復習】脊柱の構造とアライメント異常についてまとめる(2.5時間)
6	体幹	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p82～p92)を読んでおく(2.5時間) 【復習】脊椎、骨盤の運動についてまとめる(2.5時間)
7	下肢 : 足関節	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p64～p69)を読んでおく(2.5時間) 【復習】足関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間)
8	下肢 : 膝関節	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p52～p57)を読んでおく(2.5時間) 【復習】膝関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間)
9	下肢 : 股関節	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(p44～p51)を読んでおく(2.5時間) 【復習】骨盤、股関節の構造、運動についてまとめる(2.5時間)
10	呼吸循環系の機能と構造	【予習】健康運動実践指導者養成用テキスト(p24～p25)を読んでおく(2.5時間) 【復習】呼吸循環系の機能と構造についてまとめる(2.5時間)
11	筋肉の萎縮・リハビリテーション	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(第4章)を読んでおく(2.5時間) 【復習】リハビリテーションを実践する(2.5時間)
12	ケガをしない運動方法	【予習】筋肉・関節の動きとしくみ事典(第3章)を読んでおく(2.5時間) 【復習】トレーニング、ストレッチングを実践する(2.5時間)
13	運動と抵抗	【予習】配布資料を読んでおく(2.5時間) 【復習】レジスタンストレーニングを実践する(2.5時間)
14	一流選手の動作分析	【予習】配布資料を読んでおく(2.5時間) 【復習】走、投、跳の動作についてまとめる(2.5時間)
15	まとめ	【予習】各教科書を読んでおく(2.5時間) 【復習】身体運動の構造、機能についてまとめる(2.5時間)

《専門科目》

科目名	スポーツ栄養学				
担当者氏名	荒川 優子				
授業方法	講義	単位・必選	2単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。				

《授業の概要》

各栄養素や食品群等の基礎知識を理解した上で、運動エネルギーや代謝との関連、減量への取り組み等が習得できます。実務歴：フィットネス施設にて、運動と栄養指導を行う。栄養指導は、栄養価計算や健康教室の開催等。管理栄養士保有。

《教科書》

「健康運動実践指導者養成用テキスト」（公財）健康・体力づくり事業財団、
「ReferenceBook」（公財）日本スポーツ協会

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

試験答案を返却する。

《授業の到達目標》

健康づくりの主要柱の1つとして「栄養」が挙げられます。本講座では、健康づくりのための運動指導者として、活用できる栄養素摂取や食事について説明できるようになる。

。数式を用いてより具体的な指導コミュニケーションができるようになる。

栄養知識を相互作用させた運動指導が行えるようになる。

《成績評価基準》

各栄養素を正しく説明できる。
健康指導に活用される計算ができる。
運動と関係づけて栄養摂取について説明できる。

《成績評価の方法》

筆記試験 85%
授業の取組 15%

《参考図書》

「公認スポーツ指導者養成テキスト」（公財）日本スポーツ協会、「トレーニング指導者テキスト理論編」（NPO）日本トレーニング指導者協会

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	健康と栄養(三大栄養素)	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
2	健康と栄養(ビタミン・ミネラル)	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
3	健康と栄養(水・食物繊維)	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
4	6つの基礎食品群	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
5	食生活指針、食事バランスガイド	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
6	消化・吸収	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
7	摂取エネルギー・消費エネルギー	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
8	日本人の食事摂取基準	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
9	減量の方法	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
10	生活習慣病との関わり	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
11	運動時におけるエネルギー源	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
12	運動能力と栄養(グリコーゲン・ケトン体含む)	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
13	アスリートと栄養	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
14	栄養補助食品(サプリメント)について	教科書熟読(2時間) 記述ノート整理(2時間)
15	まとめ	記述ノート整理(2時間) 記述ノート確認(2時間)

《専門科目》

科目名	スポーツ傷害論				
担当者氏名	田村 有深歩				
授業方法	講義	単位・必選	2単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。				

《授業の概要》

実務経験として日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーや鍼灸師の資格を有し競技選手のトレーナーとして活動する教員がスポーツ傷害の基礎知識やその処置法、発生メカニズム等についてスライドを用いて講義を行う。

《教科書》

無し

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

講評や解説の時間を設ける。

《授業の到達目標》

- ・スポーツが健康にどのような効果をもたらすか説明することができる
- ・スポーツ傷害の基礎的処置(救急処置法)を行う事ができる
- ・スポーツ傷害の発生メカニズムを知り、予防と対策ができるようになる
- ・スポーツ傷害受傷後から復帰までのリハビリを立案することができる

《成績評価基準》

筆記試験と受講態度で評価をする。
受講態度は配布物への記入や、講義内容をメモするなど、積極的に授業に参加しているかどうかを評価する。

《成績評価の方法》

筆記試験 80%
授業の取組 20%

《参考図書》

- ・トレーニング指導者テキスト(理論編・実践編)大修館書店
- ・新スポーツ外傷・障害とリハビリテーション NAPLimited

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	スポーツと健康	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
2	スポーツ傷害とは	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
3	スポーツ傷害の基礎的処置(救急処置法)1	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
4	スポーツ傷害の基礎的処置(救急処置法)2	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
5	スポーツ傷害の発生メカニズム	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
6	スポーツ傷害の予防と対策	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
7	スポーツ傷害受傷から復帰までのリハビリ1	予習：リハビリテーションについて調べておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
8	スポーツ傷害受傷から復帰までのリハビリ2	予習：リハビリテーションについて調べておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
9	部位別傷害とトレーニング	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
10	アスリートの健康管理	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
11	アスリートの内科的障害と対策1	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
12	アスリートの内科的障害と対策2	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
13	アスリートの外傷・障害と対策1	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
14	アスリートの外傷・障害と対策2	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)
15	まとめ	予習：指定されたテキストの箇所を熟読しておくこと(1時間) 復習：配布物の内容を熟読しておくこと(1時間)

《専門科目》

科目名	スポーツ指導論				
担当者氏名	坂元 瑞貴				
授業方法	講義	単位・必選	2単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。				

《授業の概要》

安全に、正しく、楽しいスポーツ活動の実現に望まれるスポーツ・トレーニング指導者に必要な知識を習得し、スポーツ嫌いを作らない質の高いスポーツ・トレーニング指導者になるための授業を行う。

《教科書》

「Reference Book」（公財）日本スポーツ協会

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

講義終了後にミニツツペーパーの提出を行い、評価・フィードバックをした上で返却します。

《授業の到達目標》

スポーツ・トレーニング指導に必要とされる基本的な以下のことについて理解する。

- 指導者の役割
- 指導計画と安全管理
- 競技者育成の重要性

《成績評価基準》

1. 指導者の役割について理解し、指導観を深めることができる
2. 安全管理の視点を身につけ、指導計画を立案できる
3. 競技者育成の重要性について理解することができる

《成績評価の方法》

筆記試験 80%
授業の取組 20%

《参考図書》

「子どもたちを輝かせるスポーツコミュニケーションスキル」
山口文子、体育とスポーツ出版社

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	スポーツの意義と価値	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
2	スポーツ指導の目的と目標	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
3	スポーツ指導者になるということ	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
4	スポーツ指導者になるということ	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
5	スポーツ指導者の倫理	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
6	スポーツ指導者の心構え・視点	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
7	スポーツ指導者の心構え・視点	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
8	スポーツ指導とコミュニケーション	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
9	スポーツ指導とコミュニケーション	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
10	スポーツ少年団の活動分野と内容	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
11	総合型地域スポーツクラブ	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
12	スポーツ指導計画の立案	指導計画について考え、立案する(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
13	スポーツ活動と安全管理	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
14	アスリート発掘・育成の重要性	教科書の該当範囲を読む(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)
15	まとめ	これまでの授業内容を復習する(2時間) 今回の授業内容の復習(2時間)

《専門科目》

科目名	労働法規				
担当者氏名	大谷 美咲				
授業方法	講義	単位・必選	2単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP1 質の高いスポーツ指導者としての人間性、社会性を有する。 1-DP4 地域社会へのウェルネスの貢献を有する。				

《授業の概要》

労働法は、社会的弱者といわれる労働者を守る法律といわれている。私たちの多くは労働者として長期間働くことになることを考えた場合、様々なトラブルが降りかかってくる恐れもある。どう対処したらよいか、労働法はどう規定しているのかを知っていることは私たちが働いていく上で非常に大切なことである。ここでは、労働法全般にわたって講義をしていく。

《教科書》

指定しない

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

小テスト、中間テスト等に関しては、全体に対し解説を行う。

《授業の到達目標》

各テーマの重要語句について説明できるようになる。
現実に起こりうる問題に対し、どのように対処したらよいか考えることができるようになる。

《成績評価基準》

小テスト、中間テスト、試験等をもとに総合的に判断する。

《成績評価の方法》

筆記試験60%
小テスト、課題等40%

《参考図書》

授業中に適宜指示する。

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	労働法の全体構造	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
2	労働契約	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
3	賃金	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
4	労働時間	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
5	休日・休憩、年次有給休暇	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
6	労働契約の終了	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
7	今までの復習および小テスト	今までの講義の復習を行う(2時間)
8	就業規則	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
9	懲戒処分	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
10	労働組合はなぜ必要?	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
11	労働組合・団体交渉	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
12	争議行為・組合活動	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
13	具体的事例を検討	判例をよく読み、論点について判詞を理解すること。(2時間)
14	不当労働行為	復習およびノート・プリント整理、必要に応じて各自扱ったテーマについてまとめておく(2時間)
15	全体の復習および試験	全体の復習および試験勉強を行う(2時間以上)

《専門科目》

科目名	運動遊び				
担当者氏名	小川 茜				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP3 スポーツ指導の実践力を有する。				

《授業の概要》

幼少の頃から身体を動かすことの意義や必要性を学ぶと同時に、多種多様な運動遊びを体験し、立案・指導できるようになりましょう。

本授業では以下の内容を行います

1. 授業内での運動遊びの体験
2. 学外イベントにおける運動遊びプログラムの提供
3. 学生を指導対象とした運動遊びのプログラム立案及び模擬指導

《授業の到達目標》

1. 多様な運動遊びを学び、実践できる
2. 安全管理に配慮した上で子どもたちに運動の楽しさ・喜び・達成感が実感できる運動遊びを応用・創意工夫し、立案・指導できる
3. 発達段階に応じた遊びの提案・指導ができる

《成績評価の方法》

筆記試験 10% レポート 10%

課題 50% 実技 50%

授業の取組 40%

その他 () %

《教科書》

なし

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

授業内提出物は評価・フィードバックをした上で返却します

《成績評価基準》

1. 多様な運動遊びを学び、毎回学びのレポートにまとめ提出する
2. 学外イベントにおいて運動遊びプログラムの提供・指導を行う
3. グループで指導プログラムを立案し、学生を対象として運動遊びプログラムの模擬指導を行う

《参考図書》

「公認ジュニアスポーツ指導員専門科目テキスト」日本スポーツ協会、「Reference Book」日本スポーツ協会

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	ガイダンス	自身が体験したことのある運動遊びについてまとめる(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
2	アイスブレイク	場を和ませるアイスブレイクのゲームにどのようなものがあるか調べる・今回の授業内容の復習(30分)
3	年齢・体力に応じた指導	体力学及び発育発達論で学んだ内容を復習する・今回の授業内容の復習(30分)
4	運動遊び、スポーツの指導	指導時の注意事項を調べる・今回の授業内容の復習(30分)
5	発達段階に応じた運動遊びの展開例	発達段階別の運動遊びの注意点を調べる・今回の授業内容の復習(30分)
6	運動あそびのアレンジ	これまでに学んだ運動遊びプログラムのアレンジを考える・今回の授業内容の復習(30分)
7	身近にあるものを使った遊び	身近にある道具(新聞紙や風船など)でどのような遊びができるか考える・今回の授業内容の復習(30分)
8	道具を使った遊び	跳び箱、縄跳びのような道具を使って体験したことのある運動遊びをまとめる・今回の授業内容の復習(30分)
9	道具を使った遊び	マット、鉄棒のような道具を使って体験したことのある運動遊びをまとめる・今回の授業内容の復習(30分)
10	運動あそびとコーディネーショントレーニング	コーディネーショントレーニングの重要性について調べてまとめる・今回の授業内容の復習(30分)
11	運動あそびとコーディネーショントレーニング	コーディネーショントレーニングのプログラムについて調べてまとめる・今回の授業内容の復習(30分)
12	親子の運動遊び、集団ゲーム	自身が体験したことのある親子遊びや集団ゲームについてまとめる・今回の授業内容の復習(30分)
13	ミニ運動会準備	オリジナルの運動遊びプログラムを考える・今回の授業内容の復習(30分)
14	ミニ運動会	模擬指導に向けて道具の準備や練習を行う・今回の授業内容の復習(30分)
15	ミニ運動会	模擬指導に向けて道具の準備や練習を行う・今回の授業内容の復習(30分)

《専門科目》

科目名	レクリエーション活動援助法 B				
担当者氏名	星子 和夫				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP3 スポーツ指導の実践力を有する。				

《授業の概要》

レクリエーション指導者に求められる資質は、相手と同じ考えを共有するための「コミュニケーション能力」である。この能力を高めるためには信頼関係を築くための「ホスピタリティ」や良好な集団づくりのための「アイスブレイキング」、動機づけの理論に裏付けられた「自主的、主体的に楽しむ力を高めるレクリエーション活動の展開方法」を学習する。本授業は「レク・インストラクター」資格取得のための指定科目である。

《授業の到達目標》

レクリエーション活動や余暇活動を通して、人々の心を元気にするための支援の知識を身につけながらそれらの活動を有効に活用するための理論と方法を考察し、指導現場に活かすことができるようになる。指導者として前に立つ前に、受講生としてレクリエーション活動の内容を客観的にとらえ受講体験をもとに、指導者としての知識と技術を身につける。

《成績評価の方法》

レポート 75%
授業への取組 25%

《教科書》

「楽しさをとおした心の元気づくり」(公財)日本レクリエーション協会、「レクリエーション支援ハンドブック」(NPO)福岡県レクリエーション協会

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

各イベントや指導ごとに振り返り、問題・改善点を提示・提案し、個人への課題については評価をして返却する。そして、実践指導の中で振り返ってもらう。

《成績評価基準》

レクリエーション支援の知識を身につけるとともに、それらの活動を有効に活用するための理論と方法を考察し振り返ることができる。また、指導現場に求められる役割を考え活かすことができる。

《参考図書》

適宜プリントを配布する。

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	オリエンテーション、ホスピタリティとは	前期で学習した理論をもとに指導計画を立て役割を考慮しておく(1時間) 計画を振り返り、指導者としての役割を自覚してまとめておくこと(3時間)
2	あたたかくもてなす意識と配慮、レク体験	ホスピタリティを再考し、体験学習の準備しておくこと(2時間) 今回の授業で学習したことを振り返り、まとめておくこと(2時間)
3	気持ちをひとつにするコミュニケーション	コミュニケーションを意識し体験学習にのぞむ準備しておくこと(2時間) 今回の授業で学習したことを振り返り、まとめておくこと(2時間)
4	レクリエーション活動の習得1 レク体験	イベント概要を考え、役割分担などの詳細をまとめておくこと(2時間) 指導者と受講者同士の関係性について振り返り、まとめておくこと(2時間)
5	レクリエーション活動の習得2 レク体験	イベントの参加者に対しての立ち居振る舞いを考えておくこと(2時間) 易から難へのプログラムを感じながら振り返ること(2時間)
6	レクリエーション活動の習得3 レク体験	イベント概要を考え、役割分担などの詳細をまとめておくこと(2時間) PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間)
7	レクリエーション活動の習得4 レク体験	イベント概要を考え、役割分担などの詳細をまとめておくこと(2時間) PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間)
8	子ども対象のレクリエーション、レク体験	対象者に適したプログラム内容を考えておくこと(2時間) 今回の授業で学習したことを振り返り、まとめておくこと(2時間)
9	一般成人、高齢者対象のレクリエーション	イベントの参加者に対しての立ち居振る舞いを考えておくこと(2時間) 行動計画にそった動きと全体の動きが適合できたか検討しておくこと(2時間)
10	安全管理の方法とレク指導計画	イベントの参加者に対しての立ち居振る舞いを考えておくこと(2時間) PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間)
11	プログラムの立案(指導案の作成)	各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) PDCAの内容を考え、次のイベントに活かせるように復習しておくこと(2時間)
12	レクリエーション指導の実践	各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) 指導者は指導内容を振り返り受講者は指導内容の長所をまとめておくこと(2時間)
13	レクリエーション指導の実践	各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) 指導者は指導内容を振り返り受講者は指導内容の長所をまとめておくこと(2時間)
14	レクリエーション指導の実践	各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) 指導者は指導内容を振り返り受講者は指導内容の長所をまとめておくこと(2時間)
15	レクリエーション指導の実践 まとめ	各グループに分かれプログラムの内容を検討しておくこと(2時間) これまでに学んだ内容を復習しておくこと(2時間)

《専門科目》

科目名	パラスポーツ論				
担当者氏名	高木 富士男				
授業方法	講義	単位・必修	2単位・必修	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。				

《授業の概要》

障がい（身体・知的・精神）の原因と病態を知り、障がい特性に合わせた競技ルールの変更点と用具の工夫について学ぶ。また、障がいの特性を理解し、障がいに配慮した指導方法を考えていく。

障がいのある人とのコミュニケーションでは、配慮すべきポイントや具体的な聞き方や伝え方の工夫について学ぶ。

《教科書》

なし

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

筆記試験のフィードバックとして、講評及び解説の時間を設ける。

《授業の到達目標》

スポーツのインテグリティについて理解を深め、スポーツに関わる者のあるべき姿、行動ができ、障がい（身体・知的・精神）の特性、スポーツ指導上の留意点について説明できる。また、障がいの特性に応じたルール、道具、環境づくりが行えるようになる、障がいに配慮したスポーツの支援または指導が行えるようになる。

《成績評価基準》

筆記試験（60%）、受講態度（30%）、レポート（10%）により評価する。

《成績評価の方法》

筆記試験 60%
レポート 10%
授業の取組 30%

《参考図書》

障がい者のある人のスポーツ指導教本（初級・中級）2020年改訂カリキュラム対応（公財）日本障がい者スポーツ協会編/ぎょうせい

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	障がい者とスポーツ	興味のある障がい者スポーツについて調べる(2時間) ルール、用具等の整理(2時間)
2	障がい者スポーツに関する諸施策	日本パラスポーツ協会HPを検索し歴史と現状を調べる(2時間) 歴史と現状の整理(2時間)
3	福岡市障がい者スポーツ大会ボランティア	福岡市障がい者スポーツ協会HPを検索し事業内容を調べる(2時間) 福岡市の事業内容の整理(2時間)
4	障がい者スポーツの意義と理念	配布資料の熟読(2時間) 配布資料の整理(2時間)
5	インテグリティと指導者に求められる資質	配布資料の熟読(2時間) 配布資料の整理(2時間)
6	安全管理	配布資料の熟読(2時間) 配布資料の整理(2時間)
7	障がい各論 身体障がい	配布資料の熟読(2時間) 配布資料の整理(2時間)
8	障がい各論 身体障がい	配布資料の熟読(2時間) 配布資料の整理(2時間)
9	障がい各論 知的障がい	配布資料の熟読(2時間) 配布資料の整理(2時間)
10	障がい各論 精神障がい	配布資料の熟読(2時間) 配布資料の整理(2時間)
11	コミュニケーションスキルの基礎	配布資料の熟読(2時間) 配布資料の整理(2時間)
12	全国障害者スポーツ大会の概要	日本パラスポーツ協会HPを検索し全国障害者スポーツ大会について調べる(2時間) 全国障害者スポーツ大会概要の整理(2時間)
13	障がい者スポーツ推進の取り組み	日本パラスポーツ協会HPを検索しスポーツ推進について調べよう(2時間) 日本パラスポーツ協会のスポーツ推進の整理(2時間)
14	障がい者スポーツ推進の取り組み	福岡県障がい者スポーツ協会HPを検索しスポーツ推進について調べる(2時間) 福岡県障がい者スポーツ協会のスポーツ推進の整理(2時間)
15	まとめ	指導者像について考える(2時間) 指導者像をまとめる(2時間)

《専門科目》

科目名	球技スポーツ				
担当者氏名	山野 明				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP3 スポーツ指導の実践力を有する。				

《授業の概要》

フライングディスク:ディスクの特性を理解した上で、基本スキルを習得し、全国障害者スポーツ大会で実施される競技種目を習得する。また、競技運営(審判)について理解し、大会等のボランティアとして活動できることを目指す。

バスケットボール:基本スキル及び基本スキルの応用、チームプレーを習得し、実践できるようにする。また、ゲームを通してルールを把握し、コミュニケーションを図りながらバスケットボールの楽しさを体感する。

《授業の到達目標》

フライングディスク:基本スキル(スローイング&キャッチング)を習得し実施することができる。競技種目(アスリート&ディスクス)を習得し実施することができる。競技運営(審判)について理解し対応することができる。

バスケットボール:基本スキル及び応用、チームプレーについて習得し実施することができる。ゲームを通して個々のレベルを理解し、コミュニケーションを図りながらレベルアップを目指す。

《成績評価の方法》

実技 50%
授業の取組 50%

《教科書》

使用しない

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

フライングディスク及びバスケットボールの取組に対して適宜フィードバックを受けます。

《成績評価基準》

実技試験(50%)、受講態度(50%)により評価する。

《参考図書》

フライングディスク競技指導者テキスト(発行者 一般社団法人日本フライングディスク協会)
月刊バスケットボール(発行所)日本文化出版(株)

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	フライングディスク基本スキルの習得(ディスクの特性)	予習:基本スキルの動作について調べよう(30分) 復習:苦手なスキルの反復(30分)
2	フライングディスク基本スキルの習得(スローイング&キャッチング)	予習:基本スキルの動作について調べよう(30分) 復習:苦手なスキルの反復(30分)
3	フライングディスク競技種目(アスリート-競技)	予習:アスリート-競技について調べよう(30分) 復習:今回の授業内容の復習(30分)
4	フライングディスク競技種目(ディスクス-競技)	予習:ディスクス-競技について調べよう(30分) 復習:今回の授業内容の復習(30分)
5	フライングディスク競技運営(審判)について	予習:競技運営について調べよう(30分) 復習:今回の授業内容の復習(30分)
6	バスケットボール基本スキル(パス、ドリブル、シュート)の習得	予習:基本スキルの動作について調べよう(30分) 復習:苦手なスキルの反復(30分)
7	チーム別に基本スキルの習得、ミニゲーム	予習:基本スキルの動作について調べよう(30分) 復習:苦手なスキルの反復(30分)
8	チーム別に基本スキルの習得、ミニゲーム	予習:基本スキルの動作について調べよう(30分) 復習:苦手なスキルの反復(30分)
9	チーム別に基本スキルの応用(1対1、2対2)、ミニゲーム	予習:基本スキルの応用のポイントについて調べよう(30分) 復習:今回の授業内容の復習(30分)
10	チーム別に基本スキルの応用(3対2、3対3)、ミニゲーム	予習:基本スキルの応用のポイントについて調べよう(30分) 復習:今回の授業内容の復習(30分)
11	チーム別に基本スキルの応用(4対4)、ミニゲーム	予習:基本スキルの応用のポイントについて調べよう(30分) 復習:今回の授業内容の復習(30分)
12	チームプレーの習得(オフェンス編)、ミニゲーム	予習:オフェンス方法について調べよう(30分) 復習:今回の授業内容の復習(30分)
13	チームプレーの習得(ディフェンス編)、ミニゲーム	予習:ディフェンス方法について調べよう(30分) 復習:今回の授業内容の復習(30分)
14	総合練習、ゲーム	予習:チームで作戦を立てよう(30分) 復習:ゲームの評価(30分)
15	まとめ	予習:自己&チーム評価してみよう(30分) 復習:チーム全体での評価(30分)

《専門科目》

科目名	ウォーキング&ジョギング				
担当者氏名	松永 由水				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP3 スポーツ指導の実践力を有する。				

《授業の概要》

座学で、ウォーキングやジョギングの特性、運動効果、指導者としての心構え、安全上の注意点などを学び、実技で実際にウォーキング、ジョギングを行い、基本的なフォーム、指導上の注意などを実感し、学ぶ。

《教科書》

なし

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

希望があれば解説の時間を設ける

《授業の到達目標》

ウォーキングやジョギングの特性を学び、各個人に合った適切な運動内容を実践するために、必要な知識を習得する。また、ウォーキングやジョギングを通じた健康づくりを実践指導できるようになる。(注)健康運動実践指導者視覚科目

《成績評価基準》

授業の取り組み(学習意欲)と実技試験を総合評価する。

《成績評価の方法》

筆記試験 % レポート %
 課題 % 実技 30%
 授業の取組 70%
 その他 () %

《参考図書》

健康運動実践指導者用テキストー健康運動指導の手引きー
 (財)健康体力づくり事業財団

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	ガイダンス	予習：テキストP129-130 熟読(60分)
2	健康運動実践指導とは	予習：テキストP131-140 熟読(30分) 復習：テキストP129-130のまとめ(30分)
3	ウォームアップとクールダウンについて	予習：テキストP141-150 熟読(30分) 復習：テキストP131-140のまとめ(30分)
4	ストレッチングとは	予習：テキストP151-154 熟読(30分) 復習：テキストP141-150のまとめ(30分)
5	ウォーキングとジョギングの違い	予習：テキストP155-159 熟読(30分) 復習：テキストP151-154のまとめ(30分)
6	ウォーキングとジョギングによる運動効果	予習：テキストP160-162 熟読(30分) 復習：テキストP155-159のまとめ(30分)
7	ウォーキングとジョギングの基本的なフォーム	予習：テキストP162-164 熟読(30分)
8	ウォーキングとジョギングにおける安全上注意点	予習：テキストP163-165 熟読(30分) 復習：テキストP162-164のまとめ(30分)
9	ウォーキングとジョギングによる障害と予防法	予習：テキストP165-168 熟読(30分) 復習：テキストP163-165のまとめ(30分)
10	ウォーキングとジョギングのプログラム	予習：ランニング30分 復習：テキストP165-168のまとめ(30分)
11	ランニング実践(駅伝大会)	予習：ランニング30分 復習：駅伝大会のまとめ(30分)
12	ランニング実践(駅伝大会)	予習：ランニング30分 復習：駅伝大会のまとめ(30分)
13	ウォーキングとジョギングの指導と実践	予習：ウォーキング&ジョギング(60分) 復習：ウォーキング&ジョギングの日誌(30分)
14	楽しいウォーキング、ジョギングライフを築く	予習：ウォーキング&ジョギング(60分) 復習：ウォーキング&ジョギングの日誌(30分)
15	まとめ	

《専門科目》

科目名	フィットネスプログラム演習				
担当者氏名	平塚 泉				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP1 質の高いスポーツ指導者としての人間性、社会性を有する。 1-DP2 スポーツ指導に関する理論的な専門知識を有する。 1-DP3 スポーツ指導の実践力を有する。				

《授業の概要》

民間のスポーツクラブで行われている様々なプログラム体験し、健康・体力づくりの為に必要な運動の基本を学ぶ。
 授業終盤に実技試験「プログラム作成」「インストラクション」を行い指導者としての「基本」を構築していく。
 1、ストレッチ2、レジスタンス運動(筋力トレーニング)
 3、音楽に合わせて行うエクササイズ(エアロビックダンス・ヒップホップ等)

《授業の到達目標》

「インストラクション」「解剖学」「運動生理学」学び、指導者としての「基本」を構築を目標とする。
 目標1:エクササイズの目的(健康・体力づくり)を理解し、自らが効果を出せる身体づくりができる。 目標2:自らが体験した運動の効果(行動体力である柔軟性や巧緻性など)を他人に伝える事ができる。 目標3:グループレッソンの特徴である「カウント」「音楽」に合わせて運動指導が出来るようになる。

《成績評価の方法》

筆記試験 0% レポート 20%
 課題 % 実技50%
 授業の取組 30%
 その他 () %

《教科書》

なし

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

《成績評価基準》

授業を通じてフィットネスプログラムの楽しさやその重要性に気づき、授業内での取り組み方(学習態度・意欲)は勿論の事、各自の体力向上やスキルアップが出来ているか授業内で評価する。また実技試験は運動指導者として必要なインストラクションが最低ラインまで達しているかどうか評価する。

《参考図書》

適宜紹介する

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	オリエンテーション(自己紹介)(実技:1)	予習:自己紹介シート準備(15分) 復習:クラス目的と自身の課題を明確にする(15分)
2	目的(健康・体力づくりの運動)(実技:1・2・3)	予習:フィットネスについて(30分) 復習:ストレッチの実践の復習(30分)
3	健康づくりの運動の説明(実技:1)	予習:健康づくりについて(30分) 復習:ストレッチの実践の復習(30分)
4	体力について理解と目的(実技:2)	予習:体力について(30分) 復習:コンディショニングの復習(30分)
5	音楽に合わせた運動の特徴(実技:3)	予習:音楽に合わせた運動について(30分) 復習:音楽に合わせた運動についての復習(30分)
6	運動強度と変換方法(実技:1・2・3いずれか)	予習:運動強度について(30分) 復習:運動強度についての復習(30分)
7	運動強度の変換方法2(実技:1・2・3いずれか)	予習:運動強度変換方法について(30分) 復習:運動変換方法の実践の復習(30分)
8	骨格筋とストレッチの重要性(実技1・2)	予習:骨格筋について(30分) 復習:骨格筋の復習(30分)
9	キューイング1(上肢)パーバルキュー(実技:3)	予習:インストラクションについて(30分) 復習:キューイングの種類復習(30分)
10	キューイング2(ステップ)パーバル(実技:3)	予習:キューイングについて(30分) 復習:パーバルキューの復習(30分)
11	キューイング3(試験対策1)(実技:1・2・3)	予習:ボディークューについて(30分) 復習:キューイングの種類について(30分)
12	実技指導ができる(試験対策2)(実技:1・2・3)	予習:試験種目の選択(30分) 復習:試験対策(2時間)
13	試験1(実技:1・2・3いずれか)	予習:試験準備(1時間) 復習:試験対策(2時間)
14	試験2(実技:1・2・3いずれか)	予習:試験準備(1時間) 復習:試験の復習(30分)
15	まとめ(実技:1・2・3いずれか)	予習:レポート準備(フィットネスプログラムについて) 復習:授業を受けての感想レポート(1時間)

《専門科目》

科目名	スノースポーツ				
担当者氏名	高木 富士男、小川 茜、坂元 瑞貴				
授業方法	実習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP3 スポーツ指導の実践力を有する。				

《授業の概要》

スノースポーツ実習事前指導後に、長野県梅池高原スキー場にてスキー実習を実施する（令和5年1月31日～2月3日予定）。担当教員の指示に従い、以下について予習復習を行うこと：1）体調管理、ボディケア、2）講義で学んだ内容をしおりにまとめる、疑問点は質問できるようメモしておく、3）その日の自身やチームメイトの行動やスキルを振り返り、不足している部分は担当教員に尋ねるなど、次の実習に向けてスキル向上を図る

《授業の到達目標》

1. スキーの基本技術を習得し、安全に滑走できる。
2. スキーの基本技術を説明できる。
3. ゲレンデにおけるルールとマナーを説明できる。

《成績評価の方法》

筆記試験 20% レポート 40%
 課題 20% 実技 40%
 授業の取組 40%
 その他 () %

《教科書》

使用しない

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

スキー滑走に関する講義内容や技術は、担当教員から適宜フィードバックを受けます。
 提出物は教員確認後に返却します。

《成績評価基準》

1. スキーの知識や滑走技術を身に付けることができる
2. ルールを認識しながら安全管理について理解することができる
3. 集団活動を円滑に行うことができる
4. 体調管理に気を配ることができる
5. 各提出物を期限内に提出できる

《参考図書》

「スキー&スノーボード SIA 公認メソッド」日本職業スキー教師協会（著）芸文社

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	ガイダンス	スキー実習に必要な持ち物を調べる(30分)・しおりを熟読する(30分)
2	事前指導	自身の筋力・体力を事前にトレーニングルーム等で確認する(30分)・自身の体力とスキー実習で必要な筋力を考え、トレーニングを行う(30分)
3	事前指導	スキー実習に必要な用具・ルールについてまとめる(30分)・用具、ルールについてしおりを熟読する(30分)
4	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
5	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
6	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
7	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
8	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
9	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
10	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
11	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
12	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
13	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
14	実習	翌日に行う実習の目的を立て、関連用語や注意点をインターネット等で調べる(30分)・実習内容を振り返り、しおりにまとめる(30分)
15	まとめ	しおりの内容をまとめる(30分)・指定のレポートを作成する(30分)

《専門科目》

科目名	スポーツボランティア演習				
担当者氏名	高木 富士男、小川 茜、坂元 瑞貴				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・必修	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP4 地域社会へのウエルネスの貢献を有する。				

《授業の概要》

指定するボランティア活動に参加します。そのため時間割外の活動や学外、週末祝日等での活動もあります。受け身でなく主体的な姿勢で様々なボランティア活動に取り組んでくれることを期待します。新型コロナウイルス感染拡大状況によってはボランティア内容は変わることがあります。

《教科書》

なし

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

提出物は評価・フィードバックをして返却します

《授業の到達目標》

1. ボランティアの在り方について学習する
2. ボランティア活動を通して「支える」意義を発見する
3. 礼儀、マナー、社会常識、コミュニケーションスキルを高める

《成績評価基準》

1. 各ボランティアにおいて、真摯に取り組むことができる
2. ボランティア活動後にレポートを提出する

《成績評価の方法》

筆記試験 % レポート %
 課題 50% 実技 %
 授業の取組 50%
 その他 () %

《参考図書》

「大学生学びのハンドブック(3訂版)」世界思想社編集部(編)世界思想社、「就職活動ハンドブック」西短進路指導部(学生へ配布済み)

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	ガイダンス、ボランティア活動計画	どのようなボランティア活動に参加したいかを考える(30分)・今回の授業内容の復習(30分)
2	福浜地区健康教室	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
3	福浜地区健康教室	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
4	楽動塾	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
5	楽動塾	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
6	福岡城秋の舞鶴公園で遊ぼう	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
7	福岡城秋の舞鶴公園で遊ぼう	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
8	福岡城秋の舞鶴公園で遊ぼう	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
9	福岡城秋の舞鶴公園で遊ぼう	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
10	福岡市障がい者スポーツ大会	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
11	福岡市障がい者スポーツ大会	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
12	西短キッズスポーツフェスティバル	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
13	西短キッズスポーツフェスティバル	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
14	障がい者サッカー教室	事前指導に従いレポートを作成する(30分)・事後指導に従いレポートを作成する(30分)
15	障がい者サッカー教室	ボランティア活動で学んだ内容をまとめる(30分) 今回の授業内容の復習(30分)

《専門科目》

科目名	スポーツ企業実習				
担当者氏名	星子 和夫、高木 富士男、小川 茜、坂元 瑞貴				
授業方法	実習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って重点的に身につける能力	1-DP4 地域社会へのウエルネスの貢献を有する。				

《授業の概要》

実習期間中で、これまでに学習してきた身体・健康体力づくりの基礎知識やスポーツ・健康の指導技術、健康・安全管理、コミュニケーション能力を駆使し、「支えるスポーツ」を念頭におき、実習後の振り返りを課題にすることができる。なお、この科目は、資格取得のための要件単位となる資格もあるが、実習規定により必修科目の単位未修得者は実習を許可しない。

《教科書》

なし

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

実習の事前指導、実習中における指導担当者、実習ノートを確認しながらその都度、実習に対する態度および指導を行う。

《授業の到達目標》

スポーツ企業の業務内容の実際と企業研究したものとのを比較しまとめることができ、その企業に関わるお客様やスタッフなどとコミュニケーションを図りながら事の解決に取り組み、円滑な実習をすることができる。そのためには、おもてなしの心である「ホスピタリティ」を大切に、お客様やスタッフのニーズに応えるための「コミュニケーション能力」、「プレゼンテーション能力」などを自然体で活用できるようになる。

《成績評価基準》

実習巡回での指導担当者の報告や実習ノートから「ホスピタリティ」、「コミュニケーション能力」、「プレゼンテーション能力」などが自然に活用され養われるようになったか、また、これらが不十分だったとしてもその後の取り組みが適切であったかで判断する。また、実習後の報告内容およびプレゼンテーション能力を加味し評価する。

《成績評価の方法》

課題 20%
 授業の取組 65%
 その他(プレゼンテーション) 15%

《参考図書》

「健康運動実践指導者養成用テキスト」(公財)健康体力づくり事業財団

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	実習事前指導1および実習手続きについて	企業情報演習をもとに企業実習のあり方をまとめて考察しておく(1時間) より深い理解のために実習の心構えを含め、復習しておくこと(1時間)
2	実習事前指導2	より具体的な実習を遂行するために、与えられた課題を考えておくこと(1時間) 今回の授業で学んだ内容を復習し準備しておくこと(1時間)
3	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
4	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
5	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
6	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
7	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
8	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
9	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
10	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
11	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
12	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
13	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
14	希望した実習先での実習	毎日、目標を掲げそれに対し解決できるように準備しておくこと。(1時間) その日を振り返り、目標の達成を確認すること。(1時間)
15	まとめ	実習の内容をまとめ、実習や将来について考察しておくこと(1時間) この実習で学んだ内容を復習し、報告会に向けてまとめておくこと(1時間)

《専門科目》

科目名	検定読解				
担当者氏名	高向 有理				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って 重点的に身につける能力					

《授業の概要》

N2に合格できる読解力を身に付けるために日常的な場面で使われる日本語を理解できるようにする。短文・中文の内容理解、統合理解、長文の主張理解、情報検索の読解演習をする。

《教科書》

N2読解スピードマスター

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

翌週の授業で文章中の語彙や文法を小テストで確認し、フィードバックをする。

《授業の到達目標》

- ・幅広い話題について書かれた新聞や雑誌の記事・解説、易しい評論など、論旨が分かりやすい文章を読んで文章の内容を理解することができる。
- ・一般的な話題に関する読み物を読んで、話の流れや言いたいことを理解することができる。
- ・N2に合格する。

《成績評価基準》

- ・期末テストで6割以上、毎回の小テストでは8割以上を求める。
- ・小テストを受けていない場合は減点対象とする。

《成績評価の方法》

筆記試験 50% レポート %
 課題 % 実技 %
 授業の取組 50%
 その他 () %

《参考図書》

適宜紹介する。

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	内容理解(短文)150字~200字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
2	内容理解(短文)150字~200字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
3	内容理解(短文)150字~200字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
4	内容理解(中文)500字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
5	内容理解(中文)500字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
6	内容理解(中文)500字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
7	統合理解、600字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
8	統合理解、600字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
9	統合理解、600字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
10	主張理解、900字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
11	主張理解、900字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
12	主張理解、900字ぐらい	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
13	情報検索	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
14	情報検索	授業のプリントの復習。指定された語彙や文法、例文を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
15	演習問題	授業のプリントの復習。

《専門科目》

科目名	検定文法				
担当者氏名	入江 千治				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って 重点的に身につける能力					

《授業の概要》

N2 レベルの日本語文章を理解するための文法を学ぶ。例文を読んで、意味と接続の関係を理解しながら文法を学んでいく。その上で、機能語をマスターし、文の形や構造をしっかりと把握する練習を積む。

《教科書》

耳から覚える文法トレーニングN2

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

翌週の授業で文章中の語彙や文法を小テストで確認し、フィードバックをする。

《授業の到達目標》

- ・文の内容に合った文法形式かどうかを判断することができる。
- ・文章の流れに合った文かどうかを判断することができる。
- ・N2 に合格する。

《成績評価基準》

- ・期末テストで6割以上、毎回の小テストでは8割以上を求める。
- ・小テストを受けていない場合は減点対象とする。

《成績評価の方法》

筆記試験 50% レポート %
 課題 % 実技 %
 授業の取組 50%
 その他 () %

《参考図書》

適宜紹介する。

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	文の文法 文法形式の判断	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
2	文の文法 文法形式の判断	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
3	文の文法 文法形式の判断	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
4	文の文法 文法形式の判断	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
5	文の文法 文法形式の判断	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
6	文の文法 文の組み立て	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
7	文の文法 文の組み立て	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
8	文の文法 文の組み立て	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
9	文の文法 文の組み立て	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
10	文の文法 文の組み立て	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
11	文章の文法	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
12	文章の文法	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
13	文章の文法	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
14	演習問題	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
15	演習問題	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を理解し、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。

《専門科目》

科目名	検定文字語彙				
担当者氏名	志田 華奈子				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って 重点的に身につける能力					

《授業の概要》

日常的な場面で使われる日本語を理解するための語彙を学ぶ。特に気持ちや様子を表す形容詞や副詞にポイントを置いて学ぶ。言語知識だけでなく、N2の読解や聴解問題に役に立つ語彙を身に付けるために演習を積む。

《教科書》

N2新完全マスター文字語彙

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

毎回小テストを実施し、フィードバックする。

《授業の到達目標》

・日常的な場面で使われる日本語の理解に加え、より幅広い場面で使われる日本語をある程度理解することができるようになる。

・N2に合格する。

《成績評価基準》

・期末テストで6割以上、毎回の小テストでは8割以上を求める。
・小テストを受けていない場合は減点対象とする。

《成績評価の方法》

筆記試験 50% レポート %

課題 % 実技 %

授業の取組 50%

その他 () %

《参考図書》

適宜紹介する。

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	動詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
2	動詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
3	形容詞・名詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
4	形容詞・名詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
5	形容詞・名詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
6	副詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
7	副詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
8	副詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
9	副詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
10	副詞	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
11	慣用表現	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
12	慣用表現	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
13	慣用表現	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
14	演習問題	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。
15	演習問題	授業の復習。授業で学習したテキストの範囲を覚え、次回の授業で実施される小テストで最低8割の点数がとれるようにする。

《専門科目》

科目名	ビジネスコミュニケーション				
担当者氏名	井上 しづ恵、高藤 純子				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って 重点的に身につける能力					

《授業の概要》

時事用語やビジネス用語をきちんと理解し、常識を身に付ける。表やグラフ、統計を理解し、問題を提起できるようにする。新聞記事などを読んで、課題を見つけ、解決につながる糸口を提起できるようにする。

《教科書》

ビジネス能力検定ジョブパス2級

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

毎回演習問題を解き、授業内で解説する

《授業の到達目標》

- ・インターンシップ前におさえておきたいビジネス知識やビジネスマナーを理解することができる。
- ・仕事に役立つ論理力を養うことができる。
- ・時事用語やビジネス用語を理解することができる。
- ・表やグラフを見て、問題発見や分析ができる。
- ・ビジネス能力検定2級に合格する。

《成績評価基準》

授業での演習を通して、ビジネス能力検定2級レベルの知識、思考力、分析力を身につけることができたかを評価する

《成績評価の方法》

筆記試験 40% レポート %
 課題 % 実技 %
 授業の取組 60%
 その他 () %

《参考図書》

適宜紹介する

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	キャリアと仕事へのアプローチ	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
2	会社活動の基本	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
3	話し方と聞き方のポイント	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
4	接客と営業の進め方	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
5	不満を信頼に変えるクレーム対応	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
6	会議への出席とプレゼンテーション	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
7	チームワークと人のネットワーク	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
8	仕事の進め方	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
9	ビジネス文書の基本	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
10	統計・データの読み方、まとめ方	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
11	情報収集とメディアの活用	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
12	会社数字の読み方	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
13	ビジネスと法律・税金知識	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
14	産業と経済の基礎知識	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する
15	知識・読解・分析などの総括	予習は必要なし。授業で扱った演習問題を理解し、類似問題が解けるように復習する

《専門科目》

科目名	ビジネスプレゼンテーション				
担当者氏名	志田 華奈子、高藤 純子				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って 重点的に身につける能力					

《授業の概要》

プレゼンテーションは、授業での口頭発表、就活、仕事上の企画や報告など様々な場面で必要とされるスキルである。またプレゼンテーションには、発表のテクニックだけではなく、論理的思考および文章力も必要になる。この授業ではプレゼンテーションとは何かを理解し、伝えたいことを論理的に考察し、適切な音声・スライド・文章表現などを身につけて発表できるスキルを身につける。

《授業の到達目標》

- ・目的に応じて効果的な文章表現を作成し、プレゼンテーションを設計することができる。
- ・聴き手を意識したわかりやすく、説得力のあるプレゼンテーションができる。
- ・文章作成や発表を通して、適切な音声やスピードで人前で話すスキルや批評力を身につける。

《成績評価の方法》

授業内発表 40%
課題 30%
授業の取組 30%

《教科書》

適宜プリントを配布する。

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

コメントをつけて返却する。

《成績評価基準》

- ・目的に応じて効果的な文章表現を作成し、プレゼンテーションを設計することができたか。
- ・聴き手を意識したわかりやすく、説得力のあるプレゼンテーションができたか。
- ・文章作成や発表を通して、適切な音声やスピードで人前で話すスキルや批評力を身につけることができたか。

《参考図書》

- 『1分で話せ』伊藤羊一（SBクリエイティブ）
- 『大学生のための日本語表現トレーニング』橋本修（三省堂）

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	オリエンテーション	配布資料を熟読し、自らの文章を推敲する。(30分)
2	プレゼンテーションの基本	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章を推敲する。(30分)
3	プレゼンテーションの基本 (PREP法)	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章を推敲する。(30分)
4	プレゼンテーションの基本 (根拠とは)	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章を推敲する。(30分)
5	レポートを書く (テーマの動機付け)	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章を推敲する。(30分)
6	レポートを書く (段落構成の作り方)	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章を推敲する。(30分)
7	レポートを書く (文章作成)	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章を推敲する。(30分)
8	実習 (プレゼンテーション作成)	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章とスライドを推敲する。(30分)
9	実習 (中間発表)	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章とスライドを推敲する。(30分)
10	相手に伝わる話し方	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章を推敲する。(30分)
11	プレゼンテーションのテクニック	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章とスライドを推敲する。(30分)
12	プレゼンテーションのテクニック	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章とスライドを推敲する。(30分)
13	プレゼンテーションのテクニック	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章とスライドを推敲する。(30分)
14	授業内発表	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章とスライドを推敲する。(30分)
15	発表評価と振り返り	予習：提示された課題について調べておく。(30分) 復習：配布資料を熟読し、自らの文章とスライドを推敲する。(30分)

《専門科目》

科目名	実践的プログラミング演習				
担当者氏名	柿山 達哉、常岡 直樹				
授業方法	演習	単位・必選	1単位・選択	開講年次・開講期	1年・後期
ディプロマポリシーに沿って 重点的に身につける能力					

《授業の概要》

実践的なマクロを自らアイデアを出して設計する。
上記設計の基づいてExcelシートを作成する。
作成したExcelシートのプレゼンテーション資料を作成する。
自分の作成したExcelシートのプレゼンテーションを行う。

《教科書》

今すぐ使えるかんたんエクセル2019
井上香緒里著
技術評論社

《課題(試験、レポート等)に対するフィードバックの方法》

個人ごとに課題に対する評価レポートを提示し、説明する。

《授業の到達目標》

自分で実用性のあるマクロ機能を使ったExcelシートを設計し、完成させることができる。

《成績評価基準》

- ・授業に対し意欲的に取り組んでいたか。
- ・課題に対して真摯に取り組むことができたか。
- ・出席率、予習、復習を重視します。

《成績評価の方法》

課題 60%
授業の取組 40%

《参考図書》

適宜紹介します

《授業計画》

週	授業のテーマ	予習内容(時間)・復習内容(時間)
1	課題マクロ作成 課題の内容説明	予習：なし 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
2	課題マクロ作成 アルゴリズム解説	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
3	課題マクロ作成 表とグラフのデザイン	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
4	課題マクロ作成 表とグラフのデザイン	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
5	課題マクロ作成 個別指導	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
6	課題マクロ作成 個別指導	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
7	課題マクロ作成 個別指導	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
8	課題マクロ作成 作成課題の提出	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
9	自由課題マクロ作成 自由課題の決定	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
10	自由課題マクロ作成 コーディング実習	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
11	自由課題マクロ作成 コーディング実習	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
12	自由課題マクロ作成 コーディング実習	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
13	自由課題マクロ作成 コーディング実習	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
14	自由課題マクロ作成 コーディング実習	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)
15	自由課題マクロ作成 成果発表	予習：前講義で配布したプリントをあらかじめ読んでおくこと。(20分) 復習：理解できなかったこと等整理して、次の講義までに講師に質問する。(20分)