

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|----------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スポーツ心理学 | 担当教官名 | 大庭 貴如 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | CPT,AT専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | カウンセリング | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 心理学に関する基礎知識から、スポーツ場面における様々な問題を心理学的に捉えます。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 現代社会とスポーツ | |
| | 2 | スポーツと人間形成1 | |
| | 3 | スポーツと人間形成2 | |
| | 4 | スポーツ・カウンセリング1 | |
| | 5 | スポーツ・カウンセリング2 | |
| | 6 | アスリートの内科的障害と対策 | |
| | 7 | リーダーとしての指導者 | |
| | 8 | チームに関わる心理的問題 | |
| | 9 | メンタルトレーニング① | |
| | 10 | メンタルトレーニング② | |
| | 11 | メンタルトレーニング③ | |
| | 12 | スポーツカウンセリング① | |
| | 13 | スポーツカウンセリング② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|------------------------------|---------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | 基礎栄養学 | 担当教官名 | 上萩環 |
| 対 象 学 生 | 1年生 | 履 修 学 期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 5大栄養素 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 健康の保持増進のための基本的な栄養学について習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 5大栄養素の役割 | |
| | 2 | 運動時のエネルギー供給系 | |
| | 3 | 運動時の栄養素の代謝と役割①(糖質、脂質) | |
| | 4 | 運動時の栄養素の代謝と役割②(たんぱく質) | |
| | 5 | 運動時の栄養素の代謝と役割③(ビタミン、ミネラル) | |
| | 6 | 水分補給 | |
| | 7 | トレーニングと食物摂取 | |
| | 8 | 試合期の食事 | |
| | 9 | 栄養障害の予防のための食事(貧血、低骨密度) | |
| | 10 | 女性アスリートの食事 | |
| | 11 | ウェイトコントロール(増量、減量) | |
| | 12 | 生活習慣病の予防と運動・栄養 | |
| | 13 | ジュニア選手の食事、高齢者の運動・栄養 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book、⑧スポーツ栄養学 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | ストレングス&コンディショニング理論演習Ⅰ | 担当教官名 | 渡辺 清二 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | レジスタンストレーニング ストレングストレーニング | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | レジスタンストレーニングにおける基礎的知識を学び、指導者として正しいレジスタンストレーニングのテクニックを演習を通して身に付け学びます。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション | |
| | 2 | トレーニングの原理原則(講義) | |
| | 3 | トレーニングを安全に行うために(講義) ベンチプレス・スクワットについての解説及び実技 | |
| | 4 | ベンチプレス・スクワット及びそれぞれの種目の発展等についての解説及び実技 | |
| | 5 | デッドリフト(ルーマニアンデッドリフト)についての解説及び実技 | |
| | 6 | デッドリフト(ルーマニアンデッドリフト)・ベントオーバーロウについて解説及び実技 | |
| | 7 | 実施済み種目についてのまとめ(講義) | |
| | 8 | 体幹トレーニングについて解説及び実技 | |
| | 9 | 体幹トレーニングについて解説及び実技 | |
| | 10 | 肩部トレーニングの解説及び実技 | |
| | 11 | 片側種目について解説及び実技 | |
| | 12 | 片側種目について解説及び実技 | |
| | 13 | 複数種目の組み合わせについての解説及び実技 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 機能解剖についてトレーニング種目との関連を考慮して学習する。 | | |
| 教科書・教材等 | プリントを配布 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|------------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | エアロビックダンス I | 担当教官名 | 岡部 智美 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | エアロビクス、有酸素運動、健康体操、健康・体力づくり、リズム運動 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 有酸素運動の代表であるエアロビックダンスの基礎知識から技術までを演習を通じて習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | エアロビクスとは(歴史や成り立ち) | |
| | 2 | 音取り、キューイングとは? | |
| | 3 | ベースプログラムの習慣と指導練習 ローインパクト | |
| | 4 | | |
| | 5 | ベースプログラムの習慣と指導練習と確認 ミドルインパクト | |
| | 6 | キューイングの種類・指導 | |
| | 7 | 強度変換とプログラム作成 | |
| | 8 | プログラム1の発表とプログラム2の作成 | |
| | 9 | プログラム2の発表とキューイング練習 | |
| | 10 | w-UP・ダイナミックストレッチ | |
| | 11 | 課題発表・練習 | |
| | 12 | 課題練習 | |
| | 13 | 定期試験 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 健康運動実践指導者養成用テキスト、ADBI・ADIの為のエアロビックダンスエクササイズ指導理論《(公社)日本フィットネス協会 出版》 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|------------------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | レクリエーション理論演習 I | 担当教官名 | 山本 満佐子 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 人が交流する職場や学校での野外活動等に必要とされるレクリエーションスキルについて基礎から習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | コミュニケーションワーク① | |
| | 2 | コミュニケーションワーク② アイスブレイキングとそのプログラム | |
| | 3 | グループ演習のためのプログラム計画 | |
| | 4 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習① | |
| | 5 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習② | |
| | 6 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習③ | |
| | 7 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習④ | |
| | 8 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑤ | |
| | 9 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑥ | |
| | 10 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑦ | |
| | 11 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑧ | |
| | 12 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑨ | |
| | 13 | 集団レクリエーションのまとめ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ジュニアスポーツ指導員テキスト、レクリエーションインストラクターテキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|---|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | 水中運動 | 担当教官名 | 大西城太郎 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 健康・体づくり、水の特性、4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)、水中ウォーキング、水中レジスタンス運動、アクアビクス、ウォーキング、ジョギング、フォーム | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 水中運動の特性を理解するとともに、4泳法からアクアビクス、水上安全法まで演習を通じて広く習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション・泳力調査 | |
| | 2 | 基礎水上安全法 | |
| | 3 | 基礎理論 ～水の特性・水中運動の効果、強度の設定等～ | |
| | 4 | クロール | |
| | 5 | クロール | |
| | 6 | 背泳ぎ | |
| | 7 | 平泳ぎ | |
| | 8 | 平泳ぎ | |
| | 9 | バタフライ | |
| | 10 | 水中運動について | |
| | 11 | ウォーキング(陸上運動)～特性と運動効果、エネルギー消費量～ ウォーキング実技指導① | |
| | 12 | ウォーキング実技指導② | |
| | 13 | ジョギング(陸上運動)～特性と運動効果、エネルギー消費量～ ジョギング実技指導① | |
| | 14 | ジョギング実技指導② | |
| | 15 | 定期試験 | |
| 準備学習 | テキストを参考に、各種目のフォームについて理解しておくこと | | |
| 教科書・教材等 | 健康運動実践指導者養成用テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | テーピング基礎 | 担当教官名 | 新川 豪輝 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | テーピングについての基礎知識からその方法までを実技を通じて習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | テーピングとは～総論～ | |
| | 2 | 足部:アーチのテーピング1, 2 | |
| | 3 | 足部:母趾、踵部のテーピング | |
| | 4 | 足関節捻挫に対するテーピング(基本のテーピング)① | |
| | 5 | 足関節捻挫に対するテーピング(基本のテーピング)② | |
| | 6 | 足関節捻挫に対するテーピング(基本のテーピング)③ | |
| | 7 | 足関節捻挫に対するテーピング(基本のテーピング)④ | |
| | 8 | 足関節捻挫に対するテーピング(伸縮テープを併用した方法) | |
| | 9 | 足関節捻挫に対するテーピング(クローズド・バスケットウィーブ) | |
| | 10 | 足関節捻挫に対するテーピング(オープン・バスケットウィーブ) | |
| | 11 | 足関節のテーピング(底屈制限、背屈制限) | |
| | 12 | アキレス腱のテーピング、シンスプリントのテーピング1, 2 | |
| | 13 | 下腿部肉離れに対するテーピング、大腿部肉離れ、打撲に対するテーピング | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑥予防とコンディショニング | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
|-----------------------------|---|---------------------------|--------|
| 授業科目名 | コンディショニング理論演習 I | 担当教官名 | 溝口 英二 |
| 対 象 学 生 | 1年生 | 履 修 学 期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | ストレッチング | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | セルフストレッチとパートナーストレッチの基礎知識からその方法までを実技を通じて習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ストレッチングの目的 | |
| | 2 | ストレッチングの基礎知識 | |
| | 3 | ストレッチングの種類と特徴 | |
| | 4 | ストレッチングの使い分け | |
| | 5 | スポーツ傷害とストレッチング | |
| | 6 | スタティックストレッチングの実際～頸部・肩～ | |
| | 7 | スタティックストレッチングの実際～上腕・前腕～ | |
| | 8 | スタティックストレッチングの実際～腰背部・股関節～ | |
| | 9 | スタティックストレッチングの実際～大腿部・下肢～ | |
| | 10 | ストレッチングの指導法① | |
| | 11 | ストレッチングの指導法② | |
| | 12 | 動的ストレッチング① | |
| | 13 | 動的ストレッチング② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑥予防とコンディショニング | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | スポーツバイオメカニクス | 担当教官名 | 平岡 義光 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 力、伝達、動作分析 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 生物の構造や運動を力学的に捉え、ヒトの身体における構造、筋、神経、力学的な基礎について習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | バイオメカニクスとは | |
| | 2 | 筋の内部構造と筋収縮について | |
| | 3 | 筋力とその伝達について | |
| | 4 | 運動の調整機構について | |
| | 5 | 運動と力学の法則について | |
| | 6 | 高く跳ぶ動作への応用 | |
| | 7 | 遠くへ跳ぶ動作への応用 | |
| | 8 | 歩く、走る動作への応用について① | |
| | 9 | 歩く、走る動作への応用について② | |
| | 10 | 打つ動作への応用について | |
| | 11 | 蹴る動作への応用について | |
| | 12 | 泳ぐ動作への応用について① | |
| | 13 | 泳ぐ動作への応用について② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | やさしいスポーツバイオメカニクス、⑤検査・測定と評価 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|----------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | 基礎医学 | 担当教官名 | 森 宜裕 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | グッドコーチに求められる医・科学的知識 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | スポーツ現場で好発する整形外科的傷害や内科的障害について学び、その救急処置や予防法、リハビリテーションなどの基礎を学びます。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | スポーツと健康 | |
| | 2 | アスリートの内科的障害と対策 | |
| | 3 | 女性アスリートの障害と対策 | |
| | 4 | スポーツによる精神障害と対策 | |
| | 5 | 外傷・障害の予防 | |
| | 6 | 救急処置(救急蘇生法)① | |
| | 7 | 救急処置(救急蘇生法)② | |
| | 8 | 救急処置(外科的応急処置)① | |
| | 9 | 救急処置(外科的応急処置)② | |
| | 10 | 救急処置(外科的応急処置)③ | |
| | 11 | アンチ・ドーピング① | |
| | 12 | アンチ・ドーピング② | |
| | 13 | 障がい者スポーツ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|--------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | 機能的解剖学 I | 担当教官名 | 内藤 誠二 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 筋、骨格 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 人体の構造や生理学的仕組みについて筋・骨格系を中心に基礎を理解し、人体構造の知識を元に、機能的側面から捉え、筋・骨格系、関節の動きについて習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 人体の構造と機能、細胞 | |
| | 2 | 細胞組織 | |
| | 3 | 骨格系 | |
| | 4 | 各関節の構造と名称 | |
| | 5 | 筋系:筋の形、機能、名称 | |
| | 6 | 大脳生理 | |
| | 7 | 記憶と意識 | |
| | 8 | 感覚器系 | |
| | 9 | 内分泌系 | |
| | 10 | 消化器系 | |
| | 11 | 循環器系 | |
| | 12 | 泌尿器系 | |
| | 13 | 生体リズム | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 運動器の解剖と機能 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | スポーツ生理学 I | 担当教官名 | 西岡 大輔 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | エネルギー供給機構 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 生理学や解剖学を基礎とし、運動時によって生じる身体の変化や適応、また運動効果等について基礎から習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 運動生理学について | |
| | 2 | 生理学の基礎 | |
| | 3 | 運動器の仕組みと働き① | |
| | 4 | 運動器の仕組みと働き② | |
| | 5 | 運動器の仕組みと働き③ | |
| | 6 | 呼吸器系の仕組みと働き① | |
| | 7 | 呼吸器系の仕組みと働き② | |
| | 8 | 循環器系の仕組みと働き① | |
| | 9 | 循環器系の仕組みと働き② | |
| | 10 | エネルギー供給システム① | |
| | 11 | エネルギー供給システム② | |
| | 12 | スポーツバイオメカニクスの基礎① | |
| | 13 | スポーツバイオメカニクスの基礎② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
|-----------------------------|--|------------------------------|----------|
| 授業科目名 | スポーツ科学総合演習 | 担当教官名 | 各担任 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 栄養学、心理学、社会学など、スポーツ分野における総合的な基礎的知識を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 動機づけ、メンタルマネジメント | 心理学 |
| | 2 | 運動感覚、運動学習、フィードバック、イメージトレーニング | |
| | 3 | あがり、プレッシャー、スランプについて | |
| | 4 | 心理的コンディショニング | |
| | 5 | 5大栄養素の役割と特徴 | 栄養学 |
| | 6 | アスリートの栄養摂取の考え方、サプリメント | |
| | 7 | 水分補給 | |
| | 8 | 栄養・食事計画の立案 | 社会学 |
| | 9 | スポーツ組織の持続可能性、「目的」「補完」のマネジメント | |
| | 10 | スポーツ少年団 | |
| | 11 | 総合型地域スポーツクラブ | |
| | 12 | スポーツ組織の特性 | |
| | 13 | スポーツバイオメカニクスとは | バイオメカニクス |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|--------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | コーチング論 I | 担当教官名 | 加藤 雅也 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | コーチングを理解しよう | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 指導者としてのコーチングのあり方や知識、スキルを習得するための知識を幅広く習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | コーチングとコーチを定義する | |
| | 2 | グッドプレーヤーを育てるグッドコーチ | |
| | 3 | コーチングの目的としての4C's | |
| | 4 | プレーヤーズセンタードなコーチング | |
| | 5 | JSPOスポーツ指導者が負う責任と求められる役割 | |
| | 6 | コーチの果たすべき役割 | |
| | 7 | コーチに求められる知識とスキル | |
| | 8 | 対他者力を磨こう | |
| | 9 | コミュニケーションスキル | |
| | 10 | リーダーシップスキル | |
| | 11 | プレゼンテーションスキル | |
| | 12 | ファシリテーションスキル | |
| | 13 | その他の対他者スキル | |
| | 14 | | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|--|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 基礎分野 |
| 授業科目名 | 情報技術 I | 担当教官名 | 新子 広美 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | ITリテラシー, 文書作成・計算処理, データ分析, 数値の可視化, プレゼンテーション | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | AIの台頭により大きな転換期を迎える今, 分析力・創造力を備えた人材が必要とされている。講義では「何がしたいのか」⇒「そのためにはどの機能が必要か」の発想で授業を進める。また, 操作性の向上と分析を目的としたキータッチ測定を毎回実施する。アプリケーションごとの到達目標は以下のとおりである。●Word・・・①表や図形を適切に配置した効果的かつ常識的な文書作成ができる②レポート・論文作成のツールを知り引用などを正しく活用できる●Excel・・・①関数を含む計算式を設定した作表ができる ②グラフを用いた数値の可視化ができる ③レポートや論文のエビデンスとなるデータ分析を正確に行い, 分析結果から考察を導き出すことができる●PowerPoint・・・①Excelの分析結果などのデータを用いて構成力・表現力のあるスライド作成ができる ②数値的根拠に基づいた訴求力のあるプレゼンテーションができる実務経験: 20年以上大学や企業などでICT教育に携わる。大学等でデータの統計解析を教える。修士(都市情報学)。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 1. 授業概要・入力操作 | |
| | 2 | 2. Word文書の体裁①文字書式 | |
| | 3 | 3. Word文章の体裁②段落書式 | |
| | 4 | 4. Word定型文書と印刷設定 | |
| | 5 | 5. Wordグラフィック①描画・画像編集 | |
| | 6 | 6. Wordグラフィック②表作成と編集 | |
| | 7 | 7. Word総合復習問題 | |
| | 8 | 8. Word応用①データ連携(差込印刷) | |
| | 9 | 9. Word応用②レポート・論文のための機能(脚注・目次・図表番号・文献管理) | |
| | 10 | 10. Excel基本①表作成・書式 | |
| | 11 | 11. Excel基本②四則演算・基礎関数 | |
| | 12 | 12. Excel基本③絶対指定・応用関数 | |
| | 13 | 13. Excelグラフ①各種グラフ・編集 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | ・授業前までにPCでTeamsのログイン確認をしておくこと。・不定期に小テストを実施します。解説を聞いた上で理解不足の部分は次回授業までに見直しをしておくこと。 | | |
| 教科書・教材等 | ・Word2021&Excel2021&PowerPoint2021・必要に応じてデータまたは紙資料を配布します | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | ・Word2021&Excel2021&PowerPoint2021・必要に応じてデータまたは紙資料を配布します | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 授業ではほぼ毎回演習問題を提示します。具体的な課題に取り組みながら知識と実践的なスキルを身に付けましょう。・個人でデータ保存が必要な場合はUSB持参のこと・質問は演習時間中に受け付ける | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|----------------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 基礎分野 |
| 授業科目名 | 就職対策Ⅰ | 担当教官名 | 各担任 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 社会人に向けた準備をしよう！ | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | スポーツ業界や好きなことを仕事にしていくうえで必要なことを身につけていく | | |
| 講義計画・内容 | 1 | クラスノームの作成 | |
| | 2 | コース専攻の説明 | |
| | 3 | クラス委員の決定 | |
| | 4 | 学科スポーツ大会に向けて① | |
| | 5 | 各クラスごと取り組み/医健祭準備① | |
| | 6 | 医健祭準備② | |
| | 7 | 力試し①/医健祭準備③ | |
| | 8 | 医健祭準備④ | |
| | 9 | 各クラスごと取り組み(ポートフォリオ他) | |
| | 10 | マナー研修 | |
| | 11 | スポーツ業界の認識講和 | |
| | 12 | 夏休み中にやっておきたいこと/コース専攻変更について | |
| | 13 | 力試し②/ロケット? | |
| | 14 | 後期エントリーについて | |
| | 15 | 前期ふりかえり | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | スポーツ業界就職に向けてホスピタリティ・知識・マナー等を身につけていきましょう | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|--------------------|-------------------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 基礎分野 |
| 授業科目名 | 英会話 I | 担当教官名 | Gabriel Rodriguez |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 基礎英語力の向上 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>本授業では基礎英会話力を向上させることを目的としている。主に高校時代に既に学んだ英語の知識の復習と英語のみで書かれたテキスト、ネイティブの講師による指導を通して生の英語に触れ、慣れ親しむ。また限られた範疇で、また特定の場面において話す能力を少しでも発達させることをねらいとしている。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | イントロダクション、初対面のあいさつ | |
| | 2 | 自己紹介、他己紹介 | |
| | 3 | 世間話の会話 | |
| | 4 | 好き・嫌い等好みに付いて | |
| | 5 | 意見を述べる、尋ねる | |
| | 6 | これまでの復習 | |
| | 7 | 家族についての表現 | |
| | 8 | 性格について | |
| | 9 | 人を褒める、褒められた時の返し | |
| | 10 | 日々の生活習慣について | |
| | 11 | 追加の質問について(会話の継続) | |
| | 12 | 順序についての表現 | |
| | 13 | 総復習 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 高校までに習った英語の復習を行う。 | | |
| 教科書・教材等 | Speak Now! 1 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | <p>受身の姿勢ではなく、自分から発信し、積極的な姿勢で授業に参加してください。英語を楽しく学びましょう。分からない時は遠慮せずに先生に質問してください。</p> | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|--|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | トレーナー論 | 担当教官名 | 平岡 義光 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | AT専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アスレティックトレーナーとしての役割を理解し、活用できるための知識を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 日本体育協会スポーツ指導者・アスレティックトレーナー養成事業について | |
| | 2 | わが国のアスレティックトレーナーの歴史について 諸学国のトレーナーについて | |
| | 3 | アスレティックトレーナーの任務と役割について | |
| | 4 | アスレティックトレーナーの具体的な業務内容について | |
| | 5 | サポートスタッフ、メディカルスタッフの構成メンバーとその役割について | |
| | 6 | コーチの役割と連携・協力の重要性や方法等 | |
| | 7 | スポーツドクターの役割と連携・協力の重要性や方法等 | |
| | 8 | スポーツ組織とその運営について | |
| | 9 | アスレティックトレーナー組織とその運営について | |
| | 10 | 健康管理の必要性とその方法について | |
| | 11 | アスレティックトレーナーとその法的諸問題について | |
| | 12 | アスレティックトレーナーの社会的立場と貢献について | |
| | 13 | アスレティックトレーナーの倫理について | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ①アスレティックトレーナーの役割 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|--|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アスレティックリハビリテーション I | 担当教官名 | 片淵 建 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | AT専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アスレティックリハビリテーションに関する基礎的な理解から応用までを演習を通して、技術を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 肩の解剖学的運動の理解と実演 | |
| | 2 | 肩の機能解剖についての理解と説明 肩の障害とリハビリテーションについて | |
| | 3 | 肩のROM測定・基本軸・異動軸の理解と測定、肩のMMT、主動作筋について | |
| | 4 | 肩のリハビリテーションについての総合的理解とまとめ | |
| | 5 | 肘の機能解剖の理解と説明 肘の運動療法について | |
| | 6 | 肘のROM測定、肘の伸展・屈曲のMMT | |
| | 7 | 股関節の機能解剖について① | |
| | 8 | 股関節機能解剖について② | |
| | 9 | 膝関節機能解剖について① | |
| | 10 | 膝関節機能解剖について② | |
| | 11 | 足関節・足部機能解剖について | |
| | 12 | 足関節のROM測定 | |
| | 13 | 足関節伸展・屈曲のMMT | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ①アスレティックリハビリテーション | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|-----------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スポーツ医学Ⅰ | 担当教官名 | 森 宜裕 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | AT専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 指導者として理解しておきたいスポーツ医学に関する基礎知識を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 運動器の解剖と機能概論 | |
| | 2 | 上肢のスポーツ外傷・障害について | |
| | 3 | 上肢のスポーツ外傷・障害の病態 | |
| | 4 | 上肢のスポーツ外傷・障害の発生機序について | |
| | 5 | 上肢のスポーツ外傷・障害の診断方法 | |
| | 6 | 上肢のスポーツ外傷・障害の画像診断 | |
| | 7 | 上肢のスポーツ外傷・障害の徒手検査 | |
| | 8 | 体幹のスポーツ外傷・障害について | |
| | 9 | 体幹のスポーツ外傷・障害の病態 | |
| | 10 | 体幹のスポーツ外傷・障害の発生機序について | |
| | 11 | 体幹のスポーツ外傷・障害の診断方法 | |
| | 12 | 体幹のスポーツ外傷・障害の画像診断 | |
| | 13 | 体幹のスポーツ外傷・障害の徒手検査 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ③スポーツ外傷と障害の基礎知識 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-----------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | テーピング応用 | 担当教官名 | 新川 豪輝 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | AT専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 多種多様なテープを使用し、様々な部位や傷害別に対応できるよう、実践を通じて習得します | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 膝関節内側側副靭帯損傷に対するテーピング | |
| | 2 | 膝関節外側側副靭帯損傷に対するテーピング | |
| | 3 | 膝関節前十字靭帯損傷に対するテーピング① | |
| | 4 | 膝関節前十字靭帯損傷に対するテーピング② | |
| | 5 | 股関節のテーピング1, 2 | |
| | 6 | 腰部のテーピング、腸骨稜打撲、肋軟骨分離に対するテーピング | |
| | 7 | 肩鎖関節捻挫、肩関節反復性前方脱臼に対するテーピング | |
| | 8 | 肘関節内側側副靭帯損傷、過伸展捻挫に対するテーピング | |
| | 9 | 手関節捻挫に対するテーピング1, 2、前腕回内・外制限のテーピング | |
| | 10 | 母指MP関節のテーピング1, 2, 3, 4 | |
| | 11 | 中指MP関節、PIP関節、DIP関節のテーピング | |
| | 12 | 競技種目別テーピング① | |
| | 13 | 競技種目別テーピング② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑥予防とコンディショニング | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--------------------------------|------------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スポーツ栄養学 | 担当教官名 | 加藤 めぐみ |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | AT専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 競技力向上や健康の保持増進のための栄養学について習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | スポーツ栄養サポートとは | |
| | 2 | アスリートの身体組成、からだ作りとウェイトコントロール① | |
| | 3 | アスリートの身体組成、からだ作りとウェイトコントロール② | |
| | 4 | アスリートの身体組成、からだ作りとウェイトコントロール③ | |
| | 5 | トレーニングスケジュール、競技特性と食事① | |
| | 6 | トレーニングスケジュール、競技特性と食事② | |
| | 7 | 栄養欠陥に基づく疾病と対策① | |
| | 8 | 栄養欠陥に基づく疾病と対策② | |
| | 9 | 期分けによる食事について① | |
| | 10 | 期分けによる食事について② | |
| | 11 | サプリメントと栄養エルゴジェニック① | |
| | 12 | サプリメントと栄養エルゴジェニック② | |
| | 13 | アスリートの栄養指導、栄養教育の実際 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑧スポーツ栄養学 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|--------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | ストレングス&コンディショニング理論演習Ⅱ | 担当教官名 | 渡辺 清二 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | CPT必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | レジスタンストレーニング ストレングストレーニング コレクティブエクササイズ | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ガイダンス | |
| | 2 | ベンチプレス及び発展種目についての解説及び実技 | |
| | 3 | スクワット及び発展種目についての解説及び実技 | |
| | 4 | ベントオーバーロウ及び発展種目についての解説及び実技 | |
| | 5 | デッドリフト及び発展種目についての解説及び実技 | |
| | 6 | ファンクショナルな動作およびコレクティブエクササイズについて | |
| | 7 | ファンクショナルな動作およびコレクティブエクササイズについて | |
| | 8 | 移動を伴う重量負荷種目についての解説及び実技 | |
| | 9 | 体幹トレーニングについて解説及び実技 | |
| | 10 | 体幹トレーニングについて解説及び実技 | |
| | 11 | 1時間のトレーニングセッションを体感 | |
| | 12 | 1時間のトレーニングセッションについての解説 | |
| | 13 | 1対複数人に対してのトレーニング指導演習 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 前期S&C1の復習および機能解剖についてトレーニング種目との関連を考慮して学習する。 | | |
| 教科書・教材等 | プリントを配布します。 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 演習 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 最終的な目標はトレーニングが指導できることです。トレーニングが出来る事は指導をする際にとっても重要です。 またトレーニング指導の際には人の動作を評価・理解しようとする事が不可欠です。自身のトレーニングで完結せずに周囲の人の動きを見て考える習慣をつけましょう。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | レクリエーション理論演習Ⅱ | 担当教官名 | 山本 満佐子 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要及び到達目標 | レクリエーションについて指導できる知識と技術を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | コミュニケーションワーク① | |
| | 2 | コミュニケーションワーク② アイスブレイキングとそのプログラム | |
| | 3 | グループ演習のためのプログラム計画 | |
| | 4 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習① | |
| | 5 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習② | |
| | 6 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習③ | |
| | 7 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習④ | |
| | 8 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑤ | |
| | 9 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑥ | |
| | 10 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑦ | |
| | 11 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑧ | |
| | 12 | コミュニケーションワーク 集団レクリエーション グループ演習⑨ | |
| | 13 | 集団レクリエーションのまとめ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | レクリエーションについて指導できる知識と技術を習得します。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | エアロビックダンスⅡ | 担当教官名 | 岡部 智美 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | エアロピクス、有酸素運動、健康体操、健康・体力づくり、リズム運動 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 有酸素運動であるエアロビックダンスの基礎知識を元に、①エクササイズプログラム作成の仕組みや注意点を学ぶ。また、プログラムを実際に作成し、実演能力を習得する。②指導者としての立ち居振舞いやコミュニケーション取りについて学ぶ。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ガイダンス(到達目標と授業内容の確認)と前期内容(基礎)の復習 | |
| | 2 | (演習)プログラム作成の仕組み(フリースタイル)、ショートレッスン | |
| | 3 | (演習)プログラム作成、実技発表(グループ) | |
| | 4 | (演習)プログラム作成の仕組み(コンビネーション)、ショートレッスン | |
| | 5 | 演習)プログラム作成、実技発表(グループ) | |
| | 6 | (演習)プログラム"展開"とは、ショートレッスン | |
| | 7 | (演習)プログラム"展開"についてグループワーク及び、発表 | |
| | 8 | 有酸素運動が与える身体への効果について、有酸素運動の有意義性について | |
| | 9 | (演習)ウォーミングアップメニューの考案 | |
| | 10 | (演習)クールダウンメニューの考案 | |
| | 11 | 後期 実技テストプログラムの作成・練習 | |
| | 12 | 実技テスト練習 | |
| | 13 | 実技実演指導(テスト) | |
| | 14 | 実技実演指導(テスト) | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 健康運動実践指導者養成用テキスト、ADBI・ADIの為のエアロビックダンスエクササイズ指導理論《(公社)日本フィットネス協会 出版》 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|----------------------------|--|--------------------------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スタジオエクササイズ | 担当教官名 | 芳賀明子 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | スタジオエクササイズ、体力の維持・増進、フィットネス、レッスン | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 各種エクササイズについて器具の扱い方やエクササイズ法、留意点などを演習を通し理解し、対象者の状況や要望に合わせたエクササイズの提案・実施を行えるよう体得する。また、エクササイズプログラムの立案に繋げるためのエクササイズ配列について学ぶ。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション(種類や活用場面等、指導の際に求められるものについて) | |
| | 2 | 自重トレーニング | |
| | 3 | ストレッチング | |
| | 4 | トレーニングチューブ、トレーニングバンド(下肢) | |
| | 5 | トレーニングチューブ、トレーニングバンド(上肢・体幹) | |
| | 6 | バランスボール① | |
| | 7 | バランスボール② | |
| | 8 | ソフトギムニク① | |
| | 9 | ソフトギムニク② | |
| | 10 | ストレッチポール(ベーシックセブン) | |
| | 11 | 筆記試験(各エクササイズの留意点やポイントについて)・実技練習 | |
| | 12 | 筆記試験返却・実技試験練習(グループごと) | |
| | 13 | 実技試験① | |
| | 14 | 実技試験② | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 資料を配布 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての留意点) | 高齢者介護や病後の運動指導の現場では、それぞれの疾患や病態に関する知識を学修することは重要です。本講義は介護や運動指導に必要な知識だけでなく、実際に、運動生理学的根拠に基づいた海外の情報を含めた最新の運動療法に関する内容を講義したいと考えています。将来、それぞれの現場で有用な知識と指導法を積極的に学んで下さい。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|------------------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 運動療法理論演習 | 担当教官名 | 藤原 寛 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 運動療法・基礎疾患・疾病予防・リハビリテーション | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>現代社会における真の休養とは、身体を休めることではなく、逆に積極的に身体を動かし、体力水準を高めなければならないことを示唆するものと考えられる。よってQOL向上のための健康づくりは、運動・栄養・休養から運動・栄養・積極的かつ健康的な生活習慣への意識改革が必要である。病後の体力回復や再発の防止、関連疾患の併発とともに、リハビリテーションを実施するための留意点などを学修することが必要となる。本講義では、臨床現場で取り組んできた生活習慣や肥満を源流とした疾患患者のリハビリテーション指導を通して得られた知見や経験をベースとして、運動療法についての基礎知識から、手技まで幅広く実践できる能力を学修することを目的とする。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 身体活動の疾患要望効果とその背景 | |
| | 2 | 生理学的観点からみたQOL向上のための運動療法 | |
| | 3 | 運動プログラムとその標準的な運動療法の実践 | |
| | 4 | 代謝機能の観点からみた生活習慣病の運動療法 | |
| | 5 | 運動療法の実際Ⅰ(虚血性心疾患と心臓リハビリテーション) | |
| | 6 | 運動療法の実際Ⅱ(高血圧症) | |
| | 7 | 運動療法の実際Ⅲ(呼吸器系疾患) | |
| | 8 | 運動療法の実際Ⅳ(肥満症・糖尿病) | |
| | 9 | 運動療法の実際Ⅴ(糖尿病・脂質異常症) | |
| | 10 | 運動療法の実際Ⅵ(神経系疾患・精神障害) | |
| | 11 | 運動療法の実際Ⅶ(整形外科的疾患) | |
| | 12 | 慢性疾患に対する運動療法の実際 | |
| | 13 | 高齢者が自立するための運動療法 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | <p>毎回、配布されたプリントをファイルして復習してください。 講義内容をインターネットなどで検索して事前学習しておくことが有効です。</p> | | |
| 教科書・教材等 | <p>主な基礎疾患ごとの運動療法に関するプリントを毎回配布します。</p> | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | <p>講義・スライド・医療機器による測定</p> | | |
| 成績評価の方法 | <p>定期試験70% 出席20% 平常10%</p> | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | <p>運動療法についての基礎知識から、実際に行われている手技まで幅広く習得します。</p> | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|----------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 健康支援演習Ⅰ | 担当教官名 | 山本 孝 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 運動処方 運動指導 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | <p>病院や健康増進施設、老人保健施設には、多様な健康状態の方、様々な目的を有する方が来られます。そんな方々に、しっかりと対応し、満足いただける運動指導が行えるよう、下記の内容に留意し講義を進める。</p> <p>①疾患の理解と、運動処方ができる。 ②対象者の行動ステージやニーズに合わせた運動の提案ができる。 ③個別や集団など環境の違いに合わせた運動指導ができる。</p> <p>実務者経験；1994年より今に至るまで、病院、医師会、介護予防施設、老人保健施設、保健センター、企業の労働組合や健保組合、フィットネスクラブ、カルチャースクール、プロスポーツ選手指導など、多岐なフィールドで運動指導に従事。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | アイスブレイクと就労希望調査 | |
| | 2 | 運動種目別指導 | |
| | 3 | 同上(ストレッチング) | |
| | 4 | 同上(筋力トレーニング) | |
| | 5 | 同上(レクリエーション) | |
| | 6 | 同上(リズム体操) | |
| | 7 | 病理別運動指導 | |
| | 8 | 同上(上半身外科疾患) | |
| | 9 | 同上(下半身外科疾患) | |
| | 10 | 同上(内科疾患) | |
| | 11 | 年齢別運動指導 | |
| | 12 | 同上(幼児) | |
| | 13 | 同上(中高齢者) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | 解説、質疑応答 | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|--|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | リラクゼーション法 | 担当教官名 | 鳴海 朱希 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 精油が心身に作用するメカニズム。精油の作用を理解する。施術 ケア、癒しのプログラム | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>リラクゼーション演習では、16種類の精油作用を理解し、精油のブレンド(かけ合わせ)を用いて、身体にトリートメント(施術)する。 下記に示す内容を目標に講義をすすめる。 ①精油別の作用を理解する。取扱いを理解する。精油のブレンド力を高める。 ②精油を用いてフィジカル面やメンタル面のケアに役立てる事ができる。 ③フィジカル、メンタルの両面に働きかけるメカニズムを説明できる。</p> <p>《実務経験》2006年～2011年リラクゼーションサロン勤務、 2013年～2014年アロマスクール講師、営業、2010年～京都医健専門学校非常勤講師 2011年～アロマプライベートサロン自営、2021～和精油SHUの製造、販売</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | アロマセラピーの定義、近年のアロマセラピーのひろがり、スポーツとアロマセラピー精油の定義、スポーツアロマでよく使う精油学各論(イランイラン)オリエンテーション | |
| | 2 | 自律神経について、精油の性質、精油の定義、精油の選び方、精油を安全に使う為に、注意すべき対象者、注意すべき精油、精油のもたらす様々な作用 | |
| | 3 | アロマセラピーの利用法、精油の製造法、香り成分の働き、精油の原産地のかかえる問題、精油学各論(オレンジ、グレープフルーツ、) | |
| | 4 | 数千年にわたる歴史、アロマセラピーを楽しむうえで知っておきたい法律、キャリアオイルについて、三大神経伝達物質とホルモン、精油が心身に伝わるメカニズム | |
| | 5 | オキシトシンに好影響をもたらすC触覚繊維、精油が心身に伝わるしくみ、希釈濃度について、精油学各論(ペパーミント、ベルガモット、ユーカリ、ラベンダー) 実習(ハンドトリートメント) | |
| | 6 | 実習(基本手技)、精油学各論(レモン、レモングラス、ローズマリー、クラリセージ) | |
| | 7 | 実習(下肢後面) | |
| | 8 | 実習(下肢前面) | |
| | 9 | 実習(背面) | |
| | 10 | 実習(背面) | |
| | 11 | 実習(上腕、前腕、手指) | |
| | 12 | 実習(デコルテ、ヘッド) | |
| | 13 | 実習(全身)、テスト対策 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 精油の特徴的性質、精油の禁忌事項を理解し、実技へ取り組む | | |
| 教科書・教材等 | プリント40頁 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義、実習 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 精油の作用を理解し、クライアントに適したブレンドオイルを作成する。 クライアントに適したブレンドオイルで施術することによって効果があることを理解し、実践で使えるように伝えたい。 メンタル面、フィジカル面の両面にアプローチできることを理解し実践で活用できるようにしたい。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|------------------------------|---|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | クラブ経営論 I | 担当教官名 | 0 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | アシスタントマネージャー必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | クラブ経営に必要な視点について習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 事業の背景と理念(テキスト「はじめに」部分) | |
| | 2 | 地域スポーツクラブを取り巻く環境の変化 | |
| | 3 | スポーツ基本法とスポーツ基本計画 | |
| | 4 | 総合型地域スポーツクラブを取り巻く環境 | |
| | 5 | 総合型地域スポーツクラブ・マネジメントの仕組み | |
| | 6 | 総合型地域スポーツクラブ・マネジメントの仕組み | |
| | 7 | 事例クラブ紹介(総合型地域スポーツクラブの事例を紹介する) | |
| | 8 | 事例クラブ紹介(総合型地域スポーツクラブの事例を紹介する) | |
| | 9 | 事例クラブ紹介(総合型地域スポーツクラブの事例を紹介する) | |
| | 10 | 事例クラブ紹介(総合型地域スポーツクラブの事例を紹介する) | |
| | 11 | クラブマネージャー・アシスタントマネージャーとは クラブマネージャー・アシスタントマネージャーの位置づけ | |
| | 12 | クラブマネージャー・アシスタントマネージャーに求められる能力 | |
| | 13 | スポーツクラブの安全管理(リスクマネジメント) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 総合型クラブ創設ガイド、総合型地域スポーツクラブのある町 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|-------------------------------|----------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スポーツマネジメント論 | 担当教官名 | 梅原 哲朗 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | アシスタントマネージャー必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | スポーツ、運動現場におけるマネジメントに関して習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション スポーツ業界の歴史 | |
| | 2 | マーケティング | |
| | 3 | エリアマーケティング | |
| | 4 | エリアマーケティング コンセプト | |
| | 5 | コンセプトの展開 営業システム・分析 | |
| | 6 | 営業システム | |
| | 7 | 競合分析 企業分析 | |
| | 8 | 運営マネジメント | |
| | 9 | 組織運営 | |
| | 10 | 財務管理 | |
| | 11 | 財務管理 損益計算書 | |
| | 12 | 財務管理 経費コントロール ローテーション試算 | |
| | 13 | 財務管理 経費コントロール ローテーション試算 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | Ω | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-----------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 基礎分野 |
| 授業科目名 | ビジネスマナー | 担当教官名 | 近藤 千明 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | コミュニケーション | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 人と接する仕事をする上で必要なコミュニケーションスキルから、社会人として必要なマナー等を幅広く身に付けます。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション | |
| | 2 | コミュニケーションとは① ～定義～ | |
| | 3 | コミュニケーションとは② ～種類～ | |
| | 4 | 基本的対話スキル① ～1対1の会話～ | |
| | 5 | 基本的対話スキル② ～1対1の会話～ | |
| | 6 | 基本的対話スキル③ ～グループでの会話～ | |
| | 7 | 基本的対話スキル④ ～グループでの会話～ | |
| | 8 | 自己表現スキル① ～表現技術～ | |
| | 9 | 自己表現スキル② ～アンガーマネジメント～ | |
| | 10 | 社会的スキル① ～対人行動～ | |
| | 11 | 社会的スキル② ～文書作成～ | |
| | 12 | サービスマインド① ホスピタリティ | |
| | 13 | サービスマインド② ホスピタリティ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 滋慶学園オリジナルテキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|--|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | コンディショニング理論演習Ⅱ | 担当教官名 | 溝口 英二 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | スポーツ現場におけるコンディショニングの方法についてその基礎知識から技術までを幅広く習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | コンディショニングとは | |
| | 2 | コンディショニングの要素 | |
| | 3 | コンディションの評価について① | |
| | 4 | トレーニングの基礎知識、原則 | |
| | 5 | ピリオダイゼーションについて | |
| | 6 | トレーニングカテゴリーとプログラムの立案 | |
| | 7 | 競技力向上を目的としたコンディショニングの方法と実際① | |
| | 8 | 競技力向上を目的としたコンディショニングの方法と実際② | |
| | 9 | 競技力向上を目的としたコンディショニングの方法と実際③ | |
| | 10 | 傷害予防を目的としたコンディショニングの方法と実際 ～スポーツマッサージ①～ | |
| | 11 | 傷害予防を目的としたコンディショニングの方法と実際 ～スポーツマッサージ②～ | |
| | 12 | 傷害予防を目的としたコンディショニングの方法と実際 ～ウォーミングアップとクーリングダウン①～ | |
| | 13 | 傷害予防を目的としたコンディショニングの方法と実際 ～ウォーミングアップとクーリングダウン②～ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑥予防とコンディショニング | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | トレーニング科学 I | 担当教官名 | 片淵 建 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 現場・環境に応じたコーチング | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 競技者に求められるパフォーマンスの向上を狙ったトレーニングの原理・原則や科学的知識を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | スポーツトレーニングの基本的な考え方と理論体系 | |
| | 2 | スポーツパフォーマンス構造論 | |
| | 3 | トレーニング目標論 | |
| | 4 | トレーニング手段・方法論 | |
| | 5 | トレーニング計画論 | |
| | 6 | 試合行動論 | |
| | 7 | トレーニングアセスメント | |
| | 8 | トレーニングと休養のバランス | |
| | 9 | 体カトレーニングの原理・原則 | |
| | 10 | トレーニングの種類① | |
| | 11 | トレーニングの種類② | |
| | 12 | スキルトレーニング | |
| | 13 | ハイパフォーマンススポーツ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | 救急処置法 | 担当教官名 | 原 和泉 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | BLS,CPR,AED | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 外傷、障害の知識と対処法についての救急処置法について、知識と実践を通して習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 救急法概要 | |
| | 2 | 救急医療の現状の理解、重要性について | |
| | 3 | 観察の重要性について | |
| | 4 | 救急蘇生法における心肺蘇生の手順 | |
| | 5 | 心配蘇生法の実技 | |
| | 6 | AED① | |
| | 7 | AED② | |
| | 8 | スポーツでおきやすい内科的疾患と対処法 | |
| | 9 | スポーツでおきやすい外科的外傷・障害と対処法 | |
| | 10 | 止血法 | |
| | 11 | 三角巾(上肢) | |
| | 12 | 三角巾(下肢) | |
| | 13 | 三角巾(複数枚の使用) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑨救急処置法 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
|-----------------------------|---|----------------------------|--------|
| 授業科目名 | 機能的解剖学Ⅱ | 担当教官名 | 内藤 誠二 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 構造、機能 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 人体の構造や生理学的仕組みについて筋・骨格系を中心に基礎を理解し、人体構造の知識を元に、機能的側面から捉え、筋・骨格系、関節の動きについて習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 上肢の基礎解剖学 | |
| | 2 | 下肢の基礎解剖学 | |
| | 3 | 体幹の基礎解剖学 | |
| | 4 | 細胞と組織について | |
| | 5 | 筋の構造、収縮のメカニズム | |
| | 6 | 筋の機能、肥大のメカニズム | |
| | 7 | ストレッチの種類による筋出力の違い 筋肉の収縮の種類 | |
| | 8 | 骨格系、関節の種類、骨の種類 | |
| | 9 | 神経系の構成、中枢神経 | |
| | 10 | 神経系の構成、末梢神経 | |
| | 11 | てこの原理、骨の触診の仕方 | |
| | 12 | 感覚器系、体性感覚 | |
| | 13 | 感覚器系、聴覚、視覚、固有感覚 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 運動器の解剖と機能 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|-----------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | スポーツ生理学Ⅱ | 担当教官名 | 西岡 大輔 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | エネルギー供給機構 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 生理学や解剖学を基礎とし、運動時によって生じる身体の変化や適応、また運動効果等について基礎から習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 骨の構造と機能および代謝 | |
| | 2 | 筋の微細構造と筋収縮の仕組み① | |
| | 3 | 筋の微細構造と筋収縮の仕組み② | |
| | 4 | 神経系の構造と役割① | |
| | 5 | 神経系の構造と役割② | |
| | 6 | トレーニングに伴う筋機能の変化① | |
| | 7 | トレーニングに伴う筋機能の変化② | |
| | 8 | 呼吸循環器系の構造と役割① | |
| | 9 | 呼吸循環器系の構造と役割② | |
| | 10 | トレーニングに伴う呼吸循環器系の変化① | |
| | 11 | トレーニングに伴う呼吸循環器系の変化② | |
| | 12 | トレーニングに伴う呼吸循環器系の変化③ | |
| | 13 | 有酸素性トレーニングおよび無酸素性トレーニングについて | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|--------------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | コーチング論Ⅱ | 担当教官名 | 加藤 雅也 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | コーチングを理解しよう | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 指導者としてのコーチングのあり方や知識、スキルを習得するための知識を幅広く習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 対自己力を磨こう、コーチの学び | |
| | 2 | コーチのセルフマネジメント | |
| | 3 | さまざまな思考法や伝達法 | |
| | 4 | なぜコーチは「スポーツの意義と価値」を考えなければならない。 | |
| | 5 | 社会の中におけるスポーツの価値 | |
| | 6 | 文化としてのスポーツ | |
| | 7 | スポーツの文化的特性 | |
| | 8 | 「スポーツ宣言日本」におけるスポーツの意義と価値 | |
| | 9 | オリンピズムにおけるスポーツの意義と価値の捉えかた | |
| | 10 | スポーツの定義 | |
| | 11 | 基本的人権としてのスポーツ権 | |
| | 12 | スポーツの価値 | |
| | 13 | スポーツ権の内容 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|-----------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 基礎分野 |
| 授業科目名 | 情報技術Ⅱ | 担当教官名 | 新子 広美 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | ITリテラシー, 文書作成・計算処理, データ分析, 数値の可視化, プレゼンテーション | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | AIの台頭により大きな転換期を迎える今, 分析力・創造力を備えた人材が必要とされている。講義では「何がしたいのか」⇒「そのためにはどの機能が必要か」の発想で授業を進める。また, 操作性の向上と分析を目的としたキータッチ測定を毎回実施する。アプリケーションごとの到達目標は以下のとおりである。●Word・・・①表や図形を適切に配置した効果的かつ常識的な文書作成ができる②レポート・論文作成のツールを知り引用などを正しく活用できる●Excel・・・①関数を含む計算式を設定した作表ができる ②グラフを用いた数値の可視化ができる ③レポートや論文のエビデンスとなるデータ分析を正確に行い, 分析結果から考察を導き出すことができる●PowerPoint・・・①Excelの分析結果などのデータを用いて構成力・表現力のあるスライド作成ができる ②数値的根拠に基づいた訴求力のあるプレゼンテーションができる実務経験: 20年以上大学や企業などでICT教育に携わる。大学等でデータの統計解析を教える。修士(都市情報学)。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 16. Excelデータベース①テーブル機能(集計・ソート・抽出) | |
| | 2 | 17. Excelデータ分析①基本統計量 | |
| | 3 | 18. Excelデータ分析②散布図・ヒストグラム | |
| | 4 | 19. Excelデータ分析③相関分析 | |
| | 5 | 20. PP機能①基本操作とスライド作成 | |
| | 6 | 21. PP機能②各種効果設定 | |
| | 7 | 22. PP機能③リンク・データ統合 | |
| | 8 | 23. PPプレゼン作成(個人) | |
| | 9 | 24. PPプレゼン発表(個人) | |
| | 10 | 25. PPプレゼン作成①グループワーク | |
| | 11 | 26. PPプレゼン作成②グループワーク | |
| | 12 | 27. PPプレゼン最終発表① | |
| | 13 | 28. PPプレゼン最終発表② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | ・授業前までにPCでTeamsのログイン確認をしておくこと。・不定期に小テストを実施します。解説を聞いた上で理解不足の部分は次回授業までに見直しをしておくこと。 | | |
| 教科書・教材等 | ・Word2021&Excel2021&PowerPoint2021・必要に応じてデータまたは紙資料を配布します | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | ・Word2021&Excel2021&PowerPoint2021・必要に応じてデータまたは紙資料を配布します | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 授業ではほぼ毎回演習問題を提示します。具体的な課題に取り組みながら知識と実践的なスキルを身に付けましょう。・個人でデータ保存が必要な場合はUSB持参のこと・質問は演習時間中に受け付ける | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 基礎分野 |
| 授業科目名 | 英会話Ⅱ | 担当教官名 | 橋本 萌子 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 基礎英語力の向上 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 本授業では基礎英会話力を向上させることを目的としている。主に高校時代に既に学んだ英語の知識の復習と英語のみで書かれたテキスト、ネイティブの講師による指導を通して生の英語に触れ、慣れ親しむ。また限られた範囲で、また特定の場面において話す能力を少しでも発達させることをねらいとしている。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | イントロダクション、初対面のあいさつ | |
| | 2 | 自己紹介、他己紹介 | |
| | 3 | 自己紹介(個人情報、国籍等について) | |
| | 4 | 招待を受け入れる、断る表現 | |
| | 5 | 場所を尋ねる、案内する | |
| | 6 | 家族構成について述べる | |
| | 7 | 似ているところ、異なるところの表現 | |
| | 8 | メニューのオススメを尋ねる、食事を注文する | |
| | 9 | 店員への質問、食事の支払について | |
| | 10 | 食習慣について | |
| | 11 | 機器のブランドやモデルについて尋ねる、述べる | |
| | 12 | 商品进行评估する、故障時の表現 | |
| | 13 | 総復習 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 1年次に学習した基礎英語力の復習を行う。 | | |
| 教科書・教材等 | Top Notch 1 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 受身の姿勢ではなく、自分から発信し、積極的な姿勢で授業に参加してください。英語を楽しく学びましょう。分からない時は遠慮せずに先生に質問してください。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|----------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アスレティックトレーナー対策Ⅰ | 担当教官名 | 内藤 誠二 |
| 対象学生 | 1年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 機能的解剖学・スポーツ医学・スポーツ外傷、障害 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アスレティックトレーナー試験である理論試験合格に向けた基礎知識を付ける。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション AT試験に向けた取り組みについて | |
| | 2 | 機能的解剖学の基礎知識 | |
| | 3 | 機能的解剖学の基礎知識 | |
| | 4 | 機能的解剖学の基礎知識 | |
| | 5 | 機能的解剖学の基礎知識 | |
| | 6 | 機能的解剖学の基礎知識 | |
| | 7 | 機能的解剖学の基礎知識 | |
| | 8 | 機能的解剖学の基礎知識 | |
| | 9 | 機能的解剖学のまとめ | |
| | 10 | スポーツ医学・スポーツ外傷、障害の基礎知識 | |
| | 11 | スポーツ医学・スポーツ外傷、障害の基礎知識 | |
| | 12 | スポーツ医学・スポーツ外傷、障害の基礎知識 | |
| | 13 | スポーツ医学・スポーツ外傷、障害のまとめ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 解剖学・生理学・スポーツ医学で学習する内容が基礎であるため、これらの科目は理解しておく。授業で行う。授業の進行スピードが早いので、毎回の授業で不明な点は復習をして次回の授業に臨むことが望ましい。 | | |
| 教科書・教材等 | アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第2巻、第3巻 配布資料 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | アスレティックトレーナー試験は難易度が高く、合格率も高くはありません。しかし決して合格が不可能な試験ではありません。1年生から地道に努力を続けることが合格への第1歩です。諦めることなく一緒に合格を目指しましょう。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 特別教育分野 |
| 授業科目名 | 卒業制作 | 担当教官名 | — |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 通年 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 30コマ |
| 授業のキーワード | チームワーク 計画性 責任感 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 1年間で学んできたことの中から自分たちが興味のあること、調べてみたいことについてテーマを設定しそれに対する調査・研究を行い、そこから得られた結果についての発表を行う。発表するにあたっては班員全員の協力が必要であり、グループで1つのものを作り上げるというチームワークの大切さも学ぶことも大きなテーマの1つである | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーションとグループ分け | |
| | 2 | テーマを決める | |
| | 3 | テーマを決める | |
| | 4 | 計画を立てる | |
| | 5 | 計画を立てる | |
| | 6 | 先行研究についての調査 | |
| | 7 | 先行研究についての調査 | |
| | 8 | 班ごとによる作業 | |
| | 9 | 班ごとによる作業 | |
| | 10 | 班ごとによる作業 | |
| | 11 | 班ごとによる作業 | |
| | 12 | 班ごとによる作業 | |
| | 13 | 中間発表 | |
| | 14 | 定期試験中間発表を受けての今後の展開について考える | |
| | 15 | 後期の発表に向けての計画を立てる | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | フィットネス基礎理論 | 担当教官名 | 芳賀 明子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | GFI必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 解剖学、生理学、栄養学、心理学、体力学、救急法、健康づくりに対する社会的背景 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | <p>運動の実施・指導をする際に必須知識となる身体の仕組みについて学びます。 日本フィットネス協会認定グループエクササイズインストラクター(GFI)資格、6種目(AD、RE、SE、WE、AQW、AQD)の内、1種目でも受講・認定希望者は必須授業となります。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | グループエクササイズ指導理論① | |
| | 2 | フィットネス基礎理論(第1章:フィットネス概論) | |
| | 3 | フィットネス基礎理論(第2章:運動器の基礎解剖①) | |
| | 4 | フィットネス基礎理論(第2章:運動器の基礎解剖②) | |
| | 5 | フィットネス基礎理論(第3章:運動生理学①) | |
| | 6 | フィットネス基礎理論(第3章:運動生理学②) | |
| | 7 | フィットネス基礎理論(第4章:体力学・トレーニング科学・運動処方①) | |
| | 8 | フィットネス基礎理論(第4章:体力学・トレーニング科学・運動処方②) | |
| | 9 | フィットネス基礎理論(第5章:運動と栄養・体重管理①) | |
| | 10 | フィットネス基礎理論(第5章:運動と栄養・体重管理②) | |
| | 11 | フィットネス基礎理論(第6章:心と運動) | |
| | 12 | フィットネス基礎理論(第7章:運動と安全管理、事故・障害の予防①) | |
| | 13 | フィットネス基礎理論(第7章:運動と安全管理、事故・障害の予防②) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 1年次に履修した基礎科目(解剖学、生理学、栄養学、救急)については重なる部分があるため、授業前に復習をした上で授業にのぞむ。 | | |
| 教科書・教材等 | GFIのためのフィットネス基礎理論・GFIのためのグループエクササイズ指導理論 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | パワーポイント | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | 健康運動実践指導者対策Ⅰ | 担当教官名 | 和田 加成子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 健康・体力づくり、運動指導、健康づくり施策、基礎栄養学、運動プログラムの作成、指導 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 健康・体力づくり事業財団認定の「健康運動実践指導者」資格試験の合格に向けた受験対策です。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション(健康運動実践指導者とは)、第1章 健康づくり施策概論(健康の定義) | |
| | 2 | 健康づくり施策概論(第1次国民健康づくり対策～健康日本21第2次) | |
| | 3 | 健康づくり施策概論(メタボリックシンドロームと生活習慣病) | |
| | 4 | 健康づくり施策概論(発育発達と介護予防) | |
| | 5 | 運動生理学① | |
| | 6 | 運動生理学② | |
| | 7 | 健康づくりと運動プログラム(アクティブガイドと安全性等) | |
| | 8 | トレーニングの原則 運動プログラム作成上のポイント | |
| | 9 | 健康づくりと運動プログラム再生上の基礎 | |
| | 10 | ウォームアップとクールダウン | |
| | 11 | 有酸素性運動とその効果① | |
| | 12 | 有酸素性運動とその効果② | |
| | 13 | レジスタンス運動とその効果 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 健康運動実践指導者養成用テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|---------------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | 体力測定法 | 担当教官名 | 山村 聡 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 新スポーツテスト フィジカルテスト 測定と評価 フィードバック | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 健康の保持増進や競技力向上のための体力測定法について習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 体力の定義、概論、体力構成要素と測定項目および測定方法(座学) | |
| | 2 | 新スポーツテスト測定実技①(実技) | |
| | 3 | 新スポーツテスト測定実技②(実技) | |
| | 4 | 新スポーツテスト測定実技③(実技) | |
| | 5 | 新スポーツテスト結果分析、フィジカルテスト概論(座学) | |
| | 6 | フィジカルテスト測定(実技) | |
| | 7 | メディカルチェック測定(実技) | |
| | 8 | フィードバック作成(PC) | |
| | 9 | 体組成測定、分析、フィードバック(実技) | |
| | 10 | 1RM測定(実技) | |
| | 11 | アライメント評価、動作分析の実施(実技) | |
| | 12 | 初回面談とスクリーニング、危険因子(座学) | |
| | 13 | 特別なクライアントに対して(実技) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 運動生理学(エネルギー機構等)、解剖学(可動域、主要な筋の起始・停止)の内容は復習しておく。実技を伴うので、日頃から運動やトレーニングをし、体力向上や怪我の予防に努めておく。 | | |
| 教科書・教材等 | 毎時資料を配布 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|----------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | コーチング論Ⅲ | 担当教官名 | 加藤 雅也 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | コーチングを理解しよう | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 指導者としてのコーチングのあり方や知識、スキルを習得するための知識を幅広く習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | スポーツの自治, ゲッド・ガバナンスの確立 | |
| | 2 | コンプライアンスとは | |
| | 3 | 暴力・ハラスメントの根絶 | |
| | 4 | スポーツにおけるインテグリティの確保 | |
| | 5 | スポーツ指導者が負う法的責任, 注意義務 | |
| | 6 | 具体的な注意義務, 事故事案 | |
| | 7 | 免責同意の有効性, スポーツ事故のリスクマネジメント | |
| | 8 | スポーツ仲裁 | |
| | 9 | スポーツ倫理 | |
| | 10 | 女性コーチの活躍とスポーツを通じた女性の社会進出 | |
| | 11 | コーチング環境の特徴～ジュニア～ | |
| | 12 | コーチング環境の特徴～中高年～ | |
| | 13 | コーチング環境の特徴～性別～ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-----------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アロマテラピー検定受験対策 | 担当教官名 | 江上 めぐみ |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | <p>前期課程ではアロマテラピーの基本を学習する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・アロマテラピーについて説明できる。 ・精油について説明できる。 ・安全性について説明できる。 <p>後期課程では繰り返し問題を解き、アロマテラピー検定試験に合格する。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 検定試験のしくみ アロマテラピーの活躍 | |
| | 2 | アロマテラピーとは 精油とは | |
| | 3 | 精油の安全な使い方 精油の学習4種 | |
| | 4 | アロマテラピーの利用法(1)精油の学習4種 | |
| | 5 | アロマテラピーの利用法(2)精油の学習5種 | |
| | 6 | 精油の製造法(1)精油の学習4種 | |
| | 7 | 精油の製造法(2)精油の学習3種 | |
| | 8 | メカニズム(1) 精油の学習3種 | |
| | 9 | メカニズム(2) 精油の学習4種 | |
| | 10 | 歴史(1) 精油の学習3種 | |
| | 11 | 歴史(2) | |
| | 12 | アロマテラピーに関する法律 | |
| | 13 | まとめ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | アロマテラピー検定公式テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-----------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 障がい者スポーツ理論 | 担当教官名 | 松宮 智志 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 障がい 重度 心理 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 障がい者スポーツ理論では障がいのある人にとって、スポーツ(からだを動かすこと)を実施することの重要性についてを中心に学ぶことができる。特に、受講生が実際に障がいのある人に対して指導する際には、より障がいについての理解が必要となるため、各障がいについての理解をより深めることができるように授業を進める。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 第13章 身体の仕組みと体力づくり(講義) | |
| | 2 | 第11章 リスクマネジメント(講義) | |
| | 3 | 第12章 救急処置法(講義) | |
| | 4 | 第15章 障がい各論(講義) | |
| | 5 | 第15章 障がい各論(講義) | |
| | 6 | 第15章 障がい各論(講義) | |
| | 7 | 第15章 障がい各論(講義) | |
| | 8 | 第15章 障がい各論(講義) | |
| | 9 | 障がい者スポーツの考案(体験) | |
| | 10 | 障がい者スポーツの考案(体験) | |
| | 11 | 第18章 障がい者スポーツ指導時における留意点(講義) | |
| | 12 | 第19章 発育・発達に応じた指導法(講義) | |
| | 13 | 第20章 スポーツ心理学(講義) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|----------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 健康支援演習Ⅱ | 担当教官名 | 山本 孝 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | コース必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 運動処方 運動指導 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>病院や健康増進施設、老人保健施設には、多様な健康状態の方、様々な目的を有する方が来られます。そんな方々に、しっかりに対応し、満足いただける運動指導が行えるよう、下記の内容に留意し講義を進める。</p> <p>①疾患の理解と、運動処方ができる。 ②対象者の行動ステージやニーズに合わせた運動の提案ができる。 ③個別や集団など環境の違いに合わせた運動指導ができる。</p> <p>実務者経験； 1994年より今に至るまで、病院、医師会、介護予防施設、老人保健施設、保健センター、企業の労働組合や健保組合、フィットネスクラブ、カルチャースクール、プロスポーツ選手指導など、多岐なフィールドで運動指導に従事。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | アイスブレイクと就労希望調査 | |
| | 2 | 運動種目別指導 | |
| | 3 | 運動種目別指導 | |
| | 4 | 同上(筋力トレーニング) | |
| | 5 | 同上(リズム体操) | |
| | 6 | 同上(レクリエーション) | |
| | 7 | 病理別運動指導 | |
| | 8 | 同上(上半身外科疾患) | |
| | 9 | 同上(下半身外科疾患) | |
| | 10 | 同上(内科疾患) | |
| | 11 | 年齢別運動指導 | |
| | 12 | 同上(幼児) | |
| | 13 | 同上(中高齢者) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | 解説、質疑応答 | |
| 準備学習 | ほかの授業でしっかり学んでいることが基本です。 | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義・演習 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | <p>学生のうちに沢山の知識や実技を学びインプットするも、実際の現場で上手にアウトプット出来なければ、学んだものの持ち腐れです。</p> <p>この授業では、学校で学んだものをしっかりアウトプットできる様、サポート致します。</p> | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | フィットネス基礎理論 | 担当教官名 | 芳賀 明子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | GFI必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 解剖学、生理学、栄養学、心理学、体力学、救急法、健康づくりに対する社会的背景 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>運動の実施・指導をする際に必須知識となる身体の仕組みについて学びます。 日本フィットネス協会認定グループエクササイズインストラクター(GFI)資格、6種目(AD、RE、SE、WE、AQW、AQD)の内、1種目でも受講・認定希望者は必須授業となります。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | グループエクササイズ指導理論① | |
| | 2 | フィットネス基礎理論(第1章:フィットネス概論) | |
| | 3 | フィットネス基礎理論(第2章:運動器の基礎解剖①) | |
| | 4 | フィットネス基礎理論(第2章:運動器の基礎解剖②) | |
| | 5 | フィットネス基礎理論(第3章:運動生理学①) | |
| | 6 | フィットネス基礎理論(第3章:運動生理学②) | |
| | 7 | フィットネス基礎理論(第4章:体力学・トレーニング科学・運動処方①) | |
| | 8 | フィットネス基礎理論(第4章:体力学・トレーニング科学・運動処方②) | |
| | 9 | フィットネス基礎理論(第5章:運動と栄養・体重管理①) | |
| | 10 | フィットネス基礎理論(第5章:運動と栄養・体重管理②) | |
| | 11 | フィットネス基礎理論(第6章:心と運動) | |
| | 12 | フィットネス基礎理論(第7章:運動と安全管理、事故・障害の予防①) | |
| | 13 | フィットネス基礎理論(第7章:運動と安全管理、事故・障害の予防②) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 1年次に履修した基礎科目(解剖学、生理学、栄養学、救急)については重なる部分があるため、授業前に復習をした上で授業にのぞむ。 | | |
| 教科書・教材等 | GFIのためのフィットネス基礎理論・GFIのためのグループエクササイズ指導理論 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | パワーポイント | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
|-----------------------------|--|--|-------|
| 授業科目名 | エアロビックダンスエクササイズインストラクター | 担当教官名 | 芳賀 明子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | ADI必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | エアロビックダンス、有酸素運動、グループエクササイズ、指導の循環、健康・体づくり | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | (公社)日本フィットネス協会の定めるエアロビクスダンスエクササイズインストラクター(ADI)認定テストに合格するための実技試験課題を習得すべく下記に示す内容で実技の実演を進める。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ADBI実技試験の実演/有酸素性運動の基礎知識 | |
| | 2 | 基本下肢動作の実演/エアロビックダンスエクササイズの歴史と運動特性 | |
| | 3 | 基本上肢動作の実演/エアロビックダンスエクササイズの基本の動き | |
| | 4 | 運動強度変化要因の実演/エアロビックダンスエクササイズのプログラミング | |
| | 5 | 試験課題のプログラミング/エアロビックダンスエクササイズの指導法 | |
| | 6 | 観察・修正等を加えた指導実演/エアロビックダンスエクササイズの運動環境の整備 | |
| | 7 | 安全性の配慮を加えた指導実演 | |
| | 8 | 分かりやすい見せ方・位置を加えた実演 | |
| | 9 | ADI実技試験課題の実演 | |
| | 10 | 実技課題の実践 | |
| | 11 | 実技課題の実践 | |
| | 12 | 実技課題の実践(定期試験) | |
| | 13 | 実技課題の実践(試験) | |
| | 14 | 定期試験(筆記) | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 基本的には各回実技と講義を行う。講義はテキストを事前に読んでおく事。学習した後で小テストを実施する。実技課題は各回ごとに出された課題を各自の実技フォーマットに記入して練習しておく事。前期後期共に2~3回以上の小テストを行う。 | | |
| 教科書・教材等 | ADBI・ADIのためのエアロビックダンスエクササイズ指導理論 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---------------------------------|---------------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アクアウォーキングインストラクター | 担当教官名 | 池田 扶実子/新城 めぐみ |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | AQWI必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 水中運動 ウォーキング 水の特性 リハビリ活用 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アクアウォーキングを理解し指導できるということは、今後さらに多くなって行くであろう健康増進事業施設や介護予防事業施設に大きく貢献できる指導者必須項目の1つだといえる。本講義では下記に示す内容を到達目標に講義を進める。①水の特性を理解したうえで、アクアウォーキングが指導できる。②アクアウォーキングのプログラムを構成できる。③GFI/AQWIを取得する。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 水中ウォーキング 体験レッスン レジスタンス運動実践 | |
| | 2 | 講義「水の特性」 | |
| | 3 | 水中ウォーキング 水の操作について 基本動作 | |
| | 4 | 基本動作・強度変換(前・横・後ろ) レジスタンス基本動作と強度 | |
| | 5 | 基本動作を使ったプログラムの作成(強度を上げる) | |
| | 6 | プログラミングの考え方・指導方法など(講義・教科書持参) | |
| | 7 | ひな形を使った指導実践 練習 (ウォーキング・レジスタンス) | |
| | 8 | プログラム作成(グループ) 指導実践練習 | |
| | 9 | プログラム指導(個人)練習 発表する | |
| | 10 | プログラム実践練習 指導の循環 レジスタンス指導発表 | |
| | 11 | 指導実践 水中ウォーキング1・レジスタンス指導実践 | |
| | 12 | レジスタンスを含めたプログラムの実践 | |
| | 13 | 指導実践 水中ウォーキング・レジスタンス | |
| | 14 | 指導実践 (ウォーキング・レジスタンス) | |
| | 15 | 定期試験 | |
| 準備学習 | 水中レジスタンス運動においては、筋の部位・働きなど解剖学的な知識を有するので、レジスタンス運動を行う前後は、筋の生理学について事前に予習しておくこと。また指導全般において「指導の循環」重要であるので、事前に教材で確認しておくこと。 | | |
| 教科書・教材等 | アクアエクササイズ指導理論・健康運動実践指導者養成テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
|-----------------------------|---|-----------------|-------|
| 授業科目名 | ジュニアスポーツ指導理論 | 担当教官名 | 加藤 雅也 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 日本スポーツ協会の「ジュニアスポーツ指導員」資格試験の合格に向けた受験対策に向けた受験対策を中心に子供たちが運動遊び・スポーツを通して健康で文化的な生活を送り、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続する礎を築くことが出来るよう、ジュニア期の発育発達に応じた運動遊び・スポーツ指導を行える専門家を養成する。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 概論① | |
| | 2 | 概論② | |
| | 3 | コーチング① | |
| | 4 | コーチング② | |
| | 5 | 体力 | |
| | 6 | 動きの発達 | |
| | 7 | 心理 | |
| | 8 | 栄養 | |
| | 9 | スポーツ医学 | |
| | 10 | 女性とスポーツ | |
| | 11 | コーディネーショントレーニング | |
| | 12 | 実技編① | |
| | 13 | 実技編② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ジュニアスポーツ指導員テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | | 専門分野 | |
|-----------------------------|---|----------------------|-------|------|--|
| 授業科目名 | ダンスエクササイズ I | 担当教官名 | 片岡 暁音 | | |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 | | |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ | | |
| 授業のキーワード | ダンスエクササイズ、リズム、健康づくり、体力づくり、シェイプアップ、ストレスマネジメント | | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 「健康づくり」にも活用されている各種ダンスエクササイズについて、演習を通し指導法を習得します。 | | | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション、体験レッスン | | | |
| | 2 | アイソレーション(上肢・体幹) | | | |
| | 3 | アイソレーション(下肢・全身の連動性) | | | |
| | 4 | 音楽ジャンルと動きの特徴① | | | |
| | 5 | 音楽ジャンルと動きの特徴② | | | |
| | 6 | 音楽ジャンルと動きの特徴③ | | | |
| | 7 | 音楽ジャンルと動きの特徴④ | | | |
| | 8 | キューイングと指導の循環 | | | |
| | 9 | 課題音楽に合わせてたダンスエクササイズ① | | | |
| | 10 | 課題音楽に合わせてたダンスエクササイズ② | | | |
| | 11 | 課題練習 | | | |
| | 12 | 課題練習 | | | |
| | 13 | 実技評価(グループ発表) | | | |
| | 14 | 実技評価(グループ発表) | | | |
| | 15 | フィードバック・まとめ | | | |
| 準備学習 | | | | | |
| 教科書・教材等 | 各種音源 | | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | ジュニアスポーツ指導演習 I | 担当教官名 | 柏井 健太 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 幼児期からジュニア期のスポーツ指導について、注意点や指導法、プログラム展開などについて演習を通して習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | レクリエーション | |
| | 2 | マット運動① | |
| | 3 | マット運動② | |
| | 4 | 鉄棒① | |
| | 5 | 鉄棒② | |
| | 6 | 跳び箱① | |
| | 7 | 跳び箱② | |
| | 8 | ボール① | |
| | 9 | ボール② | |
| | 10 | 縄跳び① | |
| | 11 | 指導案① | |
| | 12 | 指導案② | |
| | 13 | 実践① | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ジュニアスポーツ指導員テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | JATI-ATI受験対策 I | 担当教官名 | 大西 城太郎 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要及び到達目標 | ①クリーンを正しいフォームでできるようになる(全習法) | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーションと体カトレーニング総論 | |
| | 2 | 機能解剖(上肢、脊柱と胸郭) | |
| | 3 | 機能解剖(脊柱と胸郭、下半身) | |
| | 4 | 機能解剖(下半身)とバイオメカニクスの基礎理論 | |
| | 5 | スポーツ動作のバイオメカニクス | |
| | 6 | 呼吸循環系・エネルギー代謝と運動 | |
| | 7 | 骨格筋系、神経系、内分泌系と運動 | |
| | 8 | 運動と栄養の基礎理論 | |
| | 9 | 対象と目的に応じた栄養摂取 | |
| | 10 | 生活習慣病とスポーツ傷害 | |
| | 11 | スポーツ傷害と救命救急法 | |
| | 12 | 運動と心理の基礎理論 | |
| | 13 | 運動学習と指導法 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 授業で学ぶ内容に該当する部分を読んでくること。 | | |
| 教科書・教材等 | トレーニング指導者テキスト[理論編] | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義(練習問題を解いていきます) | | |
| 成績評価の方法 | 講義(練習問題を解いていきます) | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 資格の取得は自分の社会的評価を高める1つの方法です。多くの人がチャレンジをして、資格取得してほしいと思っています。みんなでがんばりましょう！ | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|--------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | NSCA-CPT I | 担当教官名 | 伊藤 瑞紀 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 【講師トレーニング指導歴】:パナソニックインパルス(アメフト)ストレングスコーチ(2017～現在)/岐阜大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチ(2018～現在)/京都大学アメリカンフットボール部学生ストレングスコーチ(2013～2016) | | |
| 講義計画・内容 | 1 | エクササイズサイエンス① | |
| | 2 | エクササイズサイエンス① | |
| | 3 | エクササイズサイエンス② | |
| | 4 | エクササイズサイエンス② | |
| | 5 | エクササイズサイエンス③ | |
| | 6 | エクササイズサイエンス③ | |
| | 7 | エクササイズサイエンス④ | |
| | 8 | エクササイズサイエンス④ | |
| | 9 | 面談と健康評価、体力評価、体力テスト法 | |
| | 10 | 面談と健康評価、体力評価、体力テスト法 | |
| | 11 | レジスタンストレーニング、心臓血管系トレーニング | |
| | 12 | レジスタンストレーニング、心臓血管系トレーニング | |
| | 13 | プログラムデザイン(レジスタンストレーニング、) | |
| | 14 | プログラムデザイン(レジスタンストレーニング、) | |
| | 15 | 定期試験 | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|----------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | NSCA-CPT II | 担当教官名 | 伊藤 瑞紀 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 【保有資格等】NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト(CSCS)/School of Movement RTF 修了(第3期)/教育学修士(教育学) | | |
| 講義計画・内容 | 1 | プログラムデザイン(有酸素性持久力) | |
| | 2 | プログラムデザイン(有酸素性持久力) | |
| | 3 | プログラムデザイン(プライオメトリクス) | |
| | 4 | プログラムデザイン(プライオメトリクス) | |
| | 5 | プログラムデザイン(スピードトレーニング) | |
| | 6 | プログラムデザイン(スピードトレーニング) | |
| | 7 | 青年期、高齢者、妊婦、内科的疾患を有するクライアント | |
| | 8 | 青年期、高齢者、妊婦、内科的疾患を有するクライアント | |
| | 9 | 整形外科的疾患、脳神経系疾患を有するクライアント | |
| | 10 | 整形外科的疾患、脳神経系疾患を有するクライアント | |
| | 11 | アスリートを対象にしたレジスタンストレーニング | |
| | 12 | アスリートを対象にしたレジスタンストレーニング | |
| | 13 | 安全性と法的問題 | |
| | 14 | 安全性と法的問題 | |
| | 15 | 対策問題、苦手分野の振り返り | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|---|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | ストレングス&コンディショニング理論演習Ⅲ | 担当教官名 | 南川 太志 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | トレーニング指導、実演、クリーン、スナッチ、エクササイズインストラクション、バイオメカニクス | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>パワースナッチの技術習得を通して、指導現場で活かせるエクササイズ指導法を学ぶことができます。</p> <p>到達目標</p> <p>①自分自身がパワークリーンを実演できる →チャレンジすること/明るくやってみせること</p> <p>②エクササイズを扱えるようになる →エクササイズ同士のつながりをイメージできる/エクササイズを実施した時に動員される筋肉、骨の動きをイメージできる</p> <p>③運動指導者として最低限抑えておくべき安全上の管理ができる →安全のための段階的な指導/安全のための環境づくり</p> <p>【講師トレーニング指導歴】: 京都大学アメリカンフットボール部ヘッドS&Cコーチ 京都スポーツプロジェクトパフォーマンスコーチ(どち らも2020~現在) / パナソニックインパルスストレングスコーチ(2017~2019)/ 岐阜大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチ(2018 ~2019)</p> <p>【保有資格等】NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト(GSCS)/School of Movement RTF 修了(第3期)/教育学修士(教育学)</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション:授業の概要 評価方法 自己紹介 先輩たちの過去の様子 | |
| | 2 | Warming Up/一連の動作の実践、バーベルの知識 | |
| | 3 | 基礎1: Bobility & Stability (Bridge, BwSQ, 腕立て伏せ, コーディネーション) | |
| | 4 | 基礎2: Squat(ゴブレットSQ, FSQ, BSQ, ブルガリアンSQ, OHSQ) | |
| | 5 | 基礎3: Push&Pull(ラットプルダウン, 懸垂, ミリタリープレス, 逆立ち, OHSQ) | |
| | 6 | 基礎4: Dead Lift(RDL, DL, 1LRDL, WallSQ, Hipthrust) | |
| | 7 | 基礎5: Horizontal Push&Pull(ベンチプレス, DBベンチプレス, ベントオーバーロウ, TRXローロウ) | |
| | 8 | OHSQ中間試験(エクササイズ理解度達成度の評価) | |
| | 9 | パワースナッチ導入1 | |
| | 10 | パワースナッチ導入2 | |
| | 11 | パワースナッチ反復 | |
| | 12 | パワースナッチ反復 | |
| | 13 | パワースナッチ反復 | |
| | 14 | 【実技テスト】待ち時間に振り返りシート | |
| | 15 | まとめ/テスト実技試験フィードバック | |
| 準備学習 | 実技メインで取り組む講座なので、もし医者から運動を制限されていたりする場合は、事前にお知らせください。もちろんできる範囲での参加も可能です | | |
| 教科書・教材等 | 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 第版, G. Gregory Haff他/篠田邦彦他監修, 2018. ストレングス&コンディショニング<2>エクササイズ編, NSCAジャパン, 2003. Starting Strength: Basic Barbell Training, Mark Rippetoe, 2011. | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 演習 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 前期はクイックリフト以前のSQやDL、懸垂といった基礎種目を丁寧に実践した上で、前期の後半でパワースナッチにチャレンジします。(70%が基礎種目)。一方で後期は、期間の前半の方からパワークリーンにチャレンジしていきます。また後期は、基礎種目でも、片足片手、回旋系など、基礎種目の中でもより難易度の高いエクササイズにチャレンジしていきます。できるだけ通年で受講するようにしてください。クイックリフトは、あらゆるスポーツで求められる筋力、パワー、スピードといった体力要素を、個人個人に適切な負荷で、かつ安全に向上させるのにとっても有効なトレーニングです。本講義でのクイックリフトの学習(動作理解とそれを起こすための適切なフォーミング学習)を通して、チャレンジすること、失敗を許容すること、うまくいった時の成功体験を得てほしいと考えております。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|-----------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | コンディショニング理論演習Ⅲ | 担当教官名 | 溝口 英二 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | パフォーマンス向上に不可欠であるコンディショニングの考え方や具体的な方法について、演習を通して適切な技術を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | コンディショニングの基礎 | |
| | 2 | フィットネステスト① | |
| | 3 | フィットネステスト② | |
| | 4 | フィールドテスト① | |
| | 5 | フィールドテスト② | |
| | 6 | フィールドテスト③ | |
| | 7 | 身体組成、柔軟性テスト | |
| | 8 | 測定評価 まとめ | |
| | 9 | 競技種目別コンディショニング① 冬季競技 | |
| | 10 | 競技種目別コンディショニング② 記録系競技 | |
| | 11 | 競技種目別コンディショニング③ 球技系競技 | |
| | 12 | 競技種目別コンディショニング④ 採点系競技 | |
| | 13 | 競技種目別コンディショニング⑤ 格技系 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑥予防とコンディショニング | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 機能的解剖学Ⅲ | 担当教官名 | 内藤 誠二 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | コース必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>人体の構造や生理学的仕組みについて筋・骨格系を中心に基礎を理解し、人体構造の知識を元に、機能的側面から捉え、筋・骨格系、関節の動きについて習得します。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 1年次の機能的解剖学の復習 | |
| | 2 | 肩関節の解剖学 | |
| | 3 | 肩関節の触知 | |
| | 4 | 肘関節の解剖学 | |
| | 5 | 肘関節の触知 | |
| | 6 | 手関節の解剖学 | |
| | 7 | 手関節の触知 | |
| | 8 | 股関節・骨盤の解剖学 | |
| | 9 | 股関節・骨盤の触知 | |
| | 10 | 膝関節の解剖学 | |
| | 11 | 膝関節の触知 | |
| | 12 | 足関節の解剖学 | |
| | 13 | 足関節の触知 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 1年次に学習した内容が基本であるため、内容を理解しておく。特に身体の触知は骨・関節が中心となるため名称は最低限理解しておく。実技で実施した内容は特に重要であるため、復習が求められる。 | | |
| 教科書・教材等 | 運動器の解剖と機能 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義・実技 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 機能的解剖学Ⅲでは覚えた骨・関節をよりイメージして実際に触ることが求められ、スポーツトレーナーとしては必須の内容です。教科書や骨模型で覚えた内容を実施し人体で触れることを目標に理解を深めてきましょう。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|---------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アスレティックリハビリテーションⅡ | 担当教官名 | 片淵 建 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アスレティックリハビリテーションに関する基礎的な理解から応用までを演習を通して、技術を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 頸椎機能解剖について① | |
| | 2 | 頸椎機能解剖について② | |
| | 3 | 頸椎・体幹運動方向と主動作筋 | |
| | 4 | 腰椎機能解剖について | |
| | 5 | 腰椎体操の4体系とその考え方 | |
| | 6 | クラウスウェーバーテスト | |
| | 7 | ROM・MMTのまとめ | |
| | 8 | 温熱療法、電気療法、牽引療法、水治療法 | |
| | 9 | 物理療法の使用法、注意点の理解 | |
| | 10 | 動作分析学についての理解 | |
| | 11 | ステージ分けについて | |
| | 12 | 実技演習① | |
| | 13 | 実技演習② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑦アスレティックリハビリテーション | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アスレティックトレーナー対策Ⅱ | 担当教官名 | 内藤 誠二 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | ATの役割・解剖学・スポーツ医学・スポーツ外傷・障害・測定と評価・アスレティックリハビリテーション・コンディショニング・救急処置・スポーツ栄養学 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | アスレティックトレーナー試験である理論試験・実技試験への合格を到達目標とする。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 理論試験対策 解剖学 | |
| | 2 | 理論試験対策 スポーツ外傷・障害 | |
| | 3 | 理論試験対策 スポーツ外傷・障害 | |
| | 4 | 理論試験対策 スポーツ外傷・障害 | |
| | 5 | 理論試験対策 アスレティックリハビリテーション | |
| | 6 | 理論試験対策 アスレティックリハビリテーション | |
| | 7 | 理論試験対策 アスレティックリハビリテーション | |
| | 8 | 理論試験対策 測定と評価 | |
| | 9 | 理論試験対策 測定と評価 | |
| | 10 | 理論試験対策 コンディショニング | |
| | 11 | 理論試験対策 コンディショニング | |
| | 12 | 理論試験対策 コンディショニング | |
| | 13 | 理論試験対策 スポーツ医学 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 授業では毎回小テストを実施し課題が出される。小テストの成績は課題の実施により左右されるため、課題を実施し予習・復習を心がける。 | | |
| 教科書・教材等 | アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第1巻～第9巻 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 講義・実技 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アスレティックトレーナー対策Ⅱ | 担当教官名 | 内藤 誠二 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | ATの役割・解剖学・スポーツ医学・スポーツ外傷・障害・測定と評価・アスレティックリハビリテーション・コンディショニング・救急処置・スポーツ栄養学 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アスレティックトレーナー試験である理論試験・実技試験への合格を到達目標とする。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 理論試験対策 解剖学 | |
| | 2 | 理論試験対策 スポーツ外傷・障害 | |
| | 3 | 理論試験対策 スポーツ外傷・障害 | |
| | 4 | 理論試験対策 スポーツ外傷・障害 | |
| | 5 | 理論試験対策 アスレティックリハビリテーション | |
| | 6 | 理論試験対策 アスレティックリハビリテーション | |
| | 7 | 理論試験対策 アスレティックリハビリテーション | |
| | 8 | 理論試験対策 測定と評価 | |
| | 9 | 理論試験対策 測定と評価 | |
| | 10 | 理論試験対策 コンディショニング | |
| | 11 | 理論試験対策 コンディショニング | |
| | 12 | 理論試験対策 コンディショニング | |
| | 13 | 理論試験対策 スポーツ医学 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 授業では毎回小テストを実施し課題が出される。小テストの成績は課題の実施により左右されるため、課題を実施し予習・復習を心がける。 | | |
| 教科書・教材等 | アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第1巻～第9巻 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 講義・実技 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|--------------------------|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 測定と評価 I | 担当教官名 | 竹治 久里子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アスレティックトレーナーとして必要となる検査・測定の基礎的知識を学ぶとともに、検査・測定と評価の重要性の理解を深め、評価できる技術を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 体力の定義、概論 | |
| | 2 | 体力構成要素と測定項目および測定方法 | |
| | 3 | 新体力テストについて、各項目と体力構成要素の関連 | |
| | 4 | 形態測定実習① | |
| | 5 | 形態測定実習② | |
| | 6 | 体格指数と身体組成① | |
| | 7 | 体格指数と身体組成② | |
| | 8 | エアロビクスとアネロビクス | |
| | 9 | 最大酸素摂取量の測定① | |
| | 10 | 最大酸素摂取量の測定② | |
| | 11 | 筋力測定の実施 | |
| | 12 | 柔軟性の測定の実施 | |
| | 13 | 調整力、全身持久力の測定 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑤検査・測定と評価 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|-----------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スポーツ医学Ⅱ | 担当教官名 | 森 宜裕 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 指導者として理解しておきたいスポーツ医学に関する基礎知識を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 下肢のスポーツ外傷・傷害について | |
| | 2 | 下肢のスポーツ外傷・傷害の病態 | |
| | 3 | 下肢のスポーツ外傷・傷害の発生機序について | |
| | 4 | 下肢のスポーツ外傷・傷害の診断方法 | |
| | 5 | 下肢のスポーツ外傷・傷害の画像診断 | |
| | 6 | 下肢のスポーツ外傷・傷害の徒手検査 | |
| | 7 | 重篤な外傷の病態、発生機序について | |
| | 8 | 重篤な外傷について | |
| | 9 | 重篤な外傷の診断方法、画像診断について | |
| | 10 | 重篤な外傷の徒手検査について | |
| | 11 | 年齢、性別によるスポーツ外傷・障害の特徴 | |
| | 12 | 整形外科的メディカルチェック① | |
| | 13 | 整形外科的メディカルチェック② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ③スポーツ外傷と障害の基礎知識 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スポーツビジネス論 | 担当教官名 | 梅原 哲朗 |
| 対象学生 | 第2学年 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15 |
| 授業のキーワード | スポーツビジネスを成立させる為に必要なポイント | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>ビジネスを成立させる為に必要な要素の一つ、マーケティング論を事例をもとに、授業内の実習にて実施検証。ビジネスの成功確率アップする為のマーケティングを学ぶ。</p> <p>また、ビジネススキルとして必要な、企画立案、プレゼンテーション、プロモーション活動などの社外、社内で通用する為のビジネススキルを身につける。</p> <p>事例解説、実習、ディスカッションを中心に学習。組織運営も身につける。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション マーケティング | |
| | 2 | マーケティング I | |
| | 3 | マーケティング II | |
| | 4 | エリアマーケティング | |
| | 5 | 市場調査 I | |
| | 6 | 市場調査 II | |
| | 7 | 企画立案 | |
| | 8 | 企画プレゼンテーション | |
| | 9 | 企画プロモーション | |
| | 10 | 小規模ビジネスモデル実践 I | |
| | 11 | 小規模ビジネスモデル実践 II | |
| | 12 | 顧客サービスマネジメント | |
| | 13 | まとめ・テスト対策 | |
| | 14 | テスト | |
| | 15 | 試験解説・グループディスカッションスキルアップ実践 | |
| 準備学習 | グループワーク、ディスカッションをおこなう事が多いので、コミュニケーション取りやすい体制と環境に意識を作る。建設的な意見を発言できる心理的安全な関係を構築できるようにする。 | | |
| 教科書・教材等 | 配布プリントに記入する欄があり、プリント内容からテストを作成 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 グループワーク グループディスカッション | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験(前期1回)80% 平常点(出席率、提出課題等)20% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | より実践的な事例から、ビジネスモデルを立案、運営ができるよう授業を通して学習する。また、自ら考える力をビジネスをとおして伸ばしてほしい。グループワークを多く取り入れるので、正しいコミュニケーション能力、組織運営を身につけてください。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 基礎分野 |
| 授業科目名 | 英会話Ⅲ | 担当教官名 | 橋本 萌子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 基礎英語力の向上 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 本授業では基礎英会話力を向上させることを目的としている。主に高校時代に既に学んだ英語の知識の復習と英語のみで書かれたテキスト、ネイティブの講師による指導を通して生の英語に触れ、慣れ親しむ。また限られた範疇で、また特定の場面において話す能力を少しでも発達させることをねらいとしている。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | イントロダクション、初対面のあいさつ | |
| | 2 | 自己紹介、他己紹介 | |
| | 3 | 自己紹介(個人情報、国籍等について) | |
| | 4 | 招待を受け入れる、断る表現 | |
| | 5 | 場所を尋ねる、案内する | |
| | 6 | 家族構成について述べる | |
| | 7 | 似ているところ、異なるところの表現 | |
| | 8 | メニューのオススメを尋ねる、食事を注文する | |
| | 9 | 店員への質問、食事の支払について | |
| | 10 | 食習慣について | |
| | 11 | 機器のブランドやモデルについて尋ねる、述べる | |
| | 12 | 商品进行评估する、故障時の表現 | |
| | 13 | 総復習 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 1年次に学習した基礎英語力の復習を行う。 | | |
| 教科書・教材等 | Top Notch 1 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 受身の姿勢ではなく、自分から発信し、積極的な姿勢で授業に参加してください。英語を楽しく学びましょう。分からない時は遠慮せずに先生に質問してください。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|------------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | イベント検定対策 | 担当教官名 | 松本 英之 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | わかりやすいマーケティング ひろがるコミュニケーション つなげるマネジメント | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | <p>すべてのスポーツを取り巻く環境は、日本に留まらず世界で活躍する日本人が増えており、野球・サッカー等のメジャースポーツに留まらずすべてのスポーツが多文化共生・多様性の時代に突入しています。インターネットやスマホの進化でスポーツが「する」側と「みる」側が同じ目線で空間を共有しています。つまりエンターテインメントビジネスが「コト」消費の主役になっています。ビジネスとしてのスポーツを考えると「する」「みる」「買う」「食べる」「つながる」の消費行動に大きく影響しています。ビジネスの視点からスポーツを考えましょう。①ビジネス、サービスの基本を身に着ける②ビジネスの視点からスポーツをみる③世界の中の日本という視野を広げて考える。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ビジネスではなく、商いで考える(三方よしの簡単マーケティング) | |
| | 2 | すべてはお客様の為にそして自分の為に(ニーズとシーズ)(CSとES) | |
| | 3 | 世の中に役立つ仕事とは?(コースの時代 SDGsって何?) | |
| | 4 | 人間の要求とは!(マズローの法則) | |
| | 5 | 良いお客様ほど勉強しています!(ロイヤルカスタマー) | |
| | 6 | 仲間の声を聞くことができるか?(ソーシャルキャピタルの重要性) | |
| | 7 | スマホが生んだ「モノ」から「コト」へ(顧客経験価値の向上) | |
| | 8 | 観る力(観)【AIDMAの法則】 | |
| | 9 | 感じる力(感)【サービスの品種 SERVQUALモデル】 | |
| | 10 | 聞く力(聞)【サービスの品種 SERVQUALモデル】 | |
| | 11 | つながる力(関)【AISASの法則】 | |
| | 12 | 先を読み分析する力(勤)【プレゼン力の重要性】 | |
| | 13 | 世界で働く日本人 日本で働く外国人【多様性と多文化共生】 | |
| | 14 | ビジネスをつくるとは?ゼロからイチ【事業創造性】 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 自分の好きなスポーツやコンテンツについてインターネット等で調べる | | |
| 教科書・教材等 | 書籍、資料、パワーポイント資料を使用します(松本英之著:女子カシニアカの勝つマーケティング(2017)、営業を科学する(2023))※書籍については配布します | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | ゼミ形式 プロジェクター等を使用 | | |
| 成績評価の方法 | レポート | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | <p>ゲストスピーカーとして、プロスポーツ選手からスポーツ選手のセカンドキャリア等を実際に直接聞く機会を持ったり、プロのトレーナー等からも実際のリアルな体験談を語ってもらうことも考えています。教える側としてではなく、皆さんの考え方を私自身が学びながら、出来るだけゼミ形式でディスカッション(意見交換)をしたいと思っております。</p> | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|-----------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | ビジネス検定対策 | 担当教官名 | 近藤 千明 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | ビジネスマナー 敬語 接客対応 ビジネス文書 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | <p>社会全体の変化に伴い、求められる人材像も大きく変わっています。しかし、仕事に取り組む姿勢や信頼される人間関係についてなど、基本的な部分は変わることなく、むしろそうしたことがきちんと身につけているかが求められています。</p> <p>この授業では、企業や組織の仕組みやルールを学び、社会人としてのマナーをしっかりと身につけることを目標にします。そうした学びが就職活動や社会人としての評価につながります。ビジネス実務マナー検定などビジネス系検定の取得を目指します。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 必要とされる資質 ビジネスマンとしての資質 | |
| | 2 | 必要とされる資質 執務要件 | |
| | 3 | 企業実務 組織の機能性 | |
| | 4 | 対人関係 人間関係/マナー | |
| | 5 | 対人関係 話し方 | |
| | 6 | 対人関係 交際 | |
| | 7 | 対人関係 交際 | |
| | 8 | 電話実務 対応力 | |
| | 9 | 技能 情報/会議 | |
| | 10 | 技能 文書 | |
| | 11 | 技能 事務機器/事務用品 | |
| | 12 | 検定対策 | |
| | 13 | 検定対策 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 新聞、ニュースアプリなどで世の中の動きをチェックしておいてください。 | | |
| 教科書・教材等 | 教科書なし / 参考教材: ビジネス実務マナー検定受験ガイドなど | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | <p>第1学年後期のビジネスマナーの授業は、ビジネス実務マナー検定3級の試験に沿った内容でしたが、この授業ではさらに就職活動や社会に出てからの実務に役立つよう、ビジネス実務マナー検定2級やビジネス系検定の対策に取り組みます。</p> <p>前半では講義形式で学美、後半では検定対策の資料を用いながら、より実践的な内容を行います。</p> | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
|-----------------------------|--|----------------------------|---------|
| 授業科目名 | リハビリテーション理論演習 | 担当教官名 | 南條 千人 他 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | コース必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | リハビリテーション・QOL・高齢者の特徴 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | リハビリテーションについての基礎知識と実技を各分野から学び習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | リハビリテーションについて | |
| | 2 | スポーツについて | |
| | 3 | 基本動作・応用動作とは | |
| | 4 | 機器を用いての評価(筋電図・重心動揺計) | |
| | 5 | 運動療法とは | |
| | 6 | 画像から得られる情報 | |
| | 7 | 日常生活活動とは | |
| | 8 | 作業療法とは | |
| | 9 | 物理療法とは | |
| | 10 | リハビリテーションにおける心理 | |
| | 11 | 脳機能の破綻でリハビリテーションが必要になることとは | |
| | 12 | 小児分野のリハビリテーション | |
| | 13 | 振り返り・テスト範囲の説明 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 業終了後の復習 | | |
| 教科書・教材等 | 業時にプリントを配布するので教科書を購入する必要はありません。 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義および実技形式 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | リハビリテーションについての基礎知識と実技を各分野から学び、多職種とも連携して仕事に携わるので理解を深めてください。 | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | | 専門分野 | |
|-----------------------------|--|---|--|-------|--|
| 授業科目名 | リラクゼーション演習 | 担当教官名 | | 鳴海 朱希 | |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | | 前期 | |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | | 15コマ | |
| 授業のキーワード | 精油が心身に作用するメカニズム。精油の作用を理解する。施術 ケア、癒しのプログラム | | | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>リラクゼーション演習では、16種類の精油成分を理解し、精油のブレンド(掛け合わせ)を用いて、身体にトリートメント(施術)する。</p> <p>下記に示す内容为目标に講義をすすめる。</p> <p>①精油別の効果を理解する。取扱いを理解する。精油のブレンド力を高める。</p> <p>②精油を用いてフィジカル面やメンタル面のケアに役立てる事ができる。</p> <p>③フィジカル、メンタルの両面に働きかけるメカニズムを説明できる。</p> <p>《実務経験》2006年～2011年リラクゼーションサロン勤務、 2013年～2014年アロマスクール講師、営業、2010年～京都医健専門学校講師 2011年～アロマプライベートサロン自営</p> | | | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ロマセラピーの定義、近年のアロマセラピーのひろがり、スポーツとアロマセラピー精油の定義、精油学各論(イランイラン) | | | |
| | 2 | 自律神経について、精油の性質、精油の使用量に関するガイドライン | | | |
| | 3 | 精油の製造法、精油の歴史、現代のアロマの始まり、精油学各論(オレンジ、グレープフルーツ、) | | | |
| | 4 | キャリアオイルについて、三大神経伝達物質とホルモン、精油が心身に伝わるメカニズム | | | |
| | 5 | 精油の薬理効果、精油学各論(パパーミント、ベルガモット、ユーカリ、ラベンダー) | | | |
| | 6 | 実習(基本手技)、精油学各論(レモン、レモングラス、ローズマリー、クラリセージ) | | | |
| | 7 | 実習(下肢後面) | | | |
| | 8 | 実習(下肢前面) | | | |
| | 9 | 実習(背面) | | | |
| | 10 | 実習(背面) | | | |
| | 11 | 実習(上腕、前腕、手、指) | | | |
| | 12 | 実習(顔、頭) | | | |
| | 13 | 実習(全身)、テスト対策 | | | |
| | 14 | 定期試験 | | | |
| | 15 | まとめ | | | |
| 準備学習 | 精油の特性を理解しておく、 | | | | |
| 教科書・教材等 | プリント40頁 | | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義、実習 | | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 精油の作用を理解し、クライアントに適したブレンドオイルを作成する。 クライアントに適したブレンドオイルで施術することによって効果があることを理解し、実践で使えるように伝えたい。 | | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---------------------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 基礎疾患概論 | 担当教官名 | 藤原 寛 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | コース必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 基礎疾患、基礎知識、生活習慣、疾病予防 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>近年、食事や運動などの生活習慣と様々な疾病発症の関係が明らかになってきた。さらに、これら生活習慣を早期に改善することにより、疾病予防が可能である。生活習慣は小児期に、その源流があり疾病予防には、日常生活をより良く改善して、健康増進に努める事が大切です。また、メタボリックシンドロームという概念は上半身肥満や糖尿病、脂質異常症など複数の生活習慣病が重なることで心筋梗塞や脳梗塞のリスクが高まることが提唱されている。1995年から現在まで肥満や糖尿病など生活習慣病の治療・改善に携わってきた経験から得た最新の知見を講義したいと思っています。多くの基礎疾患の発症原因、症状、治療法、予防に関する知識を学修することを目的です。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 生活習慣病の発症要因と病態 | |
| | 2 | 動脈硬化性疾患(メタボリックシンドローム)の発症機序と危険因子 | |
| | 3 | 心臓病や脳血管系虚血性疾患の発症機序や病態と予防 | |
| | 4 | 高血圧症とその関連疾患の病態と予防 | |
| | 5 | 糖尿病の発症要因、病態、治療法と予防 | |
| | 6 | 脂質異常症の発症要因、病態、治療法と予防 | |
| | 7 | 肝臓病や腎臓病の発症要因と病態、臨床病理検査とその検査内容 | |
| | 8 | 消化器系疾患の種類とその発症要因、病態、治療法と予防 | |
| | 9 | 呼吸器系疾患の種類とその発症要因、病態、治療法と予防 | |
| | 10 | 悪性新生物疾患(癌)の種類とその発症要因、病態、治療法と予防 | |
| | 11 | 整形外科的疾患の種類と発症機序、予防や介助法 | |
| | 12 | 神経系・筋系疾患の種類と発症機序、予防や介助法 | |
| | 13 | アレルギー疾患・感覚器系疾患の種類とその予防法 | |
| | 14 | まとめ(定期試験) | |
| | 15 | 試験解説と臨床的難解用語の解説 | |
| 準備学習 | <p>毎回、配布されたプリントをファイルして復習してください。 講義内容をインターネットなどで検索して事前学習しておくことが有効です。</p> | | |
| 教科書・教材等 | <p>主な基礎疾患の概要をまとめたプリントを毎回配布します。</p> | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | <p>講義・スライド・医療機器による測定</p> | | |
| 成績評価の方法 | <p>定期試験70% 出席20% 平常10%</p> | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | <p>介護現場で、生活習慣に関連した疾患に関する知識を学修することは重要です。本講義では介護に必要な知識だけでなく、実際に臨床で使用する医療機器による測定法を体得することとともに、自らに生活習慣の見直しや疾病予防に関する内容も講和したい。自他の将来的な健康生活の獲得を目指して積極的に取り組んで下さい。</p> | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|---------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | コーディネーショントレーニング | 担当教官名 | 浅井 健吾 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | トレーニング・歩行動作・リスクマネジメント | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>トレーニング指導はスポーツ現場ではもちろん、高齢者施設内でも幅広い対象者に行われている。将来トレーニング指導を生業としてくためにはトレーニングに対する知識、技術を高めていくだけでなく実際に指導練習を繰り返し行うことが必須となる。</p> <p>本講義では、下記に示す内容を到達目標に実技中心の講義を進める。</p> <p>①トレーニングの基礎知識を理解し説明できる。</p> <p>②リスクマネジメントを考えた上でトレーニング指導ができる。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション・体力について(行動、防衛体力) | |
| | 2 | トレーニングの効果・副次的効果 | |
| | 3 | 歩行動作について1 | |
| | 4 | 歩行動作について2 | |
| | 5 | 股関節の機能について | |
| | 6 | 股関節エクササイズ | |
| | 7 | 体幹機能について・コア系エクササイズ | |
| | 8 | スクワットについて・エクササイズ | |
| | 9 | カウンセリング・プログラム立案 | |
| | 10 | トレーニング指導実践1 | |
| | 11 | トレーニング指導実践2 | |
| | 12 | トレーニング指導実践3 | |
| | 13 | まとめ・試験説明 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 身体全体の解剖、機能については理解しておく。 | | |
| 教科書・教材等 | 教科書なし | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 実技 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 健康にスポーツを行ううえでトレーニングは必要不可欠です。本講義ではトレーニングの基礎的な知識から体験談を通して感じた事などをお伝えしたいと思っています。将来クライアントさんに対して実際に指導を行う事をイメージしながら取り組んで頂きたいと思っています。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|--------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | プログラムデザイン | 担当教官名 | 渡辺 清二 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 前期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 身体の評価 ファンクショナルトレーニング SOAP | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | ③クリーンの動作局面に応じたエクササイズをできるようになる(分習法) | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ガイダンス | |
| | 2 | ファンクショナルトレーニングの5大原則「分離と共同について」 | |
| | 3 | 「分離と共同」「重力」について | |
| | 4 | 「キネティックチェーン」「分離と共同」について | |
| | 5 | 「三面動作」「力の発揮と吸収」について | |
| | 6 | ファンクショナルトレーニングの5大原則 まとめ | |
| | 7 | ファンクショナルアセスメントについて | |
| | 8 | オーバーヘッドスクワットについて | |
| | 9 | シングルレッグスクワットについて | |
| | 10 | インラインランジ、ハードルステップについて | |
| | 11 | ファンクショナルアセスメントについて まとめ | |
| | 12 | subjectシートの作成 | |
| | 13 | 調整週(様々な評価法についての紹介など) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 1年次の機能解剖の内容を復習しておく事。 | | |
| 教科書・教材等 | ファンクショナルトレーニング 文光堂 授業時にプリントを配布するので教科書を購入する必要はありません。 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 一部実技を交えながらのグループワーク | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 授業で伝える内容のみが身体の評価方法ではありません。 歩行や立位姿勢、座り方、食事の仕方、寝る時の身体の向きなど、ありとあらゆる行動が身体を評価する材料になり、またその事を考える事が身体に対しての理解を深めるためにとても重要です。身の回りの全てのことが学ぶ対象だと考えると多くの発見ができると思います。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|---|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門基礎分野 |
| 授業科目名 | 健康運動実践指導者対策Ⅱ | 担当教官名 | 和田 加成子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 健康・体づくり、運動指導、安全性、メンタルヘルス、健康づくりのための運動、有酸素運動、無酸素運動、救急処置 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 健康・体づくり事業財団認定の「健康運動実践指導者」資格試験の合格に向けた受験対策です。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 実技①レジスタンス運動指導(指導フォーマットの作成及び5種目の指導実技練習) | |
| | 2 | 実技②レジスタンス運動指導(5種目中2種目を2分以内で"指導"する) | |
| | 3 | 実技③有酸素運動(エアロビックダンス)の指導(指導フォーマット作成及び動きを覚え、キューイン練習) | |
| | 4 | 実技④有酸素運動(エアロビックダンス)の指導(運動の効果・特性を踏まえ、実技"指導"を行う) | |
| | 5 | 実技⑤5分/人の"指導"練習(レジスタンス運動→有酸素運動の指導) | |
| | 6 | 第6章 健康づくりと運動プログラム(アクティブガイドと安全性について) | |
| | 7 | 第6章 健康づくりと運動プログラム | |
| | 8 | 第7章 運動指導の心理学的基礎知識 | |
| | 9 | 第8章 健康づくり運動の実際(ウォームアップとクールダウン、ウォーキングとジョギング) | |
| | 10 | 第8章 健康づくり運動の実際(エアロビックダンスと水中運動) | |
| | 11 | 第8章 健康づくりと運動の実際(レジスタンス運動) | |
| | 12 | 第9章 運動障害と予防・救急処置(運動中止の判定、内科的急性・慢性障害) | |
| | 13 | 第9章 運動障害と予防・救急処置(突然死の予防、救急蘇生とファーストエイドなど) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 健康運動実践指導者養成用テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|------------------------------|----------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | クラブ経営論Ⅱ | 担当教官名 | 梅原 哲朗 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | | | |
| 講義計画・内容 | 1 | クラブの創設 | |
| | 2 | 自主運営に必要な条件 | |
| | 3 | 顧客とスタッフの定義 | |
| | 4 | NPO法人格の取得手続 | |
| | 5 | 活動拠点の確保 | |
| | 6 | 財源の確保 | |
| | 7 | 事業計画書(ビジネスプラン)の作成と評価 | |
| | 8 | 事業計画書(ビジネスプラン)の作成と評価 | |
| | 9 | 事業計画書(ビジネスプラン)の作成と評価 | |
| | 10 | 事業計画書(ビジネスプラン)の作成と評価 | |
| | 11 | 事業計画書(ビジネスプラン)の作成と評価 | |
| | 12 | 事業計画書(ビジネスプラン)の作成と評価 | |
| | 13 | 事業計画書(ビジネスプラン)の作成と評価 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 総合型クラブ創設ガイド、総合型地域スポーツクラブのある町 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|----------------------------|---|------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 障がい者スポーツ演習 | 担当教官名 | 松宮 智志 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 障がい、障がい者、スポーツ | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>障がいのある人にとって、からだを動かすことの重要性を学んでいただきます。 また、障がいのある人がスポーツをする上で受ける様々な障がい(ハード、ソフト)について学び、それをどのように克服してもらうために、どのようなことに注意することが必要等を学んでいただきます。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 救急処置法 | |
| | 2 | 障がい者へのスポーツ指導上の留意点と工夫 2 | |
| | 3 | 障がい各論 1(肢体不自由) | |
| | 4 | 障がい各論 2(肢体不自由) | |
| | 5 | 障がい各論 3(視覚障がい) | |
| | 6 | 障がい各論 4(聴覚障がい) | |
| | 7 | 障がい各論 5(内部障がい) | |
| | 8 | 障がい各論 6(知的障がい) | |
| | 9 | 障がい各論 7(精神障がい) | |
| | 10 | 最重度の障がい者スポーツの実際 | |
| | 11 | テーマに沿っての障がい者スポーツの考案 1 | |
| | 12 | テーマに沿っての障がい者スポーツの考案 2 | |
| | 13 | 「⑩、⑪」で考案したものをスタジオで実践 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての留意点) | <p>障がいのある人のスポーツ(からだを動かすこと)の重要性、また指導方法を学んでいきましょう。その知識等は必ず障がいのある人に対してだけではなく、ご高齢の方等への指導にも役立つものとなります。 特に後期については、各障がいについての内容があるため、前期と比べると少し内容が難しくなりますが、障がいのある人に指導していくためには障がいというものを知っていく必要があるので頑張って一緒に学んでいきましょう。</p> | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|-------------------------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 体力相談と運動処方 | 担当教官名 | 藤原 寛 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | コース必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 体力評価、運動処方、疾病予防、健康づくり | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>体力とは、人間がもっている、或いは獲得した“身体活動を行うことができる能力”であり、先天的な要因も関与する。運動もしくは身体活動と体力との相違点を理解することは、それらが生活習慣病に対して予防的に働く機序を考える意味でも大切である。また、運動処方とは、体力向上のために体力水準に合わせて運動の種類を選択し、その運動の強度・時間・頻度をプログラムし、指導することである。したがって、QOL向上のための健康づくりには、運動・栄養・積極的かつ健康的な生活習慣の確立が重要である。本講義では、1995年から実施している肥満児とその家族を対象とした運動指導を通して得られた知見をベースとして、効果的な指導法を学修することを目標とする。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 運動処方の意義とその基礎知識 | |
| | 2 | 運動処方の実際Ⅰ(代謝機能) | |
| | 3 | 運動処方の実際Ⅱ(循環器機能) | |
| | 4 | 運動処方の実際Ⅲ(呼吸器機能) | |
| | 5 | 運動処方の実際Ⅳ(運動器・神経系機能) | |
| | 6 | メディカルチェックと安全管理 | |
| | 7 | 慢性疾患者の心理と運動プログラムの作成とその留意点 | |
| | 8 | リハビリテーションとしての運動プログラムの作成とその留意点 | |
| | 9 | 高齢者特有の疾患に対する運動プログラムの作成とその留意点 | |
| | 10 | 障がい者の運動処方の実際とその課題 | |
| | 11 | 運動処方の評価と再構築の必要性とその意義 | |
| | 12 | 体力相談に対する対応とその具体的な運動処方の実際(3分間スピーチ含む) | |
| | 13 | 運動指導者の安全管理意識と法的責任(3分間スピーチ含む) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | 試験解説と今後の運動処方の展望 | |
| 準備学習 | <p>毎回、配布されたプリントをファイルして復習してください。 講義内容をインターネットなどで検索して事前学習しておくことが有効です。</p> | | |
| 教科書・教材等 | 各疾患ごとに運動処方の概要をまとめたプリントを毎回配布します。 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義・スライド・体力や医療機器による測定 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-----------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 健康支援演習Ⅲ | 担当教官名 | 山本 孝 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | コース必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 運動処方 運動指導 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | <p>病院や健康増進施設、老人保健施設には、多様な健康状態の方、様々な目的を有する方が来られます。そんな方々に、しっかりと対応し、満足いただける運動指導が行えるよう、下記の内容に留意し講義を進める。</p> <p>①疾患の理解と、運動処方ができる。 ②対象者の行動ステージやニーズに合わせた運動の提案ができる。 ③個別や集団など環境の違いに合わせた運動指導ができる。</p> <p>実務者経験：1994年より今に至るまで、病院、医師会、介護予防施設、老人保健施設、保健センター、企業の労働組合や健保組合、フィットネスクラブ、カルチャースクール、プロスポーツ選手指導など、多岐なフィールドで運動指導に従事。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 対象別運動指導 | |
| | 2 | 同上(個別、少人数) | |
| | 3 | 同上(集団) | |
| | 4 | 同上(行動ステージ) | |
| | 5 | 集団指導練習 | |
| | 6 | 同上(例:膝痛、右半身まひ等) | |
| | 7 | 同上(例:三世代交じり 等) | |
| | 8 | 同上 | |
| | 9 | 同上 | |
| | 10 | 同上 | |
| | 11 | 同上 | |
| | 12 | 同上 | |
| | 13 | 同上 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | 解説、質疑応答 | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義・演習 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 学生のうちに沢山の知識や実技を学びインプットするも、実際の現場で上手にアウトプット出来なければ、学んだものの持ち腐れです。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|----------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | キャンプ理論演習 | 担当教官名 | 原 和泉 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | キャンプ、野外活動、ロープワーク、生活技術、アクティビティ、安全 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>社会的な背景・ニーズの高まりによりキャンプ活動やアウトドア活動に親しむ人が増加している。野外活動を楽しむ上での知識やスキル、また、安全面等の対処の仕方について学ぶ。 本授業は、日本キャンプ協会認定「キャンプインストラクター」資格の合格に向けた受験対策です。受験希望者は必須となります。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | アイスブレーキング | |
| | 2 | ゲーム | |
| | 3 | ロープワーク | |
| | 4 | オリエンテーリング | |
| | 5 | 野外活動時の食事について | |
| | 6 | 野外活動時の食事について | |
| | 7 | キャンプの特性・対象・指導・安全について | |
| | 8 | テント設営 | |
| | 9 | ゲーム | |
| | 10 | 本装備について | |
| | 11 | 生活技術・アクティビティ、安全 | |
| | 12 | キャンプ企画書の作成 | |
| | 13 | キャンプ企画書の作成 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | キャンプ指導者入門 第5版 (候えく社団法人 日本キャンプ協会 発行) | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | <p>「自然を楽しむ」上で、必要となる知識や仕組み、環境等に関して学習を深めていって下さい。また、野外活動を行う上でその事前準備の大切さや安全管理の徹底の重要性を学び、身に着け、将来の糧としていって下さい。</p> | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
|-----------------------------|---|-----------------|--------|
| 授業科目名 | レジスタンスエクササイズインストラクター | 担当教官名 | 和田 加成子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | REI必修 | 授業回数 | 7コマ |
| 授業のキーワード | レジスタンスエクササイズ、自重トレーニング、健康維持・増進、健康・体づくり | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 対象者に合わせた自重トレーニングプログラムの作成及び、指導について演習を通し学びます。 また、日本フィットネス協会認定グループフィットネスエクササイズインストラクター(GFI)資格の内、上級資格であるレジスタンスエクササイズインストラクター(REI)の資格取得を目標とします。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | レジスタンスエクササイズ理論① | |
| | 2 | レジスタンスエクササイズ理論② | |
| | 3 | レジスタンスエクササイズ理論③ | |
| | 4 | 実技①(課題Ⅰ) | |
| | 5 | 実技③(課題Ⅱ) | |
| | 6 | 実技④ | |
| | 7 | 学内評価(実技) | |
| | 8 | 学内評価(筆記)・まとめ | |
| | 9 | | |
| | 10 | | |
| | 11 | | |
| | 12 | | |
| | 13 | | |
| | 14 | | |
| | 15 | | |
| 準備学習 | エクササイズ指導をする際に、筋肉等の運動器の仕組みについて理解が必要になるためよく復習しておく。 (特に主要な筋の起始・停止・関節の作用や筋の粘弾性について) | | |
| 教科書・教材等 | REBI・REIのためのレジスタンスエクササイズ指導理論 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|-----------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | ウォーキングエクササイズインストラクター | 担当教官名 | 芳賀 明子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | WEI必修 | 授業回数 | 7コマ |
| 授業のキーワード | エクササイズウォーキング、リズムウォーキング、正しい歩き方、健康維持・増進、体力づくり、手軽さ | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 対象者に合わせたエクササイズウォーキングプログラムの作成及び、指導について演習を通し学びます。また、日本フィットネス協会認定グループフィットネスエクササイズインストラクター(GFI)資格の内、上級資格であるウォーキングエクササイズインストラクター(WEI)の資格取得を目標とします。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ウォーキングエクササイズ理論① | |
| | 2 | ウォーキングエクササイズ理論② | |
| | 3 | ウォーキングエクササイズ理論③ | |
| | 4 | 実技①(課題Ⅰ) | |
| | 5 | 実技②(課題Ⅱ-①) | |
| | 6 | 実技④ | |
| | 7 | 学内評価(実技) | |
| | 8 | 学内評価(筆記)・まとめ | |
| | 9 | | |
| | 10 | | |
| | 11 | | |
| | 12 | | |
| | 13 | | |
| | 14 | | |
| | 15 | | |
| 準備学習 | エクササイズ指導をする際に、有酸素運動の必要性や体に起こる変化、仕組み(メカニズム)について理解が必要になるためよく復習しておく。 | | |
| 教科書・教材等 | ウォーキングブック | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-------------------------|---------------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アクアダンスインストラクター | 担当教官名 | 池田 扶実子/新城 めぐみ |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | AQDI必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 水中運動 アクアダンス 水の特性 リハビリ活用 有酸素運動 健康づくり | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アクアダンスのプログラム作成及び、指導法について演習を通し、学びます。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | アクアダンスにおける基礎理論① | |
| | 2 | アクアダンスにおける基礎理論② | |
| | 3 | アクアダンスにおける基礎理論③ | |
| | 4 | アクアダンスにおける基礎理論④ | |
| | 5 | ベースプログラムの習得と指導実践 | |
| | 6 | ベースプログラムの習得と指導実践 | |
| | 7 | 0 | |
| | 8 | 強度変換の要素を使ったプログラム変化 | |
| | 9 | 強度変換の要素を使ったプログラム変化 | |
| | 10 | 強度変換の要素を使ったプログラム変化 | |
| | 11 | 個々に作成したプログラムの指導実践・明確な動き | |
| | 12 | プログラムの指導実践 | |
| | 13 | プログラム実演練習 | |
| | 14 | プログラム実演練習 | |
| | 15 | 定期試験 | |
| 準備学習 | アクアダンスにおいては、水の特性を理解した上で利用することで強度の調整を行える。水の特性や生理学をよく復習し、取り組むこと。 | | |
| 教科書・教材等 | アクアエクササイズ指導理論・健康運動実践指導者養成テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|----------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | ダンスエクササイズⅡ | 担当教官名 | 片岡 暁音 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | ダンスエクササイズ、リズム、健康づくり、体力づくり、シェイプアップ、ストレスマネジメント | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 「健康づくり」にも活用されている各種ダンスエクササイズについて、演習を通し指導法を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション、体験レッスン | |
| | 2 | アイソレーション(上肢・体幹) | |
| | 3 | アイソレーション(下肢・全身の連動性) | |
| | 4 | 音楽ジャンルと動きの特徴① | |
| | 5 | 音楽ジャンルと動きの特徴② | |
| | 6 | 音楽ジャンルと動きの特徴③ | |
| | 7 | 音楽ジャンルと動きの特徴④ | |
| | 8 | キューイングと指導の循環 | |
| | 9 | 課題音楽に合わせてたダンスエクササイズ① | |
| | 10 | 0 | |
| | 11 | 課題練習 | |
| | 12 | 課題練習 | |
| | 13 | 実技評価(グループ発表) | |
| | 14 | 実技評価(グループ発表) | |
| | 15 | フィードバック・まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | 各種音源 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
|-----------------------------|---|------------|-------|
| 授業科目名 | ジュニアスポーツ指導演習Ⅱ | 担当教官名 | 柏井 健太 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 幼児期からジュニア期のスポーツ指導について、注意点や指導法、プログラム展開などについて演習を通して習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | アイスブレーク | |
| | 2 | 二人組遊び | |
| | 3 | マット③ | |
| | 4 | 鉄棒③ | |
| | 5 | 跳び箱③ | |
| | 6 | ボール③ | |
| | 7 | ボール④ | |
| | 8 | 縄跳び② | |
| | 9 | 縄跳び③ | |
| | 10 | 指導案③ | |
| | 11 | 実践② | |
| | 12 | 実践③ | |
| | 13 | DVD鑑賞 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ジュニアスポーツ指導員テキスト | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---------------------|--------------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | プログラム指導演習Ⅱ | 担当教官名 | 和田 加成子/岡部 智美 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | プログラム作成、指導、洞察力、集団指導、レッスン展開 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>【概要】様々なプログラムを体験し、習得し、対象者に合わせたプログラム作成と指導に結びつけて考える力を身に付ける。</p> <p>【目標】①対象者やその時の状況に臨機応変に対応できるようになる。 ②視る力(観察力)を身に付ける。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 課題授業:自己分析、目標設定 | |
| | 2 | 実技:レッスン体験、修正ポイントの確認 | |
| | 3 | 実技:プログラム作成・発表 | |
| | 4 | 実技:プログラム作成・発表 | |
| | 5 | 実技:プログラム作成・発表 | |
| | 6 | 実技:プログラム作成・発表 | |
| | 7 | 実技:プログラム作成・発表 | |
| | 8 | 実技:プログラム作成・発表 | |
| | 9 | 実技:プログラム作成・発表 | |
| | 10 | 試験練習 | |
| | 11 | 試験練習 | |
| | 12 | テスト | |
| | 13 | テスト | |
| | 14 | テスト動画ビデオ鑑賞・フィードバック | |
| | 15 | レッスン体験 | |
| 準備学習 | 前期に引き続きキューイングの復習 | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 音響、スタジオ | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 30～45分のレッスンの組み立て、指導が出来るようになり運動指導者として即戦力になれるよう授業内で実践形式で、インストラクションレベルの向上を図ります。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | ストレングス&コンディショニング理論演習Ⅳ | 担当教官名 | 南川 太志 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | レジスタンストレーニング、パワーエクササイズ、クイックリフト、分習法 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 到達目標 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション | |
| | 2 | 動作座学 | |
| | 3 | 基礎動作1:柔軟性の獲得/ラックポジション | |
| | 4 | 基礎動作2:フロントスクワット | |
| | 5 | 基礎動作3:RDL | |
| | 6 | 全習法:ハングクリーン | |
| | 7 | 【中間テスト】フロントスクワット/RDL/ハングクリーン | |
| | 8 | パワークリーン分習法1:デッドリフト | |
| | 9 | パワークリーン分習法2:ジャンプシュラッグ | |
| | 10 | パワークリーン分習法3:クリーンハイプル1 | |
| | 11 | 指導法1 | |
| | 12 | 指導法2 | |
| | 13 | 1RM測定 | |
| | 14 | 定期試験【定期試験】パワークリーン | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 各講義で紹介するエクササイズについて、必ず次回授業までに復習すること。授業への積極的な参加を狙い、毎回授業のはじめに2人ずつ、1分間スピーチを参加学生に実施してもらいます。 | | |
| 教科書・教材等 | 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 第版,G. Gregory Haff他/篠田邦彦他監修, 2018. ストレングス&コンディショニング(2)エクササイズ編, NSCAジャパン, 2003. | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 演習 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | クイックリフトは、あらゆるスポーツで求められるパワーやスピードといった体力要素を、個人個人に適切な負荷で、かつ安全に向上させるのにとっても有効なトレーニングです。と同時に、バーがスムーズに挙上できたときの瞬間はとて楽しく気持ちのいいものです。本講義でのクイックリフトの学習(動作理解とそれを起こすための適切なフォーミング学習)を通して、「できなかったことができるようになる気持ち良さ」を感じてもらいたいと考えています。 【講師トレーニング指導歴】: 京都大学アメリカンフットボール部ヘッドS&Cコーチ/パナソニックインパルス(アメフト)ストレングスコーチ(2017~2019)/岐阜大学アメリカンフットボール部ストレングスコーチ(2018~2019) 【保有資格等】NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト(CSCS)/School of Movement RTF 修了(第3期)/教育学修士(教育学) | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-----------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | トレーニング演習 | 担当教官名 | 浅井 健吾 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | トレーニング・動作分析・リスクマネジメント | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>トレーニング指導はスポーツ現場ではもちろん、高齢者施設内でも幅広い対象者に行われている。将来トレーニング指導を生業としていくためにはトレーニングに対する知識、技術を高めていくだけでなく実際に指導練習を繰り返し行うことが必須となる。</p> <p>本講義では、下記に示す内容を到達目標に実技中心の講義を進める。</p> <p>①トレーニングの基礎知識を理解し説明できる。</p> <p>②リスクマネジメントを考えた上でトレーニング指導ができる。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション・体力について(行動、防衛体力) | |
| | 2 | 歩行動作について1 | |
| | 3 | 歩行動作について2 | |
| | 4 | スクワットについて1 | |
| | 5 | スクワットについて2 | |
| | 6 | ベンチプレスについて1 | |
| | 7 | ベンチプレスについて2 | |
| | 8 | トレーニングの効果・副次的効果 | |
| | 9 | カウンセリング・プログラム立案・トレーニング指導実践1 | |
| | 10 | トレーニング指導実践2 | |
| | 11 | トレーニング指導実践3 | |
| | 12 | トレーニング指導実践4 | |
| | 13 | まとめ・試験説明 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
|-----------------------------|---|------------------------|------|
| 授業科目名 | アスレティックリハビリテーションⅢ | 担当教官名 | 片淵 建 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | アスレティックリハビリテーションに関する基礎的な理解から応用までを演習を通して、技術を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 受傷直後・急性期についての理解 | |
| | 2 | 亜急性期について | |
| | 3 | 慢性期初期について | |
| | 4 | 慢性期中期について | |
| | 5 | 慢性期後期について | |
| | 6 | 機能回復期について | |
| | 7 | プログラム、エクササイズの発展の原則について | |
| | 8 | 関節支持機能の障害について | |
| | 9 | 筋・腱の障害について | |
| | 10 | オーバーユースについて | |
| | 11 | 種目別リハビリテーション① | |
| | 12 | 種目別リハビリテーション② | |
| | 13 | 種目別リハビリテーション③ | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑦アスレティックリハビリテーション | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|-------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | アスレティックトレーナー対策Ⅲ | 担当教官名 | 内藤 誠二 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 理論試験対策 救急処置 | |
| | 2 | 理論試験対策 栄養学 | |
| | 3 | 理論試験対策 まとめ | |
| | 4 | 理論試験対策 まとめ | |
| | 5 | 理論試験対策 まとめ | |
| | 6 | 理論試験対策 まとめ | |
| | 7 | 実技試験対策 | |
| | 8 | 実技試験対策 | |
| | 9 | 実技試験対策 | |
| | 10 | 実技試験対策 | |
| | 11 | 実技試験対策 | |
| | 12 | 実技試験対策 | |
| | 13 | 実技試験対策 | |
| | 14 | 実技試験対策 | |
| | 15 | 定期試験 | |
| 準備学習 | 授業では毎回小テストを実施し課題が出される。小テストの成績は課題の実施により左右されるため、課題を実施し予習・復習を心がける。 | | |
| 教科書・教材等 | アスレティックトレーナー専門科目テキスト 第1巻～第9巻 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 講義・実技 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|---|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 測定と評価Ⅱ | 担当教官名 | 竹治 久里子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要及び到達目標 | アスレティックトレーナーとして必要となる検査・測定の基礎的知識を学ぶとともに、検査・測定と評価の重要性の理解を深め、評価できる技術を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 機器を用いた筋力および筋持久力検査の目的、意義、検査測定手法の概要について学ぶ | |
| | 2 | 全身持久力の検査測定の目的、意義、評価指数 | |
| | 3 | 全身持久力を測定評価する具体的手法について | |
| | 4 | 身体組成の検査測定の目的、意義、測定検査の具体的手法 | |
| | 5 | キャリパーを用いた身体組成計測を、実技を通して体得する | |
| | 6 | 一般的な体力測定で行われている検査測定項目についての目的と概要① | |
| | 7 | 一般的な体力測定で行われている検査測定項目についての目的と概要② | |
| | 8 | 姿勢、身体アライメントの観察、計測の目的と意義について学び、方法を体得する | |
| | 9 | 関節可動域検査の目的と意義について | |
| | 10 | 関節可動域検査に影響を与える筋群のタイトネスの検査測定法 | |
| | 11 | 筋萎縮に関する検査の目的と意義について学び、筋萎縮や筋肥大の程度を観察 | |
| | 12 | 徒手筋力テストの目的と意義について学び、方法を体得する | |
| | 13 | 実技練習 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑤検査・測定と評価 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|---|--------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 測定と評価Ⅱ | 担当教官名 | 竹治 久里子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>アスレティックトレーナーとして必要となる検査・測定の基礎的知識を学ぶとともに、検査・測定と評価の重要性の理解を深め、評価できる技術を習得します。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 機器を用いた筋力および筋持久力検査の目的、意義、検査測定手法の概要について学ぶ | |
| | 2 | 全身持久力の検査測定の目的、意義、評価指数 | |
| | 3 | 全身持久力を測定評価する具体的手法について | |
| | 4 | 身体組成の検査測定の目的、意義、測定検査の具体的手法 | |
| | 5 | キャリパーを用いた身体組成計測を、実技を通して体得する | |
| | 6 | 一般的な体力測定で行われている検査測定項目についての目的と概要① | |
| | 7 | 一般的な体力測定で行われている検査測定項目についての目的と概要② | |
| | 8 | 姿勢、身体アライメントの観察、計測の目的と意義について学び、方法を体得する | |
| | 9 | 関節可動域検査の目的と意義について | |
| | 10 | 関節可動域検査に影響を与える筋群のタイトネスの検査測定法 | |
| | 11 | 筋萎縮に関する検査の目的と意義について学び、筋萎縮や筋肥大の程度を観察 | |
| | 12 | 徒手筋力テストの目的と意義について学び、方法を体得する | |
| | 13 | 実技練習 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ⑤検査・測定と評価 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|-------------------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スポーツ医学Ⅲ | 担当教官名 | 森 宜裕 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 指導者として理解しておきたいスポーツ医学に関する基礎知識を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 呼吸・循環器系疾患 | |
| | 2 | 消化器系疾患 | |
| | 3 | 血液疾患、腎臓泌尿器系疾患、感染症に対する対応策 | |
| | 4 | 血液感染症、皮膚感染症 | |
| | 5 | アスリートの内科的障害と対策 | |
| | 6 | オーバートレーニング症候群について | |
| | 7 | 突然死について | |
| | 8 | 過換気症候群について | |
| | 9 | 高所および低酸素環境下での身体への影響、暑熱環境、低温環境 | |
| | 10 | 時差、海外遠征時の諸問題 | |
| | 11 | 内科的メディカルチェック | |
| | 12 | 女性のスポーツ医学、高齢者のスポーツ医学 | |
| | 13 | ドーピングコントロールについて | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | ④健康管理とスポーツ医学 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|------------------|------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | トレーニング科学Ⅱ | 担当教官名 | 片淵 建 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 競技者に求められるパフォーマンスの向上を狙ったトレーニングの原理・原則や科学的知識を習得します。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | トレーニング科学とは | |
| | 2 | トレーニング条件の設定 | |
| | 3 | トレーニングプラン | |
| | 4 | プログラムデザイン① | |
| | 5 | プログラムデザイン② | |
| | 6 | 筋カトレーニング① | |
| | 7 | 筋カトレーニング② | |
| | 8 | プライオメトリックトレーニング① | |
| | 9 | プライオメトリックトレーニング② | |
| | 10 | スピードトレーニング① | |
| | 11 | スピードトレーニング② | |
| | 12 | 有酸素性持久カトレーニング① | |
| | 13 | 有酸素性持久カトレーニング② | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | | | |
| 教科書・教材等 | Reference Book、⑥予防とコンディショニング | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 基礎分野 |
| 授業科目名 | 英会話Ⅳ | 担当教官名 | 橋本 萌子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 基礎英語力の向上 | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | 本授業では基礎英会話力を向上させることを目的としている。主に高校時代に既に学んだ英語の知識の復習と英語のみで書かれたテキスト、ネイティブの講師による指導を通して生の英語に触れ、慣れ親しむ。また限られた範疇で、また特定の場面において話す能力を少しでも発達させることをねらいとしている。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | イントロダクション、初対面のあいさつ | |
| | 2 | 自己紹介、他己紹介 | |
| | 3 | 自己紹介(個人情報、国籍等について) | |
| | 4 | 招待を受け入れる、断る表現 | |
| | 5 | 場所を尋ねる、案内する | |
| | 6 | 家族構成について述べる | |
| | 7 | 似ているところ、異なるところの表現 | |
| | 8 | メニューのオススメを尋ねる、食事を注文する | |
| | 9 | 店員への質問、食事の支払について | |
| | 10 | 食習慣について | |
| | 11 | 機器のブランドやモデルについて尋ねる、述べる | |
| | 12 | 商品进行评估する、故障時の表現 | |
| | 13 | 総復習 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 1年次に学習した基礎英語力の復習を行う。 | | |
| 教科書・教材等 | Top Notch 1 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 受身の姿勢ではなく、自分から発信し、積極的な姿勢で授業に参加してください。英語を楽しく学びましょう。分からない時は遠慮せずに先生に質問してください。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|--------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 福祉レクリエーション理論演習 | 担当教官名 | 山本満佐子 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | コース必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 高齢者・障害者のレクリエーション、グループレクリエーション | | |
| 授業の概要及び到達目標 | 1年生の授業で学んだ基礎理論をもとに、また現場実習や体験学習の経験を通して、福祉の現場での高齢者・障害者の自立支援につながるレクリエーションの方法を学び、福祉レクリエーションプログラムを自ら作成できる能力を身につける。さらにレクリエーション支援者として必要な援助技術を習得することを目指す。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション | |
| | 2 | 高齢者・障害者のレクリエーションについて | |
| | 3 | レクリエーションの生活化と生活のレクリエーション化 | |
| | 4 | リハビリ効果のあるレクリエーション活動の展開方法1 | |
| | 5 | APIEプロセス・アセスメントの重要性 | |
| | 6 | モデル・プログラムの立案・習得1;身体活動系(体カチェック) | |
| | 7 | モデル・プログラムの立案・習得2;身体活動系(健康体操) | |
| | 8 | モデル・プログラムの立案・習得3;知的活動系 | |
| | 9 | モデル・プログラムの立案・習得4;情緒的活動系 | |
| | 10 | モデル・プログラムの立案・習得5;情緒的活動系 | |
| | 11 | モデル・プログラムの立案・習得6;物作りをしてゲーム | |
| | 12 | モデル・プログラムの立案・習得7;物作りをしてゲーム | |
| | 13 | モデル・プログラムの立案・習得8;クラフト | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | プログラム計画案の作成と発表に必要な用具の準備 | | |
| 教科書・教材等 | 配布資料 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 教室及びスタジオ | レク財に必要な用具 | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 授業への積極的な参加状況。演習の際に気付いた留意点や忘れがちなルールなどの記録をとっておく。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|-------------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | スポーツメディア論 | 担当教官名 | 久保 大輔 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | インプット、アウトプット、マーケティング | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | ビジネスにおける広報力を、スポーツを題材に習得する。 インプットする力、アウトプットする力、アウトプットをマネタイズする力の3領域の基礎を学び、実践形式で身体知化する。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション | |
| | 2 | インプットトレーニング | |
| | 3 | アウトプットトレーニング | |
| | 4 | インプットトレーニング(中級) | |
| | 5 | アウトプットトレーニング(中級) | |
| | 6 | マネタイズにおけるメディアの役割①:ターゲティング | |
| | 7 | マネタイズにおけるメディアの役割②:強み(メッセージ) | |
| | 8 | マネタイズにおけるメディアの役割③:競合相手 | |
| | 9 | 組織のビジョンとメッセージングの一貫性 | |
| | 10 | イベントにおけるメディアの役割 | |
| | 11 | プレゼンテーション(資料作成の基礎:フォント、文字数、体裁、バランス) | |
| | 12 | プレゼンテーション(何を書いて、何を言う、言わない、時間制限) | |
| | 13 | プレゼンテーション(グループワーク、スライド作成、プレゼン準備) | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 特になし | | |
| 教科書・教材等 | 講師作成スライドを使用 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義→ディスカッション→プレゼン | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | SNSなどのメディアを用いて、組織や個人をPRすることが当たり前の時代において、自らの強みをどのように言語化し、発信できるかに関心を寄せたい。そのためにさまざまな情報をインプットする力も身につけてもらいたい。理想的には、インプットとアウトプットをとおしてマネタイズする設計図を描けるまでレベルアップを志向する。 | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|--|-----------------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | 販売士対策講座Ⅱ | 担当教官名 | 福田 由起 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 販売士 マーケティング マーチャンダイジング 販売経営管理 ストアオペレーション 小売業の類型 | | |
| 授業の概要及び到達目標 | <p>どのような業種であっても、販売促進はとて必要になってきます。スポーツ関係の販売店やブランドショップ、サービス施設で働く際に、どうしたら商品を知ってもらえるのか？買ってもらえるのか？リピーターになってもらえるのか？理論的に学び、実社会で活かせる資格となっております。また販売士の2級は、商品管理ができるマネージャーレベルの内容となっております。</p> | | |
| 講義計画・内容 | 1 | 「販売士2級」資格とは、●小売業の類型:流通と小売業の役割 | |
| | 2 | 組織形態別小売業の運営体制、店舗形態別小売業の運営体制 | |
| | 3 | ●マーチャンダイジング:商品計画の戦略的立案 | |
| | 4 | 販売計画、仕入れ計画の戦略的展開 | |
| | 5 | 販売政策、商品管理政策、物流政策の戦略的展開 | |
| | 6 | ●ストアオペレーション:店舗運営サイクルの実践と管理 | |
| | 7 | 戦略的ディスプレイの実施方法 | |
| | 8 | 作業割り当ての基本、LSPの役割と仕組み | |
| | 9 | 人的販売の実践と管理 | |
| | 10 | ●マーケティング:リテールマーケティング戦略の考え方 | |
| | 11 | 商圈分析と出店戦略の実践、マーケットリサーチ | |
| | 12 | テールマーケティングの展開に必要なリージョナルプロモーションの実践 | |
| | 13 | ●販売経営管理:販売管理者の法令知識、計数管理と経営分析 | |
| | 14 | 小売業における組織の基本原則と従業員管理、店舗施設の維持管理 | |
| | 15 | まとめテストと振り返り | |
| 準備学習 | 授業の前には、ハンドブックの次のところを読んでおいてください。 | | |
| 教科書・教材等 | 販売士2級ハンドブック(2冊) | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | <p>第1学年後期の「販売士3級」の授業は、販売員として必要ような知識が習得できる内容でしたが、2級はさらに深く追及したマネージャーレベルの内容となっております。文量がとても多いため、ポイントを絞った授業となります。2級取得を目指す方は、テストの問題はほとんどハンドブックから出題されるため、とにかく何度も読む！これが大切です。</p> | | |

| 2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス) | | | |
|-----------------------------|---|---------------------------|-------|
| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
| 授業科目名 | パーソナル指導法 | 担当教官名 | 渡辺 清二 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 専攻必修 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 身体の評価 ファンクショナルトレーニング SOAP パーソナルトレーニング | | |
| 授業の概要及び到達目標 | ④できなかったことができるようになる楽しさを、自ら体験し、他者に伝えられるようになる。 | | |
| 講義計画・内容 | 1 | ファンクショナルテストから2ndチェックについて | |
| | 2 | ファンクショナルテストから2ndチェックについて | |
| | 3 | グループワーク SOAPの流れでメニュー作成 | |
| | 4 | グループワーク SOAPの流れでメニュー作成 | |
| | 5 | パーソナルトレーニング指導 | |
| | 6 | 問題点への介入について | |
| | 7 | カウンセリング(Sの聞き取り)の練習 | |
| | 8 | パーソナルセッション (カウンセリング～TRまで) | |
| | 9 | パーソナルセッション (カウンセリング～TRまで) | |
| | 10 | パーソナルセッション (カウンセリング～TRまで) | |
| | 11 | パーソナルセッションの振り返り | |
| | 12 | トレーニング指導についての理論 | |
| | 13 | 調整週 | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 前期プログラムデザインから継続した授業になります。プログラムデザインの内容を復習しておくこと。 | | |
| 教科書・教材等 | ファンクショナルトレーニング 文光堂 授業時にプリントを配布するので教科書を購入する必要はありません。 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 演習 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 授業で伝える内容のみが身体の評価方法ではありません。 歩行や立位姿勢、座り方、食事の仕方、寝る時の身体の向きなど、ありとあらゆる行動が身体を評価する材料になり、またその事を考える事が身体に対する理解を深めるためにとても重要です。身の回りの全てのことが学ぶ対象だを考えると多くの発見ができると思います。 | | |

2024年度 京都医健専門学校 授業計画(シラバス)

| 学 科 | スポーツ科学科 | 授業科目区分(基専) | 専門分野 |
|-----------------------------|--|---------------------------------|-------|
| 授業科目名 | コンディショニング理論演習Ⅳ | 担当教官名 | 溝口 英二 |
| 対象学生 | 2年生 | 履修学期 | 後期 |
| 必修・選択の別 | 選択 | 授業回数 | 15コマ |
| 授業のキーワード | 種目別コンディショニング | | |
| 授業の概要 及び到達目標 | <p>コンディショニングとはアスレティックトレーナーが行うアプローチ法である。基本的スキル等を学んだ1年次から、2年次の前期ではその概念・目的を理解した。その理解を各種目へと応用していく力を身につける。</p> <p>以下に目標を記す</p> <ul style="list-style-type: none"> ・種目別の競技特性を理解すること ・種目別に起こりやすい外傷・障害を理解すること ・種目別でのピークパフォーマンスに必要な要素を理解すること | | |
| 講義計画・内容 | 1 | オリエンテーション | |
| | 2 | コンディショニング概念・目的等復習 | |
| | 3 | 種目別コンディショニング(~13回目) 冬季競技について | |
| | 4 | 陸上競技 | |
| | 5 | 水泳競技 | |
| | 6 | サッカー | |
| | 7 | ラグビー・アメリカンフットボール | |
| | 8 | バスケットボール・ハンドボール | |
| | 9 | バレーボール | |
| | 10 | 野球・ソフトボール | |
| | 11 | テニス・バドミントン | |
| | 12 | 採点競技 | |
| | 13 | 柔道・レスリング | |
| | 14 | 定期試験 | |
| | 15 | まとめ | |
| 準備学習 | 実習先でのトレーナー活動の中で、疑問や自身の課題を理解して授業に取り組むこと | | |
| 教科書・教材等 | アスレティックトレーナー専門科目テキスト「予防コンディショニング」 | | |
| 授業の形式 教育機器の活用 | 講義と実技 | | |
| 成績評価の方法 | 定期試験70% 出席20% 平常10% | | |
| 担当教官から (履修に当たっての 留意点) | 前期で学んだ「コンディショニングとは？」を更に各競技に落とし込みコンディショニング計画を作成していきます。課題やレポートなど、発表することも多いですが、準備を徹底して授業に取り組んでください。 | | |