

アップルスポーツカレッジ

スポーツ保育士学科

カリキュラム概要

(2024年度)

科目名	HR I	担当講師	金子 修平
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出席状況、取り組み		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	月間、週間の連絡や面談実施による学生の把握。 レクリエーション等を実施してクラス内の交友関係を良好にする。 また検定対策、就職活動のフォローとし、対策問題の実施を行う
到達目標	学校生活の充実

科目内容	授業回	内 容	テキストページ・項目
		1	年間、半期、月間、週間の連絡
2		面談 週間の連絡	
3		面談 週間の連絡	
4		面談 週間の連絡	
5		面談 週間の連絡	
6		面談 週間の連絡	
7		面談 週間の連絡	
8		面談 週間の連絡	
9		面談 週間の連絡	
10		面談 週間の連絡	
11		面談 週間の連絡	
12		面談 週間の連絡	
13		面談 週間の連絡	
14		面談 週間の連絡	
15		面談 週間の連絡	
16		年間、半期、月間、週間の連絡	
17		面談 週間の連絡	
18		面談 週間の連絡	
19		面談 週間の連絡	
20		面談 週間の連絡	
21		面談 週間の連絡	
22		面談 週間の連絡	
23		面談 週間の連絡	
24		面談 週間の連絡	
25		面談 週間の連絡	
26		面談 週間の連絡	
27		面談 週間の連絡	
28		面談 週間の連絡	
29		面談 週間の連絡	
30		面談 週間の連絡	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	PC I	担当講師	安達 秀子
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	4
使用テキスト	Wordクイックマスター、文書処理技能認定試験3級問題集		
評価方法	出席日数・授業態度・提出課題・検定結果		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース	上記学科の全コース		

科目概要	ブラインドタッチを習得し、Word2021の文書処理(編集機能、罫線機能、図形機能)等の基本的な操作から応用操作までを習得する		
到達目標	Word文書処理技能検定試験3級合格		

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	導入・動機づけ・キーボード表作成
	2	キータッチの練習(ホームポジション・母音・GHキー)	〃
	3	キータッチの練習(前回復習・か行・さ行・だ行)	〃
	4	キータッチの練習(前回復習・は行・が行・上段た行)	〃
	5	キータッチの練習(前回復習・上段ら行・や行)	〃
	6	キータッチの練習(前回復習・わ行・ぱ行、下段な行・ま行)	〃
	7	キータッチの練習(前回復習・下段ば行)	〃
	8	キータッチの練習(前回復習・下段ざ行・句読点・数字)	〃
	9	前回復習、拗音・促音	〃
	10	同音異義語、文節	〃
	11	問題集入力練習	P.18,,51,59,68
	12	練習問題3	問題集p.18~
	13	練習問題3	問題集p.20~
	14	練習問題3	問題集p.22~
	15	復習	
	16	模擬問題4	問題集p.51~
	17	模擬問題4	問題集p.53~
	18	模擬問題6	問題集p.68~
	19	模擬問題6	問題集p.71~
	20	模擬問題7	問題集p.76~
	21	模擬問題7	問題集p.79~
	22	模擬問題5	問題集p.59~
	23	模擬問題5	問題集p.62~
	24	模擬試験1	
	25	模擬試験2	
	26	模擬試験3	
	27	模擬試験4	
	28	模擬試験5	
	29	模擬試験7	
	30	検定対策	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	コミュニケーション検定対策	担当講師	金子 修平
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	1
使用テキスト	テキスト・プリント		
評価方法	検定合格		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	コミュニケーション検定初級 合格に向けてテキストの内容を理解し、過去問題にて繰り返し習得する		
到達目標			

科目内容	授業回	内 容	テキストページ・項目
		1	コミュニケーション検定の説明
	2	過去問題①	
	3	前回の解説	
	4	過去問題②	
	5	前回の解説	
	6	過去問題②	
	7	前回の解説	
	8	過去問題③	
	9	前回の解説	
	10	過去問題④	
	11	前回の解説	
	12	対策試験①	
	13	対策試験②	
	14	対策試験③	
	15	検定 3級 受験	
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	社会常識マナー検定対策	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	1
使用テキスト	プリント		
評価方法	出欠/検定合格		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	社会常識マナー検定3級 合格に向けてテキストの内容を理解し 過去問題にて繰り返し習得する		
到達目標			

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目	
		1		
		2		
		3		
		4		
		5		
		6		
		7		
		8		
		9		
		10		
		11		
		12		
		13		
		14		
		15		
	16	社会常識マナー検定の説明		
	17	過去問題①		
	18	前回の解説		
	19	過去問題②		
	20	前回の解説		
	21	過去問題②		
	22	前回の解説		
	23	過去問題③		
	24	前回の解説		
	25	過去問題④		
	26	前回の解説		
	27	対策試験①		
	28	対策試験②		
	29	対策試験③		
	30	検定 3級 受験		

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	就職実務学	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	1
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度・提出物		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	就職活動を1人で進める準備をする。
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	就職活動とは①	
	3	就職活動とは②	
	4	就職活動とは③	
	5	企業訪問の準備①	
	6	企業訪問の準備②	
	7	履歴書作成①	
	8	履歴書作成②	
	9	履歴書作成③	
	10	企業検索①	
	11	企業検索②	
	12	面接練習①	
	13	面接練習②	
	14	面接練習③	
	15	まとめ	
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	HR II	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出席状況、取り組み		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	月間、週間の連絡や面談実施による学生の把握。 レクリエーション等を実施してクラス内の交友関係を良好にする。 また検定対策、就職活動のフォローとし、対策問題の実施を行う
到達目標	学校生活の充実

科目内容	授業回	内 容	テキストページ・項目
		1	年間、半期、月間、週間の連絡
2		面談 週間の連絡	
3		面談 週間の連絡	
4		面談 週間の連絡	
5		面談 週間の連絡	
6		面談 週間の連絡	
7		面談 週間の連絡	
8		面談 週間の連絡	
9		面談 週間の連絡	
10		面談 週間の連絡	
11		面談 週間の連絡	
12		面談 週間の連絡	
13		面談 週間の連絡	
14		面談 週間の連絡	
15		面談 週間の連絡	
16		年間、半期、月間、週間の連絡	
17		面談 週間の連絡	
18		面談 週間の連絡	
19		面談 週間の連絡	
20		面談 週間の連絡	
21		面談 週間の連絡	
22		面談 週間の連絡	
23		面談 週間の連絡	
24		面談 週間の連絡	
25		面談 週間の連絡	
26		面談 週間の連絡	
27		面談 週間の連絡	
28		面談 週間の連絡	
29		面談 週間の連絡	
30		面談 週間の連絡	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	PCII	担当講師	安達 秀子
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	4
使用テキスト	Excel2021クイックマスター・問題集・プリント		
評価方法	出席日数・授業態度・検定結果		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	エクセルの表計算ソフトの基本操作(計算、データベース、グラフ)を理解し、検定3級合格を目指す。
到達目標	Excel表計算処理技能認定試験 3級合格

科目内容	授業回	内 容	テキストページ・項目
		1	エクセルの基本操作(画面構成、画面操作)
	2	データの編集(データの入力、数式の入力、データの移動とコピー)	24~56
	3	表の編集(罫線の設定、セルの書式設定、表示形式の設定)	58~78
	4	表の編集(列幅や行高さの調整、挿入と削除)	79~84
	5	ブックの印刷(ページ設定の変更、印刷範囲の設定)	86~102
	6	グラフの作成(グラフの作成、編集)	104~125
	7	図形の作成(図形の作成、編集)	126~140
	8	ブックの利用と管理(ワークシートの管理、ウィンドウの操作)、関数	142~174
	9	関数	175~190
	10	データベース機能(リストの作成、並べ替え、抽出、テーブル機能)	192~212
	11	練習問題1	2~5
	12	練習問題1	5~7
	13	練習問題2	8~11
	14	練習問題2	11~13
	15	試験	
	16	前期課題確認と復習	
	17	練習問題3	14~17
	18	練習問題3	17~19
	19	模擬問題1	22~24
	20	模擬問題1	25~27
	21	模擬問題2	28~31
	22	模擬問題2	31~33
	23	模擬問題3	34~37
	24	模擬問題3	37~39
	25	模擬問題4(テスト)	40~45
	26	模擬問題5(テスト)	46~51
	27	模擬問題6(テスト)	52~57
	28	模擬問題7(テスト)	58~63
	29	検定対策(まとめ)	
	30	試験	

備考	
----	--

科目名	トレーニング科学	担当講師	佐野 英朗
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	2
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅲ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース		

科目概要	①トレーニング理論とその方法 ②トレーニング計画とその実際 ③体カテストとその活用 ④スキルの獲得と獲得過程
到達目標	

科目内容	授業回	内 容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
2		Ⅲ-8-①	
3			
4		Ⅲ-8-②	
5			
6		Ⅲ-8-③	
7			
8		Ⅲ-8-④	
9			
10		まとめ	
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

備考	
----	--

科目名	競技者育成システム論	担当講師	村山 敏夫
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	1
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅲ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース		

科目概要	①トップアスリートを育てるために ②トップアスリートの育成・強化の方法とその評価 ③競技力向上のためのチームマネジメント ④競技力向上の為の情報とその活用
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	Ⅲ-9-①	
	3	Ⅲ-9-②	
	4	Ⅲ-9-③	
	5	Ⅲ-9-④	
	6	まとめ	
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	コーチング I	担当講師	佐野 英朗
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	1
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 I		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース		

科目概要	①スポーツ指導者とは ②スポーツ指導者の倫理 ③指導者の心構え・視点 ④世界の舞台を目指すアスリートの発掘・育成の重要性と指導者の役割 ⑤指導計画の立て方 ⑥スポーツ活動と安全管理
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション・I-2-①
	2	I-2-②	
	3	I-2-③	
	4	I-2-④	
	5	I-6-①	
	6	I-6-②・まとめ	
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	スポーツ心理学	担当講師	森 恭
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ、Ⅲ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツトレーナー科、スポーツトレーナー科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・パーソナルトレーナーコース・スポーツ栄養トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①スポーツと心 ②スポーツにおける動機付け ③コーチングの心理 ④メンタルマネジメント ⑤指導者のメンタルマネジメント
到達目標	

科目内容	授業回	内 容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	Ⅱ-3-①	
	3		
	4		
	5	Ⅱ-3-②	
	6		
	7	Ⅱ-3-③	
	8		
	9	Ⅲ-6-①	
	10		
	11	Ⅲ-6-②	
	12		
	13	まとめ	
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備 考	
-----	--

科目名	スポーツ医学Ⅰ	担当講師	大滝 弘
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	1
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅰ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツトレーナー科、スポーツ保育士学科科、スポーツマネジメント学科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・パーソナルトレーナーコース・スポーツ栄養トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①スポーツと健康 ②スポーツ活動中に多いケガや病気 ③救急処置
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	I-4-①	
	3	I-4-②	
	4	I-4-③	
	5	まとめ	
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	スポーツ医学Ⅱ	担当講師	山本 智章 佐野 英朗
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	2
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅲ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツトレーナー科、スポーツ保育士学科科、スポーツマネジメント学科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①アスリートの健康管理 ②アスリートの内科的障害と対策 ③アスリートの外傷・障害と対策 ④アスレチックリハビリテーションとトレーニング計画 ⑤コンディショニングの手法 ⑥ スポーツによる精神障害と対策 ⑦特殊環境下での対応 ⑧ドーピング防止
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目	
		1	オリエンテーション・Ⅲ－10－①（山本）	
2				
3		Ⅲ－10－②（山本）		
4		Ⅲ－10－③（山本）		
5		Ⅲ－10－⑥（山本）		
6		Ⅲ－10－⑦（山本）		
7		Ⅲ－10－④（佐野）		
8		Ⅲ－10－⑤（佐野）		
9		Ⅲ－10－⑧（山本）		
10		Ⅲ－10－⑧・まとめ（山本）		
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

備考	
----	--

科目名	スポーツ社会学 I	担当講師	佐野 英朗
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	0.5
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 I		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①スポーツの概念と歴史 ②文化としてのスポーツ
到達目標	社会スポーツの理解

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション・I-1-①
	2	I-1-②	
	3	まとめ	
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	スポーツ社会学Ⅱ	担当講師	大庭 昌昭
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	1
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①社会の中のスポーツ ②我が国のスポーツプロモーション
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目	
		1	オリエンテーション・Ⅱ-1-①	
2		Ⅱ-1-②		
3				
4		まとめ		
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

備考	
----	--

科目名	スポーツ経営学	担当講師	脇野 哲郎
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	1
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①総合型地域スポーツクラブの育成と運営 ②スポーツ組織のマネジメントと事業のマーケティング ③スポーツ事業のプロモーション
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション・Ⅱ-4-①
	2	Ⅱ-4-①	
	3	Ⅱ-4-②	
	4		
	5	Ⅱ-4-③	
	6	まとめ	
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	スポーツ栄養学	担当講師	伊藤 直美
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	1
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 I		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①スポーツと栄養 ②アスリートの栄養摂取と食生活
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	I-5-①	
	3		
	4		
	5	Ⅲ-4-①	
	6	まとめ	
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	発育発達論 I	担当講師	佐野 英朗
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	0.5
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 I		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①発育発達期の身体的特徴、心理的特長 ②発育発達期に多いケガや病気 ③発育発達期のプログラム
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション・I-7-①
	2	I-7-②	
	3	I-7-③、まとめ	
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	トレーニング論	担当講師	佐野 英朗
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	0.5
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 I		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	アドバンストレーナー科、アスレティックトレーナー科、スポーツ保育士学科、スポーツマネジメント科、スポーツビジネス科	対象学年	1
対象コース	プロトレーナーコース・スポーツ鍼灸トレーナーコース・スポーツマネジメントコース・スポーツ保育士コース・ジュニアスポーツコーチングコース・バスケットボールビジネスコース		

科目概要	①体力とは ②トレーニングの進め方 ③トレーニングの種類
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション・I-3-①
	2	I-3-②	
	3	I-3-③・まとめ	
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	運動生理学	担当講師	牛山 幸彦
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	1
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅲ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	スポーツビジネス科	対象学年	2
対象コース			

科目概要	①運動器のしくみと働き ②呼吸循環器系の働きとエネルギー供給 ③スポーツバイオメカニクスの基礎
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	Ⅲ-7-①	
	3	Ⅲ-7-②	
	4		
	5	Ⅲ-7-③	
	6	まとめ	
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	スポーツ行政学	担当講師	佐野 英朗
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	1
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目 I		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	スポーツビジネス科	対象学年	2
対象コース			

科目概要	①地域におけるスポーツ振興方策と行政のかかわり ②総合型地域スポーツクラブの必要性と社会的意義 ③地域におけるスポーツクラブとしての「スポーツ少年団」
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション・I-8-①
	2	I-8-②	
	3	I-8-③・まとめ	
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	発育発達論Ⅱ	担当講師	牛山 幸彦
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	1.5
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	スポーツビジネス科	対象学年	2
対象コース			

科目概要	①中高年者とスポーツ ②女性とスポーツ ③障害者とスポーツ
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	Ⅱ-5-①	
	3	Ⅱ-5-②	
	4	Ⅱ-5-③	
	5	まとめ	
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	コーチングⅡ	担当講師	大庭 昌昭
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	1.5
使用テキスト	公認スポーツ指導者養成テキスト 共通科目Ⅱ、Ⅲ		
評価方法	授業出席、定期試験による		

対象学科	スポーツビジネス科	対象学年	2
対象コース			

科目概要	①スポーツ事故におけるスポーツ指導者の法的責任 ②スポーツと人権 ③プレーヤーと指導者の望ましい関係 ④ミーティングの方法 ⑤世界を頂点を目指すアスリート育成・強化の在り方と指導者の役割
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション・Ⅱ-2-①
	2	Ⅱ-2-①	
	3	Ⅱ-2-②	
	4	Ⅲ-2-①	
	5	Ⅲ-2-②	
	6	Ⅲ-2-③	
	7	Ⅲ-2-③・まとめ	
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	機能解剖学(からだのしくみ)	担当講師	金子 修平
		実務経験	無
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	健康運動実践指導者養成テキスト		
評価方法	試験・授業態度		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	健康運動実践指導者2,3章の内容をベースに学ぶ。 身体を動かす筋の名称や、動きを見る為の専門用語を理解する。
到達目標	健康運動実践指導者(機能解剖学に必要な知識)

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目	
	1			
	2			
	3			
	4			
	5			
	6			
	7			
	8			
	9			
	10			
	11			
	12			
	13			
	14			
	15			
	16	コンディショニング体験		
	17	筋の種類、仕組みについて		
	18	骨の役割、関節について		
	19	その他体の仕組みについて		
	20	主要な関節運動名称(屈曲伸展など)		
	21	復習		
	22	確認テスト①		
	23	確認テスト②		
	24	子どもの発達について1		
	25	子どもの発達について2		
	26	子どもの発達について3		
	27	コオディネーショントレーニング		
	28	有酸素運動と無酸素運動		
	29	小学生向けの運動メニューの作成		
	30	まとめ		

備考	
----	--

科目名	ウォーキング・ジョギング & スイミング	担当講師	金子/広川
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	2
使用テキスト	健康運動実践指導者養成テキスト		
評価方法	出席・授業態度		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	健康運動の主流であるウォーキング、ジョギング、スイミングを正しい姿勢で実践できるよう受講する。
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	ウォーキングについての基礎知識、ウォーキング体験
2		ポールウォーキング体験、心拍数計測	
3		ウォーキング、ジョギングについての基礎知識、強度設定	
4		ジョギングについての基礎知識、ジョギング体験	
5		ジョギング体験、強度設定・ニコニコペース、心拍数計測	
6		ジョギングにおける障害予防	
7		ジョギングにおける障害予防、ジョギング体験	
8		水泳・水中運動の指導法	
9		アクアビクス①	
10		アクアビクス②	
11		水中ウォーキング①	
12		水中ウォーキング②	
13		水中レジスタンス運動①	
14		水中レジスタンス運動②	
15		水泳・水中運動のまとめ	
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
26			
27			
28			
29			
30			

備考	
----	--

科目名	エアロビクス&ストレッチング	担当講師	伊藤 直美 金子 修平
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	健康運動実践指導者テキスト		
評価方法	出席、授業態度		

対象学科	こどもインストラクター科	対象学年	1年
対象コース	スポーツ保育士コース、ジュニアスポーツコーチングコース		

科目概要	全身の各部位のストレッチング指導の仕方を学ぶ。エアロビックダンスにおいてはレッスンの流れを把握し、リズムに乗ってお手本となって動くことができるようになる。
到達目標	運動指導者としてストレッチングの指導担当とリズムダンスのお手本を見せる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	エアロビックダンス体験①	
	3	エアロビックダンス体験②	
	4	エアロビックダンス体験③	
	5	エアロビックダンス体験④	
	6	エアロビックダンス体験⑤	
	7	エアロビックダンス理論	
	8	ストレッチング①	
	9	ストレッチング②	
	10	ストレッチング③	
	11	ストレッチング④	
	12	ストレッチング⑤	
	13	ストレッチング理論	
	14	実技試験(エアロビックダンス)	
	15	実技試験(ストレッチング)	
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	
----	--

科目名	ジュニアスポーツ指導演習 I	担当講師	横山 雅江 金子 修平
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	3
使用テキスト	日本スポーツ協会 公認ジュニアスポーツ指導者専門科目テキスト		
評価方法	出席 授業課題 期末試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	ジュニアスポーツ論で学んだ基本的な内容を実際にそのように指導すればよいかを実技を通じて具体的に学ぶ。その核となる運動遊びをどのようにして選定し、あるいはアレンジを加えていくのかを体系的に学ぶ。さらに、スポーツ指導場面におけるコーチング方法も実践的に学ぶ。
到達目標	発達段階に応じた運動指導の理解と様々なアレンジができる

科目内容	授業回	内 容	テキストページ・項目
		1	発達段階に応じた運動遊びの展開例、年齢・体力に応じた指導①指導案作成
2		発達段階に応じた運動遊びの展開例、年齢・体力に応じた指導②指導案作成	
3		発達段階に応じた運動遊びの展開例、年齢・体力に応じた指導③演習、反省	
4		運動遊びスポーツの指導①指導案作成(各場面での活用の仕方)	運動遊び・スポーツ p.68～72
5		運動遊びスポーツの指導②指導案作成(各場面での活用の仕方)	
6		運動遊びスポーツの指導③演習、反省	
7		アイスブレイク①指導案作成	運動遊び・スポーツ p.73～77
8		アイスブレイク②指導案作成	
9		アイスブレイク②演習、反省	
10		運動遊びのアレンジ①指導案作成	運動遊び・スポーツ p.77～80
11		運動遊びのアレンジ②指導案作成	
12		運動遊びのアレンジ③演習、反省、総合まとめ	
13		運動遊びのアレンジ①指導案作成	
14		運動遊びのアレンジ②指導案作成	
15		運動遊びのアレンジ③演習、反省、総合まとめ	
16		運動遊びのアレンジ①指導案作成	
17		運動遊びのアレンジ②指導案作成	
18		運動遊びのアレンジ③演習、反省、総合まとめ	
19		運動遊びのアレンジ①指導案作成	
20		運動遊びのアレンジ②指導案作成	
21		運動遊びのアレンジ③演習、反省、総合まとめ	
22		運動遊びのアレンジ①指導案作成	
23		運動遊びのアレンジ②指導案作成	
24		運動遊びのアレンジ③演習、反省、総合まとめ	
25		運動遊びのアレンジ①指導案作成	
26		運動遊びのアレンジ②指導案作成	
27		運動遊びのアレンジ③演習、反省、総合まとめ	
28		ジュニア運動指導まとめ①	
29		ジュニア運動指導まとめ②	
30		次年度に向けてのまとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	ジュニアスポーツ指導演習Ⅱ	担当講師	横山 雅江 金子 修平
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	3
使用テキスト	日本スポーツ協会 公認ジュニアスポーツ指導者専門科目テキスト		
評価方法	出席 授業課題 期末試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	ジュニア期への運動指導計画の作成及び地域のジュニアスポーツ教室での実践指導およびフィードバックをすることが出来るようになる。
到達目標	指導計画の作成と指導力を高める

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	指導実習における説明とグループワーク
2		指導プログラムの作成①	
3		指導プログラムの作成②	
4		指導プログラムの作成③	p.82～91
5		指導実践: 指導プログラムに基づき班でのプレゼンテーション①	
6		指導実践: 指導プログラムに基づき班でのプレゼンテーション②	p.82～92
7		シミュレーションによる確認・実習への準備と心構え	
8		小学校クラブ活動における指導実習①	
9		小学校クラブ活動における指導実習①	
10		小学校クラブ活動における指導実習②	
11		小学校クラブ活動における指導実習②	
12		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	p.91
13		小学校クラブ活動における指導実習③	
14		小学校クラブ活動における指導実習③	
15		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	p.91
16		小学校クラブ活動における指導実習③	
17		小学校クラブ活動における指導実習③	
18		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
19		小学校クラブ活動における指導実習④	
20		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
21		小学校クラブ活動における指導実習⑤	
22		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
23		小学校クラブ活動における指導実習⑥	
24		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
25		小学校クラブ活動における指導実習⑦	
26		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
27		幼稚園での体力測定・運動指導実習①	
28		幼稚園での体力測定・運動指導実習②	
29		幼稚園での体力測定・運動指導実習③	
30		次年度に向けてのまとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	キッズスポーツ指導内容 I	担当講師	横山 雅江 金子 修平
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	3
使用テキスト	運動が体と心の動きを高める スポーツ保育 ガイドブック		
評価方法	出席 授業課題 前期試験 後期試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	文部科学省幼児運動指針に沿った幼児期の運動指導の基本を学ぶ。		
到達目標	幼児期の運動指導についての理解、個人の発達の違いを見極めて運動指導ができるスキルを身につける。		

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	幼児期になぜ運動遊びが必要なのか①
	2	幼児期になぜ運動遊びが必要なのか②	
	3	幼児期になぜ運動遊びが必要なのか③	
	4	幼児期にどのような運動遊びを行うべきか①	
	5	幼児期にどのような運動遊びを行うべきか②	
	6	幼児期にどのような運動遊びを行うべきか③	
	7	幼児期における運動のポイント①	
	8	幼児期における運動のポイント②	
	9	幼児期における運動のポイント③	
	10	幼児期における運動のポイント④	
	11	幼児期における運動のポイント⑤	
	12	良い運動遊びを実践する為に	
	13	スポーツアビリティとは①	
	14	スポーツアビリティとは②	
	15	まとめ	
	16	身体感覚能力	
	17	空間認知能力	
	18	バランス能力	
	19	リズム協調能力	
	20	反応・変換能力	
	21	連結動作能力	
	22	用具操作能力	
	23	意識・思考能力	
	24	1人でできる遊び	
	25	少人数でできる遊び	
	26	みんなで遊ぶ	
	27	親子で遊ぶ	
	28	用具がいない遊び	
	29	小学校体育につながる遊び	
	30	まとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	キッズスポーツ指導内容Ⅱ	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	4
使用テキスト	運動が体と心の動きを高める スポーツ保育 ガイドブック		
評価方法	出席 授業課題 前期試験 後期試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	文部科学省幼児運動指針に沿った幼児期の運動指導の基本を学ぶ。
到達目標	幼児期の運動指導についての理解、個人の発達の違いを見極めて運動指導ができるスキルを身につける。

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	幼児期になぜ運動遊びが必要なのか①
	2	幼児期になぜ運動遊びが必要なのか②	
	3	幼児期になぜ運動遊びが必要なのか③	
	4	幼児期にどのような運動遊びを行うべきか①	
	5	幼児期にどのような運動遊びを行うべきか②	
	6	幼児期にどのような運動遊びを行うべきか③	
	7	幼児期における運動のポイント①	
	8	幼児期における運動のポイント②	
	9	幼児期における運動のポイント③	
	10	幼児期における運動のポイント④	
	11	幼児期における運動のポイント⑤	
	12	良い運動遊びを実践する為に	
	13	スポーツアビリティとは①	
	14	スポーツアビリティとは②	
	15	まとめ	
	16	身体感覚能力	
	17	空間認知能力	
	18	バランス能力	
	19	リズム協調能力	
	20	反応・変換能力	
	21	連結動作能力	
	22	用具操作能力	
	23	意識・思考能力	
	24	1人でできる遊び	
	25	少人数でできる遊び	
	26	みんなで遊ぶ	
	27	親子で遊ぶ	
	28	用具がいない遊び	
	29	小学校体育につながる遊び	
	30	まとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	キッズスポーツ指導演習 I	担当講師	横山 雅江 金子 修平
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	3
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度・提出物		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	演習を通して、指導計画の理解を深める
到達目標	演習を通して様々な指導内容を理解し学ぶ

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	指導実習における説明とグループワーク
2		指導プログラムの作成①	
3		指導プログラムの作成②	
4		指導プログラムの作成③	p.82～91
5		指導実践: 指導プログラムに基づき班でのプレゼンテーション①	
6		指導実践: 指導プログラムに基づき班でのプレゼンテーション②	p.82～92
7		シミュレーションによる確認・実習への準備と心構え	
8		小学校クラブ活動における指導演習①	
9		小学校クラブ活動における指導演習①	
10		小学校クラブ活動における指導演習②	
11		小学校クラブ活動における指導演習②	
12		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	p.91
13		小学校クラブ活動における指導演習③	
14		小学校クラブ活動における指導演習③	
15		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	p.91
16		小学校クラブ活動における指導演習③	
17		小学校クラブ活動における指導演習③	
18		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
19		小学校クラブ活動における指導演習④	
20		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
21		小学校クラブ活動における指導演習⑤	
22		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
23		小学校クラブ活動における指導演習⑥	
24		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
25		小学校クラブ活動における指導演習⑦	
26		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
27		幼稚園での体力測定・運動指導演習①	
28		幼稚園での体力測定・運動指導演習②	
29		幼稚園での体力測定・運動指導演習③	
30		次年度に向けてのまとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	キッズスポーツ指導演習Ⅱ	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	5
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度・提出物		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	演習を通して、指導計画の理解を深める
到達目標	演習を通して様々な指導内容を理解し学ぶ

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	指導実習における説明とグループワーク
2		指導プログラムの作成①	
3		指導プログラムの作成②	p.82～91
4		指導プログラムの作成③	
5		指導実践: 指導プログラムに基づき班でのプレゼンテーション①	
6		指導実践: 指導プログラムに基づき班でのプレゼンテーション②	p.82～92
7		シミュレーションによる確認・実習への準備と心構え	
8		小学校クラブ活動における指導演習①	
9		小学校クラブ活動における指導演習①	
10		小学校クラブ活動における指導演習②	
11		小学校クラブ活動における指導演習②	
12		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	p.91
13		小学校クラブ活動における指導演習③	
14		小学校クラブ活動における指導実習③	
15		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	p.91
16		小学校クラブ活動における指導演習③	
17		小学校クラブ活動における指導演習③	
18		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
19		小学校クラブ活動における指導演習④	
20		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
21		小学校クラブ活動における指導演習⑤	
22		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
23		小学校クラブ活動における指導演習⑥	
24		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
25		小学校クラブ活動における指導演習⑦	
26		指導内容の評価: 指導実習の振り返りとフィードバック	
27		幼稚園での体力測定・運動指導演習①	
28		幼稚園での体力測定・運動指導演習②	
29		幼稚園での体力測定・運動指導演習③	
30		次年度に向けてのまとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	ジュニアスポーツ指導論	担当講師	金子 修平
		実務経験	無
履修期間	通年	単位数	2
使用テキスト	日本スポーツ協会 公認ジュニアスポーツ指導者専門科目テキスト		
評価方法	出席、各章の試験、総合試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	日本スポーツ協会ジュニアスポーツ指導者【理論編】を理解するものとする。 子どもにおける運動、スポーツの意義と価値、ジュニア期のコーチング、体力や動きの発達、心理、栄養、医学など幅広く理解し知識をつける。
到達目標	公認ジュニアスポーツ指導者専門科目テキストを理解し実践に繋げる

科目内容	授業回	内 容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
2		第1章 概論	p.6～13
3		第2章 コーチング	p.14～23
4			
5		第3章 体力	p.24～29
6			
7		第4章 動きの発達	p.30～35
8			
9		第5章 心理	p.36～41
10		第6章 栄養	p.42～47
11			
12		第7章 スポーツ医学	p.48～55
13			
14		第8章 女性とスポーツ	p.56～52
15			
16		第1～2章 まとめ	
17		第3～4章 まとめ	
18		第5～6章 まとめ	
19		第7～8章 まとめ	
20		第1章 確認試験	
21		第2章 確認試験	
22		第3章 確認試験	
23		第4章 確認試験	
24		第5章 確認試験	
25		第6章 確認試験	
26		第7章 確認試験	
27		第8章 確認試験	
28		総合試験①	
29		総合試験②	
30		総合試験③	

備考	
----	--

科目名	健康運動理論	担当講師	金子 修平
		実務経験	無
履修期間	前期	単位数	1
使用テキスト	公益財団法人 健康・体力づくり事業財団公認 健康運動実践指導者テキスト		
評価方法	出席、授業態度、期末試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	健康運動実践指導者試験合格に向けてテキスト内容を理解する。
到達目標	健康運動実践指導者試験合格のための理論を学ぶ。

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	ウォーミングアップの指導法、体験	p.129～136
	3	クールダウンの指導法、体験	p.136～140
	4	ストレッチングの指導法①、体験	p.141～146
	5	ストレッチングの指導法②、体験	p.147～150
	6	ウォーキング・ジョギングの指導法①	p.151～159
	7	ウォーキング・ジョギングの指導法②	p.160～168
	8	エアロビックダンス理論	p.169～177
	9	水泳・水中運動理論	p.178～186
	10	レジスタンストレーニングの指導法①	p.187～193
	11	レジスタンストレーニングの指導法②	p.194～198
	12	レジスタンストレーニングの指導法③	p.199～201
	13	運動プログラム作成上のポイント①	p.99～104
	14	運動プログラム作成上のポイント②	p.105～116
	15	まとめ	
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	トレーニング実技	担当講師	金子 修平
		実務経験	無
履修期間	後期	単位数	1
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	健康運動実践指導者の試験対策として、トレーニング名やマシンの名前、正しい動作を学ぶ。
到達目標	身体の部位のトレーニング方法が実践できる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目	
	1			
	2			
	3			
	4			
	5			
	6			
	7			
	8			
	9			
	10			
	11			
	12			
	13			
	14			
	15			
	16	マシントレーニングの使い方、体験①		
	17	マシントレーニングの使い方、体験②		
	18	バーベルを利用したトレーニング、体験①		
	19	バーベルを利用したトレーニング、体験②		
	20	バーベルを利用したトレーニング、体験③		
	21	ダンベルを利用したトレーニング、体験①		
	22	ダンベルを利用したトレーニング、体験②		
	23	ダンベルを利用したトレーニング、体験③		
	24	リクエストに応じたトレーニング紹介①		
	25	自重トレーニング、二人組で行うトレーニング紹介、体験①		
	26	自重トレーニング、二人組で行うトレーニング紹介、体験②		
	27	リクエストに応じたトレーニング紹介②		
	28	自重トレーニング(オンライン)		
	29	リクエストに応じたトレーニング紹介③		
	30	まとめ		

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	健康運動実践指導者筆記対策	担当講師	金子 修平
		実務経験	無
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	公益財団法人 健康・体力づくり事業財団公認 健康運動実践指導者テキスト、問題集		
評価方法	出席、授業態度、授業内課題		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	健康運動実践指導者試験合格のための対策を行う
到達目標	健康運動実践指導者試験に向けて、苦手な部分を理解・克服し合格を目指す。

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16	8章復習	
	17	6章復習	
	18	1章	
	19	2章	
	20	3章	
	21	4章	
	22	5章	
	23	7章	
	24	9章	
	25	対策プリント、解説・復習①	
	26	対策プリント、解説・復習②	
	27	対策プリント、解説・復習③	
	28	対策プリント、解説・復習④	
	29	対策プリント、解説・復習⑤	
	30	まとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	ピアノ演習 I	担当講師	鷲頭 麻子
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	8
使用テキスト	こどもと音楽表現 I (ピアノ)		
評価方法	実技試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	<ul style="list-style-type: none"> ・スクーリングのピアノ実技試験課題曲の習得 ・短大【こどもと音楽】のレポート作成に向けての音楽理論
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	ちょうちょう、バイエル60、11、16
	2	バイエル60左手、バイエル17、31	p.7~11
	3	バイエル60両手、バイエル18、30	~p.16
	4	バイエル45、50、29	p.17
	5	バイエル15、46、17ページ2曲	p.17~19
	6	バイエル55、61、60、90課題曲	p.19~
	7	ハ長音階、バイエル65、62	p.24
	8	ハ長音階、バイエル65、62	
	9	バイエル73、77	p.28
	10	バイエル85までのチェック	p.28~30
	11	ソルフェージュ1~10、20、26、バイエル62、73、77	
	12	バイエル85、メヌエット、移調	p.36
	13	ソルフェージュ、バイエル92までのチェック	p.35
	14	バイエル71~93まで各チェック	p.34~p.42
	15	バイエル71~93まで各チェック	p.34~p.42
	16	第2段階(弾き歌い)、コードネームについて	
	17	スクーリング課題① テキスト番号37	
	18	スクーリング課題① テキスト番号47の第1楽章	
	19	スクーリング課題② もみじ、冬景色、ふるさと	
	20	スクーリング課題② もみじ、冬景色、ふるさと	
	21	スクーリング課題③ どんぐりころころ、はをみがきましょう	
	22	スクーリング課題③ ふしぎなポケット、かたつむり	
	23	スクーリング課題③ 夕やけこやけ、富士山	
	24	第2段階 総合演習(まとめ)	
	25	第2段階 総合演習(まとめ)	
	26	第2段階 総合演習(まとめ)	
	27	スクーリング演習	
	28	スクーリング演習	
	29	スクーリング演習	
	30	スクーリング演習	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	ピアノ演習Ⅱ	担当講師	鷲頭 麻子
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	3
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度・提出物		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	演習を通して、指導計画の理解を深める
到達目標	演習を通して様々な指導内容を理解し学ぶ

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	弾きたい課題、うたう、楽曲p.10まで
	2	楽典、課題曲レッスン	
	3	楽典p.58、リズム、弾きたいの課題	
	4	弾きたい、各レッスン、こどものうたよりタやけこやけ	
	5	課題曲8曲レッスン	
	6	課題曲8曲レッスン、にじ、タやけこやけ	
	7	初見(視奏)練習、リハーサル形式の練習	
	8	初見、タやけこやけ、リハーサル	
	9	リズム打ち、初見、こどものうた2曲	
	10	観奏練習、こどものうたより タやけこやけ、ジブリ	
	11	初見、リハーサル形式の練習、こどものうたより各自	
	12	初見、リハーサル形式の練習、こどものうたより各自	
	13	リズムと初見、課題曲、こどものうたよりにじ、いつ何度でも	
	14	リズムと初見、課題曲、こどものうたよりにじ、いつ何度でも	
	15	試験	
	16	小学校クラブ活動における指導演習③	
	17	小学校クラブ活動における指導演習③	
	18	指導内容の評価:指導実習の振り返りとフィードバック	
	19	小学校クラブ活動における指導演習④	
	20	指導内容の評価:指導実習の振り返りとフィードバック	
	21	小学校クラブ活動における指導演習⑤	
	22	指導内容の評価:指導実習の振り返りとフィードバック	
	23	小学校クラブ活動における指導演習⑥	
	24	指導内容の評価:指導実習の振り返りとフィードバック	
	25	小学校クラブ活動における指導演習⑦	
	26	指導内容の評価:指導実習の振り返りとフィードバック	
	27	幼稚園での体力測定・運動指導演習①	
	28	幼稚園での体力測定・運動指導演習②	
	29	幼稚園での体力測定・運動指導演習③	
	30	次年度に向けてのまとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	スポーツ実技演習Ⅰ	担当講師	各担当教員
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	3
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度・提出物・実技試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	各種目の基本を学び習得する 各種目の指導を計画し、実施する
到達目標	各種目の指導計画、立案、実践ができるようになる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	ラグビー①
	2	ラグビー②	
	3	ラグビー③	
	4	陸上①	
	5	陸上②	
	6	陸上③	
	7	野球①	
	8	野球②	
	9	野球③	
	10	ダンス①	
	11	ダンス②	
	12	ダンス③	
	13	サッカー①	
	14	サッカー②	
	15	サッカー③	
	16	バレーボール①	
	17	バレーボール②	
	18	バレーボール③	
	19	バスケットボール①	
	20	バスケットボール②	
	21	バスケットボール③	
	22	卓球①	
	23	卓球②	
	24	卓球③	
	25	バトミントン①	
	26	バトミントン②	
	27	バトミントン③	
	28	コーディネーショントレーニング①	
	29	コーディネーショントレーニング②	
	30	コーディネーショントレーニング③	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	スポーツ実技演習Ⅱ	担当講師	各担当教員
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	3
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度・提出物・実技試験		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	各種目の基本を学び習得する 各種目の指導を計画し、実施する
到達目標	各種目の指導計画、立案、実践ができるようになる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	ラグビー①
	2	ラグビー②	
	3	ラグビー③	
	4	陸上①	
	5	陸上②	
	6	陸上③	
	7	野球①	
	8	野球②	
	9	野球③	
	10	ダンス①	
	11	ダンス②	
	12	ダンス③	
	13	サッカー①	
	14	サッカー②	
	15	サッカー③	
	16	バレーボール①	
	17	バレーボール②	
	18	バレーボール③	
	19	バスケットボール①	
	20	バスケットボール②	
	21	バスケットボール③	
	22	卓球①	
	23	卓球②	
	24	卓球③	
	25	バトミントン①	
	26	バトミントン②	
	27	バトミントン③	
	28	コーディネーショントレーニング①	
	29	コーディネーショントレーニング②	
	30	コーディネーショントレーニング③	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	キッズエクササイズ I	担当講師	窪田 知起
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠、授業態度、実技評価		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	音楽を通して体を動かすことの楽しさを知り、子ども達に身体表現(ダンス)の指導ができるようになる
到達目標	1曲の曲を振付、指導計画、実技指導ができるようになる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	リズムの取り方	
	3	音楽の種類、曲の選曲方法	
	4	年齢別指導法①	
	5	年齢別指導法②	
	6	年齢別指導法③	
	7	ダンス作成 選曲	
	8	ダンス作成 振付	
	9	ダンス作成 振付	
	10	ダンス作成 キューイング	
	11	ダンス作成 キューイング、反転	
	12	発表	
	13	ダンス指導法 年齢別	
	14	ダンス指導法 年齢別	
	15	まとめ、発表会	
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	体操実技演習 I	担当講師	長瀬 圭子
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	4
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠、授業態度、実技評価		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	基本的な身体の使い方、身体の仕組みを実技で習得する 器械体操の基本ができるようになる
到達目標	実技習得、補助ができるようになる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	ラジオ体操①
	2	ラジオ体操②	
	3	ラジオ体操③、柔軟運動の指導法	
	4	マット運動①	
	5	マット運動②、自重トレーニング①	
	6	マット運動③	
	7	マット運動④	
	8	アップの指導方法	
	9	ウォーミングアップの指導法①	
	10	ウォーミングアップの指導法②、自重トレーニング②	
	11	ウォーミングアップの指導法③	
	12	マット運動テスト	
	13	クールダウンの指導法①	
	14	クールダウンの指導法②、用具を使った運動法	
	15	クールダウンの指導法③	
	16	マット、鉄棒、ダンス、ストレッチ	
	17	ラジオ体操	
	18	ダンス②	
	19	ダンス③	
	20	マット、鉄棒②	
	21	マット、鉄棒③	
	22	マット、鉄棒④	
	23	マット、鉄棒⑤	
	24	ダンス④	
	25	ダンス⑤、ラジオ体操②	
	26	マット、ストレッチ	
	27	ダンス	
	28	実技試験①	
	29	実技試験②	
	30	実技試験③	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	運動プログラム	担当講師	長瀬 圭子
		実務経験	有
履修期間	前期	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・実技評価		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	<ul style="list-style-type: none"> ・見本としての身体の使い方、表現の仕方 ・マット、鉄棒の基本、補助 ・ウォーミングアップ、クーリングダウンのストレッチプログラムを学ぶ
到達目標	マット、鉄棒の見本、プログラムを組んで指導できるようになる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	昨年の復習①	
	3	昨年の復習②	
	4	マット実技、補助の方法①	
	5	マット実技、補助の方法②	
	6	マット実技、補助の方法③	
	7	鉄棒実技、補助の方法①	
	8	鉄棒実技、補助の方法②	
	9	鉄棒実技、補助の方法③	
	10	ストレッチ実技①	
	11	実技試験①	
	12	ストレッチ実技②	
	13	実技試験②	
	14	ストレッチ実技③	
	15	まとめ	
	16		
	17		
	18		
	19		
	20		
	21		
	22		
	23		
	24		
	25		
	26		
	27		
	28		
	29		
	30		

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	スポーツICT活用法	担当講師	横山 雅江 金子 修平
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	1年
対象コース			

科目概要	スポーツ・運動指導の現場で活用できる動画教材や環境構成の作成法を学ぶ
到達目標	5分程度のスポーツ活動の練習やゲームのルール説明動画を作成できる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16	オリエンテーション	
	17	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成①	
	18	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成②	
	19	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成③	
	20	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成①	
	21	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成②	
	22	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成③	
	23	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成④	
	24	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成⑤	
	25	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)①	
	26	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)②	
	27	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)③	
	28	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)④	
	29	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)⑤	
	30	まとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	デジタル運動指導法	担当講師	横山 雅江 金子 修平
		実務経験	有
履修期間	通年	単位数	4
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	スポーツ・運動指導の現場で活用できる動画教材や環境構成の作成法を学ぶ
到達目標	スポーツのルール説明動画、器械体操のお手本動画が作成できる

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	オリエンテーション
	2	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成①	
	3	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成②	
	4	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成③	
	5	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成①	
	6	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成②	
	7	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成③	
	8	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成④	
	9	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成⑤	
	10	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)①	
	11	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)②	
	12	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)③	
	13	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)④	
	14	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)⑤	
	15	まとめ	
	16	オリエンテーション	
	17	器械体操見本動画作成 鉄棒①	
	18	器械体操見本動画作成 鉄棒②	
	19	器械体操見本動画作成 鉄棒③	
	20	器械体操見本動画作成 鉄棒④	
	21	器械体操見本動画作成 鉄棒⑤	
	22	器械体操見本動画作成 マット運動①	
	23	器械体操見本動画作成 マット運動②	
	24	器械体操見本動画作成 マット運動③	
	25	器械体操見本動画作成 マット運動④	
	26	器械体操見本動画作成 跳び箱①	
	27	器械体操見本動画作成 跳び箱②	
	28	器械体操見本動画作成 跳び箱③	
	29	器械体操見本動画作成 跳び箱④	
	30	まとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	ジュニアコーチング論	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目	
		1		
		2		
		3		
		4		
		5		
		6		
		7		
		8		
		9		
		10		
		11		
		12		
		13		
		14		
		15		
	16	オリエンテーション		
	17	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成①		
	18	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成②		
	19	小学校クラブ活動の導入で行う種目の動画作成③		
	20	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成①		
	21	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成②		
	22	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成③		
	23	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成④		
	24	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成⑤		
	25	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)①		
	26	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)②		
	27	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)③		
	28	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)④		
	29	小学校クラブ活動のメイン活動のルール説明動画作成(2種目目)⑤		
	30	まとめ		

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	体育補助指導論	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	
到達目標	

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16	オリエンテーション	
	17	鉄棒補助法①	
	18	鉄棒補助法②	
	19	鉄棒補助法③	
	20	鉄棒補助法④	
	21	マット運動補助法①	
	22	マット運動補助法②	
	23	マット運動補助法③	
	24	マット運動補助法④	
	25	跳び箱補助法①	
	26	跳び箱補助法②	
	27	跳び箱補助法③	
	28	跳び箱補助法④	
	29	跳び箱補助法⑤	
	30	まとめ	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	スポーツ保育心理学	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度・提出物		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	スポーツ保育士に必要な知識・スキルを追求する。
到達目標	各自の課題解決に対して追求する。

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16	スポーツ保育士について①	
	17	スポーツ保育士について②	
	18	幼児期の運動①	
	19	幼児期の運動②	
	20	幼児期の成長①	
	21	幼児期の成長②	
	22	各自課題発見①	
	23	各自課題発見②	
	24	発表スライド作成①	
	25	発表スライド作成②	
	26	発表スライド作成③	
	27	発表スライド作成④	
	28	発表スライド作成⑤	
	29	研究発表①	
	30	研究発表②	

備考	対面授業のみ
----	--------

科目名	スポーツ保育研究	担当講師	横山 雅江
		実務経験	有
履修期間	後期	単位数	2
使用テキスト	なし		
評価方法	出欠・授業態度・提出物		

対象学科	スポーツ保育士学科	対象学年	2年
対象コース			

科目概要	スポーツ保育士に必要な知識・スキルを追求する。
到達目標	各自の課題解決に対して追求する。

科目内容	授業回	内容	テキストページ・項目
		1	
	2		
	3		
	4		
	5		
	6		
	7		
	8		
	9		
	10		
	11		
	12		
	13		
	14		
	15		
	16	スポーツ保育士について①	
	17	スポーツ保育士について②	
	18	幼児期の運動①	
	19	幼児期の運動②	
	20	幼児期の成長①	
	21	幼児期の成長②	
	22	各自課題発見①	
	23	各自課題発見②	
	24	発表スライド作成①	
	25	発表スライド作成②	
	26	発表スライド作成③	
	27	発表スライド作成④	
	28	発表スライド作成⑤	
	29	研究発表①	
	30	研究発表②	

備考	対面授業のみ
----	--------