

科目名	現場実習 3							年度	2026
英語科目名	Practicum 3							学期	通年
学科・学年	スポーツトレーナー科 2年次	必/選	選1	時間数	180	単位数	6	種別※	実習
担当教員	内田・鈴木・杉浦・佐藤	教員の実務経験		有	実務経験の職種		アスレティックトレーナー		

【科目の目的】

日本体育協会公認アスレティックトレーナー試験を受験するためにはAT保有者の指導下で180時間以上の現場実習を実施する必要があります。内訳は①見学実習(30時間)②検査・測定、評価実習(30時間)③スポーツ現場実習(30時間)④アスリハ実習(30時間)⑤総合実習(60時間)となっています。本実習では講義で学んできたことを、スポーツの現場で実際に実施、体験することで技術を取得しすることを目的とします。

【科目の概要】

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーの規定実習を行います。

【到達目標】

アスレティックトレーナーの仕事を理解し、スポーツ現場における安全管理、救急処置、評価測定、コンディショニングや各種エクササイズやリハビリの実践および指導ができることを狙いとします。また、外傷障害や競技特性を理解し、知識を深めることで様々な状況に対応できる質の高い指導者になれるよう努め、スポーツ現場での即戦力を目指します。

【授業の注意点】

自主性・積極性を大切にし、実習態度や言動、容姿も厳しく指導する。トレーナーとしてふさわしくない場合は実習の打ち切りの可能性もあります。理由のない遅刻や欠席は認めず、180時間以上の実習時間を実施できない場合は単位を認定できません。

評価基準＝ルーブリック

ルーブリック 評価	レベル3 優れている		レベル2 ふつう		レベル1 もう少し
到達目標 A	RICE、固定法、AED・CPRについて概ね、実施できる		プレーヤーや部位等によってはRICE、固定法、AED・CPRの実施に際し、一部、助言および指導が必要である		RICE、固定法、AED・CPRの実施に際し、概ね、助言および指導が必要である
到達目標 B	プレーヤーの状態に応じた専門的ウォームアップ、トレーニング、コンディショニングを概ね、実施できる		プレーヤーや部位等によっては、専門的ウォームアップ、トレーニング、コンディショニングの実施に際し、一部、助言および指導が必要である		専門的ウォームアップ、トレーニング、コンディショニングの実施に際し、概ね、助言および指導が必要である
到達目標 C	評価結果の統合と解釈に基づいた、妥当なリコンディショニングプログラムを概ね、独力で立案できる		一部、助言および指導を行えば、評価結果の統合と解釈に基づいた、リコンディショニングプログラムを立案できる		十分な助言および指導によって、ようやく評価結果の統合と解釈に基づいた、リコンディショニングプログラムを立案できる
到達目標 D					
到達目標 E					

【教科書】

日本体育協会専門科目テキスト1～9

【参考資料】

【成績の評価方法・評価基準】

レポート・平常点

※種別は講義、実習、演習のいずれかを記入。

科目名		現場実習 3			年度	2026
英語表記		Practicum 3			学期	通年
回数	授業テーマ	各授業の目的	授業内容	到達目標＝修得するスキル	評価方法	自己評価
1～3	救急対応と情報収集	スポーツ現場での安全管理	1 救急時対応計画の立案・作成	緊急時の対応ができる	3	
			2 一次救命処置	CPRを理解し、実践できる		
			3 運搬法	対象者に応じた運搬法を実践できる		
4～8	スポーツ環境(実習現場)におけるリスクの把握と整備	スポーツ外傷障害の予防	1 リスクの把握	スポーツ現場でのリスクを理解している	3	
			2 環境整備	リスクを踏まえ、環境を整備することができる		
			3 事故の予防	事故が起きる原因を理解し、予防することができる		
9～14	対象に応じたテーピング	スポーツ外傷障害の予防	1 上肢のテーピング	上肢のテーピングを巻くことができる	3	
			2 下肢のテーピング	下肢のテーピングを巻くことができる		
			3 特殊なテーピング	特殊な症状へのテーピングを巻くことができる		
15～19	検査・測定と評価	情報収集と活用	1 フィジカルチェック	種目に合わせたフィジカルチェックを実施することができる	3	
			2 整形外科的チェック	症例に合わせた整形外科的チェックができる		
			3 データ活用	検査や測定で得た情報を評価でき、活用することができる		
20～24	対象者のコンディショニングの把握	情報収集と活用	1 体調管理	日常的なコンディショニングの評価ができる	3	
			2 感染症対策	感染症を理解した、対応をすることができる		
			3 内科的症状への対応	内科的疾患を理解し、対応することができる		
25～30	競技・種目特性、対象者特性を踏まえたスポーツ外傷・障害予防の取り組み	外傷障害予防	1 外傷の基礎知識	急性外傷を理解している	3	
			2 障害の基礎知識	慢性障害を理解している		
			3 外傷障害発症原因の理解	ケガの発生機序を理解し、予防の方法を理解している		
30～34	W-up、リカバリー、C-down	コンディショニング	1 W-up	臨機応変なW-upの計画、指導ができる	3	
			2 C-down	状況や選手の体調に合わせたC-downの計画、指導ができる		
			3 リカバリー	リカバリーの方法を理解し、指導できる		
35～37	再発予防としての動作の見方	コンディショニング	1 姿勢の確認評価	正しい姿勢を理解し、フィードバックすることができる	3	
			2 動作の確認評価	正しい動作を理解し、フィードバックすることができる		
			3 ウィークポイントの確認	不良な姿勢や動作の原因を理解し、改善する方法をフィードバックできる		
38～42	競技・種目特性および体力特性に応じたコンディショニング	コンディショニング	1 ストレngths、バランス	ストレngthsやバランstraining方法を理解し、指導することができる	3	
			2 スプリント、アジリティ	スプリント、アジリティtrainingを理解し指導することができる		
			3 エンデュランス、ストレッチ	エンデュランstrainingの方法を理解し、使い分けすることができる		
43～46	リコンディショニングエクササイズの実践	リコンディショニング	1 必要な検査測定	リコンディショニングに必要な検査や測定を理解し、実施することができる	3	
			2 運動療法	リコンディショニングの運動療法を理解している		
			3 物理療法	リコンディショニングの物理療法を理解している		
47～51	部位ごとの状態に応じたリコンディショニング	リコンディショニング	1 上肢のリコンディショニング	上肢のリコンディショニングを理解し、実践することができる	3	
			2 下肢のリコンディショニング	下肢のリコンディショニングを理解し、実践することができる		
			3 体幹のリコンディショニング	体幹のリコンディショニングを理解し、実践することができる		
52～54	スポーツ動作の問題に対するリコンディショニング	リコンディショニング	1 走動作、滑走動作	走動作や滑走動作を理解し、その動作をメインとする種目の選手にリコンディショニング指導ができる	3	
			2 オーバーヘッドスポーツ、泳動作	オーバーヘッドスポーツや泳動作を理解し、その動作をメインとする種目の選手にリコンディショニング指導ができる		
			3 当り動作	当り動作を理解し、その動作が頻発する種目の選手にリコンディショニング指導ができる		
55～57	環境に応じた実習	現場での対応力と準備	1 アンチドーピング	アンチドーピングやドーピングコントロールを理解している	3	
			2 ICTの活用	スポーツ現場でICTを活用することができる		
			3 総合的指導実践	総合的に実習を進めることができる		
58～60	総合実習	現場での対応力と準備	1 現場実習のまとめ	トレーナーとして、スポーツ現場で活動することができる	3	

評価方法：1. 小テスト、2. パフォーマンス評価、3. その他

自己評価：S：とてもよくできた、A：よくできた、B：できた、C：少しできなかった、D：まったくできなかった

備考 等